



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

MODALIDAD SEMIPRESENCIAL

**Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la
obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación**

Mención: Cultura Física

TEMA:

Actividades físicas recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños de
la Escuela América de la Provincia de Pastaza

AUTORA: Irma Verónica López Riofrío

TUTOR: PhD. Montserrat García

REVISORES: Mg. Julio Mocha Mg. Jean Indacochea

Ambato – Ecuador

2014

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

CERTIFICA:

Yo, PhD. Montserrat García. En mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA AMÉRICA DE LA PROVINCIA DE PASTAZA” desarrollado por la egresada Irma Verónica López Riofrío, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión Calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

PhD. Montserrat García

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

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

Irma Verónica López Riofrío

C.C. 160041909-5

AUTOR

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: “ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA AMÉRICA DE LA PROVINCIA DE PASTAZA”, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autora y no se utilice con fines de lucro.

Irma Verónica López Riofrío

C.C. 160041909-5

AUTOR

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

La Comisión de estudios y calificación del Informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA AMÉRICA DE LA PROVINCIA DE PASTAZA”, presentada por la Sra. Irma Verónica López Riofrío, egresada de la Carrera de Cultura Física de la promoción: Septiembre 2012 – Febrero 2013, una vez revisada y calificada la investigación, se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

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

Ambato, del 2014

Mg. Julio Alfonso Mocha Bonilla

MIEMBRO

Mg. Jean Carlos Indacochea

Mendoza

MIEMBRO

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico primeramente a mi Dios quien ilumina mi camino y guía mis acciones dándome salud y fortaleza.

A mi madre Angelita, a mi esposo Víctor Hugo y a mi hijo Jhon Víctor, quienes estuvieron en el momento oportuno ayudándome y motivándome en mis estudios, permitiendo de esta manera culmina mi profesión gran felicidad.

Irma V. López R.

AGRADECIMIENTO

Mi agradecimiento afectuoso a Dios por haberme guiado y acompañado a lo largo de mi carrera por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.

A mi Madre Angela Riofrio a mi esposo Víctor Telenchano e hijos por brindarme su comprensión, cariño y apoyo incondicional en todo el trayecto de mi preparación universitaria ya que sin su soporte no hubiese llegado a culminar esta etapa de mi vida.

A mis profesores quienes han compartido sus conocimientos y enseñanzas para alcanzar mi meta y seguir adelante.

Irma V. López R.

INDICE GENERAL DE CONTENIDOS

TÍTULO O PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
AUTORÍA DEL PROYECTO DE TESIS.....	iii
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR.....	iv
APROBACIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
ÍNDICE DE CUADROS Y GRÁFICOS.....	xi
RESUMEN EJECUTIVO.....	xiv
INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Tema.....	2
1.2. Planteamiento del Problema.....	2
1.2.1. Contextualización.....	3
1.2.2. Análisis crítico.....	7
1.2.3. Prognosis.....	8
1.2.4. Formulación del Problema Especifico.....	8
1.2.5. Interrogantes de la Investigación.....	9
1.2.6. Delimitación del objetivo de investigación.....	9
1.3. Justificación.....	9
1.4. Objetivos.....	12
1.4.1. General.....	12
1.4.2. Específico	12
CAPITULO II.....	13
MARCO TEORICO.....	13
2.	
2.1. Antecedentes Investigativos.....	13
2.2. Fundamentación Filosófica.....	17
2.3. Fundamentación Legal.....	18

2.4. Categorías Fundamentales.....	19
2.4.1. CONCEPTUALIZACIONES DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE.....	25
2.4.1.1. Rendimiento Deportivo.....	25
2.4.1.2. Capacidades Físicas.....	26
2.4.1.3. Capacidades Físicas coordinativas.....	27
2.4.1.4. 4 Desarrollo de la Psicomotricidad.....	29
2.4.1.5. Importancia y beneficios.....	30
2.4.1.6. Juegos.....	30
2.4.1.7. Interacción social.....	33
2.4.2. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE.....	34
2.4.2.1. Factor afectivo.....	34
2.4.2.2. Economía de la Subsistencia.....	35
2.4.2.3. Desnutrición.....	36
2.4.2.4. Decaimiento.....	37
2.4.2.5. Desmotivación.....	38
2.5. Hipótesis.....	39
2.6. Señalamiento de las Variables.....	39
CAPITULO III.....	40
METODOLOGÍA.....	40
3.	
3.1. Modalidad básica de la Investigación.....	43
3.2. Nivel o tipo de la investigación.....	44
3.3. Población y muestra.....	44
3.4. Operación de la variables.....	46
3.5. Recolección de información.....	48
3.6. Procesamiento de la información.....	48

CAPITULO IV.....	49
MARCO ADMINISTRATIVO.....	49
4.	
4.1. Análisis de los resultados (encuesta, entrevista)	49
4.2. Interpretación de datos (encuesta, entrevista)	49
4.3. Verificación de hipótesis (en caso de haber)	67
CAPÍTULO V.....	69
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	69
CAPITULO VI.....	70
6. PROPUESTA.....	70
6.1. Datos Informativos.....	70
6.2. Antecedentes de la propuesta.....	71
6.3. Justificación.....	72
6.4. Objetivos	72
6.5. Fundamentación.....	73
6.6. Metodología Modelo Operativo.....	102
6.7. Administración.....	104
6.8. Previsión de la revaluación.....	105
C) MATERIALES DE REFERENCIA.....	110
1 Bibliografía.....	111
2 Anexos.....	113

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°.1	Categorías fundamentales.....	22
Gráfico N°.2	Constelación de Ideas de la Variable Independiente	23
Gráfico N°.3	Constelación de Ideas de la Variable Dependiente	24
Gráfico N°.4	Actividades físicas recreativas.....	50
Gráfico N°.5	Juegos y dinámicas.....	51
Gráfico N°.6	Horarios en la práctica de actividades recreativas...	52
Gráfico N°.7	Actividades físicas recreativas que participan.....	53
Gráfico N°.8	Relaciones con Padres.....	54
Gráfico N°.9	Actividades en tu tiempo libre.....	55
Gráfico N°10	Gusto por actividades físicas recreativas.....	56
Gráfico N°11	Motivación en actividades recreativas.....	57
Gráfico N°12	Realización de actividades recreativas.....	58
Gráfico N°13	Motivación a estudiantes.....	59
Gráfico N°14	Realización de actividades recreativas con niños.....	60
Gráfico N°15	Tiempo libre.....	61
Gráfico N°16	Razones por no realizar actividades recreativas.....	62
Gráfico N°17	Participación a actividades recreativas.....	63
Gráfico N°18	Planificación en actividades recreativas.....	64
Gráfico N°19	Para que sirven actividades recreativas.....	65
Gráfico N°20	Que actividades realizan en su tiempo libre.....	66

INDICE DE CUADROS

Cuadro N°. 1	Árbol del problema.....	6
Cuadro N°. 2	Enfoque de la investigación.....	41
Cuadro N°. 3	Población y muestra.....	45
Cuadro N°. 4	Operación de variables Independiente.....	46
Cuadro N°. 5	Operación de variables Dependiente.....	48
Cuadro N°. 6	Actividades físicas recreativas.....	50
Cuadro N°. 7	Juegos y dinámicas.....	51
Cuadro N°. 8	Horario en la práctica de actividades recreativas..	52
Cuadro N°. 9	Actividades físicas recreativas que participa.....	53
Cuadro N°. 10	Relaciones con padres.....	54
Cuadro N°. 11	Actividades en su tiempo libre.....	55
Cuadro N°. 12	Gusto por actividades físicas recreativas.....	56
Cuadro N°. 13	Motivación en actividades recreativas.....	57
Cuadro N°. 14	Realización de actividades recreativas.....	58
Cuadro N°. 15	Motivación a estudiantes.....	59
Cuadro N°. 16	Realización de actividades recreativas.....	60

Cuadro N°. 17	Tiempo libre.....	61
Cuadro N°. 18	Razones de no realizar actividades recreativas....	62
Cuadro N°. 19	Participación de actividades recreativas.....	63
Cuadro N°. 20	Planificación de actividades recreativas.....	64
Cuadro N°. 21	Para qué sirven las actividades recreativas.....	65
Cuadro N°. 22	Que actividades realizan en su tiempo libre.....	66
Cuadro N°. 23	Modelo operativo.....	102
Cuadro N°. 24	Administración.....	104
Cuadro N°. 25	Plan de actividades.....	106
Cuadro N°. 26	Plan de actividades.....	107
Cuadro N°. 27	Plan de actividades.....	108
Cuadro N°. 28	Plan de actividades.....	109
Cuadro N°. 29	Cronograma.....	118

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

TEMA: “ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA AMÉRICA DE LA PROVINCIA DE PASTAZA EN EL AÑO 2013.”

AUTORA: Irma Verónica López Riofrío

TUTOR: PhD. Montserrat García

Resumen:

La siguiente investigación se realizó en la Escuela América en la comunidad de Nuevo Mundo de la provincia de Pastaza en el periodo escolar en la cual participaron los estudiantes, profesores y miembros de la comunidad.

El motivo de esta investigación es determinar el desconocimiento en una correcta utilización de los deportes por la mala ocupación del tiempo libre, en actividades inadecuadas. De ahí parte el proponer un plan de actividades recreativas en su tiempo libre para los niños y niñas de 6 a 12 años que regulen el rendimiento físico, deportivo y cognitivo.

La práctica actividades recreativas incrementa el desarrollo físico general del organismo está también asociada a la competitividad deportiva también se reconocen como deportes actividades competitivas que combinan tanto al físico como al intelecto, y no sólo una de ellas.

INTRODUCCIÓN

La forma de utilización del tiempo libre constituye un aspecto de la vida, que juega cada vez mayor importancia para el ser humano, reflejándose en todas las formas de su vida, pues contiene la vida cultural, recreativa, cognoscitiva y deportiva del mismo el cual puede, en su tiempo libre, integrarse a pleno gusto a las actividades recreativas para satisfacer el interés del placer, de esparcimiento, entre otras manifestaciones.

Atendiendo a toda la importancia que se le concede a la recreación física y que permite alcanzar y consolidar entre los niños hábitos saludables, otros niveles de sociabilización, autoestima, sentido de pertenencia, capacidad de razonamiento y toma de decisiones, entre otros valores, es que se propone un proyecto de actividades físicas-recreativas para aplicar en la escuela América, pues carecen de diversidad de opciones recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños y (as), constituyendo está la situación problemática a resolver .

La recreación es un fenómeno social que surge con la necesidad del empleo de la actividad física durante el tiempo libre proporcionándole a los seres humanos felicidad, satisfacción inmediata, desarrollo de la personalidad, pero por sobre todas las cosas, salud, sin que medien entre las personas intereses competitivos y mucho menos económicos.

Para que este cumpla su rol y responda a los intereses y demandas recreativas de los participantes a la hora de seleccionar y elegir la diversidad de ofertas disponible en beneficio de su bienestar físico y espiritual ya sea como espectadores activos o pasivo

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.- TEMA DE INVESTIGACION

Actividades físicas recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños de la Escuela América de la provincia de Pastaza.

1.2. - PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La mayoría de los Centros Educativos del Ecuador se encuentran ubicados en las zonas rurales siendo en su mayoría unidocentes y pluridocentes las mismas que no cuentan con docentes especiales dentro de ellos, profesionales en el área de cultura física afectando directamente en el desarrollo psicomotriz de nuestros niños. En el cantón y provincia de Pastaza las instituciones educativas carecen de infraestructura deportiva y por ende de profesionales en el área de cultura física ello ha causado un serio perjuicio en la niñez lo que no ha permitido desarrollar las capacidades motrices que tienen los niños y niñas en la edad escolar por ello es necesario incrementar dentro de la comunidad actividades físicas recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños y niñas de la escuela América y así mejorar su actividad física y deportiva.

La forma de utilización del tiempo libre constituye un aspecto de la vida, que juega cada vez mayor importancia para el ser humano, reflejándose en todas las formas de su vida, pues contiene la vida cultural, recreativa, cognoscitiva y deportiva del mismo el cual puede, en su tiempo libre, integrarse a pleno gusto a las actividades recreativas para satisfacer el interés del placer, de esparcimiento, entre otras manifestaciones.

Atendiendo a toda la importancia que se le concede a la recreación física y que permite alcanzar y consolidar entre los niños hábitos saludables, otros niveles de sociabilización, autoestima, sentido de pertenencia, capacidad de razonamiento y toma de decisiones, entre otros valores, es que se propone un proyecto de actividades físicas recreativas para ocupar el tiempo libre de los de los niños y niñas.

Es conocido para todos el interés que tiene nuestro gobierno en la atención hacia los niños y su bienestar para alcanzar una infancia Feliz. A pesar de todo el esfuerzo, aún existen dificultades para la incorporación y participación de estos a las actividades, debido a las pocas ofertas de actividades recreativas. De ahí la importancia de incorporar al niño a las actividades físico-recreativas, en conjunto con la participación de la familia con una atención diferenciada e integradora basada en su propia participación, que soluciona sus problemas educativos y les ayuda a superar los familiares y sociales.

La Educación Física es un proceso pedagógico orientado a influir en el organismo humano a través de los actividades físicos- recreativas, con la finalidad de robustecer la salud, educar y desarrollar las cualidades motrices, correspondencia con las exigencias que la sociedad demanda: formar y mejorar hábitos motores necesarios para la vida y crear un ciudadano preparado para su participación activa en la vida social, cultural y productiva.

1.2.1.- CONTEXTUALIZACIÓN

A nivel nacional el Gobierno Central por medio del Ministerio de Educación implementa. El Plan Decenal de Educación el mismo que está encaminado a resolver los problemas del que hacer educativo, en lo referente a infraestructura, personal docente.

En torno a este tema se puede observar que los problemas en la educación siguen existiendo. Específicamente, en el área de

Cultura Física afectando así a los niños que día a día asisten a los centros educativos, sin permitirles desenvolverse adecuadamente por eso es de mucha importancia que el juego y la recreación sean un punto clave para un mejor desarrollo de la motricidad gruesa.

La Cultura Física se ha convertido una pieza fundamental para el desarrollo psicomotriz de los niños, jóvenes y adultos, a la vez en todo los campos del deporte.

El proyecto de actividades físicas recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños y niñas de la escuela América traerá consigo un beneficio social y con ello el mejoramiento de la calidad de vida de los mismos, promoción de salud, empleo sano y productivo del tiempo libre, elevación de la cultura y educación de los niños apoyados por los factores de la comunidad.

En las Direcciones Provinciales de Educación poco o nada se ha hecho por dar solución a este problema, falta de gestión administrativa para realizar adecuadamente el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños que ayuda al proceso de enseñanza aprendizaje, sumado a esto la mala utilización del tiempo libre de los niños, esto ha perjudicado porque no se puede desarrollar el talento en diferentes actividades deportivas, siendo la causa para no tener deportistas competitivos a nivel cantonal, provincial y nacional . A la vez tienen deficiencia en realizar actividades físicas recreativas dentro y fuera de las instituciones.

En la Educación Física tiene una gran importancia el trabajo fuera de la escuela realizado por la Recreación Física, tanto por el sistema de las instituciones y organizaciones socioeducativas, como las recreativas propiamente sobre la base de su libre

elección se incluyen como factores decisivos sus intereses y necesidades, lo que proporciona a este trabajo carácter especial.

La Institución educativa que se encuentran en la vía Macas – Pomona, no cuentan con infraestructura deportiva, para la escuela fiscal mixta América lo que evidencia que la práctica deportiva no sea realiza adecuadamente, la falta de interés por parte de los directivos y padres de familia de este centros no han permitido que se concrete este problema que es muy evidente.

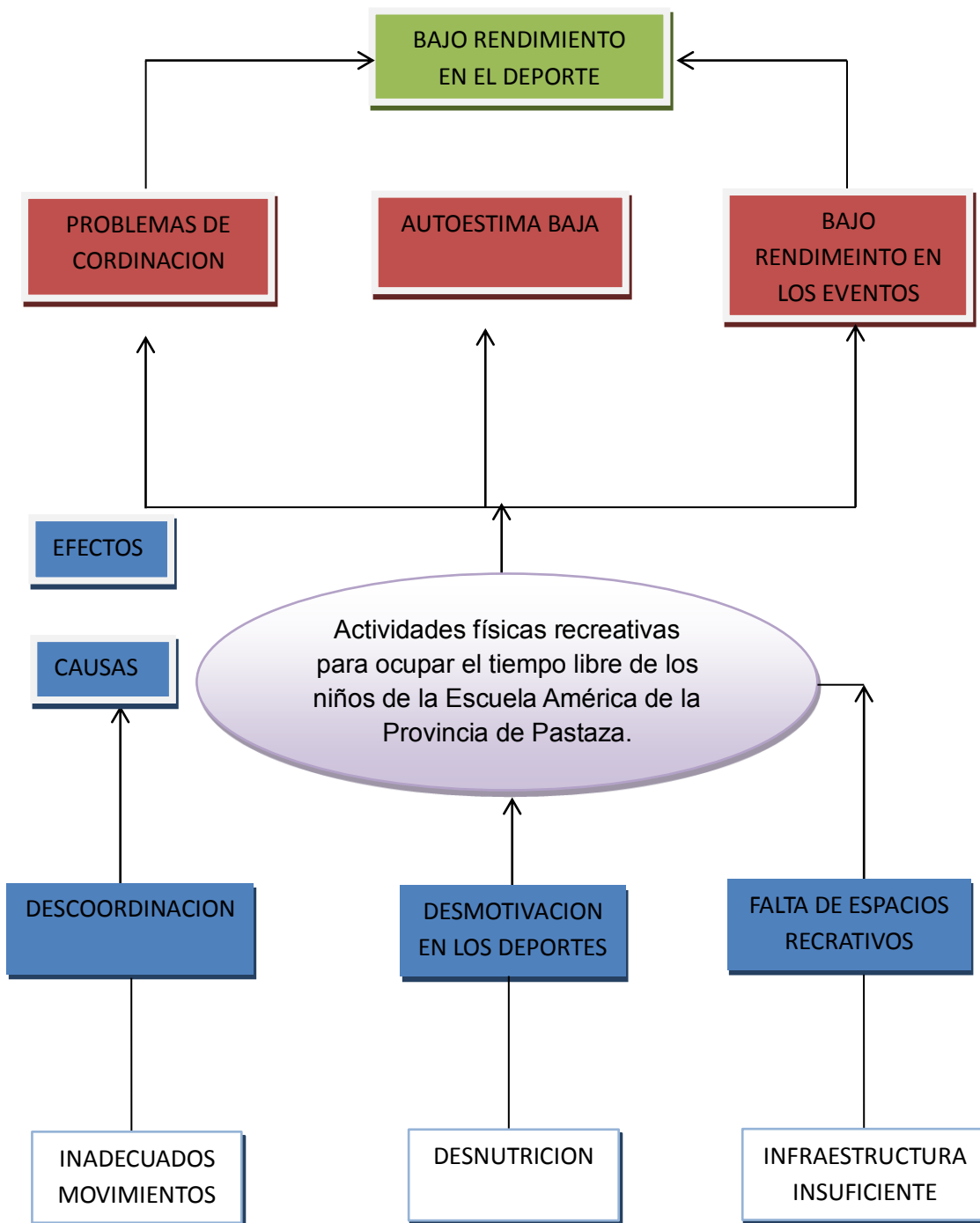
Las Condiciones Físicas que presentan este plantel educativo no son propicias, en comparación con las escuelas completas, los planteles unidocentes y pluridocentes se encuentran en situación de mayor carencia de recursos, mobiliario e infraestructura, por eso es necesario trabajar con material del medio que ayuden con la implementación actividades físicas recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños y niñas siendo este de suma importancia al desarrollo actividades de sano espaciamento, deportes, y las actividades lúdicas.

El desarrollo motriz del niño es una labor que se debe rescatar .El maestro conoce aquellas tareas que pongan en juego habilidades y destrezas.

El maestro puede hacer que sus alumnos practiquen el equilibrio con su propio cuerpo en el aula, en el patio durante mucho o poco tiempo, individual o colectivamente. Los procesos educativos sustentados en la diversidad deben considerar la participación equitativa de docentes hombres y mujeres como estrategia para la configuración escolar como un proceso de enriquecimiento, donde predomine el diálogo, la participación y el respeto a las diferencias del otro, como resultados transformación del individuo como persona activa.

ARBOL DEL PROBLEMA

CUADRO N°1



1.2.2 ANALISIS CRÍTICO

Las actividades físicas recreativa para ocupar el tiempo libre son muy importantes siendo así que en tempranas edades se practica diferentes juegos de recreación para que el niño tenga afinidad en diferentes deportes. La descoordinación que existe en cada una de los niños (as) se basa en los movimientos inadecuados que se ha venido realizado en el transcurso del tiempo por un desconocimiento de los docentes en la utilización de técnicas activas de se ve afectado y se refleja problemas de coordinación en tempranas edades.

La desmotivación en los deportes que tiene dicha escuela es por falta de motivación y la desnutrición afectando directamente a su autoestima ya que no se realizan actividades recreativas en el tiempo libre. Practican algunas actividades deportivas que están planificadas pero no son sistemáticas y no se ajustan a las preferencias y gustos, por lo que la práctica de actividades físicas deportivas recreativas no ocupa un lugar tan importante dentro del esparcimiento de los niños de esta comunidad.

Los niños que viven en dicha comunidad carecen de infraestructura y por ende faltan espacios recreativos que se ajusten a sus necesidades ya que esto ocasiona que exista un bajo rendimiento en los eventos deportivos. Por lo tanto es menester implementar actividades físicas recreativas que llamen la atención de los niños, que se ajusten a sus necesidades y con una secuencia, obteniendo lo resultados propuestos en el proyecto. Que mejorar su calidad de vida utilizando bien su tiempo libre. Por eso ineludible que el profesor de cultura física forme niños con alta autoestima y mire al deporte representado en una actividad que rebasa de actividades competitivas, practicada como ejercitación

física, portadora de valores, integradora social y perfeccionadora de cuerpo.

