



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD PRESENCIAL

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

TEMA:

“LA APLICACIÓN DEL PROYECTO EJERCÍTE ECUADOR Y EL DESARROLLO DE LAS NOCIONES ESPACIALES IZQUIERDA-DERECHA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI DE LA CIUDAD DE AMBATO”.

AUTORA: Bustos Gamboa Ruth Armenia

TUTORA: Lic. Mg. Alexandra Wilma Paredes Guevara

Ambato - Ecuador

2015

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

CERTIFICA:

Yo, Lic. Mg. Alexandra Wilma Paredes Guevara C.C 1802284354 en mi calidad de Tutora de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LA APLICACIÓN DEL PROYECTO EJERCÍTATE ECUADOR Y EL DESARROLLO DE LAS NOCIONES ESPACIALES IZQUIERDA-DERECHA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI DE LA CIUDAD DE AMBATO”**, desarrollado por la egresada Ruth Armenia Bustos Gamboa considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y legales, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

.....
Lic. Mg. Alexandra Wilma Paredes

TUTORA

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

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

.....
Ruth Armenia Bustos Gamboa

C.C: 180434205-1

AUTORA

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTORA

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: **“LA APLICACIÓN DEL PROYECTO EJERCÍTATE ECUADOR Y EL DESARROLLO DE LAS NOCIONES ESPACIALES IZQUIERDA-DERECHA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI DE LA CIUDAD DE AMBATO”**, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

.....
Ruth Armenia Bustos Gamboa

C.C: 180434205-1

AUTORA

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

La Comisión de estudio y calificación del Informe del Traja de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LA APLICACIÓN DEL PROYECTO EJERCÍTATE ECUADOR Y EL DESARROLLO DE LAS NOCIONES ESPACIALES IZQUIERDA-DERECHA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI DE LA CIUDAD DE AMBATO”**, presentada por la Srta. Ruth Armenia Bustos Gamboa Egresada de la Carrera de Educación Parvularia promoción: Abril – Septiembre 2015.

Una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

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

Ambato, 23 de septiembre del 2015

LA COMISIÓN

.....

Lic. Mg. Franklin Alvarez

C.C. 180188369-3

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....

Ing. Mg. Miguel Ángel Miniguano

C.C. 180278271-2

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

Dedicatoria

A Dios

Por ser mi guía incondicional, quien ha llenado de luz mi vida

A mi Esposo Ciro el amor de mi vida

Con su amor infinito y paciencia ha sido mi motivación y apoyo incondicional en todo momento de mi vida.

A mi precioso hijo Ian

Mi pequeña ternurita hijo de mi alma día a día llenas de alegría mi existir.

A mis padres Raúl y Gloria

Papitos adorados mi mayor fortaleza incondicional ejemplo de perseverancia y constancia.

A mi hermana Yennifer

Amiga, confidente, mi linda hermana pequeña eres única.

A mi hermano Richar y su Familia

Ejemplo de lucha y constancia junto con Cristina me he regalado la dicha de ser tía de dos loquillas lindas Fatima y Angely.

A mis amigos

Con quienes comparto momentos únicos.

Ruth Armenia Bustos Gamboa

Agradecimiento

Un agradecimiento infinito a mi Tutora Alexandra Paredes quien confió en mí brindándome todo su apoyo, gracias a esto pude aprovechar oportunidad buenas que solo se presentan una sola vez en la vida, quien fue mi guía y ejemplo de perseverancia en esta ardua labor.

También a todas aquellas personas que de una u otra forma estuvieron en todas aquellas vivencias por las que atravesado a diario.

Ruth Armenia Bustos Gamboa

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

A. PAGINAS PRELIMINARES	PÁG.
Portada.....	i
Aprobación del tutor del trabajo de graduación o titulación.....	ii
Autoría de la investigación.....	iii
Cesión de derechos de autora.....	iv
Al consejo directivo de la facultad de ciencias humanas y de la educación:	v
Dedicatoria	v
Agradecimiento.....	vii
Resumen ejecutivo	xv
Executive summary.....	xvi
B. TEXTO	
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	3
1 EL PROBLEMA	3
1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento del Problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 ÁRBOL DE PROBLEMAS.....	6
1.2.3 Análisis crítico.	7
1.2.4 Prognosis.....	8
1.2.5 Formulación del problema.	8

1.2.6	Preguntas directrices.	8
1.2.7	Delimitación del problema.....	9
1.3	Justificación.....	9
1.4	Objetivos	11
1.4.1	Objetivo General	11
1.4.2	Objetivos Específicos.....	11
CAPÍTULO II.....		12
2	MARCO TEÓRICO	12
2.1	Antecedentes Investigativos.....	12
2.2	Fundamentación Filosófica	15
2.2.1	Filosófica.....	15
2.2.2	AXIOLÓGICA.....	16
2.2.3	PSICOPEDAGÓGICA	17
2.2.4	ONTOLÓGICA.....	17
2.3	FUNDAMENTACIÓN LEGAL.....	18
2.4	CATEGORÍAS FUNDAMENTALES	24
2.4.1	CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE.....	25
2.4.2	CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE DEPENDIENTE.....	26
2.5	Hipótesis o Pregunta Directriz	50
2.5.1	Hipótesis General	50
2.5.2	Hipótesis Particular	50
2.6	Señalamiento de Variables.....	51
2.6.1	Variable Independiente:	51
2.6.2	Variable dependiente:.....	51

2.6.3	Termino de relación:	51
CAPÍTULO III		52
3	METODOLOGÍA	52
3.1	ENFOQUE	52
3.2	MODALIDADES DE LA INVESTIGACIÓN.....	52
3.2.1	Investigación de campo.....	52
3.2.2	Investigación bibliográfica.....	52
3.3	NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	53
3.3.1	Investigación descriptiva.....	53
3.3.2	Investigación Explicativa	53
3.3.3	Investigación Exploratoria	54
3.4	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	54
3.5	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	56
3.6	Técnicas e instrumentos	58
3.6.1	Encuesta	58
3.6.2	Observación.....	58
3.6.3	Ficha de observación.....	58
3.6.4	Validez y confiabilidad	59
3.7	Plan para Recolección de la Información.....	59
3.8	PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS	60
CAPÍTULO IV		61
4	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	61
4.1	ANÁLISIS DE RESULTADOS	61
4.1.1	ENCUESTA A DOCENTES	61

4.1.2	Encuesta a estudiantes.....	71
4.2	Comprobación de la Hipótesis	81
CAPÍTULO V		87
5	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	87
5.1	Conclusiones	87
5.2	Recomendaciones.....	88
CAPÍTULO VI		89
6	PROPUESTA.....	89
6.1	Datos Informativos.....	89
6.2	Antecedentes de la Propuesta.....	90
6.3	Justificación.....	91
6.4	Objetivos:	92
6.5	Análisis de Factibilidad.....	93
6.6	Fundamentación	94
6.7	Metodología Modelo Operativo	99
6.8	Administración de la Propuesta	100
6.9	Previsión de la Evaluación de la Propuesta.....	100
	Instructivo de aplicación	1004
 C. MATERIALES DE REFERENCIA		
	Bibliografía	150

