UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Informe final del trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

TEMA:

JUEGOS POPULARES EN LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE EDUCACION GENERAL BASICA SUPERIOR

AUTOR : FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN

TUTOR : LIC. HIDALGO ALAVA DENNIS JOSE, MG

Ambato - Ecuador

2026

Aprobación del tutor

Yo, **LIC. HIDALGO ALAVA DENNIS JOSE, MG**, con cédula de ciudadanía **1802017523** en calidad de Tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **"JUEGOS POPULARES EN LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE EDUCACION GENERAL BASICA SUPERIOR"** desarrollado por el estudiante **FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
DENNIS JOSE HIDALGO ALAVA

……

LIC. HIDALGO ALAVA DENNIS JOSE, MG

C.C. 1803568839

Autoría del trabajo de titulación

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del Autor, con el tema: **"JUEGOS POPULARES EN LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE EDUCACION GENERAL BASICA SUPERIOR"**, quién basado 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.



……

FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN
C.C. 1850424449

Derechos de autor

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos en línea patrimoniales de mi tesis, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.



……

FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN
C.C. 1850424449

Aprobación del Tribunal de grado

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **"JUEGOS POPULARES EN LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE EDUCACION GENERAL BASICA SUPERIOR"**, presentado por el señor **FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN**, estudiante de la **Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

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

COMISIÓN CALIFICADORA

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
MARCO DAVID FREIRE NIETO

……
LIC. FREIRE NIETO MARCO DAVID, MG
C.C. 1803115847
Miembro de Comisión Calificadora

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
SEGUNDO VICTOR MEDINA PAREDES

……
LIC. MEDINA PAREDES SEGUNDO VICTOR, MG
C.C. 1801892884
Miembro de Comisión Calificadora

Dedicatoria

A mis padres, por ser el soporte incondicional en cada decisión de mi vida y el pilar fundamental de mi formación académica. Su sacrificio, amor y entrega constante han sido la fuerza que me permitió perseverar y no rendirme ante los desafíos. A ellos les debo no solo mis logros, sino la integridad con la que hoy finalizo este camino.

A mi hermana, por ser un ejemplo constante de excelencia y calidez humana. Gracias por tu guía oportuna y por orientarme siempre hacia el camino del bien, motivándome a ser una mejor persona en cada etapa de mi crecimiento.

A mis amigos, por ser parte esencial de esta travesía. A Alexis Solís, por esa amistad sincera que trasciende lo cotidiano; gracias por tus consejos de vida y por ser el hermano que siempre quise tener. A Emily Escobar, por su apoyo incondicional y por esa capacidad de brindarme una sonrisa en los momentos de mayor dificultad. A Jeremy Paredes, por su compañía fundamental en la vida universitaria; gracias por compartir tus conocimientos y por impulsarme a ser un profesional más competente.

A mis docentes, quienes con su vocación y compromiso no solo transmitieron sus conocimientos, sino que se convirtieron en fuentes de motivación para mi desarrollo profesional.

Con gratitud y profundo afecto.

Agradecimiento

A Dios, por ser mi guía y protector constante a lo largo de toda mi trayectoria universitaria. Su bendición me permitió tomar las decisiones correctas en los momentos de incertidumbre y me brindó la fortaleza necesaria para culminar este camino. Mi gratitud hacia Él será infinita.

A Aziz Sergeyevich Shavershian (ZYZZ), por el impacto transformador que su filosofía de superación personal tuvo en mi vida. A través de su legado de disciplina y motivación, encontré el propósito y la determinación para entregar mi máximo esfuerzo en cada proyecto. Sus enseñanzas forjaron la mentalidad resiliente y el carácter que me definen hoy como persona.

A mi primo, Justin Vargas, por ser una fuente constante de alegría. Gracias por enseñarme a valorar los pequeños detalles de la vida y por compartir conmigo tantas aventuras y vivencias que hicieron este proceso mucho más ligero y feliz.

A mi tutor de tesis, el Lic. Dennis Hidalgo, MG., por su invaluable orientación, su paciencia y sus conocimientos. Su guía profesional fue la pieza clave para el desarrollo y la culminación exitosa de este trabajo de investigación.

A todos quienes estuvieron presentes y brindaron su apoyo en esta etapa, mi más sincero agradecimiento.

Índice general de contenidos

Aprobación del tutor ii

Autoría del trabajo de titulación iii

Derechos de autor iv

Aprobación del Tribunal de grado v

Dedicatoria vi

Agradecimiento vii

Índice general de contenidos viii

Índice de tablas x

Índice de gráficos xi

Resumen Ejecutivo xii

Abstract xiii

CAPÍTULO I 14

MARCO TEÓRICO 14

1.1. Antecedentes de la Investigación 14

1.2 Objetivos 29

Objetivo General 29

Objetivo Específico 1: 29

Objetivo Específico 2: 29

Objetivo Específico 3: 29

CAPÍTULO II 30

METODOLOGÍA 30

2.1 Materiales 30

2.2 Métodos 35

CAPÍTULO III 39

RESULTADOS Y DISCUSIÓN 39

3.1 Análisis y discusión de los resultados 39

3.2 Verificación de hipótesis 46

CAPÍTULO IV 49

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 49

4.1 Conclusiones 49

4.2 Recomendaciones 49

Referencias bibliográficas 51

Anexos 54

Índice de tablas

Tabla 1. Recursos Materiales 30

Tabla 2. Resultados descriptivos de la escala de autoestima de Rosenberg 39

Tabla 3. Frecuencia de niveles de autoestima en el pretest..... 41

Tabla 4. Resultados descriptivos de la escala de autoestima de Rosenberg 43

Tabla 5. Frecuencia de niveles de autoestima en el post test 44

Tabla 6. Pruebas de normalidad 46

Tabla 7. Prueba no paramétrica de Wilcoxon 46

Índice de gráficos

Figura 0.1. Distribución de niveles del pretest (gráfico de pastel). 42

Figura 0.2. Distribución de niveles del post test (gráfico de barras). 45

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TEMA: JUEGOS POPULARES EN LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE EDUCACION GENERAL BASICA SUPERIOR

AUTOR: FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN
TUTOR: LIC. HIDALGO ALAVA DENNIS JOSE, MG

Resumen Ejecutivo

La presente investigación, titulada “Juegos populares en la autoestima en estudiantes de Educación General Básica Superior”, analizó el impacto de un programa de intervención lúdica de juegos populares en la autoestima de estudiantes de Educación General Básica Superior. El estudio se fundamentó en un enfoque cuantitativo con un diseño preexperimental. Para la recolección de datos, se empleó la Escala de Autoestima de Rosenberg, instrumento que permitió evaluar y comparar los niveles de autoestima antes y después de la implementación del programa. La muestra estuvo integrada por 32 estudiantes, con edades comprendidas entre los 13 y 14 años. Los resultados evidenciaron que la aplicación de los juegos populares tuvo una incidencia positiva y estadísticamente significativa en el desarrollo personal de los participantes. Tras el análisis estadístico mediante la prueba de rangos con signo de Wilcoxon, se obtuvo un valor de significancia de $p < ,001$ ($p = ,000$), lo cual permitió rechazar la hipótesis nula. En conclusión, se confirma que las actividades como lo son los juegos populares constituyen herramientas pedagógicas altamente efectivas para el fortalecimiento de la autoestima en el nivel de Básica Superior, demostrando que su integración en el proceso educativo influye de manera determinante en la percepción de la autoestima estudiantil.

Palabras clave: Autoestima; juegos populares; actividad; enseñanza; aprendizaje.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

THEME: JUEGOS POPULARES EN LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE EDUCACION GENERAL BASICA SUPERIOR

AUTHOR: FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN
TUTOR: LIC. HIDALGO ALAVA DENNIS JOSE, MG

Abstract

This study, titled "The Impact of Traditional Games on Self-Esteem Among Upper Secondary School Students," analyzed the impact of a recreational intervention program using traditional games on the self-esteem of upper secondary school students. The study employed a quantitative approach with a pre-experimental design. For data collection, the Rosenberg Self-Esteem Scale was used, an instrument that allowed for the evaluation and comparison of self-esteem levels before and after the program's implementation. The sample consisted of 32 students, aged between 13 and 14 years. The results showed that the use of popular games had a positive and statistically significant impact on the participants' personal development. Following statistical analysis using the Wilcoxon signed-rank test, a significance value of $p < 0.001$ ($p = 0.000$) was obtained, which allowed the null hypothesis to be rejected. In conclusion, it is confirmed that activities such as popular games constitute highly effective pedagogical tools for strengthening self-esteem at the upper elementary level, demonstrating that their integration into the educational process has a decisive influence on students' perception of self-esteem.

Keywords: Self-esteem; popular games; activity; teaching; learning.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes de la Investigación

La integración de las dinámicas lúdicas tradicionales en el currículo de Educación Física trasciende el simple ejercicio físico. Estas actividades actúan como una herramienta didáctica clave que potencia las habilidades motrices y, de manera simultánea, refuerza el autoconcepto del alumnado. Al involucrarse en estos juegos, el estudiante se enfrenta a desafíos que exigen colaboración y superación personal; el reconocimiento obtenido en estos procesos es lo que consolida su seguridad individual. Asimismo, el carácter democrático de los juegos populares facilita un entorno de equidad y respeto mutuo, factores esenciales para un crecimiento socioafectivo equilibrado en la escuela.

A nivel mundial Belmonte (2025) desarrolló una investigación en España titulada "Juegos populares tradicionales como puente a la dimensión social en educación física infantil", cuyo objetivo se centró en evaluar el impacto de un programa de juegos populares sobre la dimensión social de estudiantes en Educación Física Infantil. Mediante un diseño cualitativo apoyado en datos cuantitativos, se analizó a un grupo de 35 participantes seleccionados por criterios de pertinencia. El autor destaca que, aunque estas prácticas lúdicas pueden generar episodios de emociones negativas y competitividad, su balance general es altamente constructivo. El estudio determina que el uso de estas dinámicas tradicionales es un factor determinante para el progreso de las habilidades sociales, observándose una mejoría sustancial en la interacción del grupo tras la intervención pedagógica.

En el mismo contexto Armada et al. (2025) realizaron una investigación en España titulada "INFLUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA SOBRE LA AUTOESTIMA EN EL CONTEXTO EDUCATIVO: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA", cuyo propósito fue analizar la influencia de la actividad física sobre la autoestima en el entorno educativo español. A través de una metodología de revisión cuantitativa en poblaciones de educación básica y media, la investigación subraya la complejidad de los factores que configuran la percepción personal del estudiante. Los resultados más

relevantes indican que aquellos alumnos con mayor participación en actividades físicas presentan niveles de autoestima significativamente superiores. Por consiguiente, se concluye que el diseño de estrategias pedagógicas que integren la interacción social y el dinamismo corporal es una vía eficaz para promover el desarrollo integral y la salud emocional en las instituciones educativas.

A **nivel latinoamericano** Rojas (2024) desarrolló una investigación en Perú titulada "Juegos Populares para elevar el Autoestima en los alumnos del primer grado de primaria de la I.E. N°82271 San Pablo – Cajamarca, 2019", cuyo objetivo se centró en el diseño de un programa de juegos populares para fortalecer la autoestima en infantes de primer grado. Bajo un marco metodológico descriptivo y no experimental, el estudio analizó a una muestra de 25 estudiantes en Cajamarca. Los hallazgos diagnósticos revelaron matices críticos en la dimensión afectiva: aunque un 64% de los niños manifestó sentimientos de autoaceptación, persisten indicadores preocupantes, como el 44% que percibe fallos recurrentes en sus acciones y un 68% que reporta ser objeto de burlas por parte de sus pares ante el error. Estos datos permiten concluir que la implementación de juegos tradicionales es una necesidad latente, ya que estos inciden directamente en la configuración de la identidad y la seguridad personal desde la infancia temprana.