1.2.3 PROGNOSIS

En la investigación realizada a la Escuela fiscal mixta América es visible ya que las mismas no cuentan con actividades físicas recreativas para ocupare el tiempo libre de los niños de esta comunidad. La Cultura Física por ende engloba todos estos problemas, también es preocupante que los niños y niñas de los planteles educativos cuentan con pequeños espacios deportivos y no exista material para trabajar buscando así otros lugares para divertirse o malas amistades..

El deporte es algo vital para todo ser humano, sino se desarrolla con los recursos tanto humanos como materiales no existiría eficacia en el proceso enseñanza aprendizaje. Es fundamental elaborar un plan de actividades físicas recreativas que motiven a los estudiantes y mejoren su capacidad física, mental y emocional.

Si no se da esta propuesta dicha actividad afectaría el desarrollo psicomotriz, existiría desmotivación en los niños y por ene habría un bajo rendimiento en los eventos deportivos.

1.2.4.-FORMULACION DEL PROBLEMA ESPECÍFICO

¿Cómo contribuir a la ocupación de actividades físicas recreativa en el tiempo libre de los niños de la escuela América de la provincia de Pastaza?

1.2.5.- INTERROGANTES DE LA INVESTIGACIÓN

¿Cómo satisfacer las necesidades recreativas en niños?

¿Será de mucha importancia realizar actividades físicas recreativas para el desarrollo motriz de los niños y niñas?

¿Cómo ocupar el tiempo libre de los niños de la escuela América?

1.2.6.- DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

El presente problema se lo realizara con los niños de la escuela Fiscal Mixta América del cantón Pastaza de la provincia de Pastaza de la vía Macas – Pomona en la ciudad de Puyo.

Delimitación de Contenido

- **Campo:** Educativo
- **Área:** Deportiva
- **Desarrollo:** desarrollo psicomotriz

DELIMITACIÓN ESPACIAL

La presente investigación se realizara a los estudiantes de la Escuela Fiscal Mixta América.

DELIMITACIÓN TEMPORAL

El presente trabajo de investigación se realizará durante el año 2013.

1.3. JUSTIFICACIÓN

El objetivo esencial para caracterizar el fenómeno estudiado, antecedentes de investigaciones realizadas referentes al objeto de estudio y poder emplear un plan para confeccionar las actividades de la recreación física en el sector con los programas recreativos donde debemos significar las principales dificultades encontradas en el sector.

Conociendo que la práctica deportiva es fundamental para el desarrollo del cuerpo la mente y el alma.

La mayoría de niños trabaja en el campo por eso me he propuesto en realizar este proyecto que tiene como único fin de mejorar la calidad de vida de los niños en su tiempo libre implementando actividades físicas recreativas en la Escuela Fiscal Mixta América en la comunidad de Nuevo Mundo.

La **utilidad** de este Proyecto Físico-Recreativo, es para el logro y disfrute, de las actividades atendiendo a sus gustos y preferencias, desde una posición individual, participativa e integral de todos los factores y actores de la Comunidad en una integralidad en beneficio al disfrute de estos niños. A la práctica de actividades físico-recreativas. Consistirá en la implementación de diferentes actividades de carácter físico-recreativo en su entorno, acondicionado para ello cualquier día a la semana que propicie la utilización del tiempo libre y dirigido a los gustos y preferencias.

Las actividades físicas- recreativas son **factibles** porque comprenden una educación basada en el estudio del hombre, para su desarrollo en interacción con el medio ambiente, que conduzca a la formación de hábitos, habilidades, destrezas y valores. Conformándose como parte de su accionar de toda su vida, hacia el respeto, la moral, el cooperativismo, el patriotismo y solidaridad, es decir una enseñanza centrada en el saber, convivir y hacer que se resuma en la formación del ser social. Así como se expresa educación para todos y todas en un continuo desarrollo del ser

social en consideración con los períodos de vida, niñez, adolescencia, juventud, adultez y vejez, para formar los ciudadanos y ciudadanas que requiere nuestro país.

Al a vez es **importante** porque permite, conducir, dinamizar, cualificar y apoyar las acciones comunitarias dirigidas a la atención diferenciada a los menores en situación de desventaja social; con la concertación y participación protagónica de los diversos factores y actores sociales. El fortalecimiento y la creación de nuevos espacios de socialización, para la educación, recreación y sano esparcimiento es una de las vías apropiadas para realización de este Proyecto.

La buena disposición por parte de la población y la consideración del aprovechamiento de los recursos naturales, estrategias de desarrollo local en las actividades físicas de tiempo libre.

Es de mucho **interés** para los niños ya que son considerados como el factor humano que tiene gran importancia en el desarrollo de la sociedad, por lo tanto, es primordial trazar acciones dirigidas a la inserción a la programación de las tareas de la recreación física. Ellos se encuentran en una etapa de formación y evolución de la personalidad, por lo que se manifiestan de muy variadas formas en las diversas actividades que desarrollan.

Para esta edad el ser independiente, conocer nuevas experiencias, la formación de valores generales y específicos, la adquisición constante de conocimientos, y el establecimiento de relaciones sociales establece expectativas que determinan necesidades del ser humano y que constituyen las pautas imprescindibles a tener en cuenta en la formación del hombre nuevo. Las necesidades de la recreación para estas personas se logran a través del establecimiento de una adecuada programación recreativa que vaya dirigida y garantice el desarrollo integral de la personalidad y con ello, las relaciones sociales humanas.

El **impacto** es el logro del desarrollo de este proyecto y que pueden observarse a largo plazo. Este proyecto es factible porque es creado con el objetivo de masificar la Recreación, el Deporte, y la Cultura Física en general en las comunidades con el apoyo de los gobiernos seccionales de la provincia con el único fin de divertirse, compartir con amistades y estrechar lasos de amistad.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVOS GENERAL

Implementar un proyecto de actividades físicas recreativas que permita una utilización eficiente y eficaz del tiempo libre para niños (as) de la escuela América de la provincia de Pastaza.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Determinar los elementos teóricos conocidos acerca de las actividades físicas recreativas en edades infantiles.
2. Promover actividades físicas recreativas para los niños de 6 a 12 años teniendo en cuenta sus intereses y el entorno geográfico para su realización.
3. Analizar cómo influyen las actividades físico-recreativas en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de la escuela América.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1.- ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

B. Grushin, citado por Dr. C. Alejandro E. Ramos Rodríguez (2002) afirma: "Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que quedan después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.), es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones.

Se puede decir que el tiempo libre es teórico: "Aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para sí, una vez que con su trabajo (de acuerdo a la función o posición de cada uno de sus miembros) ha aportado a la colectividad, lo que esta necesita para su reproducción material y espiritual siendo, a su vez, premisa para una reproducción con ciertas condiciones socio - económicas favorables, que permitan satisfacer las necesidades básicas vitales, que permite al individuo desarrollar actividades de carácter físico recreativas, de forma voluntaria y acorde a sus gustos y preferencias, y es en este tiempo donde se va a poner de manifiesto La Recreación y dentro de esta la Recreación Física.

Los seres humanos sólo existen en el seno de conjuntos de individuos que reciben el nombre de grupos sociales, estos son un dato tan central, que hay quien define a la sociología como la ciencia que estudia los grupos sociales, y es que el grupo constituye una estructura inicial observable. Así, aunque se quiera saber algo de la humanidad, la sociedad, el ser del hombre y demás categorías, en la

práctica su tarea se concentra en el estudio de grupos concretos y la conducta de los individuos en el seno de tales grupos (Thelen, 1974).

Un grupo no es pues una categoría de individuos, lo que en estudios de población se llama grupo de edades, no es sino una manera de agrupar datos estadísticos, ello no significa que un dato como la edad, y que resulte una característica común no pueda dar lugar a la formación de un grupo. En ese caso nos encontramos con una integración durable. El hecho es que son grupos aquellas colectividades cuyos miembros demuestran poseer conciencia grupal, cohesión en la acción e integración mutua, como quiera que estas cualidades varíen de intensidad y complejidad, la clasificación de los grupos humanos resulta difícil. No obstante, el grupo es un hecho tan elemental que afirmar su existencia no es más que un primer paso, que se refiere a un dato básico de la naturaleza humana: el hombre existe a través de grupos sociales

Se debe aclarar que el hecho de que las actividades que se realicen en el tiempo libre no son obligatoriamente necesarias, no contradice la importancia que se le concede a las actividades físicas recreativas, puesto que cada individuo debe realizarlas como una necesidad individual de cada cual en la práctica social de la comunidad, que contribuya a su desarrollo espiritual, a la creación de la capacidad de disfrutar plena y diversificada de las alternativas que la sociedad ofrece, a la formación de una personalidad creativa, culta y sana, que conozca que le rodea de la forma más amplia posible, y que encuentre vías de realización y de expresión en campos diversos de la sociedad.

Algunas consideraciones con respecto al concepto de recreación.

Otro concepto de Recreación muy diferente al propuesto por Aldo, pero que en esencia se refiere a lo mismo es el de Ethel Medeiros (1969).

"Concepto de Recreación: Si cada uno de nosotros hiciese un rol de sus actividades recreativas y si tales listas fuesen puestas lado a lado, encontraríamos las más diversas ocupaciones. Figurarían, por cierto, cosas tan diferentes como lectura y natación, música y excursionismo, pintura y fútbol, cine, teatro y cocina, danza y pesca, etc. Saltaría a nuestros ojos que la recreación comprende un número infinito de experiencias en una multiplicidad de situaciones. Evidentemente no será el tipo de ocupación. Lo que caracteriza a todas es la actitud del individuo, la disposición mental de quien a ellas se entrega, por propia elección, en sus horas libres. Lo que para unos constituye un trabajo pesado, para otros es recreo, es pasatiempo. Cualquier ocupación puede ser justamente considerada recreativa, siempre que alguien se dedique a ella por su voluntad, en su tiempo libre, sin tener en vista otro fin que no sea el placer de la propia actividad y que en ella encuentre satisfacción íntima y oportunidad para recrear.

Para Aldo Pérez Sánchez (1997) Recreación Física: Es el conjunto actividades de contenido Físico- Deportivo, Turístico o Terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

El Dr. C. Alejandro E. Ramos Rodríguez (2002) refiere que la Recreación Física "es toda la actividad de contenido físico, deportivo y turístico a las que se dedica el hombre en el tiempo libre con fines de entretenimiento, esparcimiento al aire libre, competición o prácticas sistemáticas de actividades específicas, siempre y cuando prime su voluntad y la selección de cuándo, cómo y dónde las realiza en función de su desarrollo personal.

Se coinciden con estos conceptos, pero además se considera que con la actitud que enfrente el hombre dicha actividad, o sea con carácter voluntario, sin obtener ganancias materiales y en el tiempo libre, estas deben aportar elementos positivos a la personalidad, satisfacción de la necesidad de movimientos y desarrollo activo y creador.

Acorde a la actitud que asumen los consumidores de la Recreación Física, Martínez del Castillo (1985) define ésta “como aquella condición emocional interior del individuo que emana de las sensaciones de bienestar y de propia satisfacción proporcionadas por la preparación, realización y/o resultados de alguna de las variadas formas de actividad física (con fines no productivos, militares, terapéuticos) existentes”.

En resumen como dice Miranda (1996) la función más importante de la recreación es procurar al individuo bienestar, expresión, sano desarrollo de sus capacidades creativas, expansión de sus horizontes personales.

Coincidiendo con estos criterios, la Dra. María Elena García Montes y el Dr. Francisco Ruiz Juan (1982) refieren que la práctica de actividades físicas recreativas 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.

Al asumir todos estos criterios anteriormente expuestos, se resume que la Recreación Física es el conjunto de actividades de carácter físico, deportivo, recreativo y turístico, que pueden desarrollarse al aire libre, en una instalación deportiva, o áreas destinada para ello,

realizadas en el tiempo libre, de forma espontánea, opcional y que van a proporcionar al individuo satisfacción de las necesidades de movimiento, desarrollo de hábitos y conductas positivas y mejoramiento de sus relaciones sociales, además de favorecerla su salud y aumento de la calidad de vida.

2.2.- FUNDAMENTACION FILOSOFICA

La existencia de estas dificultades, motiva al interés de realizar este estudio en función de la búsqueda de algunas soluciones para contribuir a una correcta distribución en la ocupación y aprovechamiento del tiempo libre de los niños.

Precisamente el análisis valorativo, crítico y reflexivo de las insuficiencias presentadas deviene en problema científico.

En el proceso de formación física del niño se manifiestan infinidad de situaciones motrices que favorecen o atrasan el desarrollo de ahí que el medio en el que se desenvuelve el infante debe proporcionarle acciones capaces de estimular este importante periodo. Es entonces sensato prestar especial atención en estos primeros periodos del desarrollo motriz del niño.

La Actividad Física representa una fuente inagotable de posibilidades de desarrollar o reforzar en el niño las más variadas habilidades físicas y educativas, por lo que tiene gran importancia para su desarrollo, el estudio permanente de las circunstancias que puedan afectar o favorecer este proceso, cualquiera que sea el escenario en que se encuentre el niño y quienes influyen en su desarrollo motor.

2.3.- FUNDAMENTACION LEGAL

Conforme al Art. 13 de la Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, el Ministerio del Deporte, es el órgano rector y planificador del deporte, educación física y recreación y le corresponde establecer, ejercer, garantizar y aplicar las políticas, directrices y planes aplicables en las áreas correspondientes para el desarrollo del sector de conformidad con lo dispuesto en la Constitución, Leyes instrumentos internacionales y reglamentos aplicables.

El área de educación física, recreación y deportes se está transformando de acuerdo con las exigencias que la sociedad hace a la educación, las orientaciones de la Ley 115 y sus normas reglamentarias.

Este documento es resultado de una reflexión participativa y crítica, y tiene como propósito servir de orientación y apoyo a los docentes del área para el desarrollo curricular dentro de los proyectos educativos institucionales.

Las finalidades de esta área se centran en el desarrollo humano y social, en un proyecto educativo que privilegia la dignidad humana, la calidad de vida, el desarrollo de la cultura y el conocimiento, la capacidad de acción y la participación democrática. Se reconoce la educación física, recreación y deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica), y no sólo en una de ellas.

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

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

2.4.- CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

Recreación: Es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el aprovechamiento del tiempo libre mediante actividades deportiva, culturales, Profilácticas, terapéuticas, cognoscitivas, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Presupuesto de tiempo libre: Investigación que se realiza con el objetivo de conocer las labores básicas que realiza el individuo (trabajar, estudiar, transportación, tareas domésticas, necesidades bio-fisiológicas en un espacio de 24 horas).

Recreación Física: Es la relación de actividades de diversos tipos ejecutados en un tiempo libre van a tomar como marco de acción una instalación, campo deportivo o simplemente los recursos que ofrece la naturaleza para brindar al individuo la satisfacción de la necesidad de movimiento.

Cultura Física: Es una parte de la cultura general de la sociedad y de la cultura individual, su contenido específico se fundamenta en el huso racional que da el hombre a su actividad motora a fines de contribuir a la optimización de su desarrollo físico y rendimiento motor para enfrentar con éxito la tarea de su vida propia y de la sociedad.

Empleo racional y sano del tiempo libre: es la distribución armónica del tiempo libre en un conjunto de actividades variadas, que por su contenido y uso van a contribuir al desarrollo integral de las dimensiones física, psíquica y sociocultural de los estudiantes

Recreación Sana: A través de la valoración exhaustiva de las actividades planificadas, luego de tener el diagnóstico de las necesidades recreativas, resultado de la interpretación de la encuesta aplicada a los jóvenes objeto de estudio y teniendo en cuenta los elementos para el disfrute de la recreación sana y la entrega de los estudiantes para el aprovechamiento correcto del tiempo libre contribuiríamos a la diversión y el desarrollo armónico de los mismos.

Promotor de recreación: El promotor de recreación forma parte del personal técnico que ayuda a desarrollar el trabajo de los profesores de recreación en los objetivos asignados en su demarcación, el cual facilitará los indicadores de los proyectos recreativos, valorando los intereses de los participantes y aglutinando los equipos para desarrollar competencias recreativas, divulgando los calendarios de juego, cooperando con sus conocimientos en la planificación y ejecución de los programas recreativos y con su apoyo facilitará al profesor de recreación un mejor desarrollo de los programas físicos - recreativos - deportivos.

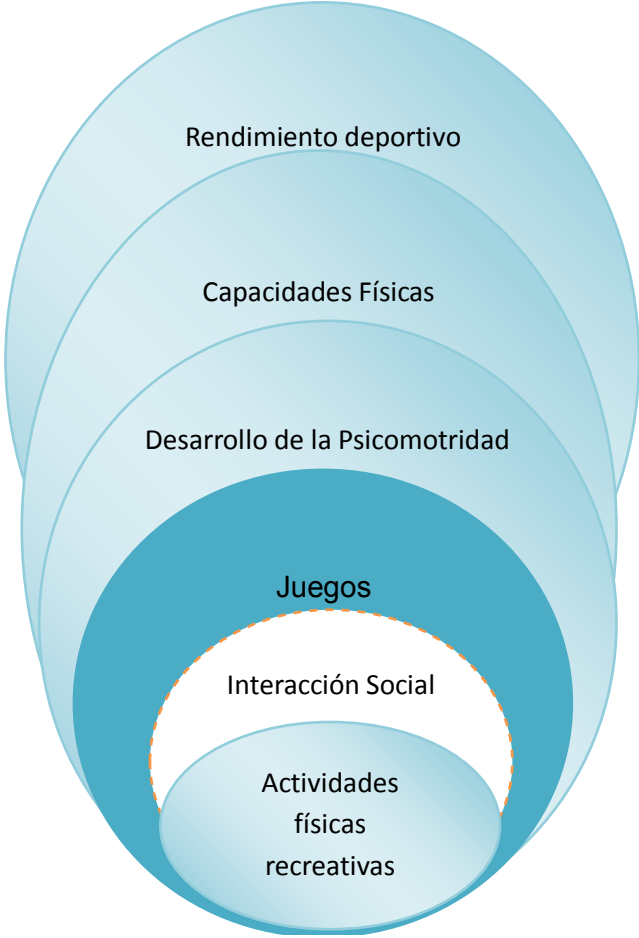
Profesores de recreación: Esta fuerza técnica forma parte de los subsistemas de la recreación, del cual es el encargado de planificar, ejecutar y controlar las actividades físicas recreativas y deportivas con grupos poblacionales del sector, crear recursos y materiales para desarrollar actividades, usar adecuadamente el personal de servicio, seleccionar y capacitar a los activistas de recreación física para apoyar el desarrollo de actividades recreativas, seleccionar el complejo territorial natural, cultural y geográfico existente con el

objetivo de no caer en programas repetitivos y hacer estable el trabajo con los promotores en la población.