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°	PÁG.
Gráfico N° 1 Árbol de problemas	6
Gráfico N° 2 Categorías fundamentales.....	24
Gráfico N° 3 Constelación de ideas de la variable independiente	25
Gráfico N° 4 Constelación de ideas de la variable dependiente	26
Gráfico N° 5 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 1	61
Gráfico N° 6 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 2.....	63
Gráfico N° 7 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 3.....	64
Gráfico N° 8 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 4.....	65
Gráfico N° 9 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 5.....	66
Gráfico N° 10 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 6.....	67
Gráfico N° 11 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 7.....	68
Gráfico N° 12 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 8.....	69
Gráfico N° 13 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 9.....	70
Gráfico N° 14 Gráfica de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 10.....	71
Gráfico N° 15 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 1	72
Gráfico N° 16 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 2	73
Gráfico N° 17 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 3.....	74
Gráfico N° 18 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 4.....	75
Gráfico N° 19 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 5.....	76
Gráfico N° 20 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 6.....	77
Gráfico N° 21 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 7.....	78
Gráfico N° 22 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 8.....	79
Gráfico N° 23 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 9.....	80
Gráfico N° 24 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 10.....	81
Gráfico N° 25 Gráfica del Chi cuadrado.....	85

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N°	PÁG.
Cuadro N° 1 Población y muestra.....	54
Cuadro N° 2 Operacionalización de la variable independiente	56
Cuadro N° 3 Operacionalización de la variable dependiente.....	57
Cuadro N° 4 Plan para recolección de información.....	59
Cuadro N° 5 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 1	61
Cuadro N° 6 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 2	63
Cuadro N° 7 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 3	64
Cuadro N° 8 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 4	65
Cuadro N° 9 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 5	65
Cuadro N° 10 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 6	67
Cuadro N° 11 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 7	67
Cuadro N° 12 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 8	69
Cuadro N° 13 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 9	69
Cuadro N° 14 Cuadro de resultados encuesta a docentes Pregunta N° 10	70
Cuadro N° 15 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 1.....	72
Cuadro N° 16 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 2.....	73
Cuadro N° 17 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 3.....	74
Cuadro N° 18 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 4.....	75
Cuadro N° 19 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 5.....	76
Cuadro N° 20 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 6.....	77
Cuadro N° 21 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 7.....	78
Cuadro N° 22 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 8.....	79
Cuadro N° 23 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 9.....	80
Cuadro N° 24 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 10.....	81
Cuadro N° 25 Frecuencias Observadas.....	83
Cuadro N° 26 Frecuencias Esperadas	84

Cuadro N° 27 Chi Cuadrado Calculado.....	84
Cuadro N° 28 Presupuesto	90
Cuadro N° 29 Metodología del Instrumento Operativo.....	99
Cuadro N° 30 Administración de la propuesta	100
Cuadro N° 31 Previsión de la evaluación de la propuesta	100

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

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: “La aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato”.

AUTORA: Ruth Armenia Bustos Gamboa

TUTORA: Lcda. Mg. Alexandra Paredes

El presente trabajo de investigación está enfocado en la importancia de la aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador en las Unidades Educativas cuya finalidad principal es incentivar la actividad física en los infantes reduciendo los niveles de sedentarismo en el país, por ende se encuentran inmersas el desarrollo de todas las nociones propiciando el aprendizaje de una manera divertida y diferente, fortaleciendo la motricidad gruesa en donde se encuentran inmersas las nociones espaciales Izquierda- Derecha. Cuando un niño o niña realiza cualquier tipo de ejercicio, aeróbico, dinámica o juego por más mínimo que este sea despierta el interés e iniciativa permitiendo crear un aprendizaje significativo así como también el fortalecimiento de las habilidades. Los pequeños aprenden más y mejor a través del juego y aún más si estos juegos son planificados a diario involucrando movimiento, desplazamiento, coordinación de acuerdo al tema a tratar en la jornada de clase; al igual que es una estrategia innovadora que los niños y niñas a través de esta metodología adquieran de manera óptima todo lo que concierne al esquema corporal, motricidad, nociones, entre otras, contribuye a un adecuado desenvolvimiento dentro y fuera del salón de clases al igual que ayuda a crear un ambiente de independencia y socialización entre pares o grupos de niños y niñas respetando diferencias étnicas, culturales, raza fomentando la equidad y el trabajo en equipo.

Descriptor: Nociones, bailoterapia, juego, aprendizaje, metodología, estimulación, desarrollo, movimiento, desplazamiento, coordinación.

TECHNICAL UNIVERSITY AMBATO
FACULTY OF HUMANITIES AND EDUCATION
CAREER NURSERY EDUCATION
BLENDED MODE STUDIES

TOPIC: “The application of Practise Project Ecuador and the development of spatial notions Left-Right of the children of 4-5 years of Rumiñahui Education Unit of the city of Ambato”.

AUTORA: Ruth Armenia Bustos Gamboa

DIRECTOR: Lcda. Mg. Alexandra Paredes

EXECUTIVE SUMMARY

The present research is focused on the importance of the implementation of the Project in Ecuador Work out educational units whose main purpose is to encourage physical activity in infants by reducing levels of physical inactivity in the country, hence they are immersed the development of all notions encouraging learning in a fun and different way, to strengthen gross motor skills which are embedded in the left-right spatial notions. When a child takes any type of exercise, aerobic, dynamic or game this is the least that arouses interest and initiative allowing you to create meaningful learning as well as strengthening skills. Children learn more and better throughout the game and even more if these games are planned daily involving movement, movement, coordination, according to the subject to be treated in Jordanian class; as an innovative strategy that children through this methodology optimally acquire everything related to body image, motor, notions, among others, it contributes to proper development inside and outside the classroom as well which helps create an atmosphere of independence and socialization between pairs or groups of children respecting ethnic, cultural, racial differences by promoting fairness and teamwork.

Descriptors: Notions, dance, play, learning, methodology, stimulation, development, motion, movement, coordination.

INTRODUCCIÓN

El tema denominado: La aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato, tiene como propósito reflexionar sobre la importancia de realizar actividad física desde tempranas edades y el beneficio que se obtiene de esto, para lo cual se cuenta con los proyectos diseñados para el Buen Vivir.

En cada uno de los capítulos de la presente investigación se establece los parámetros y procedimientos de investigación, logrando establecer las causas y efectos del problema.

Capítulo I, Problema, se desarrolla la contextualización, la prognosis, la delimitación del problema, además de la justificación y objetivos de la investigación.

Capítulo II, Marco Teórico, contiene los antecedentes de Investigación, la Fundamentación legal determinada en la Constitución del 2008, el Código del Buen Vivir, LOEI, se incluye las categorías fundamentales, con la fundamentación teórica de las variables de investigación, se define la hipótesis de investigación y las variables.