En el mismo contexto Quispe (2023) en su trabajo de investigación en Perú denominada "Los juegos tradicionales como estrategia para fortalecer la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Primaria N° 70846 de Pucara", cuyo propósito fue verificar la eficacia de los juegos tradicionales como herramienta para fortalecer la autoestima escolar. La investigación adoptó un diseño cuasiexperimental con mediciones de pretest y postest, involucrando a una muestra intencional de 60 alumnos de diversos grados de primaria. Tras la intervención, el análisis estadístico arrojó un nivel de significancia de 0,000, lo que permitió validar la hipótesis alterna del investigador. En consecuencia, se determinó que la aplicación sistemática de dinámicas lúdicas tradicionales tiene un impacto positivo y estadísticamente significativo en la elevación de los niveles de autoestima del estudiantado.

En el mismo enfoque Espinoza (2025) desarrolló una investigación en Perú titulada "Juegos cooperativos y autoestima en niños de 5 años de la Institución Educativa

Virgen del Carmen 20605 Santa Eulalia", cuyo objetivo fue examinar el vínculo entre los juegos cooperativos y el fortalecimiento del autoconcepto en niños de 5 años en Santa Eulalia, Perú. Esta investigación, de carácter aplicado y diseño correlacional-transversal, trabajó con una muestra de 58 infantes. Los datos diagnósticos revelaron que la mayoría de los estudiantes se situaba en niveles medios de autoestima (65,5\%) y niveles regulares en la práctica de juegos cooperativos (72,4\%). No obstante, el análisis inferencial mediante el coeficiente **Rho de Spearman** (0,727) confirmó una correlación positiva alta y significativa $p < 0,05$). Este resultado permite concluir que la integración de dinámicas de cooperación en el aula de nivel inicial es determinante para consolidar la valoración personal y el bienestar emocional de los alumnos.

A nivel nacional Medina (2023) en su trabajo de investigación en la Universidad de Otavalo denominada "JUEGOS TRADICIONALES Y POPULARES DESDE EL ENFOQUE INTERCULTURAL COMO CONSTRUCTO DE RELACIONES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BACHILLERATO", cuyo objetivo fue analizar cómo los juegos tradicionales y populares, bajo una perspectiva intercultural, funcionan como catalizadores de las relaciones sociales en el segundo año de bachillerato. A través de una metodología cualitativa de revisión documental y descriptiva, el estudio determinó que estas actividades no solo garantizan el entretenimiento, sino que actúan como un vehículo para el aprendizaje de la identidad territorial. Los hallazgos subrayan que la lúdica tradicional permite estrechar vínculos interpersonales y consolidar hábitos de convivencia que trascienden el aula. En definitiva, se concluye que estos juegos son un medio eficaz para el desarrollo integral y el fortalecimiento del tejido social de los estudiantes en su cotidianidad.

En el mismo contexto Andachi (2025) realizó una investigación en la Universidad Técnica De Ambato denominada "Actividad física en la autoestima de estudiantes de bachillerato general unificado", cuyo propósito fue evaluar cómo la práctica de actividad física influye en la autoestima de estudiantes de primer año de Bachillerato General Unificado. Mediante un diseño preexperimental y un enfoque cuantitativo aplicado a 30 alumnos, la investigación validó que el ejercicio regular es un determinante positivo en la autovaloración del adolescente. Los hallazgos más notables muestran una transición clara de niveles bajos a niveles óptimos de autoestima tras la intervención, sugiriendo además una mejora colateral en el rendimiento

académico. Se concluye que el movimiento corporal es un recurso pedagógico integral que potencia tanto la salud física como el equilibrio emocional y social en el entorno educativo ambateño.

En el mismo enfoque Espín (2022) en su trabajo de investigación en la Universidad Central del Ecuador titulada “La actividad física y la autoestima de los estudiantes de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador”, cuyo objetivo central fue establecer la relación entre los hábitos de actividad física y los niveles de autoestima en una población estudiantil de nivel superior. Mediante una metodología no experimental, se recolectó información que permitió demostrar la influencia positiva del movimiento en la percepción individual. Los resultados finales destacan que la participación sistemática en actividades físicas no solo favorece el bienestar corporal, sino que es un componente esencial para la construcción de la identidad y el equilibrio emocional, instando a su promoción como hábito permanente para la salud integral.

Análisis integrador de las variables

En las investigaciones analizadas confirman que las actividades lúdicas especialmente el juego popular actúa como una vía del progreso socioemocional y académico. De igual manera existe la necesidad de integrar estas prácticas en las clases de educación física no solo como una actividad de disfrute sino como una metodología didáctica planificada que incrementará la cohesión grupal, la inclusión y la autoestima saludable entre los estudiantes.

Vacío de la investigación

Pese a que existe una información muy valiosa en los antecedentes, se identifica una brecha o vacío en la complementación de información de los juegos populares como herramientas didácticas conectadas directamente al fortalecimiento de la autoestima. Las investigaciones exploran de manera muy abierta el vínculo que existe entre los juegos tradicionales y el desarrollo emocional más no en los juegos populares. La falta de investigaciones en juegos populares dentro del área de educación física limita la comprensión de ciertos aspectos.

Conexión con la investigación actual

Bajo esta premisa, se vuelve imperativo desarrollar estudios que examinen el vínculo directo entre las dinámicas lúdicas populares y el fortalecimiento de la autoestima. La presente investigación se propone determinar la incidencia de los juegos populares en la autoestima de los alumnos de Educación General Básica Superior, buscando transformar estas prácticas en estrategias didácticas con rigor pedagógico. Este abordaje no solo pretende enriquecer el proceso de enseñanza en el área de Educación Física, sino también establecer pautas metodológicas que prioricen el bienestar emocional, garantizando así una formación integral que responda a las necesidades actuales del estudiantado.

FUNDAMENTACION TEÓRICA

Cultura Física

La cultura física es el conjunto de conocimientos, prácticas y hábitos asociados con el cuidado del cuerpo por medio del ejercicio, la actividad física y el deporte con el fin de mejorar la salud y calidad de vida de las personas. La cultura física se enseña a través de varias actividades como son: juegos recreativos y tradicionales, deportes, actividades rítmicas entre otras, lo importante es que cualquiera de estas le permita al individuo una forma de movimiento que sea de su agrado. Por ende, se entiende como las actividades físicas que ayudan al ser humano a mantener su bienestar físico y mental, fortalecer su organismo y prevenir enfermedades.

Desde el enfoque educativo la cultura física es considerada una disciplina que enseña a las personas a desarrollar habilidades motrices, practicar hábitos saludables y valorar la actividad física como parte esencial de su diario vivir.

> **La cultura física se enseña desde la Educación Física a través de un enfoque integral. En este contexto, se promueve por medio del fomento de hábitos saludables, resaltando entre el alumnado la importancia del ejercicio físico regular, una alimentación equilibrada, el descanso adecuado y la higiene personal, promoviendo un estilo de vida activo y saludable. (Pérez, 2025, párr. 5)**

Por lo tanto, la cultura física se concibe como un enfoque educativo que se centra en el desarrollo del movimiento corporal y contribuye al crecimiento integral de los estudiantes. Por medio de su práctica, el individuo fortalece de manera equilibrada las capacidades físicas, cognitivas y emocionales favoreciendo una mejora en la calidad de vida en los diferentes ámbitos sea personal, familiar o social. La cultura física no solo integra parte de la formación académica de un niño sino también posee un carácter social, recreativo, competitivo e incluso terapéutico.

Educación Física

Para el Ministerio de Educación de Perú (2025) "**la EF es definida como una disciplina que se centra en la ejecución de diferentes movimientos corporales para perfeccionar, controlar y mantener la salud mental y física del ser humano**" (p. 21). Por lo tanto, se la considera como una disciplina pedagógica transversal que influye en todas las etapas del ser humano desde edades muy tempranas hasta adulto. Su objetivo es el desarrollo integral de la persona a nivel biológico, psicológico, físico y social con el fin de perfeccionar todas sus capacidades a lo largo de su vida utilizando el movimiento del cuerpo como medio para adquirir conocimientos y habilidades que contribuyan a su desarrollo óptimo y bienestar.

En la actualidad, la educación física es considerada una disciplina educativa centrada en el movimiento corporal y que ayuda en el desarrollo integral de la persona. Además, de que permite adquirir hábitos de vida activos y la integración social ya que más que una práctica deportiva orientada a la competencia es una herramienta pedagógica que enseña a las personas a aprender a gestionar la actividad física y el tiempo libre de manera saludable a lo largo de su vida.

La educación física es un área pedagógica que aporta al desarrollo integral del individuo, promoviendo el reconocimiento y desarrollo del propio cuerpo, el fortalecimiento de una conciencia crítica acerca del cuidado de la salud y la adquisición de habilidades sociomotrices que facilitan la interacción social.

> **El Currículo Nacional de Educación Física es constructivista y no solo desarrolla la parte motriz del estudiante, sino también lo social, emocional y cognitivo; esto es porque el ser humano tiene una concepción integral,**

> **porque se relaciona socialmente (padres, hermanos, compañeros, amigos, etc.); percibe y expresa sus pensamiento y sentimientos oral, escrito y corporalmente; y, realiza procesos metacognitivos en todas las acciones de su vida. (Ministerio de Educación, 2018, p. 6)**

De esta manera, la educación física se la debe llevar a cabo a través de procesos activos en los que se permita al estudiante ser protagonista de su aprendizaje desarrollando sus propias capacidades y utilizando conocimientos previos que le sirvan de experiencia para alcanzar un trabajo cooperativo que termine dando como resultado un estudiante autónomo y capaz de construir su propio aprendizaje.

Definición del juego

El juego es considerado una actividad libre que se realiza tomando en cuenta ciertos límites como son el tiempo y el espacio, basado en reglas y que ha ido parejo al ser humano desde el inicio de los tiempos. Paya (2020) señala que "**el juego es una de las actividades principales de la infancia y, como tal, ocupa (o debería ocupar) gran parte del tiempo que los más pequeños dedican en su cotidianeidad diaria**" (p. 40). Por tal razón, el juego ocupa un rol importante en el desarrollo humano convirtiéndose en un elemento clave para la educación integral ya que favorece la formación intelectual o cognoscitiva de la persona, así como también a la educación física o corporal, la educación estética y creativa.

Asimismo, el juego contiene elementos propios asociados a una educación nueva tales como la motivación, el interés, el activismo, la globalidad, la coeducación y la libertad. De esta manera, a lo largo de la historia se ha ido considerando al juego "**como elemento formativo y pedagógico, fruto de una mentalidad preocupada por la infancia que pretendía sustituir la tradicional sentencia de 'la letra con sangre entra' por el ideal del aprender deleitando**" (Paya, 2020, p. 42). Por ende, el juego se convierte en una actividad natural al alcance de todos y que para su ejecución se requiere de una serie de materiales como juguetes o materiales de juego, espacios de preferencia al aire libre, compañeros o jugadores y tiempo.

En educación, el juego se convierte en un espacio que genera una gran oportunidad para lograr desarrollar diferentes habilidades en el estudiante y de esta manera poder

adquirir el aprendizaje de una forma divertida, efectiva e interesante. Pujolá (como se citó en Quiñones, Sotelino y Rodríguez, 2025) mencionan que "**en el ámbito educativo el juego puede entenderse desde una doble perspectiva: el juego como un proceso de aprendizaje o el aprendizaje como si fuera un juego**" (p. 629). Por lo cual, se lo considera como un vehículo para aprender y asimilar nuevas experiencias, habilidades y conceptos que lo convierten en una herramienta pedagógica esencial en la educación.