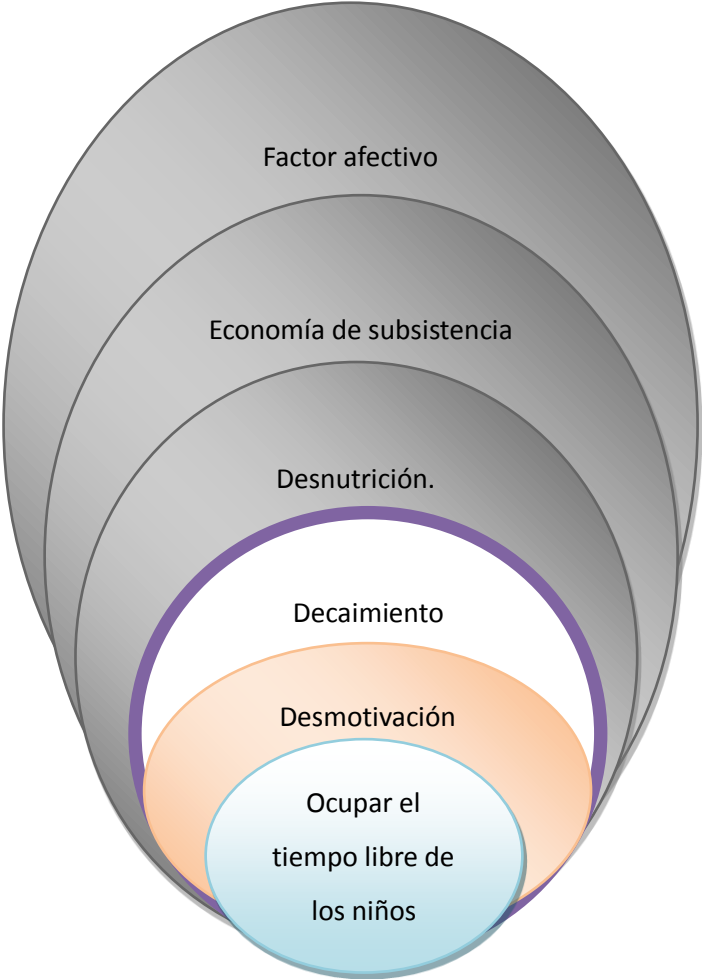
2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

GRAFICO N°1

VARIABLE INDEPENDIENTE

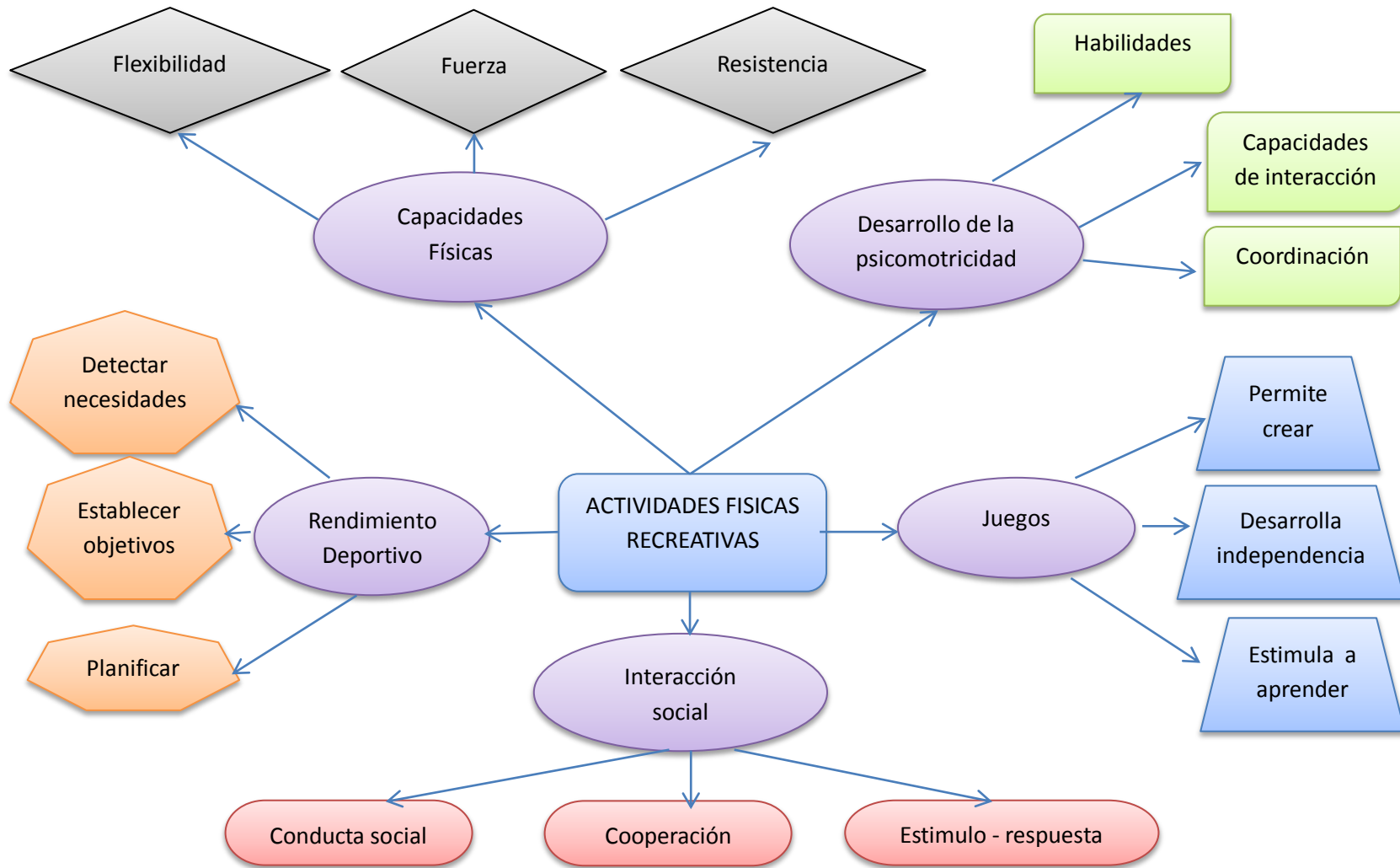


VARIABLE DEPENDIENTE



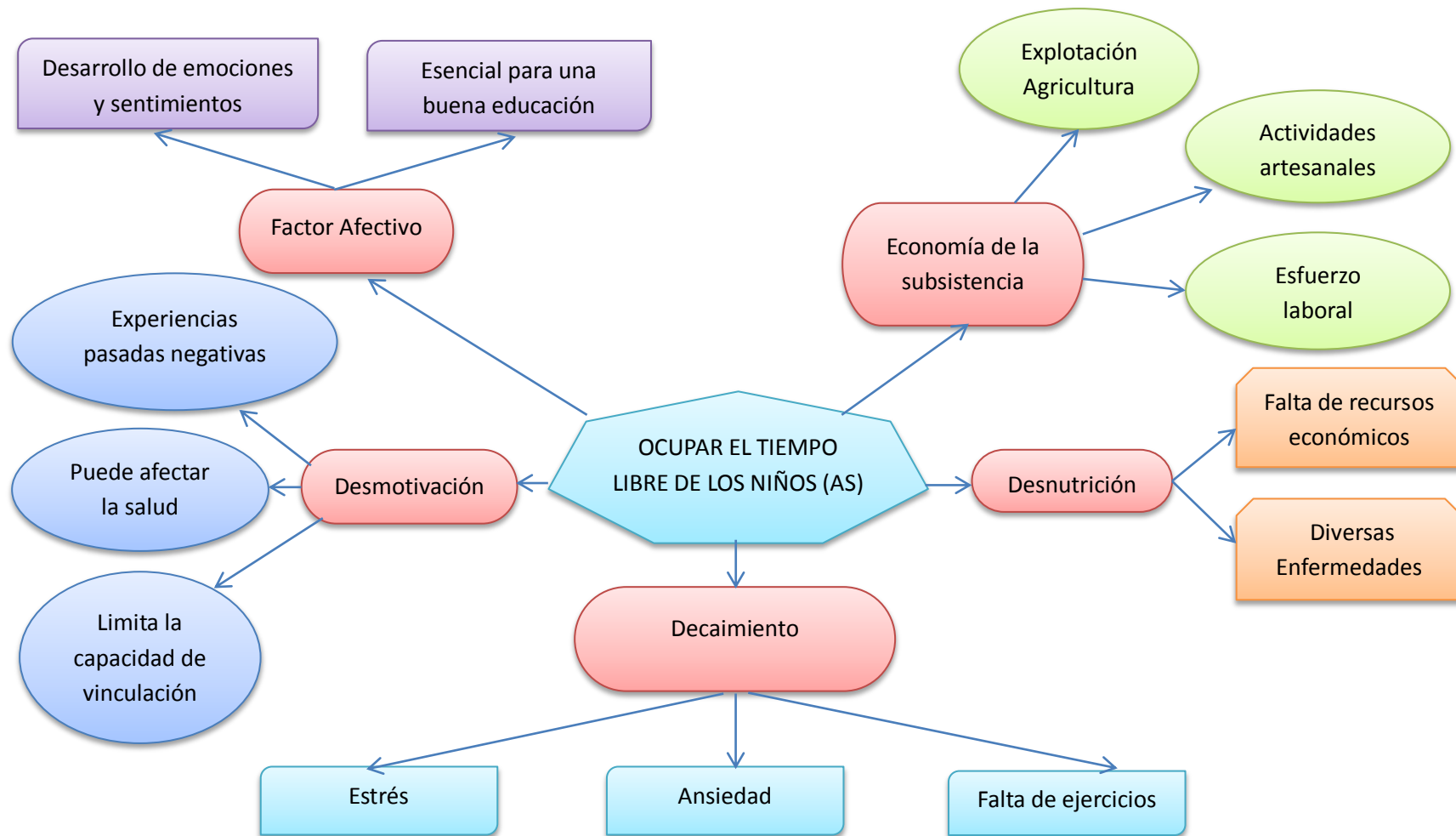
Elaborado por: Irma Verónica López R

GRÁFICO N° 2: CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE



Elaborado por: Irma Verónica López R

GRÁFICO N° 3: CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE DEPENDIENTE



Elaborado por: Irma Verónica López R

2.4.1 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

Rendimiento deportivo

El **deporte** es toda aquella actividad física que involucra una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada (campo de juego, cancha, tablero, mesa, etc.) a menudo asociada a la competitividad deportiva. Por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), requiere competición con uno mismo o con los demás. Sin embargo, también se reconocen como deportes actividades competitivas que combinan tanto físico como intelecto, y no sólo una de ellas. También hay colectivos practicantes de determinadas actividades, donde sólo se usa el físico, o bien sólo el intelecto, que reclaman su actividad como deporte.

Básicamente, podemos entender el rendimiento deportivo como la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas. Es por esta razón que resulta fundamental que abordemos la preparación en cualquier deporte desde una perspectiva global, de conjunto. Cuantos más aspectos trabajemos, más probabilidades tendremos de conseguir los resultados deportivos deseados.

Por desgracia, esto no siempre lo tenemos en cuenta. Con frecuencia, nuestros planes de entrenamiento se centran en alguno o algunos de los factores que contribuyen al rendimiento deportivo, descuidando otros de igual o mayor importancia. Y es en los momentos más importantes, las competiciones, donde se manifiestan en toda su intensidad nuestras deficiencias. Es fundamental, por lo tanto, que tengamos en cuenta esta perspectiva global 1) detectando necesidades y estableciendo objetivos concretos en cada factor específico.

2) Planificando y aplicando el trabajo a realizar. 3) Evaluando la calidad y eficacia de lo realizado.

Capacidades Físicas

Las capacidades físicas básicas son condiciones internas de cada organismo, determinadas genéticamente, que se mejoran por medio de entrenamiento o preparación física y permiten realizar actividades motrices, ya sean cotidianas o deportivas y son las siguientes:

Capacidades físicas condicionales:

Flexibilidad: permite el máximo recorrido de las articulaciones gracias a la elasticidad y extensibilidad de los músculos que se insertan alrededor de cada una de ellas. Es una capacidad física que se pierde con el crecimiento. La flexibilidad de la musculatura empieza a decrecer a partir de los 9 o 10 años si no se trabaja sobre ella; por eso la flexibilidad forma parte del currículo de la Educación Física, ya que si no fuera así supondría para los alumnos una pérdida más rápida de esta cualidad.

La Fuerza: consiste en ejercer tensión para vencer una resistencia, es una capacidad fácil de mejorar. Hay distintas manifestaciones de la fuerza: si hacemos fuerza empujando contra un muro no lo desplazaremos, pero nuestros músculos actúan y consumen energía. A esto se le llama Isométrica. Con este tipo de trabajo nuestras masas musculares se contornean porque se contraen y la consecuencia es que aumenta lo que llamamos “tono muscular”, que es la fuerza del músculo en reposo. Si en vez de un muro empujamos a un compañero, que lo desplazaremos y se produce una contracción de las masas musculares.

La resistencia: es la capacidad de repetir y sostener durante largo tiempo un esfuerzo de intensidad bastante elevada y localizada en algunos grupos musculares.

Depende en gran parte de la fuerza de los músculos, pero también del hábito de los grupos musculares usados prosiguiendo sus contracciones en un estado próximo a la asfixia, pero sin alcanzar un estado tetánico. En esta forma de esfuerzo, la aportación del oxígeno necesario a los músculos es insuficiente. No pueden prolongar su trabajo si no neutralizan los residuos de las reacciones químicas de la contracción muscular. El organismo se adapta a la naturaleza del trabajo gracias a la producción de sustancias que impiden los excesos de ácidos y mediante el aumento de sus reservas energéticas.

La velocidad: es la capacidad de realizar uno o varios gestos, o de recorrer una cierta distancia en un mínimo de tiempo. Los factores que determinan la velocidad son de orden diferente:

Muscular, en relación con el estado de la fibra muscular, su tonicidad y elasticidad, etc., o sea, la constitución íntima del músculo. Nervio, se refiere al tiempo de reacción de la fibra muscular a la excitación nerviosa. La coordinación más o menos intensa de una persona es un factor importante para su velocidad de ejecución.

Estas cualidades físicas están desarrolladas de forma diversa en cada persona de acuerdo con el esfuerzo que debe realizar diariamente o en su actividad deportiva, en conjunto determinan la condición física de un individuo.

Las capacidades físicas coordinativas:

Coordinación, en su sentido más amplio, consiste en la acción de coordinar, es decir, disponer un conjunto de cosas o acciones de

forma ordenada, con vistas a un objetivo común. Según algunos autores, la coordinación es "el acto de gestionar las interdependencias entre actividades". En otros términos coordinar implica realizar adecuadamente una tarea motriz. Según Dietrich Harre existen estas capacidades coordinativas.

La capacidad de acoplamiento o sincronización: Es la capacidad para coordinar movimientos de partes del cuerpo, movimientos individuales y operaciones entre sí.

La capacidad de orientación: Es la capacidad para determinar y cambiar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y en el tiempo.

La capacidad de diferenciación: Es la capacidad para lograr una alta exactitud y economía fina de movimiento

La capacidad de equilibrio: Es la capacidad del cuerpo para mantenerlo en una posición óptima según las exigencias del movimiento o de la postura.

La capacidad de adaptación: Es la capacidad para situarse adecuadamente en una situación motriz, implica responder de forma precisa.

La capacidad rítmica (Ritmo): Es la capacidad de comprender y registrar los cambios dinámicos característicos en una secuencia de movimiento, para llevarlos a cabo durante la ejecución motriz.

La capacidad de reacción: Es la capacidad de iniciar rápidamente y de realizar de forma adecuada acciones motoras en corto tiempo a una señal.

Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la

prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades.

Desarrollo de la psicomotricidad

La Psicomotricidad

La Psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienden a influir en el acto intencional o significativo, para estimularlo o modificarlo, utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica. El objetivo, por consiguiente, de la Psicomotricidad es aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno.

Según Berruazo (1995) la psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc.

La psicomotricidad en los niños se utiliza de manera cotidiana, los niños la aplican corriendo, saltando, jugando con la pelota. Se pueden aplicar diversos juegos orientados a desarrollar la coordinación, el equilibrio y la orientación del niño, mediante estos juegos los niños podrán desarrollar, entre otras áreas, nociones espaciales y de lateralidad como arriba-abajo, derecha-izquierda, delante-atrás. En síntesis, podemos decir que la psicomotricidad considera al movimiento como medio de expresión, de comunicación y de relación del ser humano con los demás, desempeña un papel importante en el desarrollo armónico de la personalidad, puesto que el niño no solo desarrolla sus habilidades motoras; la

psicomotricidad le permite integrar las interacciones a nivel de pensamiento, emociones y su socialización.

Importancia y beneficios

En los primeros años de vida, la Psicomotricidad juega un papel muy importante, porque influye valiosamente en el desarrollo intelectual, afectivo y social del niño favoreciendo la relación con su entorno y tomando en cuenta las diferencias individuales, necesidades e intereses de los niños y las niñas. Nivel motor, le permitirá al niño dominar su movimiento corporal.

Nivel cognitivo, permite la mejora de la memoria, la atención y concentración y la creatividad del niño.

Nivel social y afectivo, permitirá a los niños conocer y afrontar sus miedos y relacionarse con los demás.

Juegos

CONCEPTO DEL JUEGO

Para muchas personas el juego es considerado como algo trivial, como una actividad que realiza el niño para "matar su tiempo" y consumir sus energías. Sin embargo, muchas investigaciones han contribuido a destacar la importancia del juego y a señalar como el juego contribuye al desarrollo ecléctico del niño. Pero definir juego no resulta fácil, ya que cada individuo trae experiencias personales que enmarcan la definición. Butler (1978) define el juego como la tarea de los niños, es un patrón de conducta que los niños muestran desde muy pequeños. En otras investigaciones el juego se ha definido como el vehículo que contribuye al desarrollo óptimo del niño.

La importancia del juego

El valor del juego en la vida de los niños puede medirse en términos cognitivo, afectivo y psicomotor. El desarrollo motor es relativamente fácil de observar, según los niños corren, saltan y hacen otras actividades físicas. Pero los elementos cognitivos y afectivos no son tan fáciles de observar. El juego promueve el crecimiento, desarrollo y experiencias esenciales en la vida de los niños. Les da a los niños la libertad de imaginar, explorar y crear. El juego permite que los niños imiten a los adultos, permite crear y representar roles, expresar necesidades inmediatas, expresar y resolver problemas.

Los niños juegan en un esfuerzo por entender y dominar su ambiente. El juego influencia directamente todas las áreas del desarrollo ofreciendo a los niños la oportunidad de aprender de ellos mismos, de otros y del ambiente.

El juego ayuda a los niños según van desarrollando independencia, logrando dominio y control sobre su ambiente. A través del juego los niños inventan, exploran, imitan y practican rutinas del diario vivir como una etapa en el desarrollo de las destrezas de ayuda propia. La independencia que va emergiendo facilita la habilidad para escoger y tomar decisiones del diario vivir como que libro leer. Además promueve el desarrollo social de los niños, aprenden a interactuar apropiadamente con otras personas.

A continuación están se encuentran algunos juegos que permitirán desarrollar destrezas en los niños.

Primaria

Cacería de animales

En un área rectangular dividida en tres partes iguales se colocan dos equipos de igual número, la parte central será neutral, cada equipo tendrá nombre de animales, elefantes tigres, etc., al centro del rectángulo estará un jugador que gritará, “voy a cazar tigres, etc.”, los jugadores con ese nombre saldrán corriendo hacia el lado opuesto del rectángulo. Si es atrapado un jugador se convertirá en cazador.

Relevo de Tren

Se forman varios equipos y cada uno se le da una cuerda anudada por un extremo. El primero de cada hilera encabeza el tren y el último termina. A la señal del conductor saldrá corriendo cada tren hasta un lugar determinado, regresando para que se integre otro jugador. La acción se repite tanta veces como integrante haya.

El Zoológico

Los jugadores de dos en dos o tres en tres, con los ojos vendados, eligen el nombre de un animal dispersándose por el campo de juego, a una señal todos dicen en voz alta el sonido onomatopéyico del animal o su nombre, procurando encontrar a sus compañeros.

Correo (juego de salón)

En circunferencia y numerados progresivamente, los jugadores esperan que el jugador del centro mencione su número para correr y evitar que una hoja de papel caiga al suelo. Si lo evita, el jugador que la lanzó lo seguirá haciendo hasta que alguien pierda y ocupe el lugar del centro.

Circuito Atlético:

1. Se instalaran de 6 a 10 estaciones.
2. Saltar la cuerda
3. Brincar sobre un aro (adentro –afuera)
4. Sentadillas con brazos extendidos al frente
5. Ejercicios de lagartijas
6. Volear un balón
7. Equilibrar un implemento en la mano, un pie, la frente etc.
8. Rodar como un leño 10 mts. Aproximadamente de ida y Vuelta
9. Realizar abdominales.
10. Realizar torsiones o flexiones de tronco.

Interacción Social

La interacción social es el fenómeno básico mediante el cual se establece la posterior influencia social que recibe todo individuo.

Desarrollo del sentido cooperativo; haciendo que el alumno aprenda que la cooperación enriquece las relaciones humanas y permite un mejor entendimiento para valorar la importancia de los demás en la construcción de objetivos comunes. Aprenda a cuidar su salud; mediante la adquisición de información, el fomento de hábitos, la práctica constante de actividad motriz como forma de vida saludable y la prevención de accidentes dentro y fuera de la escuela.

La conducta social depende de la influencia de otros individuos y la interacción social es una de las claves de este proceso. Si la conducta social es una respuesta al estímulo social producido por otros, incluidos los símbolos que ellos transmiten, la interacción social puede ser concebida como una secuencia de relaciones estímulo-respuesta.

2.4.2 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

Factor afectivo

Según Sawaf (2001), cuando el ser humano logra desarrollar la inteligencia emocional está en capacidad de comprenderse a sí mismo y establecer relaciones interpersonales adecuadas con las personas del entorno, familiar, laboral y social. Además de ello puede identificar de donde proceden sus reacciones emotivas y cómo funcionan con el fin de optimizar las respuestas más adecuadas en su entorno. Por estas razones debe abocarse a desarrollar con asertividad el conocimiento de sí mismo, la motivación, empatía, autorregulación y las habilidades sociales.

En este sentido, Goleman (ob. cit.), refiere que el desarrollo de los factores emocionales como el conocimiento de sí mismo, empatía, motivación, autorregulación y habilidades sociales colocan a la inteligencia emocional en la palestra de la contemporaneidad con aplicaciones muy concretas en diferentes entornos, en especial la educación, en la cual el estudiante puede cultivarlas para encauzar, dirigir y manejar sus emociones hacia el logro de sus objetivos educacionales. De allí que describe cada una de éstas:

1. Conocimiento de sí mismo: El autor la define como la capacidad de reconocer el modo en que las emociones afectan las acciones y la capacidad de utilizar los valores como guía en el proceso de toma de decisiones. Por ello, las personas dotadas de esta competencia saben qué emociones están sintiendo y por qué, comprenden los vínculos existentes entre sus pensamientos, palabras y acciones, además, conocen el modo en que sus sentimientos influyen sobre su rendimiento bien sea éste laboral, académico deportivo.

Algunas de las características y comportamientos típicos de los niños con problemas emocionales incluyen:

La hiperactividad (la falta de atención, impulsividad); Agresiones un comportamiento que puede resultar en heridas propias; Retraimiento (falta de iniciar intercambios con los demás; el retiro de los intercambios sociales; temores o ansiedades excesivas); Inmadurez (el niño llora en ocasiones inapropiadas; temperamento; habilidad inadecuada de adaptación); Dificultades en el aprendizaje (rendimiento académico por debajo del nivel correspondiente al grado).

Economía de subsistencia

Se entiende como economía de subsistencia aquella que se basa en la agricultura o la ganadería con explotaciones, generalmente familiares, que sólo alcanza para la alimentación y el vestido de la propia familia o grupo social y en la que no se producen excedentes que permitan el comercio o, en caso de que se produzcan, estos son escasos y se destinan de forma inmediata al trueque con otras familias o grupos sociales.

Las economías campesinas de subsistencia son un complejo variable de cultura a cultura, de año a año y aún de una estación a otra. Estas economías combinan actividades productivas -agricultura y cría- con actividades extractivas -aserrío, leñateo, caza, pesca, recolección de frutos, semillas, fibras silvestres, hierbas y otros productos no cultivados, minería de aluviones auríferos, etc.- con *trabajo remunerado* ya sea en dinero (jornaleo) o como canje por vivienda, por acceso a tierra de cultivo o por producción agrícola o pecuaria. En todas las economías campesinas se dan además actividades artesanales de manufactura: tejidos, cerámica, talla de madera, etc. para producir enseres, utensilios y herramientas para el auto-consumo, el trueque y el comercio. Igualmente, en todas las economías de subsistencia se busca una comercialización de los excedentes de las diversas actividades.