Capítulo III, Metodología de la investigación con sus enfoque: cualitativo, cuantitativo, la modalidad: bibliográfica documental, de campo; sus niveles descriptivo, exploratorio, asociación de variables; la población y muestra, en donde se diseñó las técnicas e instrumentos, la operacionalización de variables, el plan de recolección de la muestra a través de una formula, el plan para el procesamiento y análisis de información.

Capítulo IV, Análisis e interpretación de resultados, se incluyen en tablas, gráficos, análisis e interpretación, las interrogantes planteadas en los diferentes cuestionarios y

fichas de observación, verificación de la hipótesis, planteamiento y la aplicación de la fórmula del Chi - Cuadrado, finalmente se visualiza una representación gráfica de la zona de aceptación rechazo de la hipótesis.

Capítulo V, Conclusiones y Recomendaciones, se establece las principales Conclusiones y recomendaciones de la investigación en base a los resultados obtenidos de las herramientas de investigación y el análisis estadístico de las mismas.

Capítulo VI, Propuesta contiene datos informativos, antecedentes de la propuesta, justificación, objetivos, análisis de factibilidad, fundamentación, metodología, modelo operativo, diseño y estructuración del contenido del instructivo con cual se dará solución al problema planteado.

Finalmente se concluye con la bibliografía y anexos respectivos de la ficha de observación y de la encuesta, se recalca el fundamento documental a utilizarse en el desarrollo del trabajo, haciéndose referencia a sitios webs, blogs o portales de internet, libros, entre otros referentes al trabajo.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

“La aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato”.

1.2 Planteamiento del Problema

1.2.1 Contextualización

En el **Ecuador** se han realizado varias investigaciones para evitar el sedentarismo una de ellas es la creación del proyecto Ecuador ejercítate que se ha aplicado desde el año 2013. En este año con un total de 1.040 puntos de activación, el proyecto Ecuador Ejercítate vuelve en su cuarta edición para promover hábitos saludables en las 24 provincias del país.

Este año, el Ministerio del Deporte invierte USD 1.669.941.79 para el desarrollo del programa, el cual será ejecutado por la Federación Nacional de Ligas Barriales y Parroquiales (Fedenaligas).

El objetivo de Ecuador Ejercítate es promover la actividad física por medio de bailoterapia, aeróbicos y juegos recreativos de manera gratuita, buscando optimizar el uso del tiempo libre en la ciudadanía.

Este es el tercer año en que se desarrolla este proyecto con el fin de fomentar la masificación deportiva del sector escolar, mediante actividades físicas y recreativas que contribuyen a la formación integral del ser humano.

Para **Tungurahua** el Coliseo Iván Vallejo de Ambato fue el escenario de esta fiesta deportiva, en la que Martha Tenorio, Coordinadora Regional Zona 3 del Ministerio del Deporte, resaltó la iniciativa a favor de los niños; mientras que Lira Villalva, Gobernadora de la provincia, agradeció el trabajo a nivel recreativo. “Gracias por aportar tan significativamente porque con su trabajo se han beneficiado niños y adultos mayores. El programa Ejercítate Ecuador es un éxito en nuestra provincia”, aseguró.

“El deporte escolar es importante, aquí se demuestra nuestra planificación. Trabajamos en la formación integral del niño y del joven. Estamos seguros que así tendremos nuevos héroes deportivos”, indicó el Ministro del Deporte, José Francisco Cevallos.

El Secretario de Estado aprovechó la emoción de los niños para demostrar con ellos el uso de los kits y entregar el Acuerdo Ministerial del Club Formativo de Baloncesto San Vicente Mártir al Alcalde de Latacunga Rodrigo Espín.

Uno de los establecimientos emblemáticos de Educación Inicial en Tungurahua es el Centro de Educación Inicial Irene Caicedo, fue fundada el 20 de Marzo de 1984 ha venido sirviendo a la niñez de Ambato por espacios de 50 años en la cual durante 5 años ha venido funcionando bajo la pedagogía del amor de Pablo Freire encaminada al pensamiento crítico fortaleciendo las habilidades, destrezas, creatividad, del educando contribuyendo en su desarrollo integral; sin embargo es significativo manifestar que diversos hogares por su inestabilidad familiar limitan el proceso de enseñanza aprendizaje.

Esta institución es una beneficiaria del Proyecto Ejercítate Ecuador gracias a esto los niños y niñas disfrutan un espacio ameno a través del baile, siendo esta una actividad de esparcimiento y es del agrado de los beneficiarios.

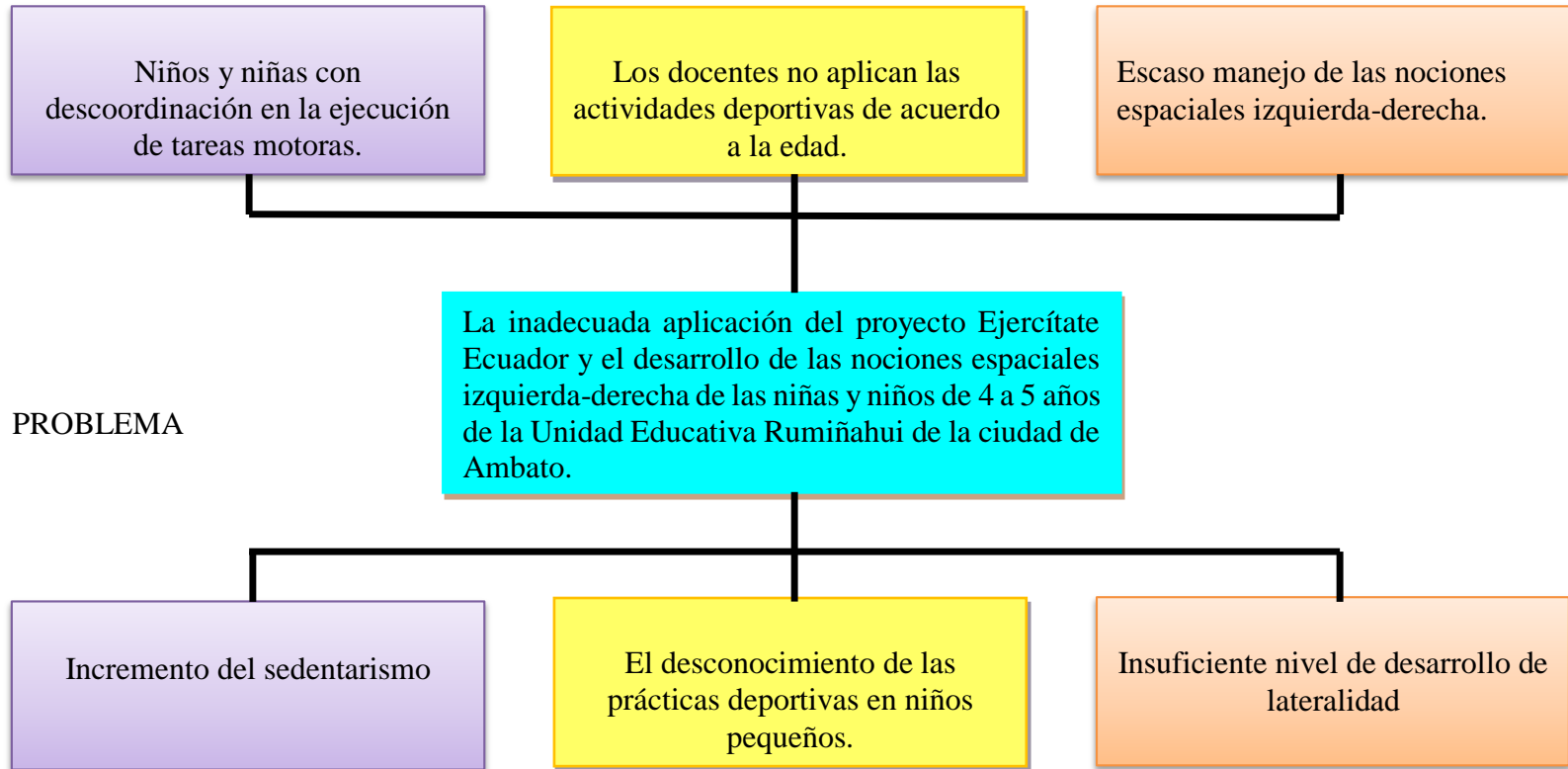
Lida Gavilánez, directora del plantel, manifestó que la unidad cuenta con 24 profesores de educación inicial. “Tanto el espacio físico como el personal docente está listo para el inicio de clases. Tenemos 15 aulas para la jornada matutina y 9 para la vespertina, de tal forma que los alumnos tengan las mejores condiciones para el aprendizaje”, dijo.