Juegos Populares

Los juegos populares tienen una gran antigüedad y de manera consciente o inconsciente han sido uno de los primeros elementos de socialización del infante ya que le permite pasar de un ser individual a un ser social. El juego popular es un tipo de juego que se encuentra presente en cualquier organización social y cultural que trata de representar parte de sus costumbres y tradiciones demostrando el arraigo a su cultura y para lo cual introduce a los jugadores en un espacio con normas que se deben cumplir. Es decir, son prácticas lúdicas tradicionales pertenecientes a una comunidad, las cuales son transmitidas de generación en generación y que reflejan valores sociales y culturales. Según Gavilanes (2022):

> **Estos juegos populares al tener un origen cultural de cierta manera crean en la persona un sentido de pertenencia e identidad, de la misma manera fomentan la convivencia sana y mejoran las relaciones sociales más cercanas y en el caso de los niños se establece un vínculo de convivencia armonioso dentro de las aulas y entorno educativo. (p. 9)**

Estos juegos se caracterizan por estar arraigados a una región o territorio y representan la memoria y testimonio de una comunidad. Nacen de las actividades de un pueblo y sus reglas son de común acuerdo entre los participantes por lo que se caracterizan por ser flexibles y variables. Además, brindan a la persona que participa en este tipo de juegos la oportunidad de crear un sentido de pertenencia e identidad, este a su vez permite fomentar la convivencia sana y crear relaciones sociales más cercanas. En el caso de los niños el juego les ayuda a establecer un vínculo armonioso que se ve reflejado dentro de las aulas y su entorno escolar.

Importancia de los Juegos Populares

Los juegos populares son de gran importancia en la formación de un niño porque fomentan el desarrollo integral de un individuo puesto a que combinan la actividad física, las habilidades sociales y la identidad cultural sin la necesidad de recurrir a materiales costosos. A través de la experimentación del niño en el juego este tiene la posibilidad de adquirir el aprendizaje de manera diferente desde edades tempranas por medio de la exploración innata. En el caso de los niños que ingresan a la escuela al ser su medio más cercano lo convierten en el lugar perfecto para la práctica de juegos permitiendo así su formación integral.

Los juegos populares mejoran la coordinación motriz, fomentan la creatividad, ayudan en la resolución de conflictos y a su vez transmiten valores y normas de convivencia de generación en generación. Es así como este tipo de juegos logran "**permitir conocer mejor la cultura propia y por ello valorarla; contribuir a la relación con otras personas de distintas edades, sexo y condición; favorecer la mejora cualitativa del uso del tiempo libre; y encaminar la autoestima hacia lo propio**" (Paya, 2020, p. 55). Por tal motivo, practicar estos juegos ofrece al niño la posibilidad de familiarizarse con su cultura y compartir con los adultos un entorno lleno de diversión y aprendizaje.

Características de los Juegos Populares

Según Escobar (2025) las características de los juegos populares son las siguientes:

- ✓ Los juegos populares se pueden desarrollar dentro de un terreno que no necesita instalaciones ni espacios deportivos. Pudiendo ser en la escuela, una plaza o en los parques el espacio para ser llevados a cabo este tipo de juegos.
- ✓ La adquisición de los materiales para poder practicarlos es sencilla como puede ser un pañuelo, una cuerda, una pelota, entre otros.
- ✓ Las reglas son flexibles y se transmiten de generación en generación, es decir, entre las personas que juegan y así pueden ir adaptándolas de acuerdo a su necesidad.
- ✓ No cuentan con un número excesivo de reglas más bien surgen del mutuo acuerdo entre los jugadores.

- ✓ Están al alcance de todas personas sin importar la edad y su práctica le permite al individuo pasar de un ser individual a un ser social.
- ✓ Permiten desarrollar en la persona que juega habilidades y destrezas como son la precisión, el ritmo, la coordinación y otras cualidades físicas básicas.
- ✓ Los juegos guardan relación con las fiestas y celebraciones de las personas por lo que se convierten en un elemento característico de una cultura en especial.
- ✓ Están ligados al pueblo y su objetivo es que el jugador se divierta.
- ✓ Suelen estar acompañados por una canción o danza mientras se los está practicando.

Juegos Populares por regiones

Los juegos populares están arraigados al valor cultural de cada región por lo basados en esta realidad se establece la siguiente clasificación según el autor Gavilanes (2022):

Región Costa:

- ✓ Juego de bolas o canicas
- ✓ Las planchas
- ✓ El caballito de palo
- ✓ Los tillos
- ✓ El baile de la silla
- ✓ El zumbambico

Región Sierra:

- ✓ El trompo cuspe
- ✓ Ollas encantadas
- ✓ El huevo y la cuchara
- ✓ Los coches de madera
- ✓ La cebolla
- ✓ El baile del tomate
- ✓ El palo encebado
- ✓ Las tabas

Región Amazónica:

- ✓ La vara y la pita
- ✓ Las cuartas o la recta
- ✓ El baile del periódico

Región Galápagos:

- ✓ El medio limón
- ✓ La bola escondida
- ✓ El gatito ciego
- ✓ Salto de la soga

Desarrollo integral del estudiante

El desarrollo integral del estudiante se entiende como un proceso holístico que impulsa la mejora y perfeccionamiento de las capacidades y habilidades cognitivas, afectivas, sociales, físicas y creativas del ser humano. Tiene como objetivo formar personas equilibradas que sean capaces de aprender a aprender, pensar de manera crítica y reflexiva, fomentar la empatía y capaz de adaptarse a cualquier entorno. Por lo tanto, este desarrollo es un proceso continuo que requiere de la participación y dinamismo del individuo para lograr seres humanos competentes y comprometidos que estén formados en todas sus dimensiones como la cognitiva, física y socioemocional.

En el sistema educativo el desarrollo integral del estudiante hace referencia a su formación completa y equilibrada en las múltiples dimensiones de su vida como pueden ser su crecimiento personal, formación en valores y bienestar emocional. "**Se puede afirmar entonces que el conocimiento no lo es todo en una educación de calidad, por cuanto es necesaria una formación cabal del estudiante fundamentado en los cuatro pilares de la educación**" (Silva, Esteves y Melgar, 2023, p.174). En consecuencia, la formación integral del estudiante parte del aprender a conocer, aprender a ser, aprender a hacer y aprender a convivir.

Una de las propuestas para lograr el desarrollo integral del estudiante es la práctica de actividades lúdicas en el proceso de aprendizaje sobre todo en las etapas preescolares. Es por eso, que se recomienda el juego como actividad fundamental en las

planificaciones como una propuesta educativa que convierta las clases en espacios agradables y estos a su vez beneficien el valor del aprendizaje, comunicación e interacción fomentando un desarrollo integral en el estudiante. Por lo tanto, el desarrollo integral no solo se limita a lo académico, sino que tiene como objetivo formar personas conscientes, reflexivas, críticas, capaces de resolver problemas por sí mismas, autónomas y preparadas para la vida.

Desarrollo Personal

El desarrollo personal es un proceso que implica la mejora continua del individuo en lo cognitivo, comportamental y emocional con el fin de potenciar su crecimiento individual, autorrealización y adaptación a los desafíos.

> **El desarrollo personal es un proceso de crecimiento y superación personal que implica un cambio en las habilidades personales y la actitud ante la vida. Este proceso puede incluir el autoconocimiento, la adopción de nuevos hábitos y la eliminación de creencias limitantes. El objetivo es vivir de forma equilibrada y mejorar la salud, las virtudes, los talentos y las capacidades de una persona. (Lidera Coach, 2025, párr. 1)**

El desarrollo personal también se lo conoce como crecimiento personal ya que toma en cuenta el potencial y productividad del individuo para lograr su desarrollo a nivel personal, profesional y social. Se centra en la persona y el conocimiento que esta tiene sobre sí mismo y como puede alcanzar sus metas, que limitaciones tiene y cuáles son sus virtudes y defectos a considerar. En este sentido, se lo considera como un proceso de transformación consciente a través del cual la persona decide lo que desea cambiar o fortalecer en su vida.

Se basa en la autorreflexión e introspección ya que permiten localizar emociones, intereses, motivaciones y demás factores que influyen en la conducta y de esta manera el ser humano pueda tener conocimiento profundo de su propia personalidad. Estos procesos permiten adquirir capacidades para comprenderse a sí mismo, socializar con los demás de manera afectiva, ser capaz de tomar decisiones responsables y edificar una vida con sentido. Su principal beneficio radica en contar con una vida equilibrada y armónica entre la mente y el cuerpo garantizando una mejor calidad de vida.

Desarrollo Socioemocional

El desarrollo socioemocional abarca dos dimensiones importantes de la persona por un lado el ámbito emocional que es como el niño llega a comprender los sentimientos propios y de los demás y por otro lado el ámbito social que consiste en su relación consigo mismo y con los demás. Por lo tanto, el aspecto socioemocional se desarrolla desde tempranas edades, es decir, desde los primeros meses de vida y va relacionado directamente con el ambiente y experiencias que rodean al niño. Por ende, se lo considera un proceso continuo que inicia en la infancia y le ayuda al ser humano a entender, gestionar y expresar sus emociones con el objetivo de construir una base sólida para relacionarse con los demás a través de vínculos afectivos, demostrando empatía y toma de decisiones responsables.

Este proceso le permite al niño adquirir competencias para que sea capaz de identificar y manejar sus propias emociones y así poder relacionarse con los demás de una forma adecuada. El desarrollo socioemocional incluye aspectos importantes como son la autorregulación emocional, la empatía, la autoestima, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos. Es así, como el desarrollo emocional le permite al individuo reconocer sus sentimientos, expresarlos y comprenderlos para incluso poder entender las emociones de otras personas dando la posibilidad de una mejor convivencia y construcción de relaciones sanas.

Según Diehl y Gómez (2020) mencionan que "**el desarrollo socioemocional se refiere a las habilidades cognitivas y emocionales que una persona puede aprender y desarrollar para comportarse de manera tal que se beneficie a ella misma y a otros**" (p. 6). De esta manera, se logra resultados positivos en la salud de la persona, sus relaciones personales, sus proyectos académicos, ámbito laboral y así contribuir de forma significativa a la sociedad. El desarrollo socioemocional brinda beneficios a corto como a largo plazo ya que en los niños ayuda en lo académico y social mientras que en un adulto este contribuye en mejorar resultados en el aspecto laboral, relaciones con la familia, la comunidad y por ende la sociedad.

Autoconcepto

Páramo (2021) menciona que el Autoconcepto es "**Conocido también como autoimagen, concepto de sí mismo, imagen de sí mismo, el autoconcepto es concebido como la valoración cognoscitiva que un individuo hace de sí mismo**" (p. 7). Esto se refiere a la apreciación que hace la persona de sí mismo en lo físico, cognitivo, social y afectivo. Por tal razón, en el ámbito de la medicina y la psicología el autoconcepto juega un rol muy importante en la salud mental de una persona ya que está ligado directamente con la autoestima y la autoimagen del individuo.

El autoconcepto es la idea o imagen que una persona tiene de sí misma la cual se construye en base a la experiencia, auto observación y la interacción social. Es decir, se trata del conjunto de ideas que la persona considera que la definen y que toman en cuenta su imagen o características como la estética, su físico, afecto, entre otras y que sumado le permiten definir la imagen del "yo". Está asociado a un juicio de valor que la persona hace sobre sí misma y que se crea a partir de una serie de variables tanto propias como influenciadas por la interacción que tenemos con las demás personas.

El autoconcepto es considerado un proceso que se encuentra en constante evolución y que se ve influenciado por las interacciones, logros y desafíos que se les presenta a los niños y jóvenes en su diario vivir. Por lo que, sus decisiones y aspiraciones pueden verse influenciadas dependiendo de la persona y de la forma en la que se enfrente una situación. Entonces el autoconcepto es relevante dentro de la formación de la personalidad ya que afecta directamente a la parte afectiva como motivacional y esta a su vez destaca su papel importante al estar implicada como el estudiante puede adquirir de mejor manera el conocimiento favoreciendo su proceso de aprendizaje y rendimiento académico.