El vector de composición de las actividades de una economía campesina puede cambiar en el corto plazo y en general está sujeto a ciclos, mediados por los pulsos intra-anales del clima (temperatura, lluvias, vientos...) que definen la fenología (germinación, floración, fructificación, defoliación, etc.) de las plantas silvestres y de cultivo y en menor grado la de la producción animal (nacimiento, crecimiento y reproducción).

El análisis de las economías campesinas de subsistencia combina la contabilidad del esfuerzo laboral, medido en días· hombre o jornales, dedicados a una actividad durante un año o estación con la rentabilidad, en términos de valor agregado, de la producción derivada de dicha actividad, medida a precios locales de mercado.

Desnutrición

La desnutrición en sus diversas formas es la más común de las enfermedades. Sus causas se deben en general a deficientes recursos económicos o a enfermedades que comprometen el buen estado nutricional. Según el manual internacional de clasificación de enfermedades es una complicación médica posible pero que puede prevenirse y que tiene impacto muy importante sobre el resultado de los tratamientos.

Hoy en día la desnutrición es aceptada como un factor común en la práctica clínica que tiene como consecuencias un aumento en el tiempo de estancia hospitalaria, morbilidad y mortalidad en los pacientes hospitalizados, debido al alto riesgo de complicaciones como infecciones, flebitis, embolismo pulmonar, falla respiratoria, baja cicatrización de heridas y fístula que estos sufren. Como consecuencia, la estancia hospitalaria y los costos de la terapia se incrementan significativamente.

El estado nutricional en condiciones normales es la resultante del balance entre lo consumido y lo requerido, lo cual está determinado por la calidad y cantidad de nutrientes de la dieta y por su utilización completa en el organismo.

En los últimos años se resalta importancia a la valoración nutricional de los pacientes, ya que los parámetros hasta ahora desarrollados no han sido aprobados debido a que en algunos casos se ven afectados por la respuesta a la enfermedad, además de representar una relación costo-beneficio importante para el paciente. Pero ahora debido al impacto que tiene la nutrición en la evolución clínica, se ha acrecentado el interés por encontrar un marcador preciso de mal nutrición.

Causas

Hay muchas causas de desnutrición. Ésta pueden surgir a raíz de:

- Dieta inadecuada o balanceada
- Problemas con la digestión o la absorción
- Ciertas afecciones médicas

Decaimiento

El decaimiento se puede dar por un sinnúmero de circunstancias entre las cuales están enfermedades, la falta de alimentación y la recuperación de energía. Cuando el cansancio se convierte en apatía, una fatiga que no remite con el paso de los días, hay que buscar la causa que lo propicia, ya que puede ser la señal que nos envía nuestro cuerpo para alertarnos de que algo no funciona como debiera. El estrés, la ansiedad o los problemas para conciliar el sueño suelen estar detrás de muchos bajones, un malestar o decaimiento pasajero, pero hay otras causas, como una infección, la falta de ejercicio físico, es importante realizar actividades recreativas

que ayuden a combatir deferentes inconvenientes que están dentro del decaimiento.

Des motivación

Un término opuesto a motivación, es desmotivación, generalmente definido como un sentimiento de desesperanza ante los obstáculos, o como un estado de angustia y pérdida de entusiasmo, disposición o energía. Aunque la desmotivación puede verse como una consecuencia normal en las personas cuando se ven bloqueados o limitados sus anhelos por diversas causas, tiene consecuencias que deben prevenirse. Para el conferencista, orientador de la conducta y escritor, Renny Yagosesky, la desmotivación es un estado interior limitador y complejo, caracterizado por la presencia de pensamientos pesimistas y sensación de desánimo, que se origina como consecuencia de la generalización de experiencias pasadas negativas, propias o ajenas, y la auto-percepción (imaginada) de incapacidad para generar los resultados deseados.

Desde su punto de vista, la desmotivación puede resultar claramente nociva si se convierte en una tendencia recurrente o estable, pues tiende a afectar la salud, a limitar la capacidad de vinculación y a desfavorecer la productividad por cuanto afecta la confianza en uno mismo, el flujo de la creatividad, la capacidad de tomar riesgos y la fuerza de la voluntad.

Las siguientes son algunas señales de desmotivación:

- Falta de sueño: la mente y alma están llenas de preocupaciones.
- Falta de descanso: produce la falta de orientación y cansancio.

- Autocomplacencia: pérdida de interés en la comida, aunque no hayas comido por horas.
- Pensamientos Negativos: el extremo de éstos son los pensamientos malos.

2.4.- HIPÓTESIS

- La práctica de la actividades físicas-recreativas en la ocupación del tiempo libre ayuda al desarrollo psicomotriz de los niños 6 a 12 años de la escuela América de la provincia de Pastaza.

2.5.-SEÑALAMIENTO DE LAS VARIABLES DE LA HIPOTESIS

Variables independientes

- Actividades Físicas recreativas

Variables dependientes

- Ocupar el tiempo libre de los niños.

CAPITULO III

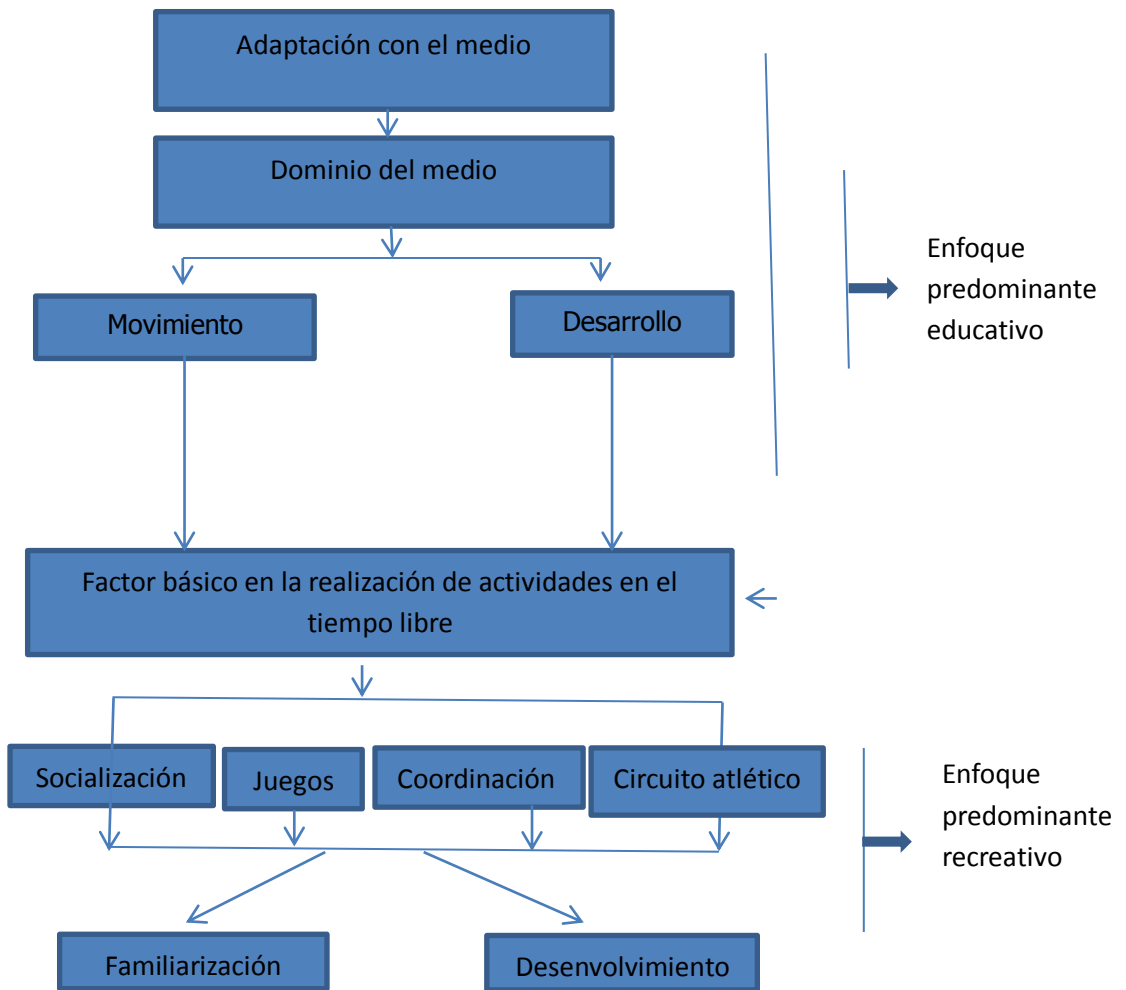
MARCO METODOLOGICO

3. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación se desarrolla un estudio de tipo cualitativa, ya que los métodos o instrumentos serán evaluando cualidades y posibilidades de elevar o adquirir nuevas habilidades físicas a partir de acciones alternativas con docentes y niños, a quienes se les aplicara un programa para determinar sus mejoras.

Utilizaremos los juegos como base y elemento dinamizador de la práctica, fortaleciendo de esta manera la motivación y participación por parte de los mismos. Utilizaremos la práctica de tipo grupal e individual en la que todos los niños realizaran la misma actividad buscando el máximo rendimiento y participación del estudiante. Nuestra propuesta está dentro del enfoque educativo (ver cuadro). El objetivo es el enriquecimiento global del niño, aprovechando las posibilidades que ofrece el entorno natural en función de las capacidades motrices de los educandos.

CUADRO N° 2



Métodos utilizados

Análisis y síntesis: Mediante la utilización de este método aplicando pude analizar los datos obtenidos acerca de las características de la recreación y el tiempo libre disponible en el centro, permitiendo elaborar la síntesis conclusiva de las principales limitaciones que tiene su uso en el sector y la utilización del mismo en función de aprovechar correctamente este espacio acorde con los criterios de los participantes según las valoraciones generales y el análisis de los instrumentos aplicados, sintetizando y

seleccionado los principales elementos para la interpretación de los resultados.

Analítico-Sintético: Trasciende a todas las etapas de la investigación permitiendo la interpretación de los conceptos en su íntima relación con los datos obtenidos mediante la aplicación de métodos empíricos considerando la relación existente entre las partes que conforma el objeto de investigación y el propio objeto como un todo de recíproca interacción. En el trabajo se utilizara para analizar las características del fenómeno, o sea, la utilización de la recreación, como forma de empleo del tiempo libre en los jóvenes de la comunidad, determinar sus particularidades esenciales y mediante la síntesis descubrir las características más generales.

Inductivo-Deductivo: Aquí se combina el movimiento de lo particular a lo general (Inductivo) que posibilita establecer generalizaciones con el movimiento de lo general a lo particular (deductivo). Durante la investigación permite la formulación de conclusiones mediante el tránsito de lo particular a lo general y viceversa.

Histórico-Lógico: Hace posible la determinación de los antecedentes del problema objeto de investigación desde los puntos de vista parcial y temporal, permitiendo la delimitación en las leyes generales del funcionamiento y desarrollo del mismo en su devenir histórico. Con él se establece el estudio de los antecedentes del fenómeno objeto de estudio, o sea, conocer las características de la recreación en la comunidad, sus diferentes formas y cómo la juventud la utiliza para ocupar su tiempo libre.

3.1. MODALIDAD BASICA DE LA INVESTIGACIÓN

3.3.1. Investigación de campo.-

Debido a que nuestro tema de investigación se enfoca en una problemática social actual, el presente trabajo se lo realizará a través de una investigación de campo, por medio de la cual conoceremos de una forma directa la realidad encaminada a satisfacer los objetivos planteados en el presente proyecto.

Investigación de campo porque es factible, nos permite llegar al lugar de los hechos donde ocurre el problema, explicar sus causas y efectos nos ayuda a precisar su ocurrencia.

A modo de investigación diremos que la escuela busca que la enseñanza sea lo más globalizada posible tratando de conseguir en el niño un desarrollo multilateral y para todo esto es necesario el desarrollo de actividad física en el máximo número de escenarios posibles, por lo tanto se hace necesaria la práctica del desarrollo motriz en el rendimiento deportivo con la ayuda de actividades recreativas en el tiempo libre.

3.3.2.- Investigación de Documental – Bibliográfica

Además es necesario realizar una investigación documental bibliográfica porque el problema del presente trabajo lo amerita siendo necesario aplicar profundizar diferentes teorías y criterios de diversos autores sobre el problema de investigación basándose en documentos como libros, tesis y otros.

3.2.- NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN

- Exploratoria:- Porque indaga las características del problema.
- Descriptiva:- Por cuanto detalla las particularidades del problema.

- De asociación de variables:- Porque se establece relación entre la variable dependiente y la variable independiente.
- Encuesta.- Consiste en llenar un formulario preconcebido por el encuestador, que la encuestada llena por sí mismo y cuyas preguntas guardan determinadas estructuras internas con una sola lógica, uno o varios elementos de información para el investigador. (Anexo 1)
- Entrevista.- Constituye un método de donde se obtiene la información deseada de manera abierta y amplia, donde juega un papel importante la relación entre el entrevistado y el entrevistador.) Esta fue realizada a los profesores, para constatar la incorporación de los niños, recoger opiniones sobre el Proyectos Físico-Recreativo y su importancia.
- Ambas técnicas están dirigidas a objetivos propuestos atendiendo los gustos, preferencias y necesidades recreativas de los niños.
- Observación.- Se aplicó una guía de observación en la fase exploratoria para determinar la incorporación de los niños en las actividades físico recreativo de la comunidad

3.3.- POBLACIÓN Y MUESTRA

Tomando en cuenta que el tema de investigación planteado encierra gran importancia, por cuanto refleja la situación actual, trabajaremos con un número moderado que facilitará nuestra investigación y a continuación lo detallamos.

CUADRO N° 3

ACTORES	NÚMERO	PORCENTAJE
Estudiantes de las Escuelas Fiscal Mixta América	100	97%
Profesores de Educación Básica	3	3%
TOTAL	103	100%

TOTAL DE PERSONAS A SER ENCUESTADAS: 103

3.4.- OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

CUADRO N° 4

Variable Independiente: Actividades físicas - recreativas

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	TÉCNICAS	INSTRUMENTO
<p>Plan de actividades físicas y recreativas sustentado en el gusto y preferencias Las actividades físicas recreativas ayudan al desarrollo psicomotriz, fortalecimiento de la flexibilidad al cuerpo por medio de ciertos ejercicios, mejorando y consiguiendo el rendimiento físico y deportivo de los niños. Además, ayuda a elevar su coeficiente intelectual que es fundamental para la mente.</p>	<p>Destreza Motriz</p> <p>Plan de actividades recreativas</p>	<p>- Motricidad gruesa - Desarrollo Corporal</p> <p>- Resistencia - Coordinación - Fuerza - Flexibilidad - Velocidad</p>	<p>¿Usted ha realizado actividades físicas recreativas? Si No ¿Le gustaría realizar juegos y dinámicas? Si No</p> <p>¿En qué horarios le gustaría practicar las actividades físicas-recreativas?: Mañana Tarde Noche ¿De las actividades físicas-recreativas que usted conoce en cuáles le gustaría participar?, juegos recreativos, plan de calle caminatas y pesca</p>	<p>- Encuestas a los estudiantes. - Encuesta realizadas a los miembros de la comunidad Entre otras - Observación - Cuestionario</p>	<p>- Cuestionario estructurado</p> <p>- Cuestionario estructurado</p>

Elaborado por: Irma Verónica López R

CUADRO Nº 5

3.4.1. Variable Dependiente: Ocupar el tiempo libre de los niños

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	TÉCNICAS	INSTRUMENTO
<p>Ocupación del tiempo libre</p> <p>Es el conjunto de actividades variadas en el tiempo libre, que por su contenido y uso van a contribuir al desarrollo integral de las dimensiones física, psíquica y sociocultural de los estudiantes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Familiar - Ocupación del tiempo libre - Desarrollo integral del niño 	<ul style="list-style-type: none"> - Problemas familiares - Deberes - Tareas en el hogar - Tiempo libre - Motivación constante - Prevención de hábitos y conductas inapropiadas a la sociedad 	<p>¿Tienes buena relaciones con tus padres? Si No</p> <p>¿Qué actividades realizas en tu tiempo libre? Ver la televisión Practicar deportes Escuchar música</p> <p>¿En tu tiempo libre te gustaría practicar actividades recreativas?: Si No</p> <p>¿Te gusta que te motiven para realizar actividades físicas recreativas? Si No</p> <p>¿Sabía usted que la que realizar actividades físicas recreativas y practicar algunos de deportes te ayuda a ser un buen deportista? Si No</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Encuestas a los estudiantes. - Encuesta realizadas a los miembros de la comunidad. - Entre otras - Observación - Cuestionario 	<ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario estructurado - Cuestionario estructurado

Elaborado por: Irma Verónica López R

3.5.- PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Para la recolección de la información se aplicaron las siguientes técnicas e instrumentos:

TÉCNICA	INSTRUMENTO
Observación	Registro descriptivo
Encuesta	Cuestionario

3.6.- PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACION

El procesamiento de la información obtenida con los instrumentos aplicados a los padres de familia, niños y miembros de la comunidad de la institución donde labora la población, se realizó organizando e interpretando las respuestas dadas. Los datos recogidos fueron tabulados construyendo la tabla de frecuencia y representados en gráficos.

Según el análisis de datos recopilados en la encuesta se pudo notar que la mayoría de estudiantes tienen interés en realizar actividades deportivas y recreativas ya que en su tiempo libre se dedican hacer trabajos que no le ayudan a desarrollar destrezas cognitivas y motrices para su desenvolvimiento educativo y social.

CAPITULO IV

ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis de los resultados

Según el análisis e interpretación de los resultados obtenidos de la aplicación de los instrumentos, el procedimiento consistió en tabularlos y detallar en términos porcentuales.

A continuación se detalla los resultados obtenidos de la preguntas en listadas que conforman la encuesta, los mismos que se complementan con el análisis e interpretación y que se representa en forma gráfica.

4.2. Interpretación de datos

ENCUESTA DIRIGIDA ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA AMERICA, PADRES DE FAMILIA Y MIEMBROS DE LA COMUNIDAD

Pregunta N° 1

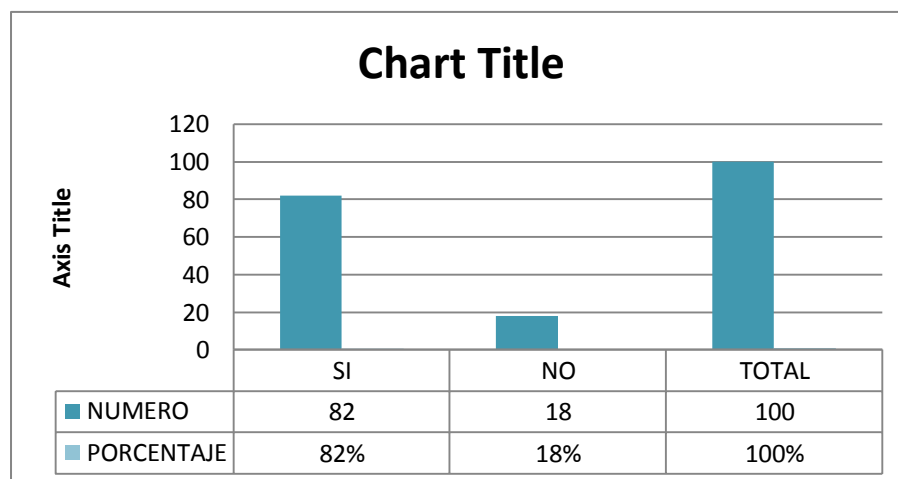
1. Usted ha realizado actividades físicas recreativas

SI _____ NO _____

CUADRO N° 6

Variable	Numero	Porcentaje
Si	82	82%
No	18	18%
Total	100	100%

GRÁFICO N° 4



ANALISIS: El 82% de los niños manifiestan que si han realizado actividades físicas recreativas y el 18% no han realizado dichas actividades.

INTERPRETACIÓN: Por lo tanto se puede notar que la mayoría de los niños en algún momento de su vida ha participado en actividades recreativas y unos pocos no han participado activamente en los juegos recreativos.

Pregunta N° 2

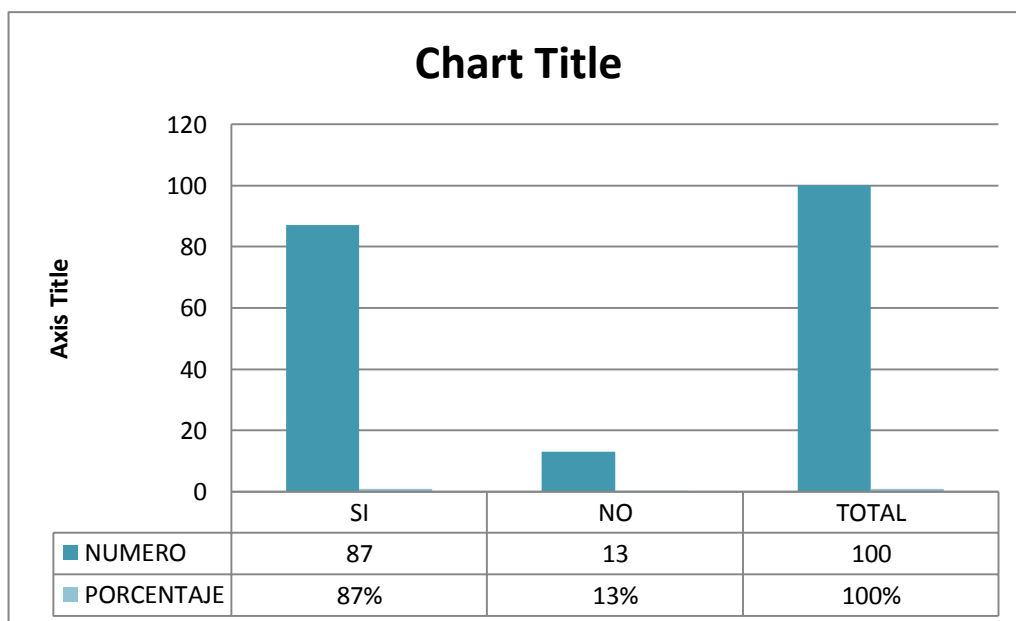
2. ¿Le gustaría realizar juegos y dinámicas?