Además, la maestra señaló que esta unidad educativa ha sido fusionada con la escuela de educación básica Eduardo Mera, escuela Unesco y el colegio Rumiñahui, creando la Unidad Educativa Mayor Rumiñahui.

1.2.2 ÁRBOL DE PROBLEMAS

Gráfico N° 1 Árbol de problemas

EFECTO



CAUSA

Fuente: Investigación bibliográfica

Elaborado por: Ruth Bustos

1.2.3 Análisis crítico.

La creación del Proyecto Ejercítate Ecuador ha sido creada con el fin de bajar los niveles de sedentarismo en el país y a través de este mejorar el estilo de vida de los estudiantes. La inadecuada aplicación de este proyecto traería consigo consecuencias graves tanto en el desarrollo de motricidad gruesa, fina así como en la adquisición de las nociones básicas como lateralidad (izquierda- derecha), nociones tiempo, espacio, entre otras.

La falta de actividad física de los niños y niñas podría desembocar un sedentarismo, ya que la mayor parte del tiempo pasan en sus casan solos, una de las causas es porque los padres de familia permanecen largas jornadas en el trabajo. Sus actividades diarias son varias horas frente al televisor, videojuegos, internet (paginas sociales), entre otras. Como consecuente los niños y niñas desarrollarían una torpeza tanto en sus movimientos finos como gruesos los cuales podrían ser irreversibles con el pasar del tiempo.

En la actualidad la niñez no disfruta de las actividades recreativas como son los juegos tradicionales que aportan en un nivel alto tanto al desarrollo de la creatividad como la óptima adquisición de las nociones básicas. Este desconocimiento de las actividades deportivas en los pequeños se debe también a que en las instituciones educativas no las ponen en práctica ya que estas deben ser aplicadas acorde a la edad y para ello se necesita una ardua investigación y preparación por parte de los docentes.

El insuficiente nivel de desarrollo de lateralidad trae consigo problemas al leer y escribir, ya que los niños y niñas no han tenido un adecuado proceso del conocimiento de cuerpo desarrollando dificultad para poder ubicarse en su lateralidad, percepción y direccionalidad, esto trae consigo un mal manejo de las nociones espaciales izquierda derecha.

1.2.4 Prognosis.

Si no se realiza la investigación sobre la aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de niños y niñas de 4 a 5 años, como consecuencia habrá una gran cantidad de niños y niñas que tengan confusión al definir su lateralidad, problemas de orientación espacial relacionados con el aprendizaje de lectura y escritura, esto podría acarrear consigo la deserción escolar.

Todo esto daría paso a que en futuro los niños y niñas ya no quieran estudiar y sus padres no les involucren en el campo educativo, esto sería de gran desventaja para el país ya que se contaría con alto índice de personas sin preparación profesional, bajo nivel académico, aumentaría el desempleo.

1.2.5 Formulación del problema.

¿Cómo influye la aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato?

1.2.6 Preguntas directrices.

- ¿De qué manera se aplica del Proyecto Ejercítate Ecuador del proceso enseñanza aprendizaje en la Institución?
- ¿Qué elementos intervienen en el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha en los niños y niñas en la institución?
- ¿Existirá una solución al problema planteado?

1.2.7 Delimitación del problema.

Delimitación de contenidos.

CAMPO: Pedagógico

AREA: Socioeducativo

ASPECTO: La aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador - Desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha

Delimitación espacial: Unidad Educativa Rumiñahui del cantón Ambato de la provincia de Tungurahua.

Delimitación temporal: Durante el segundo quimestre del año lectivo 2014-2015.

1.3 Justificación

La **importancia** social del presente trabajo es indagar como el Proyecto Ejercítate Ecuador ha influido en las nociones izquierda derecha de los niños y niñas y si este ayudado para el desarrollo de nuevas habilidades apropiadas para la edad de los estudiantes.

Es **relevante** porque los resultados obtenidos servirán como base para futuras investigaciones en la institución, será también una herramienta que brinde una serie de estrategias novedosas las cuales se pueden poner en práctica obteniendo de ellos una serie de beneficios.

El **interés** de la investigación se da porque se pretende generar nuevos proyectos para el fortalecimiento de las nociones a través de ejercicios particos que involucren baile, danza, gimnasia entre otros, del cual se obtendrá una serie de beneficios tanto en el ámbito educativo como el social.

Es **factible** porque se cuenta con los recursos bibliográficos necesarios para una buena conceptualización y análisis de las variables en estudio, la inversión en el estudio es muy razonable y correrá a cargo de la investigadora, como recurso humano útil para la investigación se tiene la colaboración de las autoridades de la institución, se utilizarán herramientas tecnológicas, para la recopilación de la información y sistematización de la información, se cuenta las técnicas de investigación más esenciales para la recolección de datos.

Es **novedoso** ya que en el recorrido realizado por la institución no se ha encontrado ninguna investigación similar a la planteada, por lo que será la primera en la institución educativa, la cual será de gran aporte.

Se busca crear un **impacto** en toda la comunidad educativa de la importancia de forjar adecuadamente las nociones izquierda-derecha que en un futuro los niños y niñas serán los más perjudicados desarrollando torpeza motora que si no la combatimos a tiempo será irreversible dañando así de muchos seres humanos por una mala práctica pedagógica.