Autoestima

La autoestima es una valoración positiva o negativa que la persona se hace de sí misma. Es un conjunto de pensamientos, percepciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas a nosotros mismos. León (2024) menciona que "**la autoestima viene a ser la disposición que una persona tiene para evaluarse y**

experimentarse a sí misma, y la forma de percibirse como ser competente, que pueda afrontar los distintos desafíos que puede presentar la vida" (p. 201).

> **Es el valor que hace a una persona tener plena seguridad de sí misma/o y de las capacidades que tiene, ya que se siente segura de ello. La persona con autoestima no se compara con las y los demás y, por tanto, no cree que es mejor ni peor que las/los otras/os. La autoestima se basa en la confianza que cada una/o tiene de sí misma/o. (Ministerio de Educación de Perú, 2023, p. 10)**

Dimensiones de la autoestima

Víquez (2023) menciona que el proceso de autoestima se puede considerar desde dos dimensiones:

Actitudinal o Inferida: creencias, sentimientos y valoraciones internas sobre uno mismo.

- ✓ Autoimagen
- ✓ Autovaloración
- ✓ Autoconfianza

Conductual u Observable: se centra en cómo la autoestima se manifiesta en las acciones, comportamientos y decisiones.

- ✓ Autoafirmación
- ✓ Autorrealización
- ✓ Autocontrol

La autoestima según Rosenberg

La autoestima para Rosenberg (1965) es considerada una actitud positiva o negativa que tiene la persona sobre sí misma y esta a su vez refleja que tan valiosa, satisfecha y digna se percibe.

Morris Rosenberg es el creador de la escala de autoestima una prueba breve y con buenas propiedades psicométricas que se considera como el instrumento más utilizado para evaluar la autoestima. La escala de Rosenberg consta de 10 ítems distribuidos la

mitad para preguntas de forma positiva y la otra mitad para opiniones negativas y cada ítem tiene la valoración del 0 al 3. La puntuación que se obtiene de este test se la interpreta al tener una puntuación inferior a 15 una autoestima baja, si la puntuación esta entre 15 y 25 puntos la autoestima es normal y 30 es la mayor puntuación posible.

1.2 Objetivos

Objetivo General

Determinar cómo afectan los juegos populares en la autoestima en estudiantes de Educación General Básica Superior de la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre.

Objetivo Específico 1:

Aplicar los juegos populares en estudiantes de Educación General Básica Superior de la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre.

Objetivo Específico 2:

Analizar la autoestima en estudiantes de Educación General Básica Superior de la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre.

Objetivo Específico 3:

Verificar los efectos de los juegos populares en la autoestima en estudiantes de Educación General Básica Superior de la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales

La presente investigación se desarrolló en la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre, ubicada en el cantón Mocha, provincia de Tungurahua, durante el período académico 2025-2026. El estudio se realizó en el área de Educación Física, tomando en cuenta la necesidad de fortalecer el desarrollo de la autoestima en estudiantes de Educación General Básica Superior a través de una planificación juegos populares.

La investigación se enfocó en analizar la incidencia de los juegos populares en el desarrollo de la autoestima en estudiantes de décimo año de Educación General Básica Superior, dado que esta dimensión se considera fundamental y esencial para el fortalecimiento de la confianza personal, la valoración de sí mismos y el óptimo desenvolvimiento en las clases de educación física y en su entorno social.

Tabla 1.

Recursos Materiales

Conos
Platos
1 cinta de marcaje
Silbato
Esfero
Canchas de la Unidad Educativa
Cronómetro
Hojas

Impresora

Población

Salazar (2021) define a la población como **"la parte del universo con la cual se va a realizar el estudio, según las características de la investigación"** (p. 5). En este caso población estuvo conformada por 65 estudiantes de décimo año de Educación General Básica Superior de la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre, distribuidos en 2 paralelos. Estos estudiantes interactúan regularmente en las clases de Educación Física planificadas por la institución y evidencian características homogéneas en cuanto a edad, nivel escolar y participación en actividades físicas escolares.

La población de estudio integra las siguientes características generales:

- Estudiantes de ambos sexos;
- Edades abarcadas entre los 13 y 14 años;
- Asistencia regular a clases de Educación Física;
- Participación en actividades y eventos recreativos propios del nivel educativo.

Muestra

La muestra **"es la parte o subconjunto de la población, con la que se realiza el estudio y para seleccionarla se deben delimitar las características de la población"** (Salazar, 2021, p. 5). En esta investigación la muestra estuvo constituida por 32 estudiantes de décimo año de Educación General Básica Superior, elegidos mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, en vista de la accesibilidad del grupo, disponibilidad para participar en el estudio y la autorización institucional correspondiente.

Los criterios y parámetros de inclusión considerados fueron los siguientes:

- Pertenecer a décimo año de Educación General Básica Superior;
- Asistir regularmente a las clases de Educación Física;
- Poseer con autorización institucional y consentimiento informado de los representantes;
- No padecer de impedimentos médicos para la ejecución de actividad física escolar.

Técnicas de investigación

Para la recolección y obtención de la información se utilizaron las siguientes técnicas:

Observación directa

Permitió evaluar el nivel de autoestima de los estudiantes durante la participación de actividades basadas en juegos populares, además de su desenvolvimiento en cada una de las acciones planificadas.

Revisión documental

Se utilizó para examinar fundamentos teóricos y metodológicos vinculados con los juegos populares y la autoestima, permitiendo así sustentar de manera adecuada el desarrollo de la investigación.

Instrumento de investigación

Para el desarrollo del estudio se emplearon los siguientes instrumentos:

Escala de autoestima de Rosenberg

Para la evaluación y medición de la variable autoestima en el contexto educativo de los estudiantes, se seleccionó la Escala de Autoestima de Rosenberg, diseñada originalmente por el sociólogo Morris Rosenberg en 1965. Este instrumento psicométrico de autoinforme goza de amplio reconocimiento y validez a nivel internacional para determinar de forma unidimensional el nivel de autoestima global,

entendido como el conjunto de sentimientos de valía personal y autoaceptación general que posee el individuo frente a sí mismo.

La escala está estructurada de manera concisa y directa mediante un formato breve que consta de 10 reactivos o ítems. Con la finalidad de mitigar el sesgo de aquiescencia o respuestas automáticas, el instrumento se divide equitativamente en dos dimensiones de control: cinco ítems formulados en sentido positivo (frases 1, 2, 4, 6 y 7, enfocadas en el autorespeto y el orgullo personal) y cinco ítems formulados en sentido negativo o invertido (frases 3, 5, 8, 9 y 10, orientadas hacia la autocrítica y la insatisfacción personal). Las opciones de respuesta se presentan mediante un formato tipo Likert de cuatro categorías puntuables, ordenadas de la siguiente manera: (1) Muy en desacuerdo, (2) En desacuerdo, (3) De acuerdo y (4) Muy de acuerdo.

La elección de este instrumento para la presente investigación se fundamenta en sus óptimas propiedades psicométricas, reflejadas de manera consistente en la literatura científica y en diversas adaptaciones en el entorno hispanohablante con coeficientes de confiabilidad (Alfa de Cronbach) superiores a 0.80. Asimismo, su idoneidad responde a ventajas operativas sustanciales dentro del ámbito escolar, tales como su brevedad diagnóstica, la sencillez léxica de sus enunciados que facilita la comprensión en los estudiantes y la viabilidad técnica para la tabulación matricial de los datos

Enfoque de la investigación

La investigación se realizó bajo un enfoque **cuantitativo**, situado en el paradigma **positivista**, el cual se describe por la medición objetiva de los fenómenos a partir de datos numéricos. **“Desde la visión cuantitativa, la realidad es un hecho que está condicionado por una causa, por tanto, la realidad es el efecto que puede ser generalizable, sin tomar en cuenta el contexto ni los sujetos”** (Calle, 2023, p. 1868).

En este marco, se recopiló información a través de la aplicación de la escala de Rosenberg, lo que permitió medir el nivel autoestima de los estudiantes antes y después de la intervención. Este enfoque ayudó en el análisis objetivo de resultados y comparación de los cambios observados en los participantes.

Alcance de la investigación

La presente investigación se desarrolla bajo un alcance de carácter correlacional y explicativo, los estudios correlacionales tienen como propósito evaluar la relación estadística existente entre dos o más conceptos o variables en un contexto particular, mientras que el alcance explicativo va más allá de la mera descripción, orientándose a determinar las causas de los eventos y fenómenos estudiados.

En este sentido, el diseño responde al nivel correlacional puesto que busca asociar y medir el grado de vinculación lineal entre la variable independiente (los juegos populares) y la variable dependiente (los niveles de autoestima de los estudiantes, evaluados mediante la Escala de Rosenberg). Asimismo, adquiere un matiz explicativo en tanto que persigue demostrar una relación de causalidad; es decir, explicar en qué medida y de qué forma la implementación sistemática de los juegos populares actúa como un estímulo pedagógico que genera efectos significativos en el desarrollo de la autoestima y valía personal de los estudiantes de Educación General Básica Superior de la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre.

Tipo de investigación

El estudio se relaciona a una investigación de tipo preexperimental, específicamente con un diseño de pretest y postest con solo un grupo, ya que se aplicó una intervención pedagógica a los participantes sin contar con un grupo control para la comparación.

> **El diseño preexperimental es un enfoque de investigación que busca obtener una visión preliminar de la relación entre variables. Se caracteriza por la introducción de una intervención o tratamiento en un grupo o muestra de participantes, sin contar con un grupo de control para una comparación directa. (Vizcaíno, Cedeño y Maldonado, 2023, p. 9731)**

Este diseño permitió medir el nivel inicial de la variable dependiente mediante la aplicación de un pretest, posteriormente ejecutar una intervención fundamentada en juegos populares llamada y finalmente aplicar un postest con la finalidad de identificar los cambios generados en los estudiantes.

La elección de este tipo de investigación se fundamenta porque el estudio se realizó en un contexto educativo real, donde no fue posible establecer grupos control y experimental; sin embargo, permitió analizar la variación de los resultados antes y después de la intervención, proporcionando evidencia sobre la incidencia de la propuesta aplicada.

Temporalidad de la investigación

El estudio es de tipo **longitudinal**, debido a que se realizaron las mediciones en dos circunstancias diferentes (pretest y postest), lo que permitió analizar los cambios reales en la variable estudiada a lo largo del tiempo. Este tipo de investigación se caracteriza porque **"estudia las características de las variables en un proceso de cambio, en este caso no se deben manipular las variables, solamente observar el proceso a lo largo de los periodos o el tiempo"** (Gonzáles y Covinos, 2021, p. 79).

2.2 Métodos

Métodos teóricos

Durante el desarrollo de la investigación se utilizaron los siguientes métodos teóricos:

Método analítico-sintético

López y Ramos (2021) mencionan que:

> **el análisis y la síntesis deben ocurrir en estrecha unidad e interrelación, en tanto el análisis se debe producir mediante la síntesis, debido a que la descomposición de los elementos que conforman la situación problémica y la información que se posee se realiza relacionando estos elementos entre sí y vinculándolos con el problema como un todo.** (p. 24)

Por lo tanto, establecer esta relación permitió desglosar el objeto de estudio en sus principales partes y componentes teóricos, analizando por separado las categorías juegos populares y la autoestima, para posteriormente incorporarlas en una comprensión global del problema investigado.

Método inductivo-deductivo

El método inductivo - deductivo consiste **"en el reconocimiento de que la inducción es la forma de razonamiento por medio de la cual se pasa del conocimiento de casos particulares a un conocimiento más general, que refleja lo que hay de común en los fenómenos individuales"** (López y Ramos, 2021, p. 24). Por lo tanto, se utilizó para comprender la información obtenida a partir de los datos empíricos y conducir a conclusiones generales sobre la incidencia de los juegos populares en la autoestima en estudiantes. También, permitió partir de postulados teóricos generales para orientar el análisis de los resultados precisos del estudio.