SI _____ NO _____

CUADRO N° 7

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	87	87%
B. No	13	13%
TOTAL	100	100%

GRÁFICO N° 5



ANALISIS: El 87% de los niños manifiestan que le gustaría practicar juegos y dinámicas y el 13% no le gusta.

INTERPRETACIÓN: Es notorio que la mayoría está interesado en participar jugos y dinámicas dando así una apertura al proyecto de actividades recreativas en el tiempo libre.

Pregunta N° 3

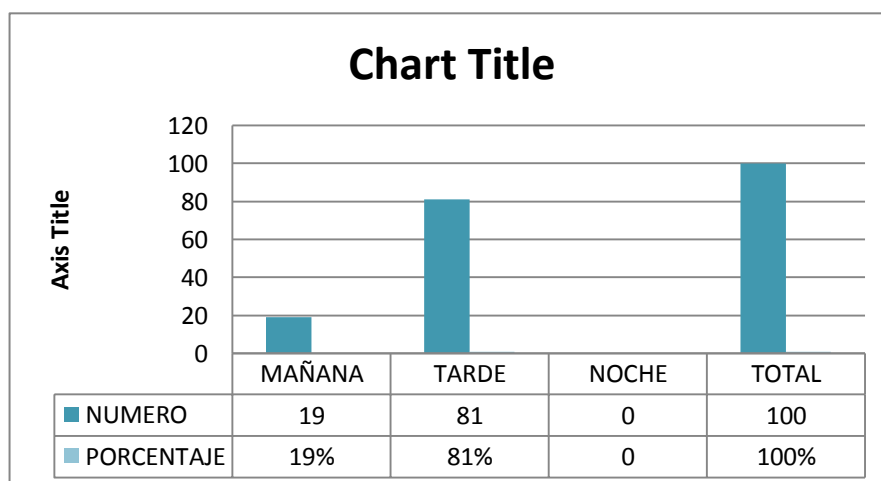
3. ¿En qué horarios le gustaría practicar las actividades recreativas?:

Mañana: _____ Tarde: _____ Noche _____

CUADRO N° 8

ALTERNATIVA	F	%
A. Mañana	19	19%
B. Tarde	81	81%
C. Noche	-	-
TOTAL	100	100%

GRAFICO N° 6



ANALISIS: El 81% les gustaría practicar actividades recreativas por la tarde, el 19% de los niños les gustaría practicar en la mañana.

INTERPRETACIÓN: Por tal razón la mayoría de los niños desean practicar actividades recreativas por la tarde para su mejor realización y desarrollo de su niño/a.

Pregunta N° 4

4. De las actividades físicas recreativas que usted conoce en cuales le gustaría participar.

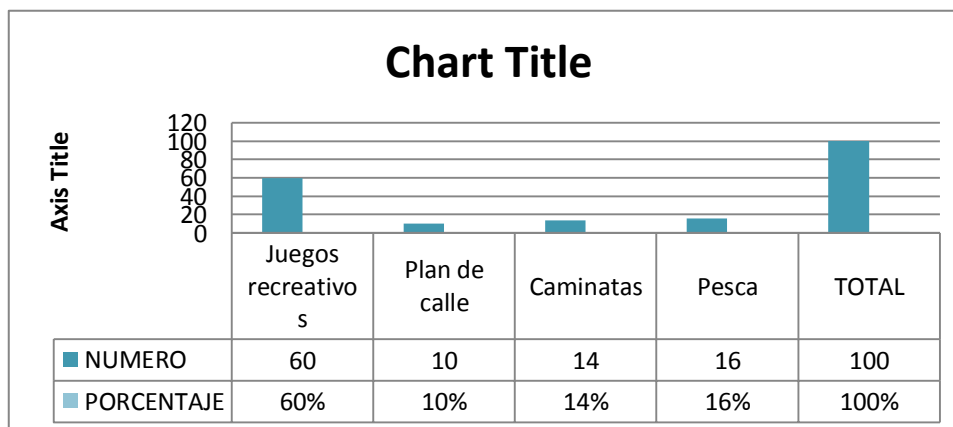
Juegos recreativos: _____ Plan de la Calle: _____

Caminatas: _____ Pesca: _____

CUADRO N° 9

ALTERNATIVA	F	%
A. jugos recreativos	60	60%
B. Plan de calle	10	10%
C. Caminatas	14	14%
D. Pesca	16	16%
TOTAL	100	100%

GRÁFICO N° 7



ANALISIS: El 60% a participado en juegos recreativos, el 14% en caminatas, 16% en la pesca y el 10% plan de calle.

INTERPRETACIÓN: La mayoría de los niños desean practicar de jugos recreativos y les gusta también la pesca ya que esa actividad la realizan con su padre.

Pregunta N°5

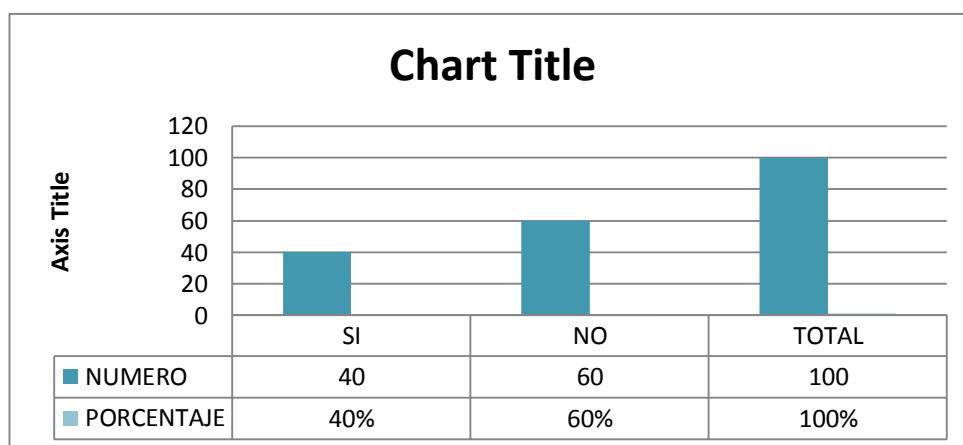
5. ¿Tienes buena relaciones con tus padres?

SI _____ NO _____

CUADRO N° 10

ALTERNATIVA	F	%
A. SI	40	40%
B. NO	60	60%
TOTAL	100	100%

GRÁFICO N° 8



ANALISIS: El 60% de los niños encuestados supo manifestar que no tiene buenas relaciones con sus padres y 40% aclara que si tienes buenas relaciones.

INTERPRETACION: Por lo tanto necesita más apoyo y confianza por parte de los padres de familia, razón por la que esto perjudica al niño es su desenvolvimiento con los demás.

Pregunta N° 6

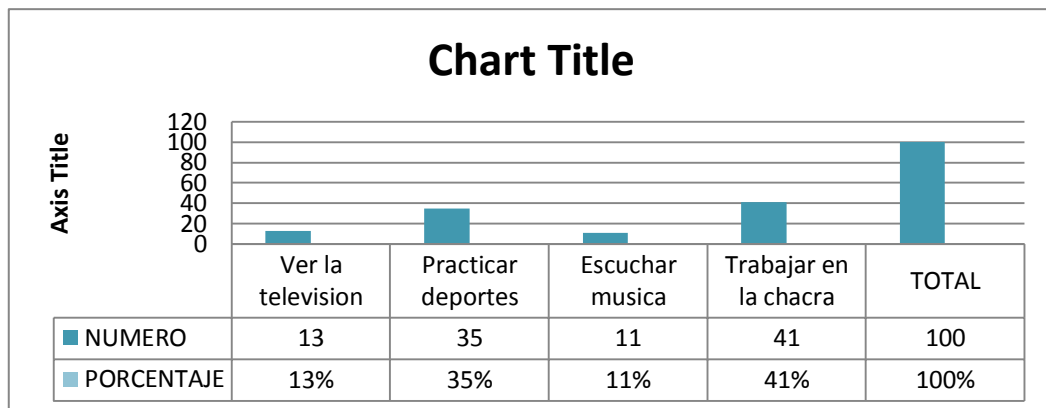
6. ¿Qué actividades que realizas en tu tiempo libre?

- _____ Ver la televisión _____ Practicar deportes
_____ Escuchar música _____ Trabajar en la chacra

CUADRO N° 11

VARIABLE	NUMERO	PORCENTAJE
Ver la televisión	13	13 %
Practicar deportes	35	35 %
Escuchar música	11	11%
Trabajar en la chacra	41	41%
TOTAL	100	100%

GRÁFICO N° 9



ANALISIS: El 41% de los niños encuestados supo manifestar que realizan trabajos en la chacra, el 11% escuchan música, el 13 % mirar tv y el 35% que practican deporte.

INTERPRETACION: La mayor parte de los niños trabajan en la chacra en su tiempo libre por eso es necesario que se dé más énfasis en las actividades físicas recreativas para ver mejores resultados tanto académicos como en lo motrices.

Pregunta N° 7

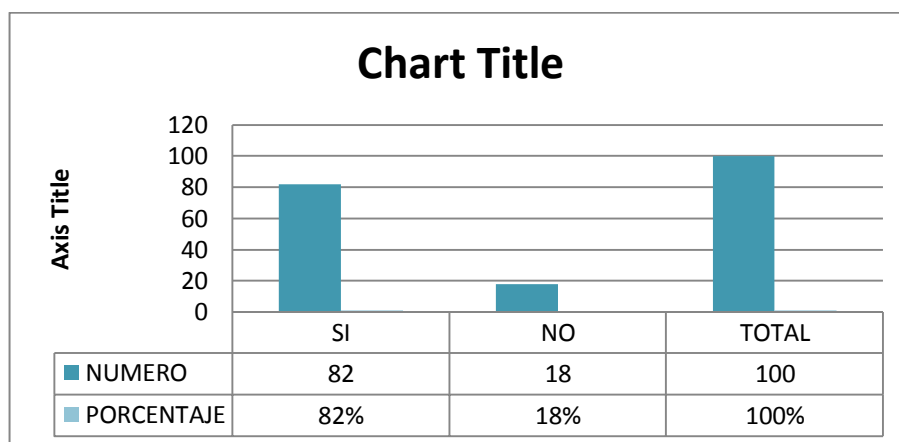
7. ¿En tu tiempo libre te gustaría realizar actividades físicas recreativas?:

SI_____ NO_____

CUADRO N° 12

VARIABLE	NUMERO	PORCENTAJE
Si	82	82%
No	18	18%
Total	100	100%

GRÁFICO N° 10



ANALISIS: El 82% de los niños encuestados supo manifestar le gustaría practicar actividades físicas recreativas y el 18% no desea practicar ninguna clase de deporte.

INTERPRETACION Por lo tanto la mayoría de los niños desean participar en la práctica de actividades recreativas con materiales para la mejor realización y ejecución de la actividad física esto servirá para que tengan un mejor esparcimiento en forma individual y grupal.

Pregunta N° 8

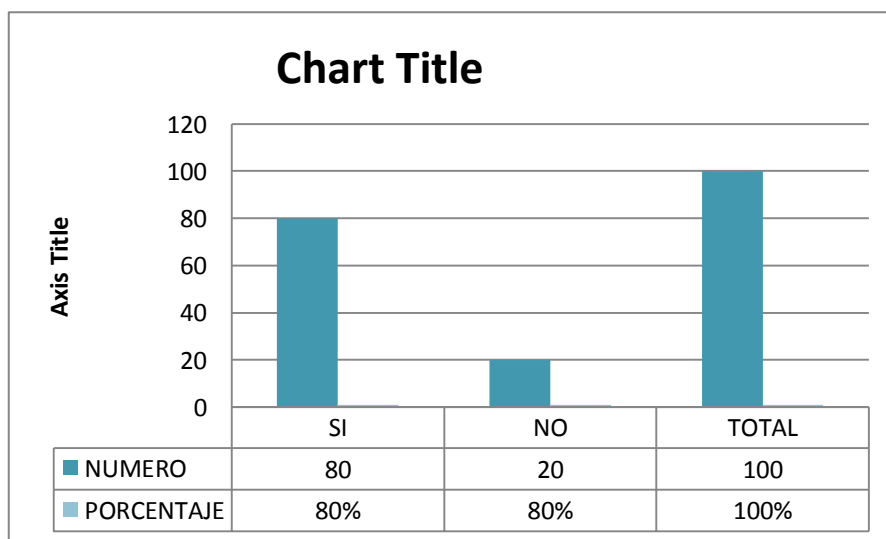
8 ¿Te gusta que te motiven para realizar actividades físicas recreativas?

Si No

CUADRO N° 13

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	80	80%
B. No	20	20%
TOTAL	100	100%

GRAFICO N° 11



ANALISIS: El 80% de los niños encuestados supo manifestar que le gusta que le motiven en la práctica de algún deporte y el 20% no desea que le motiven para realizar alguna actividad recreativa.

INTERPRETACION: Se puede notar que la mayoría desea ser motivados con palabras adecuadas e implementos para que exista un verdadero disfrute en la realización de actividades recreativas.

Pregunta N° 9

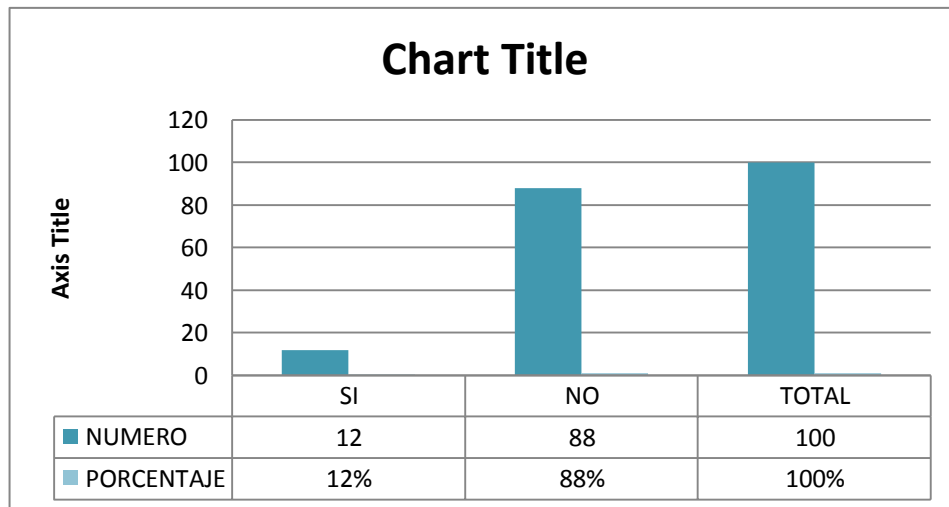
9. ¿Sabía usted que la que realizar actividades físicas recreativas y practicar algunos de deportes te ayuda a ser un buen deportista?

SI _____ NO _____

CUADRO N° 14

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	12	12%
B No	88	88%
TOTAL	100	100%

GRÁFICO N° 12



ANALISIS: El 12 % reconoce que practicar de actividades recreativas hacen un buen deportista, el 80% desconoce que estas actividades son buenas para un mejor desempeño deportivo.

INTERPRETACION, Es menester que todos los niños realicen si presión las actividades físicas recreativas para mejorar la motricidad gruesa y se involucren en la sociedad como verdaderos deportistas tanto física como mentalmente.

**ESTA ENCUESTA VA DIRIGIDA A PROFESORES DE LA ESCUELA
AMÉRICA DE LA CIUDAD DE PUYO PROVINCIA DE PASTAZA.**

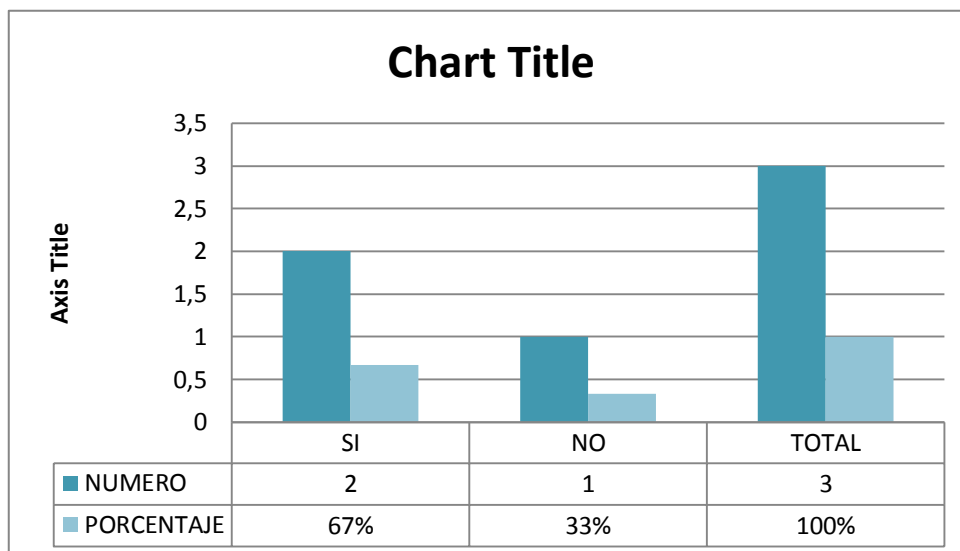
Pregunta N° 1

1. ¿Motiva a sus estudiantes en la realización de diferentes actividades recreativas?

CUADRO N° 15

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	2	67%
B No	1	33%
TOTAL	3	100%

GRAFICO N° 13



ANALISIS: El 67% de docentes si motiva a sus estudiantes en la realización de diferentes actividades recreativas y el 33% no motiva.

INTERPRETACION: La mayoría de los docentes si motivan a sus niños a realizar actividades físicas recreativas porque ellos conocen estas actividades mejoran el desempeño académico y motriz.

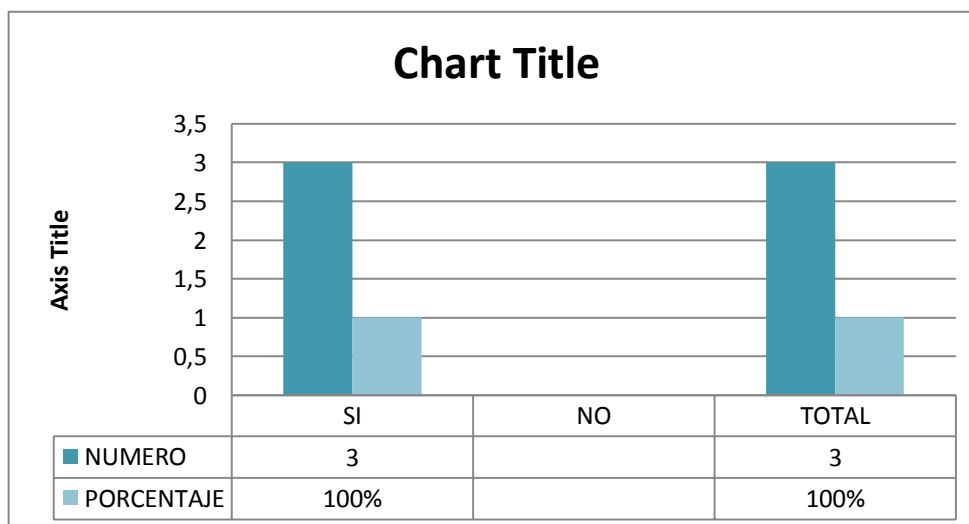
Pregunta N° 2

2. ¿Usted ha realizado actividades físicas recreativas con los niños(as)?

CUADRO N° 16

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	3	100%
B No		
TOTAL	3	100%

GRAFICO N°14



ANALISIS: El 100% de docentes ha realizado actividades recreativas con sus niños porque es de mucha ayuda para impartir sus clases

INTERPRETACION: La mayoría de los docentes conocen que dichas actividades ayudan a que la clase sea mucho más interesante y más amena.

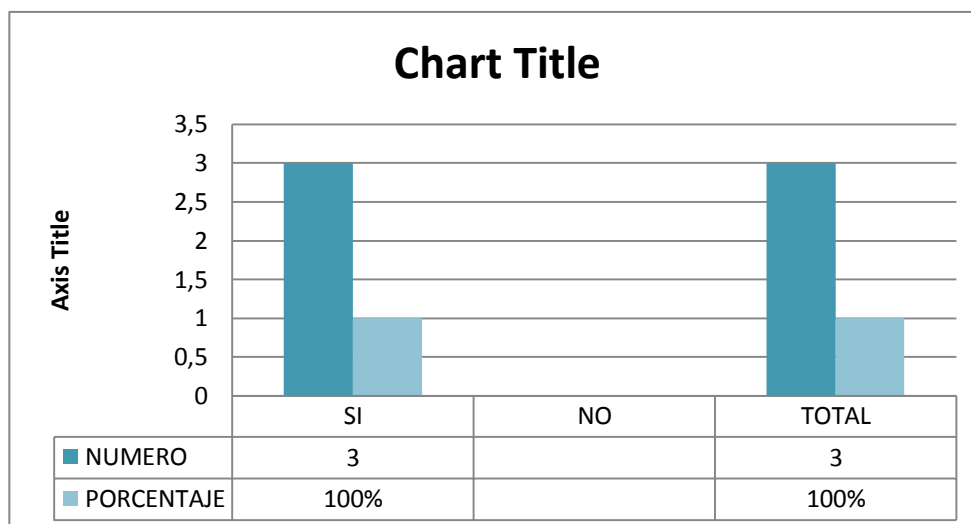
Pregunta N° 3

3. ¿Le gustaría realizar juegos y dinámicas en su tiempo libre con los niños (as)?