Los **beneficiarios** de la presente investigación son los niños y niñas de la Unidad Educativa Rumiñahui del cantón Ambato ya que con este aporte se podrá implementar estrategias para el desarrollo óptimo de las nociones izquierda-derecha, así como los docentes tendrán una herramienta para poder ponerla en práctica en la jornada de trabajo al igual que pueden orientar a los padres y madres de familia quien son un apoyo fundamental.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Determinar cómo influye la aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Analizar de qué manera influyen los ejercicios que plantea el Proyecto Ejercítate Ecuador en el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato.
- Identificar los elementos que intervienen en el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato.
- Diseñar un instructivo de aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador para el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos.

En el recorrido realizado en el Centro de Educación Inicial Irene Caicedo no se ha encontrado investigaciones similares a la presente ya que la aplicación del proyecto Ejercítate Ecuador es algo nuevo que el gobierno ha implementado a través del Ministerio del Deporte.

En la investigación realizada en la biblioteca de la Universidad Técnica de Ambato, se encontró investigaciones relacionadas con la aplicación del proyecto Ejercítate Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños por lo que permitirá obtener información bibliográfica relevante sobre el tema propuesto y generar nuevas ideas para la presente investigación.

Dávila, J. (2012) en su trabajo de investigación sobre: “LA IMPORTANCIA DE LA MOTRICIDAD Y LAS NOCIONES BÁSICAS EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FRANCISCA ARÍZAGA TORAL DE LA PARROQUIA YANUNCAY, DEL CANTÓN CUENCA, DE LA PROVINCIA DEL AZUAY”, de la Universidad Técnica de Ambato de la ciudad de Ambato manifiesta la siguiente:

Conclusión

En el caso de los estudiantes de segundo de básica se evidencia que las nociones básicas y motricidad en algunos casos están totalmente desarrolladas, en otros se encuentran en proceso de desarrollo y en algunos no se han desarrollado a pesar de que todos los estudiantes cursaron el primer año de educación básica.

Recomendación

Participar en cursos de capacitación, especialmente sobre Teorías de aprendizaje para conocer el nivel evolutivo de los estudiantes y poder planificar de acuerdo a las necesidades de los estudiantes.

Propuesta

Diseño de una guía didáctica de actividades encaminadas al desarrollo de la Motricidad y Nociones Básicas.

Las nociones básicas se las desarrolla en tempranas edades ya que es fundamental para el desarrollo pleno de niños y niñas, la población de la cual fue estudio en la tesis anterior se puede identificar como cada grupo está en etapas diferentes unos estas desarrollado ya su lateralidad, otros están en proceso y los últimos han iniciado.

Zúñiga, V. (2011) en su trabajo de investigación sobre: “LA ENSEÑANZA DE LA CULTURA FÍSICA Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTOR DE LOS NIÑOS DE TERCER AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL JUAN BENIGNO VELA DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DEL TUNGURAHUA PERÍODO NOVIEMBRE 2010 – MARZO 2011” de la Universidad Técnica de Ambato de la ciudad de Ambato manifiesta la siguiente:

Conclusión

El desarrollo de la personalidad lúdico deportiva es un índice que debe ser trabajado y fortalecido.

Recomendación

Que se implementen actividades grupales que estén orientadas a la práctica de acciones motrices y valores éticos y morales a fin de propiciar el desarrollo psicomotor y de la inteligencia intrapersonal e interpersonal del niño.

Propuesta

Centro de Cultura Física para el desarrollo psicomotor infantil.

Toda actividad que se realice para que se realice para obtener un aprendizaje debe ir acompañado de actividades lúdicas o diferentes actividades recreativas que permitan que los niños y niñas lograr un aprendizaje significativo por ende ayudara que las acciones motrices que deben desarrollar sea optima de acuerdo a la edad y etapa de desarrollo en la que se encuentre.

En la escuela Politécnica del Ejército departamento de Ciencias Humanas y Sociales se encontró una investigación realizada por Rodríguez, D. (2012) con el tema: “LA LATERALIDAD CRUZADA Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE DE LA LECTO-ESCRITURA EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DEL CENTRO INFANTIL NUESTRA SEÑORA DE GUADALUPE, UBICADO EN EL SECTOR SUR DE QUITO, EN LA CIUDADELA DEL EJÉRCITO, DURANTE EL AÑO LECTIVO 2010-2011”, de la ciudad de Latacunga.

Conclusión

Existe una influencia significativa de lateralidad en el aprendizaje de la lectoescritura en los niños de 4 a 5 años del Centro infantil Nuestra Señora de Guadalupe; ya que las docentes no trabajan lateralidad, sin embargo, mediante ejercicios de potenciación de lateralidad se puede mejorar el proceso de aprendizaje de los niños de edad pre escolar.

Recomendación

Trabajar lateralidad en los niños de edad preescolar, para evitar problemas en el aprendizaje de Lecto-escritura.

Propuesta

Diseño de una guía didáctica de actividades encaminadas al desarrollo de Lateralidad.

La lateralidad es fundamental que se haya definido para que el aprendizaje de lectoescritura pueda ser adquirida de manera satisfactoria desde tempranas edades, así se evitan una serie de dificultades al igual que trastornos que los niños y niñas desarrollan porque no se ha trabajado de manera adecuada todo lo que concierne a la lateralidad.

2.2 Fundamentación Filosófica

2.2.1 Filosófica

Esta investigación se ubica dentro del paradigma crítico propositivo porque se efectuara un análisis a través de la criticidad en el cual se desarrollara la comunicación y se podrá fomentar de hábitos adecuados dentro de su estilo de vida de los niños y niñas en el mismo sentido se direcciona a proponer soluciones para el fortalecimiento del aprendizaje en ellos. Está estrechamente relacionado con el enfoque humanista en donde el actor principal son los niños y niñas, mismos que son el eje principal para el

desarrollo de los pueblos por ende del país; debido a que su educación está rompiendo paradigmas y se va orientando al buen vivir así como el desarrollo integral en la formación del hombre.

Es por este motivo que la relación debe ser llena de confianza y amistad de padres a hijos permitiendo así la expresión abierta de los problemas o inquietudes que tiene los niños /as, las misma que deben tener una respuesta adecuada y oportuna, para de esta manera poder contribuir con la realidad educativa es necesario partir de una concepción científica del mundo que se basa en la realidad que vivimos dentro y fuera del hogar y de los centros educativos. (Pimbosa, D.2010 pág. 28)

Sin dejar de lado aspectos esenciales como estar conscientes que el hombre es un ser cambiante por ende su ritmo de vida, es por lo que le hace ser complejo. Analizando el entorno por el que están rodeados se puede observar que cada día es diferente por ende se vive cambios en todos los aspectos familiares, económicos, políticos y religiosos; factores que repercuten en la educación de niños, niñas y adolescentes, es normal que en un proceso de cambio caiga consigo causas y efectos ya sea estos positivos o negativos estos se verán reflejados en el proceder de los niños y niñas del día a día.