Método histórico-lógico

Para López y Ramos (2021) **"el método histórico-lógico considera que toda investigación debe incluir en su unidad el estudio tanto de los aspectos históricos como lógicos que caracterizan al fenómeno estudiado, analizando el objeto de estudio en el tiempo y en su movimiento"** (p. 25). Por lo tanto, se empleó la inspección de antecedentes teóricos y pedagógicos vinculados con la evolución de los juegos populares y su ejecución en el área de la Educación Física, así como el estudio del desarrollo conceptual de la autoestima en el contexto escolar.

Métodos empíricos

Se utilizaron los siguientes métodos empíricos:

Observación

Ayudo a registrar de forma directa el comportamiento relacionado con la autoestima de los estudiantes durante las clases de intervención y durante la participación en actividades basadas en juegos populares, este método facilitó la detección de avances en confianza personal, expresión de emociones, valoración de sí mismos y habilidades de interacción social.

Intervención pedagógica

Se centró en la aplicación programada de juegos populares conducidos al desarrollo de la autoestima en el grupo de estudio. Esta intervención se incluyó a las clases de Educación Física, respetando la planificación escolar.

Procedimiento de la investigación

El desarrollo de la investigación siguió las siguientes etapas:

Primera etapa: revisión teórica y planificación

Se desarrolló la búsqueda y el estudio de información bibliográfica asociada con los juegos populares, la autoestima y su importancia dentro del área de Educación Física escolar. Posteriormente, se delimitó el problema, se estructuraron los objetivos y se creó el plan de intervención.

Segunda etapa: selección de la población y muestra

Se determinó la población objeto de estudio y se escogió la muestra de estudiantes de décimo año de Educación General Básica Superior.

Tercera etapa: aplicación del pretest

Previamente a la intervención, se aplicó la escala de Rosenberg al grupo con el propósito de identificar el nivel inicial de autoestima de los estudiantes.

Cuarta etapa: ejecución de la intervención

Se estructuró un programa de juegos populares denominado destinado al grupo de estudio durante siete semanas, con una frecuencia de dos sesiones semanales y una duración promedio de 40 minutos por sesión. Las actividades incluyeron juegos populares de cada región del ecuador que desarrollan la interacción social, la cooperación, la confianza personal, la expresión de emociones, la valoración de sí mismos y la participación activa, promoviendo así la mejora de la autoestima en los estudiantes.

Quinta etapa: aplicación del postest

Al concluir la intervención, se aplicó nuevamente la escala de Rosenberg al grupo, con el fin de comparar los resultados obtenidos respecto al pretest.

Sexta etapa: organización y análisis de la información

Los datos obtenidos fueron sistematizados en tablas y analizados estadísticamente para interpretar y analizar los cambios generados en el grupo de estudio.

Análisis de datos

La información obtenida a través del pretest y postest fue examinada mediante estadística descriptiva, utilizando frecuencias, porcentajes, promedios y representación en tablas y gráficos. Este análisis permitió comparar el rendimiento inicial y final de los estudiantes, así como identificar las diferencias del grupo.

Para la interpretación de los resultados se tomaron en cuenta los niveles de la autoestima alcanzados por los estudiantes, valorando si la intervención mediante juegos populares generó mejoras significativas respecto a la situación inicial.

De esta manera, el análisis de datos facilitó responder a los objetivos formulados en la investigación y proporcionar una base objetiva para la verificación de la hipótesis.

Hipótesis

Los juegos populares influyen en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes de décimo año de Educación General Básica Superior.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados

El presente apartado se centra en la exposición, examen y lectura crítica de los datos derivados de la aplicación de los instrumentos inicial y final (pretest y postest) en el grupo de estudio. El objetivo fundamental es determinar las transformaciones ocurridas tras la ejecución del programa basado en juegos populares. Para este análisis, se toma como eje central la variable autoestima, cuantificada a través de la Escala de Rosenberg. La estructura de los resultados sigue un orden cronológico: comienza con el diagnóstico base, prosigue con la evaluación de salida y culmina con un análisis comparativo entre ambos momentos. Finalmente, los datos se contrastan dialécticamente con el marco teórico y estudios previos que fundamentan la investigación.

3.1.1 Resultados del pretest

Tabla 2.

Resultados descriptivos de la escala de autoestima de Rosenberg

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Desviación
Me siento una persona tan valiosa como las otras	32	2	4	2,87	,751
Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso	32	1	2	1,81	,397
Creo que tengo algunas cualidades buenas	32	2	3	2,16	,369
Soy capaz de hacer las cosas tan bien como las demás	32	2	4	2,94	,564
Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso	32	3	4	3,19	,397

Tengo una actitud positiva hacia mí mismo	32	2	4	2,75	,622
En general me siento satisfecho conmigo mismo	32	2	4	2,84	,574
Me gustaría tener más respeto por mí mismo	32	2	3	2,75	,440
Realmente me siento inútil en algunas ocasiones	32	3	4	3,34	,483
A veces pienso que no sirvo para nada	32	2	3	2,88	,336
N válido (por lista)	32				

Nota. Elaboración propia a partir del procesamiento en IBM SPSS Statistics

El análisis de las medidas de tendencia central revela que los promedios de los reactivos oscilan entre 1,81 y 3,34. Un hallazgo significativo se observa en la Pregunta 9, la cual presenta la media más elevada del instrumento (M = 3,34; DE = ,483), sugiriendo que, de manera general, el grupo evaluado no se identifica con una autopercepción de fracaso. En contraste, la Pregunta 2 reporta el promedio más bajo (M = 1,81; DE = ,397), lo que indica una dificultad colectiva para reconocer cualidades personales positivas en esta etapa diagnóstica.

Respecto a la variabilidad de las respuestas, la desviación típica se mantiene en niveles moderados, lo que demuestra una relativa homogeneidad en el pensamiento del grupo. El ítem con mayor consenso es la Pregunta 10 (DE = ,336), reflejando que existe una coincidencia marcada en la actitud que los alumnos mantienen hacia sí mismos. Por otro lado, la Pregunta 1 muestra la mayor dispersión (DE = ,751), evidenciando que existe una diversidad de opiniones más acentuada en cuanto a la satisfacción personal general.

En conclusión, los datos del pretest exponen un perfil de autoestima que, si bien no se sitúa en niveles mínimos, muestra debilidades claras en la autoafirmación de capacidades. La presencia de medias que no alcanzan el puntaje máximo en ítems clave de valoración positiva confirma la pertinencia de intervenir pedagógicamente para elevar el bienestar psicológico de los evaluados.

Tabla 3.

Frecuencia de niveles de autoestima en el pretest

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Autoestima Baja	5	15,6	15,6	15,6
	Autoestima Media	24	75,0	75,0	90,6
	Autoestima Elevada	3	9,4	9,4	100,0
	Total	32	100,0	100,0	

Nota. Elaboración propia a partir del procesamiento en IBM SPSS Statistics

De acuerdo con los datos presentados, se identifica que la mayor parte de la muestra se sitúa en el rango de Autoestima Media, representando el 75,0% del total de evaluados (f = 24). Este porcentaje indica que tres cuartas partes de los estudiantes poseen una valoración de sí mismos que fluctúa entre la confianza y la inseguridad, sin llegar a consolidar una autoimagen plenamente sólida.

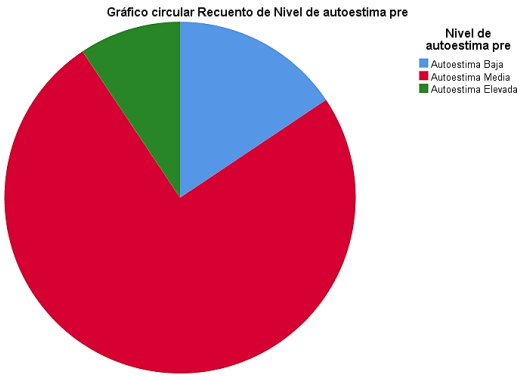
Por otro lado, se registra que un 15,6% de los participantes (f = 5) presenta niveles de Autoestima Baja, lo cual constituye un grupo de atención prioritaria, ya que estos resultados sugieren la presencia de sentimientos de insatisfacción o falta de mérito personal. Finalmente, solo un reducido 9,4% (f = 3) de los estudiantes alcanzó la categoría de Autoestima Elevada, evidenciando que una minoría muy pequeña posee una percepción de sí misma óptima y estable en esta fase inicial.

Esta distribución confirma un diagnóstico donde prevalece la autoestima intermedia, lo que refuerza la necesidad de implementar acciones pedagógicas orientadas a

fortalecer la seguridad personal y desplazar a los estudiantes hacia niveles superiores de bienestar emocional.

Figura 0.1.

Distribución de niveles del pretest (gráfico de pastel).



El análisis diagnóstico del pretest ilustra la composición porcentual de la muestra según los rangos de la Escala de Rosenberg. Esta visualización permite dimensionar la prevalencia de cada nivel dentro del grupo de estudio.

El gráfico circular permite ratificar el predominio absoluto del nivel de Autoestima Media dentro del grupo, ocupando la mayor extensión del área visual. Esta hegemonía estadística sugiere que la mayoría de los estudiantes comparten un perfil actitudinal similar frente a su propia valoración.

En una proporción menor, pero significativa para el diagnóstico, se observa el segmento correspondiente a la Autoestima Baja, el cual supera visualmente al grupo de Autoestima Elevada. Esta distribución de áreas pone de manifiesto que existe una mayor inclinación hacia niveles deficitarios que hacia niveles superiores de autoestima en la fase inicial. En consecuencia, la configuración de este gráfico justifica la relevancia de la intervención, orientada a reducir la brecha de los niveles bajos y potenciar el desplazamiento de la mayoría desde el rango medio hacia el rango elevado.

Resultados del post test

Luego de aplicar la intervención de juegos populares destinada para 7 semanas de trabajo, se procedió a evaluar nuevamente la autoestima.

Tabla 4.

Resultados descriptivos de la escala de autoestima de Rosenberg

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Desviación
Me siento una persona tan valiosa como las otras	32	2	4	2,87	,751
Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso	32	1	2	1,81	,397
Creo que tengo algunas cualidades buenas	32	2	3	2,16	,369
Soy capaz de hacer las cosas tan bien como las demás	32	2	4	2,94	,564
Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso	32	3	4	3,19	,397
Tengo una actitud positiva hacia mí mismo	32	2	4	2,75	,622
En general me siento satisfecho conmigo mismo	32	2	4	2,84	,574
Me gustaría tener más respeto por mí mismo	32	2	3	2,75	,440
Realmente me siento inútil en algunas ocasiones	32	3	4	3,34	,483
A veces pienso que no sirvo para nada	32	2	3	2,88	,336
N válido (por lista)	32				

Nota. Elaboración propia a partir del procesamiento en IBM SPSS Statistics

En esta fase final, los promedios de los reactivos reflejan una evolución en la autopercepción del grupo, situándose en un rango entre 1,81 y 3,34. Se destaca nuevamente el reactivo "Realmente me siento inútil en algunas ocasiones" con la media más alta (M = 3,34; DE = ,483), lo que indica que una mayoría significativa de los estudiantes ha logrado fortalecer su sentido de utilidad personal. Por el contrario, el promedio más bajo se mantiene en el ítem "Generalmente me inclino a pensar que soy un fracasado" (M = 1,81; DE = ,397), sugiriendo que este aspecto específico de la autoimagen todavía presenta áreas de oportunidad.

En cuanto a la consistencia de las respuestas, los valores de la desviación típica indican un grupo con opiniones bastante cohesionadas, especialmente en el reactivo "A veces pienso que no sirvo para nada" (DE = ,336), donde la dispersión es mínima. Esto confirma que la intervención generó un impacto uniforme en la mayoría de los evaluados, estandarizando las respuestas hacia valoraciones más positivas de sí mismos.