CUADRO N° 17

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	3	100%
B No	-	-
TOTAL	3	100%

GRAFICO N°15



ANALISIS: El 100% de docentes si le gustaría participarha con juegos y dinámicas en su tiempo libre.

INTERPRETACION: Todos los docentes les agrada mucho el compartir un su tiempo libre en actividades con sus niños y conocer cada una de sus inquietudes fuera de sus horas clase.

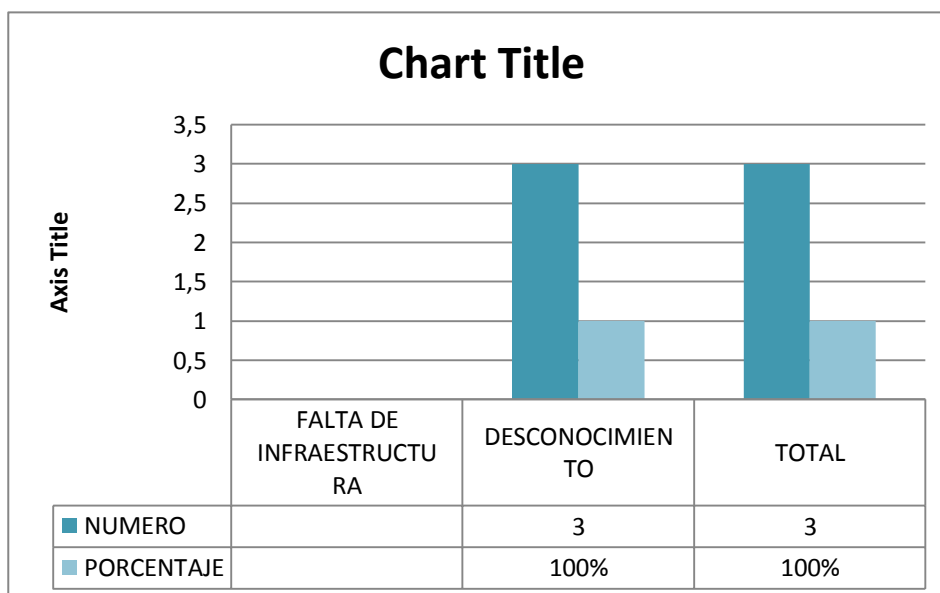
Pregunta N° 4

4. ¿Por qué razón no se enseña juegos recreativos constantemente a los niños(as) de la escuela?:

CUADRO N°18

VARIABLE	NUMERO	PORCENTAJE
Falta de infraestructura	-	-
Desconocimiento	3	100%
Total	3	100%

GRAFICO N°16



ANALISIS: El 100% de docentes desconoce algunos juegos físicos recreativos.

INTERPRETACION: Se puede notar que los docentes desconocen algunos juegos recreativos además se dedican cumplir el currículo como estipula el magisterio y dejan a un lado actividades físicas que les puede servir para su mejor desarrollo

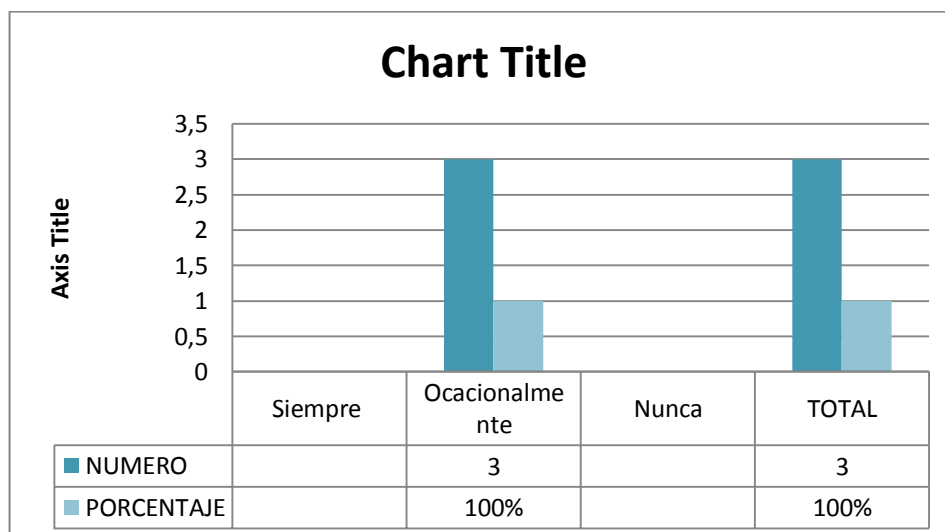
Pregunta N° 5

5. ¿La escuela ha participado en actividades físicos recreativos?

CUADRO N° 19

VARIABLE	NUMERO	PORCENTAJE
Siempre	-	-
Ocasionalmente	3	100%
Nunca	-	-
Total	3	100%

GRAFICO N° 17



ANALISIS: El 100% de profesores ocasionalmente realizan actividades físicas recreativas.

INTERPRETACION: se puede decir que ocasionalmente los profesores hacen actividades recreativas con los niños ya que solo se dedican a realizar o ejecutar actividades que les exige el magisterio sin tomar en cuenta las necesidades más primordiales como es el adquirir destrezas y habilidades.

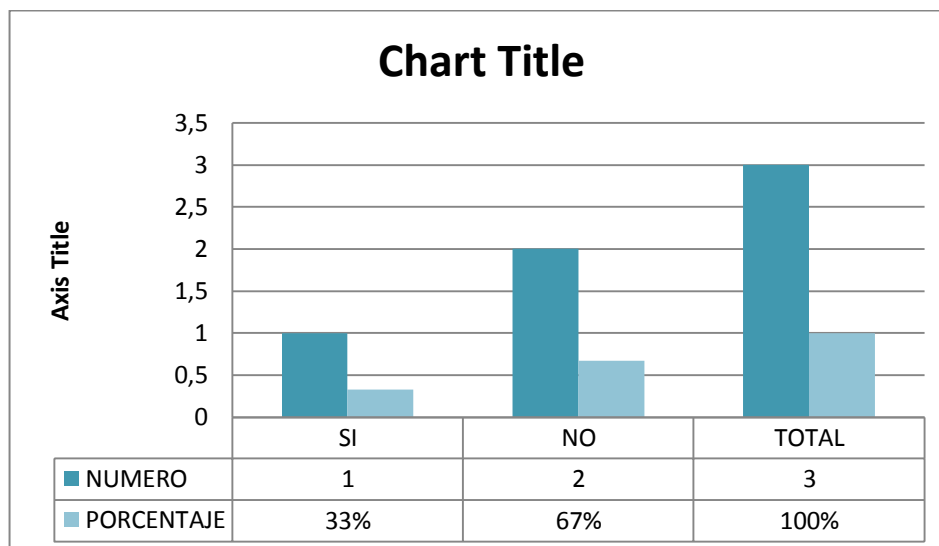
Pregunta N°6

6. ¿Usted ha planificado en sus clases actividades recreativas?

CUADRO N°20

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	1	33%
B No	2	67%
TOTAL	3	100%

GRAFICO N°18



ANALISIS: El 33% de profesores si ha planificado actividades físicas recreativas en sus clase y el 67% no lo han realizado.

INTERPRETACION: Se puede notar que la mayoría de docentes no planifican actividades físicas recreativas en su horas clases y es por esos que los niños no toman mucho interés en aprendes conocimientos nuevos que se basen en la experiencia.

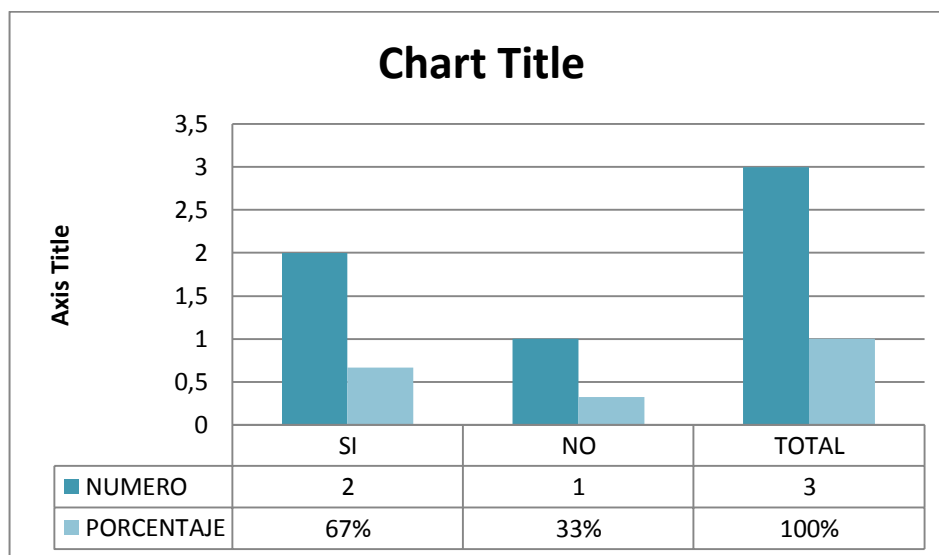
Pregunta N° 7

7. ¿Sabe usted que las actividades físicas recreativas ayudan al desarrollo psicomotriz de los niños?

CUADRO N° 21

ALTERNATIVA	F	%
A. Si	2	67%
B No	1	33%
TOTAL	3	100%

GRAFICO N°19



ANALISIS: El 67% de maestros tiene conocimiento que las actividades recreativas ayudan al desarrollo psicomotriz de los estudiante y el 33% no conocen.

INTERPRETACION: Es de mucha importancia que los maestros vayan estudiando varias formas para impartir conocimientos nuevos siendo innovadores y creadores.

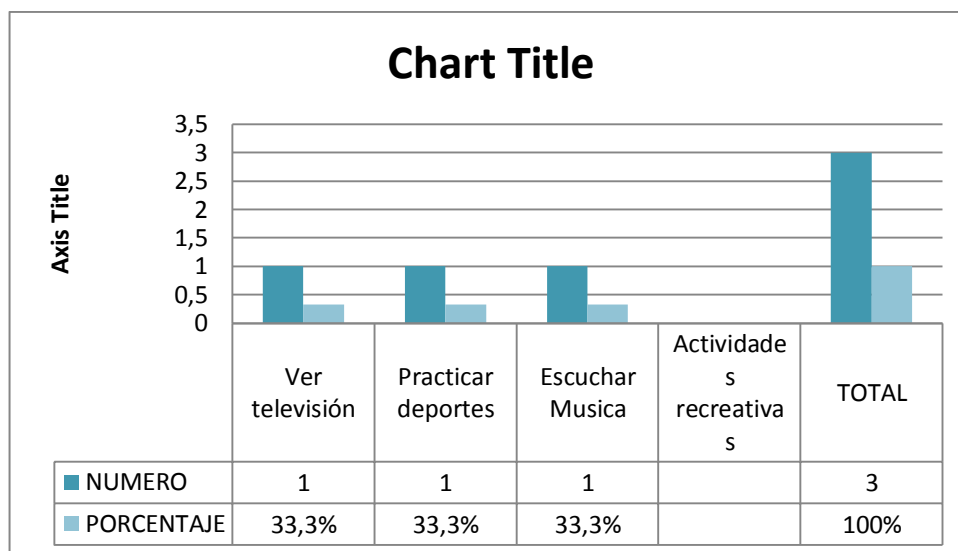
Pregunta N° 8

8. ¿Qué actividades realiza en su tiempo libre?:

CUADRO N°22

VARIABLE	NUMERO	PORCENTAJE
Ver la televisión	1	33.3%
Practicar deportes	1	33.3%
Escuchar música	1	33.3
Actividades física recreativas		
TOTAL	3	100%

GRAFICO N°20



ANALISIS: El 33.3% de docentes miran la televisión, el otro 33.3% practican deportes y por ultimo 33.3% escuchan música.

INTERPRETACION: se pudo notar que los docentes realizan diversas actividades pero no le toman mucho en cuenta a las actividades recreativas por eso no se ve reflejado en la horas clases.

4.3. Verificación de la Hipótesis

Esta investigación se va a realizaren la Escuela América de la ciudad de Puyo provincia de Pastaza.

Para establecer la muestra de los estudiantes se aplicara la siguiente formula:

$$n = \frac{Z^2 P Q N}{Z^2 p Q + N e^2}$$

n= Tamaño de la Muestra

Z= Nivel de confiabilidad 95% $(0.95/2) = 0.4750$ Z= 1.96

P= Probabilidad de ocurrencia 0.5

Q= Probabilidad de no ocurrencia $1 - 0.5 = 0.5$

N= Población 141

e= Error de muestreo o 0.05 (5%)

$$n = \frac{(1,96)^2(0.5)(0.5) 141}{(1,96)^2(0.5)(0.5)+ 141(0.05)^2}$$

$$n = \frac{3.84 (0.5) (0.5) 141}{3.84 (0.5)(0.5)+ 141(0.05)^2}$$

$$n = \frac{1,92 (0.5) 141}{0,96 + 141(0.05)^2}$$

$$n = \frac{135.36}{0,96 + 0.3525}$$

$$n = \frac{135.36}{1.3125}$$

$$n = 103 //$$

Total sujetos de Investigación: 103 personas.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1.- CONCLUSIONES

Después de haber realizado el análisis de los resultados llegamos a las siguientes conclusiones:

Se logra elaborar un plan de actividades físicas recreativas que incorpora actividades terrestres, lúdicas e instructivas, indicando las edades para los que se recomienda cada actividad recomendada. Se indica en la instrumentación práctica de forma general cada una de las actividades y a continuación la descripción detallada de realización de cada una de ellas con su correspondiente indicaciones metodológicas. Todo ello sustentado en las exigencias específicas para los niños y niñas de la escuela América de la comunidad de Nuevo Mundo.

5.2.- RECOMENDACIONES

- Realizar una investigación en otras zonas rurales y así de esta forma llevar a cabo el programa propuesto.
- Aplicar actividades físicas recreativas para mejorar la calidad de vida de las personas.
- Ampliar el personal técnico capacitado, encaminado a proyectar ofertas de interés de manera amena y saludable en el tiempo libre de los niños.
- Incrementar el número de implementos y recursos materiales para mejorar la calidad de las ofertas físicas recreativas contribuyendo al aumento de la participación de los niños.

CAPÍTULO VI

Propuesta

6.1. Datos Informativos

Título: PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE QUE SATISFAGA EL GUSTOS E INTERESES DE LOS NIÑOS DE 6 Y 12 AÑOS.

Institución Ejecutora: Irma Verónica López Riofrío

Beneficiarios:

Internos: Estudiantes de la Escuela de Fiscal Mixta “América”, de la comunidad de Nuevo mundo de la provincia de Pastaza

Externos: Familiares de los niños de la escuela

Ubicación: Espacios libres de la comunidad

Gráfico N°. 12



Elaborado por: Irma Verónica López Riofrío

Tiempo estimado para la ejecución: **Inicio:** Junio del 2013

Final: Julio del 2013

Equipo Técnico responsable: La propuesta será
ejecutada por el
investigador

6.2. Antecedentes de la propuesta

La Cultura Física es una herramienta útil, que constituyen una forma de recreación sana, mejora los índices de salud y las relaciones sociales de sus practicantes, eleva la capacidad funcional y en sentido general los sentimientos relacionados con la autoestima de los individuos que la practican se incrementan.

Otras investigaciones, entre las que cabe mencionar la tesis doctoral del doctor Gómez Anoceto (2006), sobre el trabajo realizado en las comunidades rurales el uso del tiempo libre y su relación con el nivel de calidad de vida en diferentes comunidades, han demostrado la efectividad del trabajo comunitario.

La Dra. María Elena García Montes y el Dr. Francisco Ruiz Juan (1982) refieren que la práctica de actividades físicas recreativas debe mostrarse como una actividad eminentemente lúdica, divertida, generadora de placer.

Tiene como propósito realizar actividades físicas recreativas durante su tiempo libre mostrando gran interés por diversas actividades. Recreativas, deportivas y juegos.

6.3. Justificación

La importancia de este proyecto para la Escuela Fiscal Mixta “América” contribuye a que cada niño se encuentre en el ambiente propicio para adaptarse consigo mismo y con los demás teniendo dominio con la naturaleza.

Siendo así que práctica de la recreación físico deportiva se muestra como una actividad eminentemente lúdica, divertida, flexible, libremente aceptada, en donde el placer de jugar fundamental para todos los que interactúan con ella.

Las motivaciones físicas recreativas están orientadas a mejorar aprendizaje de nuevas habilidades motrices.

Es menester que los docentes de cultura física tengas un plan de actividades recreativa dentro su campo profesional contribuyendo así a un mejor desarrollo del educando.

6.4. Objetivos

6.4.1 Objetivo General

Realizar un plan de actividades recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños de 6 a 12 años en la E.B.

6.4.2. Objetivos Específicos

- Verificar las habilidades y capacidades de los niños y los participantes.

- Fortalecer valores como la voluntad, el respeto a las reglas y la disciplina.
- Desarrollar la motivación por la práctica de la actividad físico-deportivo-recreativa.

6.5. Fundamentación

El Juego y el Deporte recreativo - social, son agentes definidos de la Educación Física que cuentan con una irreplicable dinámica promotora de acciones tendientes a facilitar la inclusión social, mediante su accionar interactivo que propicia el reconocimiento, la identificación y la pertenencia grupal.

Las actividades originadas a partir del juego - deporte recreativo - deporte como agente de contención social, tienen la característica de generar en poco tiempo en los niños, cambios de actitud y predisposición para el posterior desarrollo de otras actividades.

El deporte permite que el jugador supere situaciones y adquiera o mejore experiencias motoras de acuerdo a sus posibilidades, que se exprese corporalmente en acciones de tácticas tanto individuales como grupales.

"El deporte recreativo, es participación, inclusión y ciudadanía. Por tanto aúna a individuos y comunidades, subrayando los aspectos en común y haciendo de puente entre divisiones culturales y étnicas. El deporte social es un foro de aprendizaje de cualidades como la disciplina, la confianza y el liderazgo, además de que enseña principios básicos como la tolerancia, la cooperación y el respeto" (Foro del Deporte - Naciones Unidas 2005)

PLAN DE ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA LOS NIÑOS Y NIÑAS

El propósito de crear proyecto de actividades para el trabajo con los niños es para lograr de forma directa conexiones entre individuos.

Mediante este plan de actividades y el trabajo directo de recreación con nuestros niños, lograremos que formen parte del futuro de nivel de preparación y esparcimiento acorde con las condiciones económicas, sociales y culturales para su formación y desarrollo.

A la vez este plan servirá a los docentes de la escuela para realizar diversas actividades durante el año lectivo que proporcionen al niño el desarrollo destrezas y habilidades que ayuden a un mejor rendimiento deportivo.

Esta actividad se logró realizar con la participación de los, alumnos y miembros de la comunidad.

Razones de nuestra actuación

La mala utilización del tiempo libre es lo que me motivo a realizar un plan de actividades recreativas, para el desarrollo de la personalidad y cumpliendo la función de fortalecimiento en el amor a la patria, identidad nacional, los sentimientos, el respeto a sus semejantes involucrando a la familia y la escuela.

Esta actividad puede organizarse en función de una recreación orientada a satisfacer las necesidades de los niños de forma sistemática con un plan de trabajo mensual.

Las actividades físicas recreativas y deportivas fijan la atención memoria y concentración y ayudan a contribuir a una correcta distribución del tiempo libre.

Organización de la actividad

Toda actividad debe tener una planificación para un mejor desenvolvimiento de las diferentes tareas que se dan entre un profesor y un estudiante para que exista una correcta enseñanza aprendizaje.

Una debida planificación hace que las actividades sean más amenas, comprensibles y ejecutables. Siendo un disfrute de las necesidades de los niño.

Promoción del proyecto

El proceso de su aplicación es práctica, y su evaluación se realiza en tres momentos: antes, durante, y después de la aplicación del Plan.

Este plan es de mucha importancia ya que ayudara a que el docente tenga en cuenta un sin número de actividades recreativas, físicas y deportivas que mejoren el rendimiento deportivo y académico del estudiante teniendo mucho entusiasmo por aprenden nuevos conocimientos que le lleven a cumplir todas sus metas en un futuro.

Todo en cuanto a las actividades que doy a colación como son los juegos tradicionales, actividades recreativas deportivas y juegos novedosos son un enfoque claro para que los niños eleven su autoestima y potencien sus cualidades en diferentes campos.

Participantes

En la puesta en práctica del proyecto se trabajó con niños de entre 6 y 12 años ya que el objetivo principal es realizar actividades recreativas para ocupar el tiempo libre de los mismos en diversas tareas físicas deportivas. Es importante iniciar el proyecto tomando en cuenta el número de participantes, edades y sexo para equilibrar los equipos para mejorar la realización de las diferentes actividades recreativa

SECCIÓN 1

El calentamiento

El calentamiento es primordial para toda actividad física ya que **comprende un** conjunto de actividades o ejercicios preliminares, de carácter general y específico.



Tipos de calentamiento

Pueden ser clasificados como: calentamiento pasivo, calentamiento activo general y calentamiento activo específico

Calentamiento pasivo

Consiste en provocar un aumento de la temperatura corporal mediante factores externos: masajes e hidroterapia (duchas o baños calientes).



Calentamiento activo general

Consisten en ejercicios generales que van destinados a poner en marcha todos los sistemas funcionales del organismo.

Calentamiento activo específico

Consisten en ejercicios que van a actuar sobre la musculatura concreta que se va a utilizar en la actividad deportiva. Son movimientos parecidos al gesto deportivo real desarrollados a una intensidad inferior.