2.2.2 AXIOLÓGICA

Los valores como principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas. Son creencias fundamentales que nos ayudan a preferir, apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, o un comportamiento en lugar de otro. También son fuente de satisfacción y plenitud. Una vez visto el significado del término valor, vamos a relacionarlo directamente con el deporte y las actividades físicas de toda índole. Debemos recordar que los valores se adquieren, cada persona adquiere una serie de valores según lo que ve en sus amigos, maestros pero sobretodo en su familia. El niño pasa la gran parte de su tiempo en casa con su familia y todo debe partir de ahí. (Jiménez, J. 2013 pág. 1)

La presente investigación pretende fortalecer los valores de responsabilidad, compromiso y respeto, ya que son fundamentales en los niños y niñas con esto se fomenta el respeto, trabajo en equipo y tolerancia tanto para sí mismos como para los demás evitando todo tipo de discriminación con un trato igualitario, equitativo, reflejado en el diario accionar de los estudiantes.

2.2.3 PSICOPEDAGÓGICA

Esta investigación tiene una base constructivista, ya que contribuye con el desarrollo óptimo de los niños y niñas integralmente, ya que la niñez es considerada como el futuro de la patria quienes aportaran con su compromiso, responsabilidad e innovación a la transformación y desarrollo de los pueblos. Jiménez, J. 2013 pág. 1 sostiene lo siguiente: “Se dice que el constructivismo es una explicación científica acerca del conocimiento que es utilizado en gran parte de los Centros Educativos del Ecuador.”

En la construcción de este enfoque han intervenido grandes teóricos como Jean Piaget, Liev Semiónovich Vygotsky, Jerome S. Bruner y David P. Ausubel; quienes a través de sus investigaciones han proporcionado grandes aportes sobre el desarrollo evolutivo y cognoscitivo, información que se la utiliza para entender y aplicar el proceso del aprendizaje. También se puede decir que el constructivismo es considerado como una de las formas más viables para la superación de problemas educativos.

Básicamente puede decirse que es la idea que mantiene que el individuo, tanto en los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como en los afectivos, no es un mero producto del ambiente ni un simple resultado de sus disposiciones internas, sino una construcción propia que se va produciendo día con día como resultado de la interacción entre esos dos factores. En consecuencia, según la posesión del constructivismo, el conocimiento no es una copia fiel de la realidad, sino una construcción del ser humano. (Carretero, M. 2010 pág. 21)

2.2.4 ONTOLÓGICA

La Ontología es una importante parte de la Filosofía que aborda el estudio del ser. El ser ontológico es todo cuanto existe en el mundo objetivo y en el subjetivo. Para objeto de nuestro estudio el ser ontológico es el niño, como ser biológico, como ser psicológico y como sujeto del proceso educativo de enseñanza-aprendizaje. La presente investigación se basará en el estudio de los niños y niñas de 4 a 5 años de edad, su relación con el entorno y los efectos que estos traen en su desarrollo integral.

Particularmente en los primeros grados, se hace poca distinción entre los aspectos cognitivos y éticos del trabajo del aula; el principal criterio para el reconocimiento es la motivación para el logro escrito crudamente, la disposición del niño a trabajar. A mí me parece que esta evaluación del trabajo académico de los estudiantes y de su conducta es una forma crucial de reconocimiento de los niños por el adulto que les enseña. Y que esto es transformador; ontológicamente transformador. (Parcker, M. 2011 pág. 12)

2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

La presente investigación se sustenta en la Constitución de la Republica, el Código de la Niñez y la Ley Orgánica de Educación Intercultural del registro oficial, ya que la educación es un derecho universal por lo que todo tema relacionado con esta debe tener una base legal.

Constitución de la República del Ecuador

Los niños, niñas y adolescentes, constituyen un sector importante de la población ecuatoriana. La Constitución vigente, aprobada mediante referéndum del 28 de septiembre del 2008, consagra los derechos para este grupo dentro del capítulo tercero que nos habla de las personas y grupos de atención prioritaria. Es así que en el art. 44 de la Constitución se establece cómo obligación del estado brindar protección, apoyo y promover el desarrollo integral, de Niños Niñas y Adolescentes, proceso de crecimiento, maduración y despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad. Este entorno permitirá la satisfacción de sus necesidades sociales, afectivo emocionales y culturales, con el apoyo de políticas intersectoriales nacionales y locales.

Capítulo Tercero sobre los derechos de las niñas, niños y adolescentes

Art. 45. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad; a ser consultados en los asuntos que les afecten; a educarse de manera prioritaria en su idioma y en los contextos culturales propios de sus pueblos y nacionalidades; y a recibir información acerca de sus progenitores o familiares ausentes, salvo que fuera perjudicial para su bienestar.

Título VII. Sección Sexta

Cultura Física y Tiempo Libre

Art. 381. El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

El Estado garantizará los recursos y la Infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

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

Art. 383. Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la

promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad.

El Código de la Niñez y de la Adolescencia

Título III

Derechos Garantías y Deberes

Capítulo II

De los derechos de supervivencia

Art. 26. Derecho a una vida digna.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una vida digna, que les permita disfrutar de las condiciones socioeconómicas necesarias para su desarrollo integral.

Este derecho incluye aquellas prestaciones que aseguren una alimentación nutritiva, equilibrada y suficiente, recreación y juego, acceso a los servicios de salud, a educación de calidad, vestuario adecuado, vivienda segura, higiénica y dotada de los servicios básicos.

Para el caso de los niños, niñas y adolescentes con discapacidades, el Estado y las instituciones que las atienden deberán garantizar las condiciones, ayudas técnicas y eliminación de barreras arquitectónicas para la comunicación y transporte.

Art. 27. Derecho a la salud.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud física, mental, psicológica y sexual.

Art. 32. Derecho a un medio ambiente sano.- Todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a vivir en un ambiente sano, ecológicamente equilibrado y libre de contaminación, que garantice su salud, seguridad alimentaria y desarrollo integral.

El Gobierno Central y los gobiernos seccionales establecerán políticas claras y precisas para la conservación del medio ambiente y el ecosistema.

Capítulo III

Derechos relacionados con el desarrollo

Art. 37. Derecho a la educación.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad. Este derecho demanda de un sistema educativo que:

1. Garantice el acceso y permanencia de todo niño y niña a la educación básica, así como del adolescente hasta el bachillerato o su equivalente;
2. Respete las culturas y especificidades de cada región y lugar;
3. Contemple propuestas educacionales flexibles y alternativas para atender las necesidades de todos los niños, niñas y adolescentes, con prioridad de quienes tienen discapacidad, trabajan o viven una situación que requiera mayores oportunidades para aprender;
4. Garantice que los niños, niñas y adolescentes cuenten con docentes, materiales didácticos, laboratorios, locales, instalaciones y recursos adecuados y gocen de un ambiente favorable para el aprendizaje. Este derecho incluye el acceso efectivo a la educación inicial de cero a cinco años, y por lo tanto se desarrollarán programas y proyectos flexibles y abiertos, adecuados a las necesidades culturales de los educandos; y,

5. Que respete las convicciones éticas, morales y religiosas de los padres y de los mismos niños, niñas y adolescentes.

La educación pública es laica en todos sus niveles, obligatoria hasta el décimo año de educación básica y gratuita hasta el bachillerato o su equivalencia.