Finalmente, al observar los valores máximos, se evidencia que en reactivos fundamentales como "Me siento una persona tan valiosa como las otras" y "Soy capaz de hacer las cosas tan bien como las demás", los estudiantes alcanzaron el puntaje máximo de 4. Este comportamiento en los datos del postest sugiere que la metodología aplicada fue efectiva para consolidar sentimientos de autoestima y competencia personal en los sujetos de estudio.

Tabla 5.

Frecuencia de niveles de autoestima en el post test

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Autoestima Media	14	43,8	43,8	43,8
	Autoestima Elevada	18	56,3	56,3	100,0
	Total	32	100,0	100,0	

Nota. Elaboración propia a partir del procesamiento en IBM SPSS Statistics

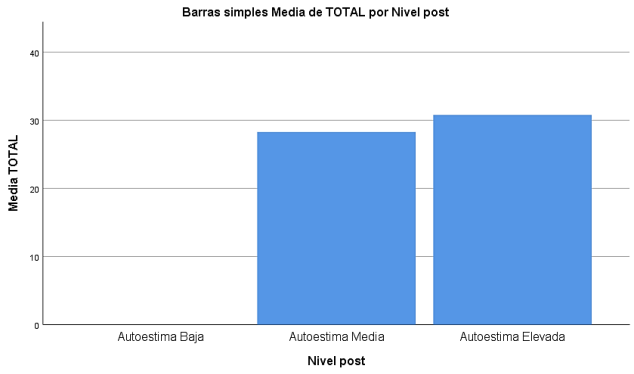
Los datos del postest revelan un cambio significativo en la configuración de la muestra. En esta etapa, el nivel de Autoestima Elevada se convierte en la categoría predominante, abarcando al 56,3% de los participantes (f = 18). Este incremento es notable al compararlo con los resultados iniciales, sugiriendo que más de la mitad del grupo ha logrado consolidar una percepción de sí mismos sólida y positiva.

Por otro lado, el 43,8% de los evaluados (f = 14) se sitúa en el rango de Autoestima Media. Un hallazgo fundamental en esta tabla es la ausencia total de estudiantes en la categoría de Autoestima Baja, la cual ha sido erradicada tras la aplicación del proyecto. Este desplazamiento de la muestra hacia los niveles superiores confirma la efectividad de las actividades realizadas, logrando que aquellos alumnos que inicialmente presentaban una autoestima deficiente lograran escalar hacia niveles de bienestar emocional más estables.

En síntesis, la transición de un predominio de autoestima media a uno de autoestima elevada, junto con la eliminación de los rangos bajos, demuestra un progreso sustancial en la salud psicológica de los sujetos de estudio.

Figura 0.2.

Distribución de niveles del post test (gráfico de barras).



La visualización de los datos finales revela un cambio determinante en la estructura del grupo. Como se observa en la figura, existe una ausencia total de representación en la categoría de Autoestima Baja, lo cual evidencia que la totalidad de los estudiantes

superó el umbral crítico de desvalorización personal identificado en el diagnóstico inicial.

En las categorías vigentes, el nivel de Autoestima Media muestra una media de puntuación consolidada cercana a los 28 puntos, mientras que el nivel de Autoestima Elevada sobresale con una media que supera la barrera de los 30 puntos. Esta configuración ascendente en el gráfico no solo demuestra que los estudiantes se encuentran en rangos de bienestar emocional satisfactorios, sino que también ratifica que las puntuaciones más altas son ahora las más frecuentes. Visualmente, el gráfico confirma el éxito del desplazamiento hacia la derecha en la escala de autoestima cumpliendo con los objetivos de mejora planteados en la investigación.

3.2 Verificación de hipótesis

Luego de analizar los resultados obtenidos, para la verificación de la hipótesis se presenta la prueba de normalidad para luego analizar las diferencias respectivas que presenta entre el pre y post test.

Tabla 6.

Pruebas de normalidad

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
DIFERENCIA	,196	32	,003	,932	32	,045

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota. Elaboración propia a partir del procesamiento en IBM SPSS Statistics

Para el análisis de normalidad, se planteó una significancia esperada de \alpha = 0,05. Al observar los resultados de la prueba de Shapiro-Wilk para la diferencia de puntajes, se obtuvo un valor de significancia (Sig.) de ,045.

Dado que el valor p calculado (,045) es menor al nivel de significancia establecido (p < 0,05), se rechaza la hipótesis de normalidad. Esto indica que los datos presentan una distribución no paramétrica. En consecuencia, para la posterior contrastación de la hipótesis de investigación y determinar la incidencia de la propuesta, se utilizará la prueba no paramétrica de Wilcoxon para muestras relacionadas, la cual es la técnica estadística adecuada cuando los datos no cumplen con el criterio de normalidad.

Tabla 7.

Prueba no paramétrica de Wilcoxon

Estadísticos de prueba[a]

	TOTAL - TOTAL
Z	-4,671[b]
Sig. asintótica(bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Nota. Elaboración propia a partir del procesamiento en IBM SPSS Statistics

Para la validación de los resultados, se plantearon las siguientes hipótesis:

Hipótesis Nula (H_0): Los juegos populares no inciden en la autoestima en estudiantes de décimo año de Educación General Superior.

Hipótesis Alterna (H_1): Los juegos populares si inciden en la autoestima en estudiantes de décimo año de Educación General Superior.

Al observar los estadísticos de prueba, se obtiene un valor de Z = -4,671 y una significancia asintótica (bilateral) de ,000. Dado que el valor p calculado (,000) es notablemente inferior al nivel de significancia estándar de 0,05, se procede al rechazo de la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_1).

Existen evidencias estadísticas suficientes para afirmar que la aplicación de la propuesta pedagógica tuvo una incidencia positiva y significativa en el desarrollo de la autoestima de los evaluados. La alta significancia alcanzada ($p < 0,001$) demuestra que los cambios observados entre el pretest y el postest no son producto del azar, sino del efecto directo de la intervención realizada en el décimo año de educación general básica.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

Se demostró que la aplicación de los juegos populares incidió positiva y estadísticamente en la autoestima de los estudiantes de décimo año de Educación General Básica Superior. El valor de significancia obtenido en la prueba de Wilcoxon (p = ,000) permite rechazar la hipótesis nula, confirmando que las actividades lúdicas populares son herramientas pedagógicas efectivas.

La intervención pudo lograr una transformación notable de los niveles de autoestima en el grupo. Mientras que en la valoración inicial existía un 15,6% de estudiantes con autoestima baja, los resultados del postest mostraron la eliminación total de esta categoría, logrando que el 100% de la muestra se sitúe entre los rangos de autoestima media y elevada respectivamente.

Se evidenció un desplazamiento notable hacia el rango superior de la escala de Rosenberg. Al finalizar el proyecto, el nivel de "Autoestima Elevada" pasó de representar un minoritario 9,4% a convertirse en la categoría predominante con un 56,3%, lo que demuestra que la práctica sistemática de juegos motores populares fomenta una percepción de competencia y valía personal mucho más sólida.

4.2 Recomendaciones

Se recomienda a los docentes de Educación Física de la Unidad Educativa Vicente Anda Aguirre integrar formalmente los juegos populares dentro de la planificación curricular. Dado su impacto emocional probado, estas actividades lúdicas no deben verse solo como recreación, sino como una estrategia didáctica para mejorar la salud mental de los estudiantes.

Se recomienda promover talleres y presentaciones de capacitación sobre la relación entre la actividad física lúdica y el desarrollo de habilidades blandas. Esto permitirá que los docentes puedan utilizar el juego motor como un puente para fortalecer la confianza y la seguridad personal, especialmente en adolescentes de décimo año de Educación General Superior.

Se recomienda realizar evaluaciones temporales del estado emocional y la autoestima de los estudiantes después de la intervención. Esto permitirá garantizar que los niveles de autoestima alcanzados se mantengan estables a lo largo del tiempo y, si es necesario, replicar o adaptar la propuesta en otros niveles educativos para masificar los beneficios observados en esta investigación.

Referencias bibliográficas

Aguirre Lora, M. E. (2001). *Enseñar con textos e imágenes. Una de las aportaciones de Juan Amós Comenio*. https://www.redalyc.org/pdf/155/15503101.pdf

Alcoba González, J. (2013). Organización de los métodos de enseñanza en función de las finlaidades educativas: El alineamiento . *Profesorado.* , 241-255.

Alvarez C., A., & Orellano E., E. (1979). Revista Latinoamericana de Psicología. *Desarrollo de las funciones básicas para el aprendizaje de la lectoescritura según la teoría de Piaget.*, 249-259.

Andes, U. d. (2003). Formación de docentes en el uso de recursos didácticos para construir conceptos. Iniciar con pequeñas metas . *educere,* 100-106.

Aponte, H. (2014). *LA MEMORIA Y SU RELACIÓN CON EL DIBUJO EN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS.* http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/144/TL%20EI%20Ei%20H83%202014.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arteaga Maria, J. R. (2015). ESTRATEGIA DIDÁCTICA:. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 73-94.

Ballesteros, S. (1999). MEMORIA HUMANA: INVESTIGACIÓNY TEORÍA. *Psicothema*, 705-723.

Benalcázar Francis Ortizv, T. B. (2018). *INNOVA Research Journal*. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6777230.pdf

Castellanos Jackelin, S. M. (2015). *Formación de la actividad gráfica en pre-escolares: aportes desde la neuropsicologia*. https://www.researchgate.net/profile/Maria_Jimena_Sarmiento_Bolanos/publication/307750478_FORMACION_DE_LA_ACTIVIDAD_GRAFICA_EN_PRE-ESCOLARES_APORTES_DESDE_LA_NEUROPSICOLOGiA_HISTORIC

O-CULTURAL/links/5988dae145851560584f9301/FORMACION-DE-LA-ACTIVIDAD-GRAFI

Collelldemont, E. (2010). La memoria visual de la escuela. *Educatio Siglo XXI*, 133-156.

Fernández Ruiz, J. A. (2002). Fundamentos y metodología de la maquetación digital. 91.

Fernandez, A. (2006). Género y canción infantil. *scielo*, parr 6. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422006000200003

González, B. (2013). Procesos cognitivos: De la prescripción curricular. *Revista de* , 49-67.

Lamas, M. (2000). Diferencia de sexo, genero y diferencia sexual. *Redalyc*, 2. https://www.redalyc.org/pdf/351/35101807.pdf

Laudadío, M. J., & Da Dalt, E. (2014). Estudio de los estilos de enseñanza y estilos de aprendizaje en la universidad. *Educación y Educadores*, pp. 483-498.

Leñero, M. (2009). *Equidad de género y prevención de la violencia en preescolar*. Mexico: ISBN. https://www.uv.mx/rmipe/files/2016/08/Equidad-de-genero-y-prevencion-de-la-violencia-en-preescolar.pdf

Lucas, F. M. (2015). *La utilización de los materiales como estrategia de aprendizaje sensorial infantil.* https://www.redalyc.org/pdf/310/31045568042.pdf

Mera Segovia Carlota Mónica, D. B. (12 de Marzo de 2020). *Neurofunciones en la enseñanza preescolar: importancia en el proceso de enseñanza aprendizaje y la atencion de salud.* http://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/3369.

Merchán Price María Susana, J. H. (2011). Influencia de la percepción visual en el aprendizaje. *Dialnet*, 93-101.

Moreno, F. (2015). Función pedagógica de los recursos materiales en educación. *Vivat Academia*, 12-25.

Moreno, L. F. (2015). *La utilización de los materiales como estrategia de aprendizaje sensorial infantil.* https://www.redalyc.org/pdf/310/31045568042.pdf

Ortega, I. S., & Ruetti, E. (2014). La memoria del niño en la etapa preescolar. *Anuario de Investigaciones*, 267-276.