El calentamiento no tiene un tiempo determinado, su duración depende de la intensidad y duración de la actividad, meteorología, hora del día, etc. Para una clase de Educación Física no debe ser ni muy corto ni muy largo. Se considera una duración normal la que esté entre los 5 y los 10 minutos. Antes de un entrenamiento o de un partido tiene que durar más, entre 20 y 40 minutos normalmente, pues después del calentamiento general hay que realizar el específico de esa actividad física



ACTIVIDADES RECREATIVAS

SECCIÓN 2

JUEGOS TRADICIONALES

Se transmiten de generación en generación (padres a hijos, niños mayores a niños pequeños), teniendo cierta continuidad a lo largo de un periodo histórico.

Juegos autóctonos tradicionales, que se realizan sin ayuda de juguetes tecnológicamente complejos, sino con el propio cuerpo o con recursos fácilmente disponibles en la naturaleza (arena, piedrecitas, ciertos huesos como las tabas, hojas, flores, ramas, etc.) o entre objetos caseros (cuerdas, papeles, tablas, telas, hilos, botones, dedos e instrumentos reciclados).

Los juegos que implican actividad física casi siempre son ejecutados al aire libre, implican alguna forma de expresión corporal y tienden a servirse de habilidades motrices básicas como saltar, correr o caminar, entre otros.



JUEGO N°1

JUEGO DE LA CUERDA:

Juego de la cuerda, conocido también como tira y afloja, es un juego de dos equipos cuyo total no exceda un peso máximo para la clase, que utilizan sus manos, sus piernas y sus cuerpos para hallar la soga hasta que sobrepase la marca en el centro de los dos equipos. Los participantes se alinean al final de una soga.

OBJETIVO DEL JUEGO

Arrastrar al equipo contrario haciéndole pisar/rebasar la raya central indicadora del terreno de cada uno.

MATERIAL

- 1 cuerda, cordel o maroma de unos 16 metros de larga y 4 cm. de gruesa.
- 1 pañuelo típico de color rojo.



¿EN QUÉ CONSISTE EL JUEGO?

La soga es marcada con una línea central y dos marcas a cuatro metros de cada lado del centro de la línea. El equipo comienza con la línea central directamente sobre a línea marcada en la tierra, y una vez comienza el juego, intentan jalar al otro equipo hasta que la marca más cercana al equipo oponente cruce la línea central, o cuando comentan una falta (cuando un miembro del equipo cae o se sienta) El ganador es el equipo más fuerte y logró desplazar al equipo contrario.

Es un juego muy divertido y se lo puede realizar en cualquier parte, solo es necesario una cuerda, mucha gente y ganas de divertirse.

JUEGO N°2

LA YUCA (PELA LA YUCA)

Se puede iniciar el juego con mínimo de 10 participantes; se forma tres grupos, uno de yucas, otro de vendedor y un último el comprador. Los que hacen de yuca se ubican en el piso en forma de hilera, enganchados del codo asimismo se nombran dos personas, uno es el vendedor y otro es el comprador de yucas. Los que hacen de yuca no dejan que el comprador se lleve a ninguno de sus compañeros.



El juego inicia de la misma manera:

Comprador: Señor o señora véndame una yuca que necesito para mi almuerzo.

Vendedor: Bueno señor o señora vea cuál de ellas quiere comprarme.

Comprador: elige la yuca que le guste, a la yuca que está en el medio está más gordita.



Vendedor: bueno señora o señor elija la que le guste.

REGLAS DEL JUEGO.

- Conformar grupos de yucas, comprador y vendedor.
- Las yucas deben permanecer sentadas en el piso.
- Todas las yucas se ayudan entre sí para evitar que el comprador se las lleve.
- Cada yuca que lleve el comprador se transforma en ayudante.
- El juego termina cuando terminan las yucas.

Es cuando el comprador debe intentar sacar a un participante que está en el grupo de las yucas y así sigue hasta que las yucas se terminen. Algo importante es cuando aquel participante que se llevó el comprador pasa a transformarse en ayudante y el juego continuo hasta que se terminen las yucas.

ANÁLISIS: Este juego es una imitación al agricultor en donde participan productor y el comprador como vemos que tiene relación directa con la cotidianidad directa con la comunidad indígena.

Este juego su nombre propio es cebolla Llukchi (cebolla pelada) pero yo le adapte a la comunidad donde está dirigida la propuesta.



JUEGO N°3

LOS ENSACADOS

Competir y jugar a las carreras es uno de los más sencillos y populares entretenimientos entre los niños. A este popular juego se le han añadido diferentes



variantes, siendo una de las más conocidas las carreras de sacos. Las carreras de sacos tienen su origen en el siglo XVII, cuando su fama se debía a los materiales tan sencillos que se necesitan para jugar.

1. Todos los niños deben coger una bolsa o saco grande y meterse dentro. Hay que dibujar una línea de salida, donde se situarán todos los participantes en la carrera.

2. Al dar la orden de salida los niños deben comenzar a saltar y avanzar con el saco, agarrándolo con la mano para que se mantenga siempre por encima de las rodillas.

3. Gana quien llegue primero a la línea de meta, sin que se le haya caído el saco y vaya saltando con las dos piernas. En este juego es muy importante la seguridad, ya que las caídas son frecuentes, por eso conviene evitar las superficies duras o con desniveles.

Edad recomendada A partir de 7 años

¿Dónde se juega? En parques, playas, sobre hierba o pistas deportivas

Número de jugadores Más de 2 jugadores

Materiales necesarios Bolsas o sacos grandes y resistentes, que lleguen hasta la cadera de los niños

IMPORTANCIA: Es una buena forma de ayudar a los niños a mejorar su destreza y su agilidad.

JUEGO N°. 4

LAS POZAS

MATERIAL: Una pelota de goma y un pañuelo.



DESARROLLO: Participan entre cinco y ocho jugadores. Cada uno debe hacer su poza u hoyo en medio del campo de juego, de forma que la pelota tras rodar por el suelo pueda quedar encajada en él. Se echa a suertes para ver quién empieza la tanda de tos. El resto se coloca al lado de su poza correspondiente. El lanzador tratará de que la bola entre en alguna poza, excepto en la suya. Si tras cinco intentos consecutivos no consigue hacer un hoyo, se le anotará una falta.

REGLAS DEL JUEGO

9. Cuando la pelota cae en una poza, su dueño la cogerá y tratará de golpear con ella a cualquiera, pero sin moverse de su sitio.
10. El resto, al ver que la pelota no cae en su hoyo escapará buscando refugio.
11. Si el lanzador falla el tiro, suma una falta.
12. En caso contrario, se le anota al jugador tocado
13. Las anotaciones se van marcando con rayas alrededor de los hoyos, tal y como muestra esta figura.

Hoyos con rayas: Cuando un jugador suma tres faltas se dice que está en capilla, ya que a la cuarta se le vendarán los ojos y tratará de llegar tontas a su poza, saliendo desde una distancia de 10 metros.

JUEGO N°. 5

LAS BOLAS

Materiales: Bolas o canicas.



DESARROLLO: Este juego se practica en el piso de tierra; y pueden participar de dos jugadores en adelante. Para ello se debe cavar en el piso de tierra una figura en forma de caracol, churo o de cualquier figura, tratando de que tenga curvas muy dificultosas. El camino del churo debe tener una profundidad de 1 a 2 centímetros, capaz de que la canica se deslice con facilidad. El juego se inicia de la siguiente manera, cada jugador debe tener una canica e inicia desde un lado de afuera que es el lugar donde debe iniciar, cada jugador debe tingar la canica mientras más rueda su canica va ganando, en caso de que el que sigue le alcanza vuelve a iniciar de nuevo, de la misma manera si la canica sale del churo. El ganador será el que para llegar a la meta convenida utilice menos tiempo. La canica se deberá hacer rodar tingándole.

(Empujando con los dedos)

Reglas del juego

- El churo tendrá una salida y una llegada.
- Cada jugador tendrá su canica propia.
- Pueden participar desde dos jugadores en adelante.
- Si un jugador es alcanzado antes de llegar a la meta, deberá reiniciar su juego.
- Puede ponerse premios para el jugador que llegue primero a la meta (eso conviene entre todos los participantes)
- No puede salirse del churo, en ese caso tendrá que volver a la partida.
- **Análisis:** El juego de las bolas o canicas, permite desarrollar la psicomotricidad gruesa y la fina, los valores, como de respeto del turno entre los participantes. Durante el juego se produce una relación de diálogo, de discusión, de acuerdos entre los participantes.



JUEGO N.º 6

PELEAS DE CABALLOS

Objetivo: Desarrollo de la Resistencia y Velocidad de desplazamiento.
Entretenimiento.



Nº de participantes: Grupo de parejas.

Material: Cintas de colores.

Organización: Las parejas deberán estar situadas por todo el espacio, con una cinta sujeta al pantalón.

Desarrollo: Los jugadores se montan a caballo del compañero y deben intentar quitar el máximo número de cintas a los contrarios, cada vez que una pareja pierda una cinta queda eliminada.

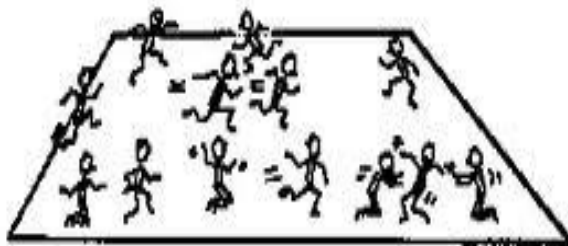


JUEGO Nº. 7

GAVILAN

Objetivo: Velocidad y desplazamiento

Nº de participantes: 8 – 10

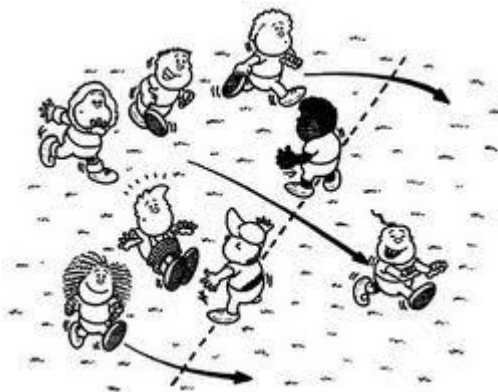


Material: Terreno de juego

Organización: Juego que se debe desarrollar en un terreno extenso, de 15 x 25 metros aproximadamente.

Desarrollo: Todos los jugadores se sitúan en uno de los dos lados cortos del rectángulo, excepto uno, que es el denominado "gavilán", que se coloca en el centro del campo, de cara a sus compañeros. Cuando les sea dada la señal oportuna, los participantes deben «volar» hasta el otro extremo del rectángulo, evitando ser interceptados por el gavilán. Si un jugador es tocado por éste, se convierte también en gavilán.

A cada nuevo gavilán los jugadores se sitúan todos en una de la línea opuesta del campo, y nuevamente deben intentar cruzarlo sin ser cazados por el número cada vez mayor de gavilanes que esperan en el centro. El juego sigue con estas voladas continuas hasta que todos los jugadores se convierten en gavilanes. Gana el último jugador que es interceptado.



SECCIÓN 3

JUEGOS RECREATIVOS

El juego es una herramienta de diversion, aprendizaje y desarrollo cognoscitivo del sujeto. El deportista en todo momento esta aprendiendo a desenvovolviendose mejor con la utilizacion de la practica ya que esta ayudan a la coneccion grupal y a diversas tareas. Esta practica de recreacion es de ambito educativo ya que ayuda al desarrollo psicomotriz del niño. En los cuales se pudo investigar agunos juegos recreativos para el disfrute de los niño y niñas.

JUEGO N°. 1

FUTBOL SALA

Materiales

Balón, porterías y silbato

Organización: Se organizan 4 equipos de a 5, un portero y 4 jugadores en la cancha.



Indicaciones: Este tipo de juego se le llama fut-sala, ya que se juega con porterías pequeñas y gana aquel equipo que anote primero un gol. De extenderse mucho los juegos se jugará a 10 minutos y de no anotarse gol en ese tiempo se hará una ronda de penales golpeando el balón sin portero a una distancia de 20 metros

JUEGO N°. 2

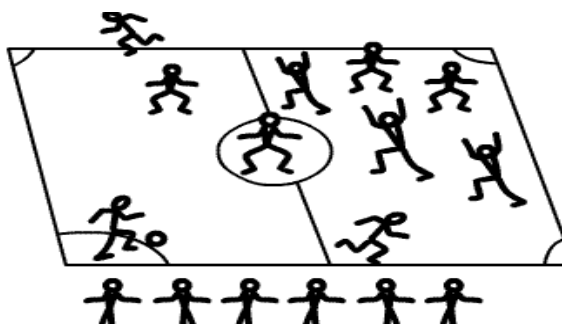
FÚTBOL RECREATIVO

Materiales

Balón, porterías y silbato

Organización

Se forman dos equipos de 9 jugadores cada uno, la medida del terreno es de 60 mts total 30 mts para cada equipo.



Desarrollo

Al sonido del silbato comienza el juego.

Reglas

- 1 Solo debe golpearse el balón con los pies y la cabeza.
- 2 Cuando el balón pase por dentro de la portería es un punto para el equipo que lo golpeó.
- 3 Se jugarán dos tiempos de 20 minutos y 5 de descanso.
- 4 Gana el equipo que más puntos anote.

JUEGO Nº. 3

CIRCUITO ATLÉTICO:

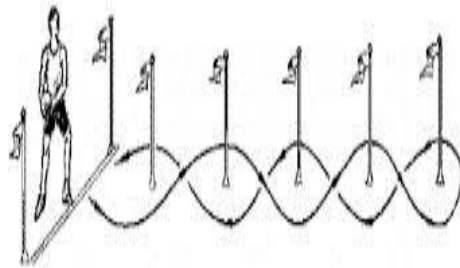
- Se instalaran de 6 a 10 estaciones.
- Saltar la cuerda
- Brincar sobre un aro (adentro –afuera)
- Sentadillas con brazos extendidos al frente
- Ejercicios de lagartijas
- Volear un balón
- Equilibrar un implemento en la mano, un pie, la frente etc.
- Rodar como un leño 3 mts. Aproximadamente de ida y Vuelta
- Bajar la resbaladera
- Realizar abdominales.



JUEGO N°. 4

EL BLOQUEO COORDINADO

Objetivo: Ejercitar la coordinación con pesos pequeños.



Materiales: Objetos pequeños o bolsitas de arena

Organización: Se forman dos equipos en hileras, cada uno situado entre sí a 6 metros. Frente a cada equipo se colocan objetos pequeños con una separación de un metro entre ambos. Elegir previamente el capitán de cada equipo.

Desarrollo: A la orden del profesor, el capitán de cada equipo sale con la vista al frente, los brazos laterales y caminando entre obstáculos, en zigzag con la bolsita de arena sobre la cabeza, al llegar entrega el objeto y se sitúa al final de la hilera. El compañero que recibe el objeto realiza la misma operación que el anterior.

Reglas.

1. Gana el equipo que primero cumpla con la tarea.
2. No salir adelantado.
3. Cuando se haga contacto con los obstáculos se debe regresar y comenzar de nuevo.

JUEGO N.º 5

FUTBOL - VOLEY

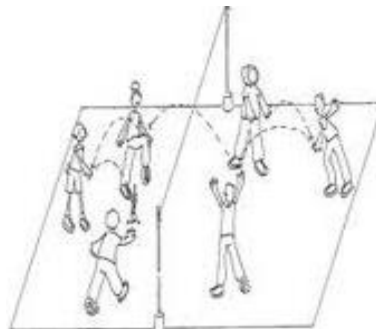
Objetivo: Cooperación - Oposición, trabajo con números.

Nº de participantes: 2 Equipos.

Material: Balón por equipo.

Organización: Cada equipo se coloca en un lado de un campo previamente delimitado.

Desarrollo: El juego consiste en pasar el balón al campo contrario con un máximo de tres toques por equipo y un bote en el propio campo. El saque es directo y se realiza con el pie a bote pronto. Un mismo jugador no puede tocar dos veces seguidas el balón. La red debe colocarse a un metro de altura, si no disponemos de ella, podemos sustituirla por bancos suecos, etc



JUEGO N°. 6

FUTBOL CON PAREJAS

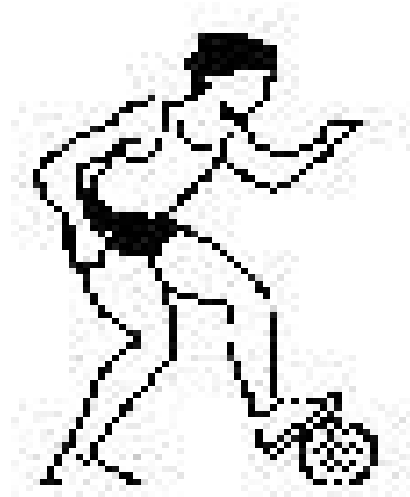
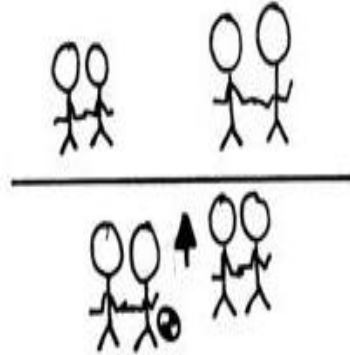
Objetivo: Pre deportivo, Fundamentos técnicos del fútbol y desarrollo de la cooperación.

N° de participantes: 2 Equipos.

Material: Balón y 2 porterías.

Organización: 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.



JUEGO N°. 7

CONO GOL

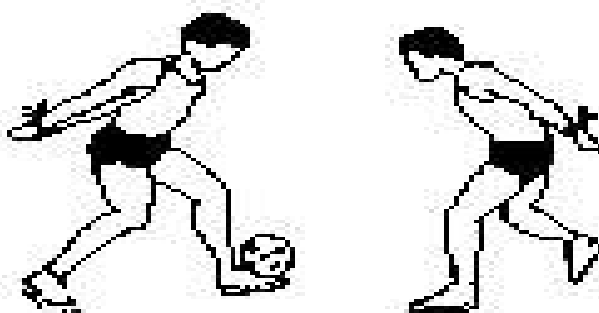
Objetivo: Mejorar los pases y el juego sin balón.

N° de participantes: 2 Equipos.

Material: Un balón y 4 conos por cada dos equipos.

Organización: Dos equipos en un terreno delimitado. Un equipo atacante y otro que defiende.

Desarrollo: El equipo atacante se pasa el balón hasta que alguno se encuentra en posición propicia para disparar a alguno de los conos y tocarlo. De esta manera se consigue un gol. Cada jugador puede tocar la bola un máximo de tres veces consecutivas. El cambio de funciones puede realizarse a tiempo de partido o a gol conseguido.



SECCIÓN Nº. 4

JUEGOS NOVEDOSOS

Los juegos novedosos llaman la atención del niño y favorecen el desarrollo armónico de la personalidad, potencian el afán de superación conociendo cosas nuevas y valorar a las demás personas.

JUEGO Nº. 1

DERRIBAR LOS BOLOS

Materiales:

Bolos, objetos, pelotas pequeñas o saquitos rellenos de tierra o arena.

Organización:

Se forman equipos en fila frente a frente y con una separación que determina el investigador. En el centro se traza una línea en la que se sitúan los bolos. Cada niño tendrá una pelota en la mano.

Desarrollo:

A la señal del profesor, todos los alumnos que tienen la pelota la lanzan para derribar el bolo u objeto colocado al frente. El profesor anota un punto por cada bolo u objeto derribado. Los lanzadores ordenan los bolos u objetos mientras que los alumnos del otro equipo recogen las pelotas. El equipo que recogió las pelotas efectúa el lanzamiento.

Regla

1. Gana el equipo que más puntos acumule.



JUEGO Nº. 2

LA PESCADILLA

Objetivo: Velocidad de reacción.

Nº de participantes: Grupos de 6-8.



Material: Ninguno.

Organización: Todos los participantes deberán estar repartidos por el terreno, formando una fila y agarrados por los hombros.

Desarrollo: A la señal, el primero de la fila deberá intentar pillar al último de su fila, a la vez que el último intenta no ser pillado. Si esto ocurre el último pasa a la primera posición.

JUEGO Nº. 3

RELEVO DEL TREN

Objetivo: Velocidad y resistencia

Nº de participantes: Grupos de 2-3.



Material: Ninguno.

Organización: Todos los participantes estarán repartidos en un determinado sitio para ser recogidos.

Desarrollo: Se forman varios equipos y cada uno se le da una cuerda anudada por un extremo. El primero de cada hilera encabeza el tren y el último termina. A la señal del conductor saldrá corriendo cada tren hasta un lugar determinado, regresando para que se integre otro jugador.

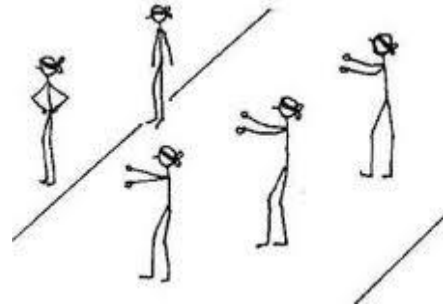
JUEGO N°. 4

El Zoológico

Objetivo: Diferenciación de sonidos

N° de participantes: 2 a 3 participantes

Material: cintas o pañuelos



Organización: Los participantes estarán en diversos lugares y el profesor les entregara que animal es que va imitar.

Desarrollo: Los jugadores de dos en dos o tres en tres, con los ojos vendados, eligen el nombre de un animal dispersándose por el campo de juego, a una señal todos dicen en voz alta el sonido onomatopéyico del animal o su nombre, procurando encontrar a sus compañeros. Gana el primero que encuentre a su pareja.



JUEGO Nº. 5

CORREO

Objetivo: Ejercitar la rapidez y la agilidad.

Nº de participantes: 2 grupos

Material: Hoja de papel o cinta



Organización: Los participantes formaran 2 columnas y el profesor estará en el medio con una hoja.