El Estado y los organismos pertinentes asegurarán que los planteles educativos ofrezcan servicios con equidad, calidad y oportunidad y que se garantice también el derecho de los progenitores a elegir la educación que más convenga a sus hijos y a sus hijas.

Art. 38. Objetivos de los programas de educación.- La educación básica y media asegurarán los conocimientos, valores y actitudes indispensables para:

- a) Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño, niña y adolescente hasta su máximo potencial, en un entorno lúdico y afectivo;
- b) Promover y practicar la paz, el respeto a los derechos humanos y libertades fundamentales, la no discriminación, la tolerancia, la valoración de las diversidades, la participación, el diálogo, la autonomía y la cooperación;
- c) Ejercitar, defender, promover y difundir los derechos de la niñez y adolescencia;
- d) Prepararlo para ejercer una ciudadanía responsable, en una sociedad libre, democrática y solidaria;
- e) Orientarlo sobre la función y responsabilidad de la familia, la equidad de sus relaciones internas, la paternidad y maternidad responsable y la conservación de la salud;

f) Fortalecer el respeto a sus progenitores y maestros, a su propia identidad cultural, su idioma, sus valores, a los valores nacionales y a los de otros pueblos y culturas;

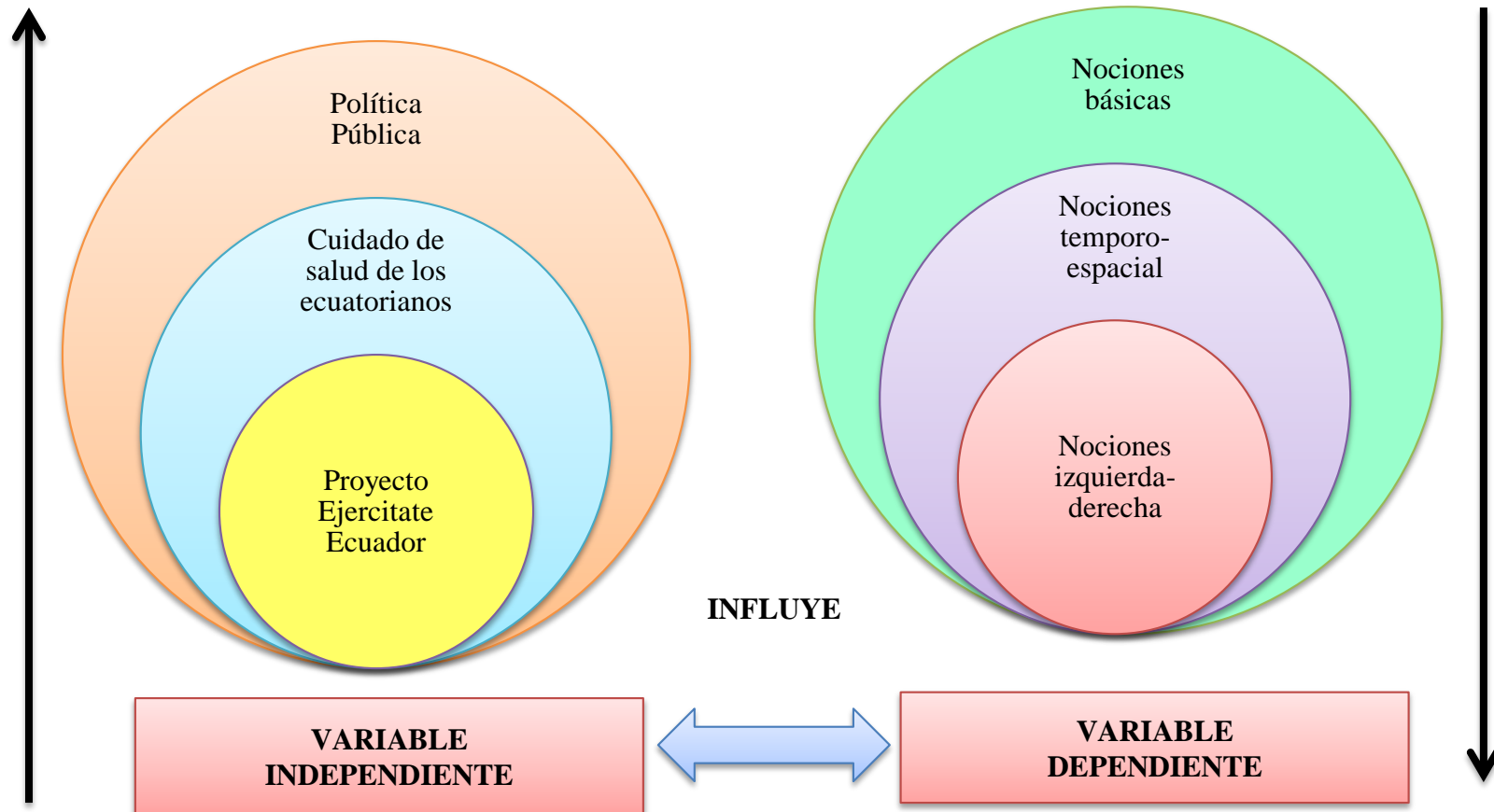
g) Desarrollar un pensamiento autónomo, crítico y creativo;

h) La capacitación para un trabajo productivo y para el manejo de conocimientos científicos y técnicos; e,

i) El respeto al medio ambiente.