Pellicer, P. P. (2017). Estrategias para el desarrollo gráfico y visual en educación infantil . *Universitat Jaume* , 1-86.

Rojas Rodriguez Diana, F. H. (2017). Representaciones graficas de niños y niñas de preescolar, segundo y cuarto grado con y sin necesidades educativas. *Educare*.

Trujillo Nelcy, Torres Akira. (25 de Abril de 2013). La musica y el enfoque de género en niños y niñas. *Revista Cubana de Enfermeria, 29*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192013000100003

Vilatuña Correa, F., Guajala Agila, D., Pulamarín, J. J., & Ortiz Palacios. (2012). Sensación y percepción en la construcción del conocimiento. *Sophia, Colección de Filosofía de la educacion* . https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846102006.pdf

Anexos

ANEXO 3
CARTA DE COMPROMISO

Ambato, 5 de marzo 2026

Doctora, Mtr.
Marina Castro
Presidente de la Unidad de Titulación
Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Presente

Mg. Paola Naranjo en mi calidad de Rectora de la **Unidad Educativa "Vicente Anda Aguirre"**, me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Integración Curricular bajo el Tema: **"JUEGOS POPULARES EN LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE EDUCACION GENERAL BASICA SUPERIOR"** propuesto por el **EST. FREIRE REAL MIGUEL SEBASTIAN**, portador de la Cédula de Ciudadanía **1850424449**, estudiante de la **Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte** de **Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación** de la **Universidad Técnica de Ambato.**

A nombre de la Institución a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

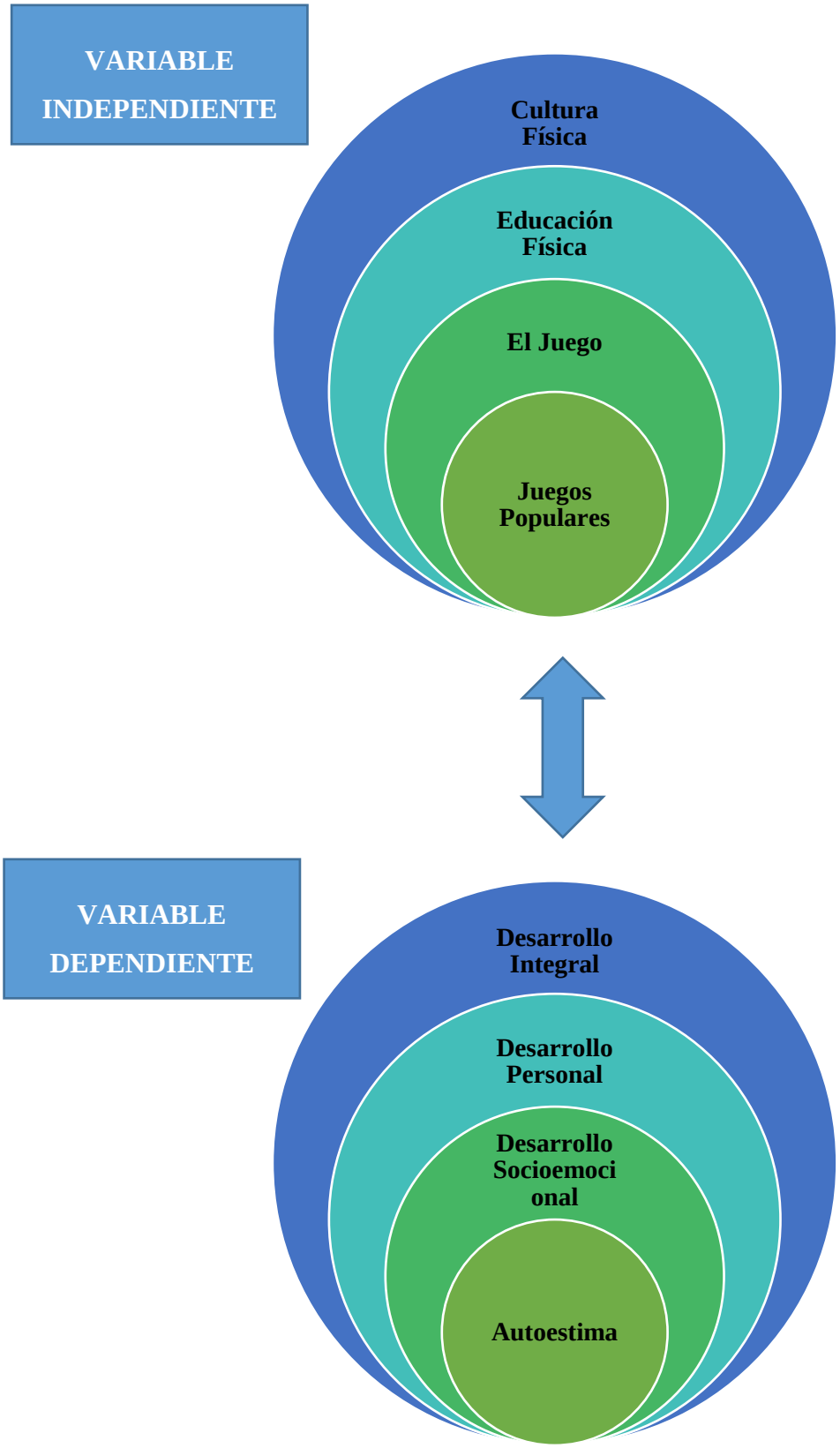
Particular que comunico a usted para los fines pertinentes.

Atentamente.

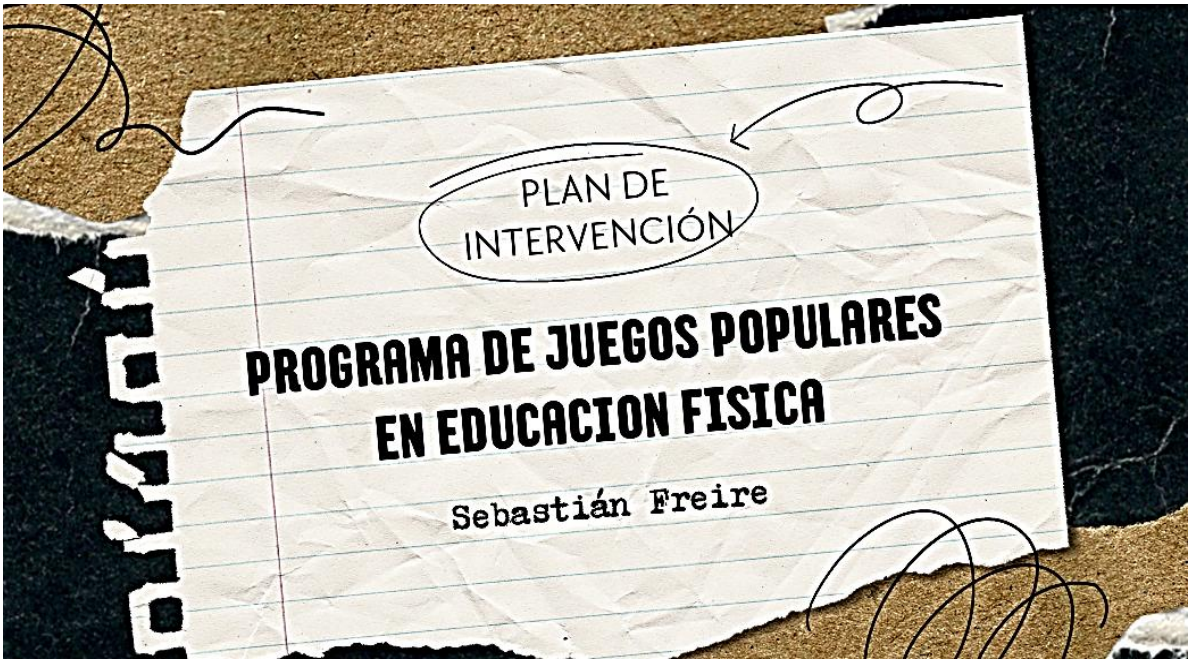
UNIDAD EDUCATIVA VICENTE ANDA AGUIRRE
MOCHA
RECTORADO

Mg. Paola Naranjo
RECTORA DE LA U.E. "VICENTE ANDA AGUIRRE"
C.C: 180389971-3
TEL.
CEL: 0983013629
CORREO ELECTRÓNICO: paola.naranjo@educacion.gob.ec

Red de Categorías



Planificación de la Intervención





EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA SUPERIOR **Planificación semanal**
Docente: Sebastián Freire
Grado/Curso: Décimo año
OBJETIVO GENERAL: O*.EF.4.5.* Profundizar en la comprensión de sí como sujeto corporal y contextuado, contribuyendo a la participación autónoma y crítica en prácticas corporales en el entorno escolar y en su vida fuera de las instituciones educativas.
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO: *EF.4.1.4.* Reconocer y mejorar las propias posibilidades de participación (motora, intelectual, emocional, social, entre otras) en los juegos, y hacerlas conscientes para optimizar el disfrute y elegir jugarlos fuera de las instituciones educativas.
INDICADORES DE EVALUACIÓN: *I.EF.4.1.2.* Participa individualmente y con pares en diferentes categorías de juegos, reconociendo lógicas, características, orígenes, demandas y conocimientos corporales que le permitan mejorar cooperativamente y de manera segura las posibilidades de resolución de tácticas y estrategias colectivas. (J.1., S.4.)

SEMANAS	SESIONES	ACTIVIDADES	IMPLEMENTOS
SEMANA 1 - Sesión 1 Fecha:(16 de marzo 2026) Horario: (11:45am-12:30pm)	**Objetivo:** Emplear y recolectar información inicial con la aplicación de la escala de la autoestima de Rosenberg.	Explicación de la escala a utilizar con los estudiantes, para la evaluación de la variable psicológica, se empleará la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES), un instrumento psicométrico de renombre internacional diseñado para medir la autopercepción global de los adolescentes. Esta herramienta permite cuantificar el sentimiento de valía personal mediante 10 enunciados que exploran tanto la autoaceptación positiva como la autocrítica. Recolectar las respuestas.	✓ Hojas impresas de la escala de Rosenberg.

SEMANA 1 - Sesión 2 Fecha:(17 de marzo 2026) Horario: (08:15am-09:00am)	**Objetivo:** Fomentar la fuerza colectiva y la resistencia física mediante el trabajo grupal. **Vínculo con la autoestima:** Sentido de pertenencia: Sentirse parte de un "todo" sólido refuerza la seguridad personal.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular la cebolla"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Los jugadores se sientan en fila sujetándose fuerte de la cintura del de adelante. Un "arrancador" debe intentar soltarlos uno por uno. - **Variable:** El "arrancador" debe contar un chiste mientras tira; si el de la fila se ríe, se suelta automáticamente.	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato

		Parte final: 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 2 - Sesión 1 Fecha:(23 de marzo 2026) Horario: (11:45am-12:30pm)	**Objetivo:** Desarrollar el equilibrio dinámico y el control del pulso bajo presión. **Vínculo con la autoestima:** Autocontrol: Superar la frustración si el huevo cae y celebrar la paciencia propia.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular la cuchara y el huevo"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Cucharas de plástico o metal ✓ Huevos ✓ Conos

		Se corre una distancia con el mango de una cuchara en la boca y un huevo (o limón) en el extremo, sin que se caiga. - **Variable:** Hacer el recorrido en parejas, pasándose el huevo de cuchara a cuchara a mitad del camino. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 2 - Sesión 2 Fecha:(24 de marzo 2026) Horario: (08:15am-09:00am)	**Objetivo:** Mejorar la coordinación óculo-manual y la precisión en lanzamientos.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular las canicas"***	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato

	Vínculo con la autoestima: Autocompetencia: Reconocer la mejora en la puntería tras cada intento.	-Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Juego de puntería donde se lanzan pequeñas esferas de vidrio para chocar las de los oponentes o meterlas en un hoyo. - **Variable:** Usar una superficie inclinada para jugar con la gravedad. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	✓ Canicas de elección personal