Desarrollo: En circunferencia y numerados progresivamente, los jugadores esperan que el jugador del centro mencione su número para correr y evitar que una hoja de papel caiga al suelo. Si lo evita, el jugador que la lanzó lo seguirá haciendo hasta que alguien pierda y ocupe el lugar del centro.



JUEGO N.º 6

PELOTA AL BLANCO

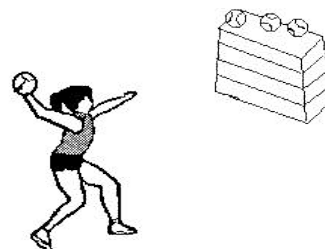
Objetivo: Mejorar la puntería de lanzamiento.

Nº de participantes: Grupos de seis a ocho participantes.

Material: Un balón.

Organización: Todos los jugadores del grupo se disponen en una hilera menos dos (los lanzadores), que se colocan a los lados y a una distancia de unos 5-10 metros de ellos (aprox.).

Desarrollo: Los lanzadores disparan al resto de sus compañeros, que deben mantener siempre pegados al suelo los pies. Solo podrán evitar ser tocados fintando y esquivando el balón con el cuerpo. Los que sean tocados tres veces cambian su papel con el lanzador.



JUEGO N°. 7

TRANSPORTE EN GRUPO

Objetivo: Mejora la coordinación en grupo.

N° de participantes: Grupos de seis.

Material: Balón medicinal.



Organización: Cada grupo de pie en círculo, tocando espalda con espalda y el balón medicinal en medio, situados detrás de la línea de salida.

Desarrollo: A la señal, cada grupo debe transportar el balón, sin usar las manos, hasta un punto intermedio, que previamente deberá ser marcado y volver. Si el balón tocara el suelo o algún jugador lo tocara con las manos, el grupo debe empezar de nuevo.

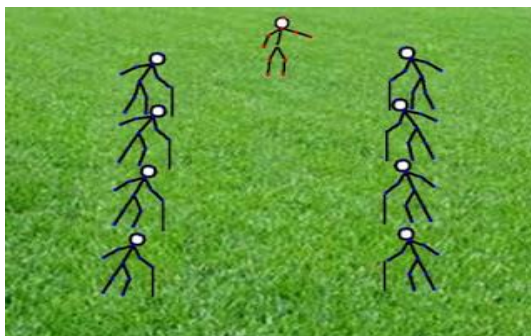


JUEGO Nº. 8

QUE NO CAIGA EL PALO

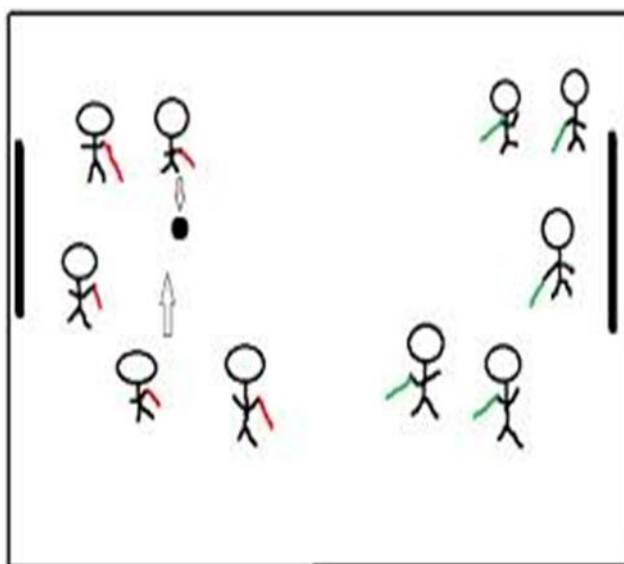
Objetivo: Mejorar la velocidad de reacción en diferentes situaciones motrices.

Nº de participantes: 8 – 10 o más.



Organización: Coger el palo antes de que caiga al suelo.

Descripción del Juego: En Parejas, cada uno situado uno en frente al otro, a unos 2 metros y sujetando un palo, en posición vertical. A la voz del profesor cada uno deja su palo y corre a coger la de su compañero antes de que caiga al suelo.

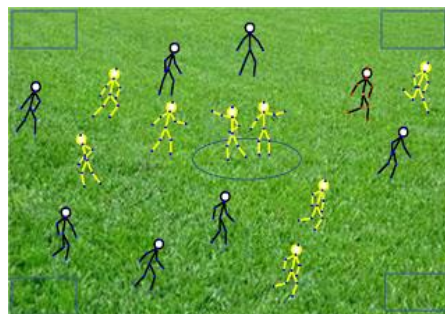


JUEGO N.º 9

LOS RINCONES

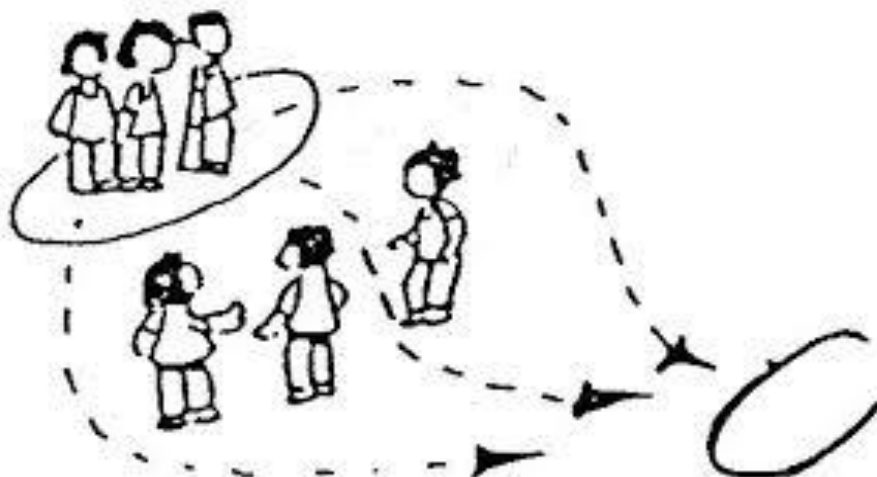
Objetivo: Desarrollar la velocidad de desplazamiento y la agilidad a través de diversas situaciones lúdicas.

Nº de participantes: 6 -7



Organización: Formar 2 grupos de igual número

Descripción del Juego: El círculo central servirá de cárcel y en las 4 esquinas del campo se dibujarán unas zonas que servirán de casa. Uno de los grupos perseguirá al otro para intentar pillarlos y meterlos en la cárcel. Los compañeros que aún no estén pillados pueden salvar a los que están en la cárcel dándoles una palmada en la mano.



6.6. Metodología. Plan de acción

CUADRO N°. 23: Modelo Operativo

Secciones	Objetivos	Acciones	Recursos	Responsables	Tiempo
PLAN DE ACTIVIDADES RECREATIVAS	Planificar la ejecución de la propuesta	Elaboración del Plan de Trabajo	Humanos: investigador	Investigador	1 semana
N°1. EL CALENTAMIENTO	Evitar lesiones futuras aprovechar y mejorar la condiciones de los participantes	Mejoramiento del sistema cardiovascular Cumplimiento los tipos de calentamiento según la actividad física.	Humanos: Estudiantes de la escuela "América" Comunidad en general Docentes de la institución	Investigador	Todo el tiempo

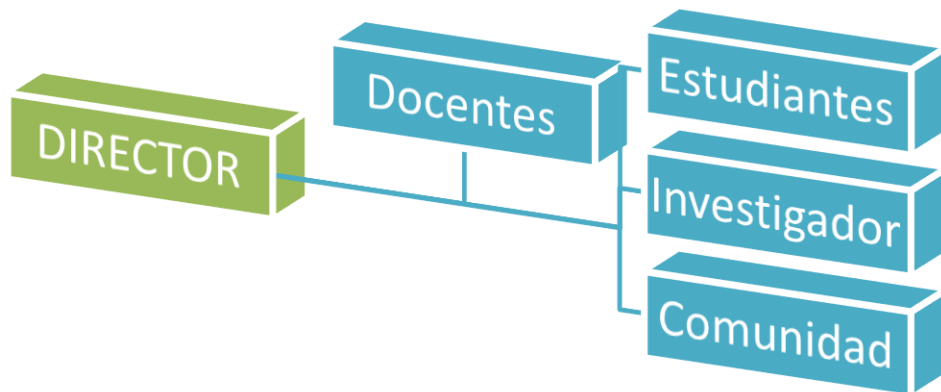
<p style="text-align: center;">N° 2. JUEGOS TRADICIONALES</p>	<p>Ejecutar juego con una correcta selección de grupos</p>	<p>Seleccionar los juegos</p>	<p>Humanos: Estudiantes de la escuela "América" Comunidad en general Docentes de la institución</p>	<p>Investigador</p>	<p>2 semana</p>
<p style="text-align: center;">N° 3. JUEGOS RECREATIVOS</p>	<p>Realizar Encuentros deportivos ejemplos: fut-sala y Fútbol</p>	<p>- Fomentar el deporte Recreativo y Competitivo</p>	<p>Materiales: Canchas, pito y bolón Humanos: Estudiantes</p>	<p>Investigador</p>	<p>1 mes</p>
<p style="text-align: center;">N° 4. JUEGOS NOVEDOSOS</p>	<p>Vivenciar experiencias nuevas</p>	<p>Practica de juegos nuevos</p>	<p>Humanos: Estudiantes de la escuela "América" Comunidad en general Docentes de la institución</p>	<p>Investigador</p>	<p>En todo el trans-curso de practica</p>

Nº 5. EVALUACION	Conocer el resultado del plan	Constante según la práctica de la diversas actividades recreativas	Estudiantes de la escuela "América" Comunidad en general Docentes de la institución	Investigador	Constantemente
-------------------------	-------------------------------	--	---	--------------	----------------

Elaborado por: Irma Verónica López Riofrío

6.7. Administración

Cuadro Nº. 24



Elaborado por: Irma Verónica López Riofrío

6.8. Previsión de la evaluación

Es importante proponer de un plan de actividades que sirva de apoyo en el control del cumplimiento de las actividades a realizar y sirva para lograr la eficacia en la propuesta

PLAN DE ACTIVIDADES

CUADRO N°. 25

PARTES	SECCIONES	OBJETIVO	ACTIVIDADES	JUEGOS	RECURSOS	OBSERVACIONES
1°	Calentamiento y estiramiento	- Preparar al cuerpo para diversas actividades	- Distribución los tres momentos		R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA	
2°	Juegos tradicionales	- Coordinar movimientos - Mejorar el compañerismo	- Explicación y ejecución de los juegos tradicionales	- Ensacados	R. HUMANOS - Niños y Estudiante UTA R. DIDACTICOS - Lonas - Pito	- Ya conocían el juego
3°	Juegos novedosos	- Conocer juegos novedosos - Escuchar órdenes - Desarrollar destrezas	- Vivencia juegos novedosos - Realizar un circulo y numerar - Coger la tela antes de que se caiga al suelo	- Correo	R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA R. DIDACTICOS - Telas - Ramas	- Existió un disfrute del juego
4°	Juegos recreativos o deportivos	- Intercambiar experiencias - Realizar varios ejercicios	- Realización de un circuito - Diferenciar la estaciones - Dividir en grupos y ejecutar la actividad	- Circuito	- R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA R. DIDACTICOS - Pito - Bolón - Resbaladera y sogas	- Se propuso una actividad adicional a las que estaba prevista

Elaborado por: Irma Verónica López Riofrío

CUADRO N°. 26

PARTES	SECCIONES	OBJETIVO	ACTIVIDADES	JUEGOS	RECURSOS	OBSERVACIONES
Primera	Calentamiento y estiramiento	- Preparar el cuerpo para diversas actividades	- Ejecutar el calentamiento		HUMANOS - Niños - Estudiante UTA	
Segunda	Juegos tradicionales	- Mejorar el compañerismo	- División de los participantes en 2 grupos - Entregar la cuerda y enseñar la actividad	- La Cuerda	- R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA - R .DIDACTICOS - soga - Pito	- Se logró el objetivo propuesto
Tercera	Juegos novedosos	- Afinar la puntería - Escuchar ordenes	- Realizar grupos - Colocar una fila y otra en frente - A la voz de 3 todos derriban las botellas	- bolos	- R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA - R .DIDACTICOS - Botella - Pelotas - Pelotas de papel	- Falta la destreza de escuchar
Cuarta	Juegos recreativos o deportivos	- Desarrollar la motricidad	- Explicación y ejecución de las estaciones	- circuito	- R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA - R .DIDACTICOS - pito - ulas - etc.	- Correcta utilización de las estaciones

Elaborado por: Irma Verónica López Riofrío

CUADRO N°. 27

PARTES	SECCIONES	OBJETIVO	ACTIVIDADES	JUEGOS	RECURSOS	OBSERVACIONES
Primera	Calentamiento y estiramiento	- Preparar al cuerpo para diversas actividades	- Distribución los tres momentos		HUMANOS - Niños - Estudiante UTA	
Segunda	Juegos tradicionales	- Incentivar al compañerismo	- Cogerse por los codos - El comprador escoge la yuca más gorda	- La yuca pelada	- R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA	- En un grupo no se pudo comprobar el compañerismo
Tercera	Juegos novedosos	- Diferenciar los sonidos de los animales	- Dar nombres de diferentes animales - Se debe encontrar a la pareja del animal que es con los ojos cerrados o vendados.	- El zoológico	- R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA R. DIDACTICOS - Pañuelo - Pito	- Todos los participantes reconocieron a su pareja
Cuarta	Juegos recreativos o deportivos	- Desarrollo de la motricidad gruesa	- Juego con porterías pequeñas - Gana el equipo que primero mete un gol	- Fut-sala	- R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA R. DIDACTICOS - Pelota - Portería pequeña - pito	- Fue casi imposible meter gol la portería pequeña

Elaborado por: Irma Verónica López Riofrío

CUADRO N°. 28

PARTES	SECCIONES	OBJETIVO	ACTIVIDADES	JUEGOS	RECURSOS	OBSERVACIONES
Primera	Calentamiento y estiramiento	- Preparar al cuerpo para diversas actividades	- Distribución los tres momentos		HUMANOS - Niños - Estudiante UTA	
Cuarta	Juegos recreativos o deportivos	- Intercambiar experiencias - Aprender a asimilar la victoria y la derrota	- Realizar un cuadrangular de futbol - Formar 4 equipos - Sorteo de los equipos - Los ganadores del primer partido se enfrentan a los ganadores de segundo partido para el primero y segundo lugar. - Intermedio perdedores con perdedores para el tercero y cuarto puesto.	- Futbol(9)	R. HUMANOS - Niños - Estudiante UTA R. DIDACTICOS - Pelota - Pito - cancha	- Se detectó que los participantes se divirtieron mucho

Elaborado por: Irma Verónica López Riofrío

C. MATERIALES DE REFERENCIA

Recursos

Para la ejecución de este proyecto de investigación, se va a necesitar los siguientes tipos de Recursos.

Recursos Institucionales:

La presente investigación se lo realizara en la Escuela América, de la ciudad de Puyo.

Recursos Humanos:

Coordinador Responsable

Investigador

Digitador

Empastador

Recursos Materiales:

Computadora

Impresora

Grabadora

Material de oficina

Recursos Económicos:

La ejecución de este Proyecto tiene un valor de \$1100.

1 BIBLIOGRAFÍA

Abalde Paz, Eduardo (1992). *Metodología de la investigación educativa*. La Coruña, Universidad de Coruña.

Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural. En <http://www.efdeportes.com/efd23/ocio1.htm> .

Arias Herrera, Héctor (1995): *La comunidad y su estudio*. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

Aisanuk, L. (2000) *Gestión de tiempo libre*. Barcelona, INDE Publicaciones.

Artazcoz, M.M. y Ossa, A. (2002). *Algunos aportes de la recreación dirigida para la construcción de la convivencia y la paz*. Ponencia VII Congreso Nacional de Recreación.

Butler, G. (1963) *Principios y métodos de Recreación para la comunidad*.

Dumazedier, J. (1964). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona.
Estela Hernández, A. (2000). *Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural*.

Facultad de Cultura Física, Universidad de Matanzas

'Encuentros de inclusión deportiva' .Proyecto de animación socio-institucional

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 17, N° 175, Diciembre de 2012. <http://www.efdeportes.com/>

Gómez Anoceto Omar (2006) *Estudio de la Cultura Física en las*

comunidades de montaña de la Región Central de Cuba: Propuesta de un modelo de intervención. Tesis de doctorado. Cap3. Universidad de Las Palmas. Gran Canaria. p.13.

<http://www.efdeportes.com/efd23/ocio.htm> .

<http://www.monografias.com/trabajos87/plan-actividades-fisicas-recreativas-ninos/plan-actividades-fisicas-recreativas-ninos>

<http://www.monografias.com/trabajos89/actividades-recreativas-favorecer-correccion/actividades-recreativas-favorecer-correccion.shtml#ixzz3FwtzfMcE>

Rodríguez Facal, F. "El Deporte como Herramienta de Inclusión Social" - 2006 - Escuela Municipal de Formación deportiva y servicios comunitarios - *Seminario Internacional s/ Actividad Física, Deporte e Inclusión Social*.

Martínez del Castillo J. (1986) Actividades Físicas y Recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas. En *Apunts* 4: 9-17 Barcelona INEFC

<http://www.monografias.com/trabajos83/reflexiones-acerca-programa-deportivo/reflexiones>.

2. ANEXOS



Universidad Técnica de Ambato Universidad Técnica de Ambato

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

Carrera de Cultura Física

Esta encuesta va dirigida a los niños y niñas de la Escuela América de la ciudad de Puyo provincia de Pastaza.

Pregunta N° 1

1. ¿Usted ha realizado actividades físicas recreativas?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 2

2. ¿Le gustaría realizar juegos y dinámicas?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 3

3. ¿En qué horarios le gustaría practicar las actividades deportivas?:

Mañana: _____ Tarde: _____ Noche: _____

Pregunta N° 4

4. De las actividades físicas recreativas que usted conoce en cuales le Gustaría participar.

Juegos recreativos: _____ Plan de la Calle: _____

Caminatas: _____ Pesca: _____

Pregunta N°5

5. ¿Tienes buena relaciones con tus padres?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 6

14. ¿Qué actividades que realizas en tu tiempo libre?

_____ Ver la televisión _____ Practicar deportes

_____ Escuchar música _____ Trabajar en la chacra

Pregunta N° 7

15. ¿En tu tiempo libre te gustaría practicar deportes?:

SI _____ NO _____

Pregunta N° 8

10. ¿Te gusta que te motiven para realizar actividades físicas recreativas?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 9

11. ¿Sabía usted que la que realizar actividades físicas recreativas y practicar algunos de deportes te ayuda a ser un buen deportista?

SI _____ NO _____



**Universidad Técnica de Ambato Universidad Técnica de
Ambato**

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

Carrera de Cultura Física

**ESTA ENCUESTA VA DIRIGIDA A PROFESORES DE LA ESCUELA
AMÉRICA DE LA CIUDAD DE PUYO PROVINCIA DE PASTAZA.**

Pregunta N° 1

1. ¿Motiva a sus estudiantes en la realización de diferentes actividades recreativas

SI _____ NO _____

Pregunta N° 2

2. ¿Usted ha realizado actividades físicas recreativas con los niños(as)?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 3

3. ¿Le gustaría realizar juegos y dinámicas con los niños (as) en sus clases?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 4

4. ¿Por qué razón no se enseña juegos recreativos constantemente a los niños(as) de la escuela?:

Falta de infraestructura
Desconocimiento
Total

Pregunta N° 5

5. ¿La escuela ha participado en actividades físicos recreativos?

ALTERNATIVA	MARCAR
A. Siempre	
B. Ocasionalmente	
C. nunca	
TOTAL	

Pregunta N°6

6. ¿Usted ha planificado en sus clases actividades recreativas?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 7

7. ¿Sabe usted que las actividades físicas recreativas ayudan al desarrollo psicomotriz de los niños?

SI _____ NO _____

Pregunta N° 8

8. ¿Qué actividades realiza en su tiempo libre?:

Ver la televisión _____ Practicar deportes _____

Escuchar música _____ actividades físicas recreativa _____

CRONOGRAMA: Cuadro # 29

Tiempo	Mayo	Junio	Julio	Agos	Sep.	Oct.	Nov.	Ene	Feb.	Mar.	Abr.	May.	Jun.	Jul.
Actividades														
Formulación del Problema	X													
Elaboración del Proyecto y presentación		X	X	X	X	X								
Recolección y redacción de la Tesis						X								
Corrección de la Tesis							X	X	X	X	X	X		
Realización de la propuesta													X	X
Presentación y Defensa							X							

X

Elaborado por: Irma Verónica López









REGISTRO DESCRIPTIVO DE LA TESIS		
ACTIVIDADES	DESCRIPCION DE LO OBSERVADO	INTERPRETACIÓN DE LO OBSERVADO
Tema de Investigación	Fue elaborado de acuerdo a las necesidades del sector.	Se logró con éxito el tema de la investigación.
Planteamiento del problema	Se planteó el problema en base a un análisis.	Análisis de tipo macro, meso y micro.
Justificación	Explicación explícita del proyecto	Se vivencio el verdadero propósito del tema planteado.
Objetivos	Los objetivos son claros	Son de acuerdo al tema
Marco Teórico	Investigaciones de diversos actores que ayudan a entender mejor el tema	Visión más amplia de diferentes puntos de vista
Metodología	Servirá para el enriquecimiento del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> - Análisis y síntesis - Analítico sintético - Inductivo-deductivo - Histórico lógico
Marco Administrativo	Es esencial porque se puede visualizar mejor este proyecto.	Se pone en manifiesto <ul style="list-style-type: none"> - Recursos - Cronograma - Bibliografía y anexo.

Elaborado por: Irma Verónica López