SEMANA 3 - Sesión 1 Fecha:(30 de marzo 2026) Horario: (11:45am-12:30pm)	**Objetivo:** Promover la coordinación rítmica y la sincronización en parejas. **Vínculo con la autoestima:** Confianza en el otro: Sentirse cómodo y seguro interactuando con un compañero.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular el baile del tomate"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Las parejas bailan sosteniendo un tomate entre sus frentes sin usar las manos. Si el tomate cae, quedan fuera. - **Variable:** Cambiar la posición del tomate (por ejemplo, entre las espaldas). **Parte final:** 5 min	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Tomates

		-Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 3 - Sesión 2 Fecha:(31 de marzo 2026) Horario: (08:15am-09:00am)	**Objetivo:** Estimular la orientación espacial y la agudeza auditiva sin el sentido de la vista. **Vínculo con la autoestima:** Superación del miedo: Vencer la vulnerabilidad de no ver y confiar en las capacidades propias.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular el gatito ciego"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Un jugador con los ojos vendados debe atrapar a los demás guiándose solo por el oído.	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Vendas o busos de los propios estudiantes

		- **Variable:** Los jugadores deben hacer un sonido de animal específico cada 10 segundos para dar pistas. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 4 - Sesión 1 Fecha:(6 de abril 2026) Horario: (11:45am-12:30pm)	**Objetivo:** Mejorar la resistencia cardiovascular y la coordinación motriz global. **Vínculo con la autoestima:** Logro personal: La satisfacción de dominar un ritmo y superar récords propios.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular la soga"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Cuerdas

		Parte general: 30 min Saltar individual o grupalmente sobre una cuerda que gira. - **Variable:** Saltar mientras se dice una rima o se deletrea una palabra difícil. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 4 - Sesión 2 Fecha:(7 de abril 2026)	**Objetivo:** Fomentar la fuerza de tracción y la perseverancia ante retos difíciles.	**Parte inicial:** 10 min	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato

Horario: (08:15am-09:00am)	**Vínculo con la autoestima:** Resiliencia: Aprender que el esfuerzo constante (aunque sea lento) lleva a la cima.	Presentación de la actividad ***"juego popular palo encebado"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Subir por un poste vertical cubierto de grasa o jabón para alcanzar premios en la cima. - **Variable:** Hacerlo por relevos, donde cada participante solo puede subir un tramo y ayudar al siguiente. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	✓ Palo de madera eucalipto previamente adaptado para seguridad ✓ Aceite o grasa

SEMANA 5 - Sesión 1 Fecha:(13 de abril 2026) Horario: (11:45am-12:30pm)	**Objetivo:** Estimular la agilidad y el equilibrio en espacios reducidos. **Vínculo con la autoestima:** Adaptabilidad: Sentirse capaz de resolver problemas (espacio pequeño) con creatividad.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular el baile del periódico"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Las parejas bailan sobre una hoja de periódico. Cada vez que la música para, se dobla el papel a la mitad. - **Variable:** Al doblar el papel, deben quedarse sobre un solo pie.	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Periódicos

		Parte final: 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 5 - Sesión 2 Fecha:(14 de abril 2026) Horario: (08:15am-09:00am)	**Objetivo:** Fomentar la percepción espacial y la coordinación motriz gruesa. **Vínculo con la autoestima:** Validación externa: Disfrutar del apoyo y los ánimos del grupo al intentar cumplir el reto.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular ollas encantadas"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Ollas de barro ✓ Caramelos o recompensas

		Se venda a alguien para que rompa con un palo una olla de barro colgada que contiene sorpresas. - **Variable:** Dar giros el jugador sobre su propio eje para que la ejecución sea más difícil y sea un reto. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 6 - Sesión 1 Fecha:(20 de abril 2026) Horario: (11:45am-12:30pm)	**Objetivo:** Desarrollar la coordinación dinámica general y la expresión corporal rítmica. **Vínculo con la autoestima:** Creatividad y autoexpresión: Al	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juego popular caballito de palo"*** -Calentamiento general	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Palos de madera adaptados

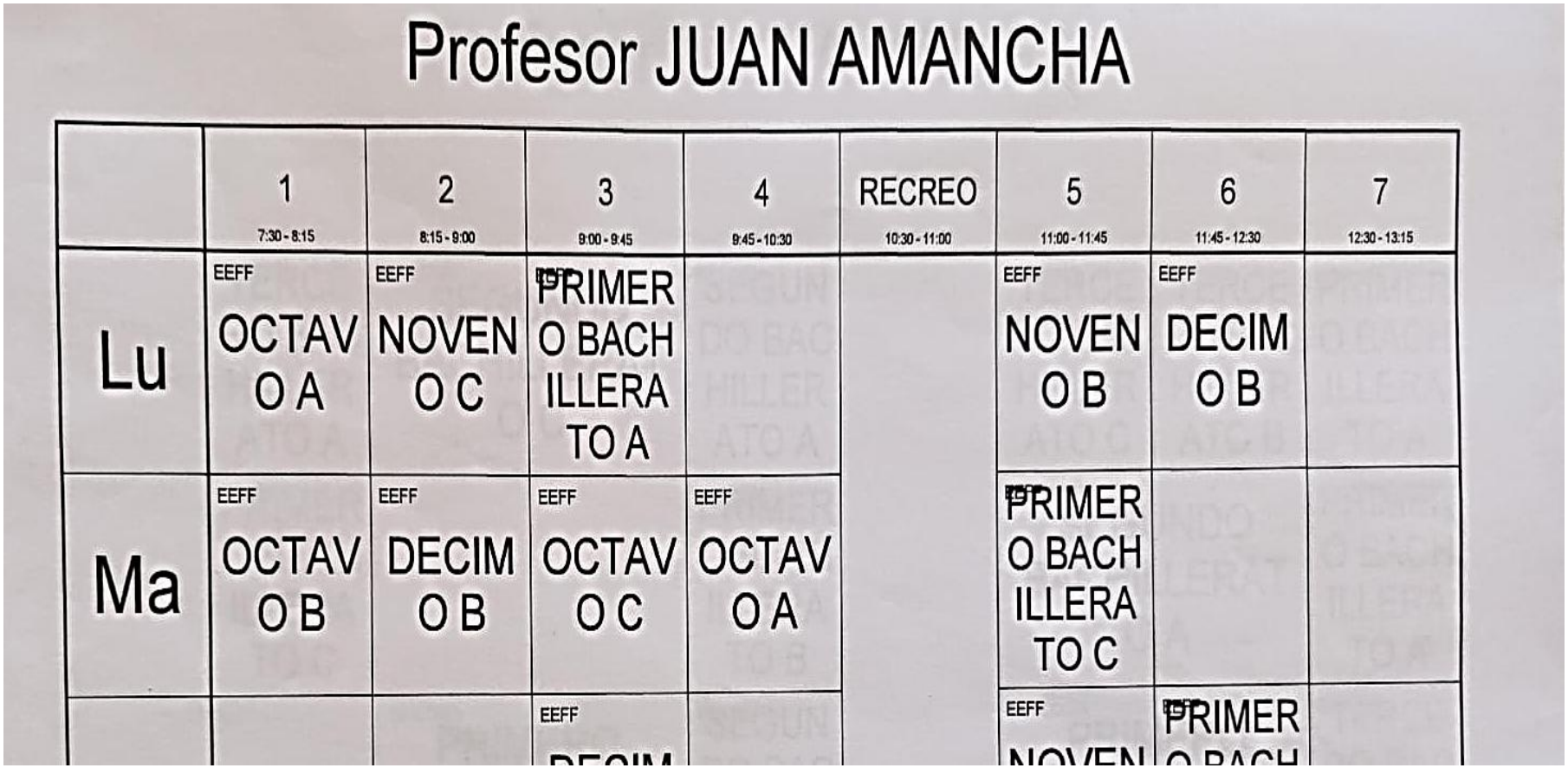
	usar la imaginación para "dar vida" al objeto, el estudiante valida sus propias ideas y capacidad lúdica.	-Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Carreras de obstáculos "montando" un palo con cabeza de caballo, imitando el galope. - **Variable:** Realizar una coreografía de "doma clásica" en lugar de una carrera de velocidad. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
		Parte inicial: 10 min	✓ Recurso humano

SEMANA 6 - Sesión 2 Fecha:(21 de abril 2026) Horario: (08:15am-09:00am)	**Objetivo:** Mejorar la precisión de lanzamiento y la coordinación fina mediante juegos de puntería. **Vínculo con la autoestima:** Control y seguridad: Dominar un objeto pequeño y ligero otorga una sensación de control sobre las propias habilidades motoras.	Presentación de la actividad ***"juego popular los tillos"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Se lanzan tapas de botellas para acercarlas a una meta o sacar las del rival de un círculo. - **Variable:** Decorar los tillos con colores para identificar equipos y jugar un "fútbol de mesa" con ellos. **Parte final:** 5 min -Estiramientos -Retroalimentación	✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Tillos

		-Recomendaciones	
SEMANA 7 - Sesión 1 Fecha:(27 de abril 2026) Horario: (11:45am-12:30pm)	**Objetivo:** Fomentar la velocidad, el trabajo en equipo (piloto/copiloto) y la noción de riesgo controlado. **Vínculo con la autoestima:** Valentía y confianza: Superar la velocidad y coordinar con otros refuerza la percepción de ser alguien capaz y audaz ante retos físicos.	**Parte inicial:** 10 min Presentación de la actividad ***"juegos populares coches de madera"*** -Calentamiento general -Calentamiento específico **Parte general:** 30 min Vehículos artesanales de cuatro ruedas que se lanzan por pendientes o son empujados. - **Variable:** Crear un circuito de "boxes" donde deban frenar y realizar un ejercicio físico antes de seguir.	✓ Recurso humano ✓ Espacio físico seguro ✓ Silbato ✓ Coches de madera previamente fabricados

		Parte final: 5 min -Estiramientos -Retroalimentación -Recomendaciones	
SEMANA 7 - Sesión 2 Fecha:(28 de abril 2026) Horario: (08:15am-09:00am)	**Objetivo:** Emplear y recolectar información final con la reiteración de la aplicación de la escala de la autoestima de Rosenberg.	Obtener nuevamente información con la aplicación de la escala de Rosenberg y agradecer el apoyo brindado por los estudiantes. Despedida.	✓ Hojas impresas de la escala de Rosenberg.

ANEXO DE INFORMACION DE CLASES – HORARIOS DE INTERVENCION "UNIDAD EDUCATUVA VICENTE ANDA AGUIRRE"



Profesor JUAN AMANCHA

	1 7:30 - 8:15	2 8:15 - 9:00	3 9:00 - 9:45	4 9:45 - 10:30	RECREO 10:30 - 11:00	5 11:00 - 11:45	6 11:45 - 12:30	7 12:30 - 13:15
Lu	EEFF OCTAVO A	EEFF NOVENO C	EEFF PRIMERO BACHILLERATO A			EEFF NOVENO B	EEFF DECIMO B	
Ma	EEFF OCTAVO B	EEFF DECIMO B	EEFF OCTAVO C	EEFF OCTAVO A		EEFF PRIMERO BACHILLERATO C		
			EEFF			EEFF NOVEN	EEFF PRIMER O BACH	

Fotografías y evidencias de trabajo













Anexo
Escala de Autoestima de Rosenberg

A continuación encontrará una lista de afirmaciones en torno a los sentimientos o pensamientos que tiene sobre usted. Marque con una X la respuesta que más lo identifica.

	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Creo que tengo un buen número de cualidades.				
3. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
4. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
5. Siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a de mi.				
6. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.				
7. En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a.				
8. Desearía valorarme más a mí mismo/a.				
9. A veces me siento verdaderamente inútil.				
10. A veces pienso que no soy bueno/a para nada.				