2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

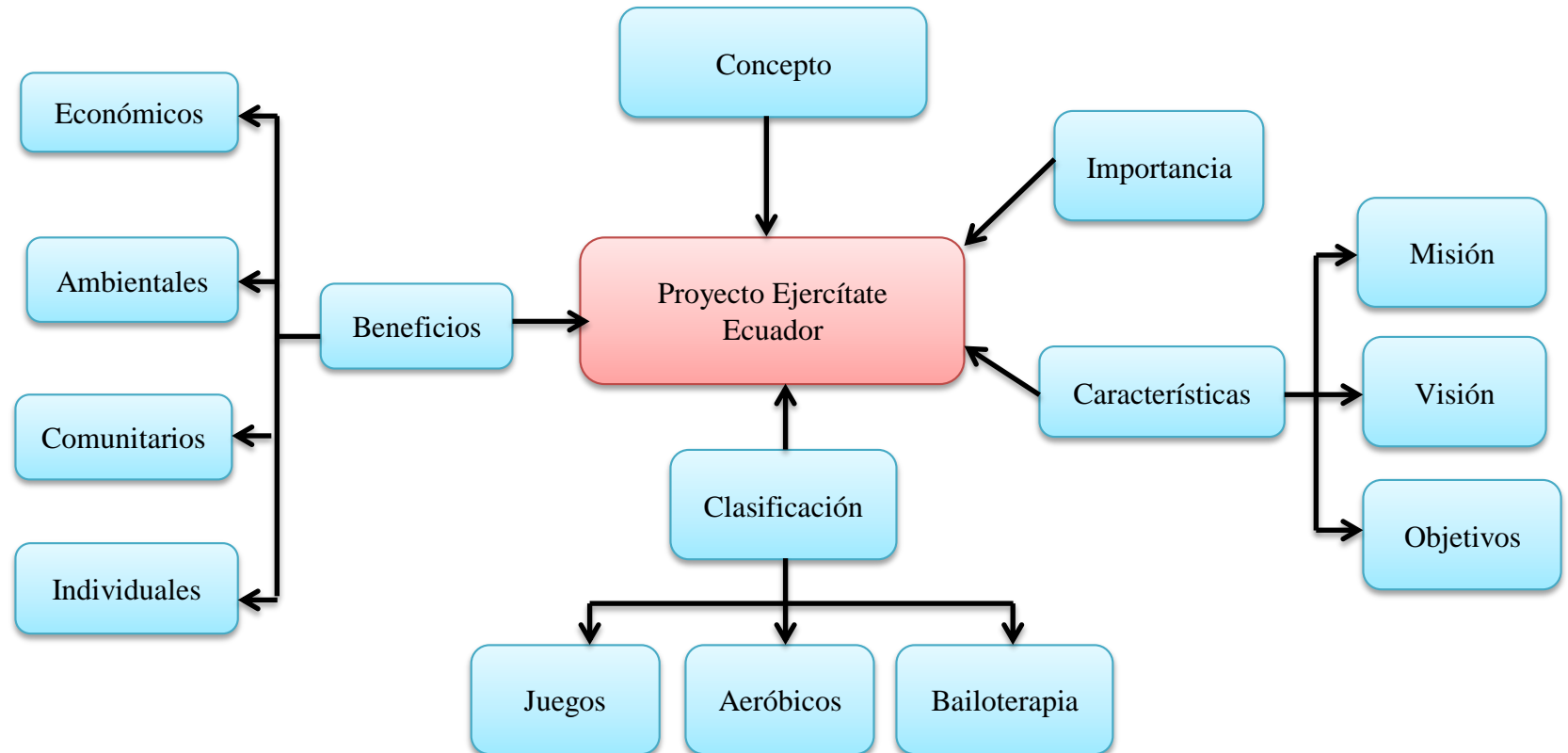
Gráfico N° 2 Categorías fundamentales



Fuente: Investigación bibliográfica
Elaborado por: Ruth Bustos

2.4.1 CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

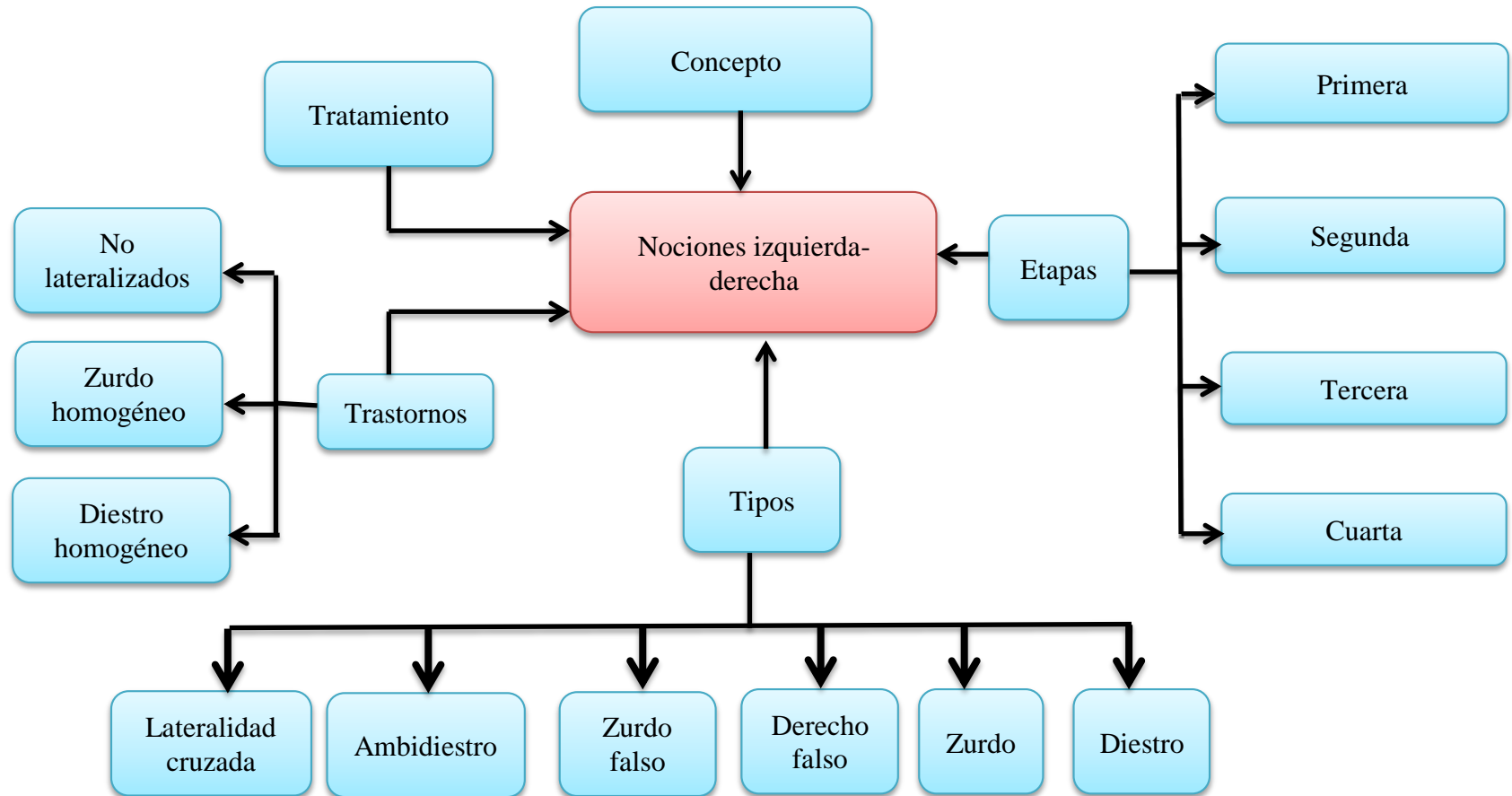
Gráfico N° 3 Constelación de ideas de la variable independiente



Fuente: Investigación bibliográfica
Elaborado por: Ruth Bustos

2.4.2 CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

Gráfico N° 4 Constelación de ideas de la variable dependiente



Fuente: Investigación bibliográfica
Elaborado por: Ruth Bustos

Variable Independiente

Proyecto Ejercítate Ecuador

El Ministerio del Deporte del Ecuador ha creado el Proyecto Ejercítate Ecuador, el cual tiene como principal objetivo el promover la práctica de la actividad física para superar los problemas derivados del sedentarismo y mal uso del tiempo libre. Esta es una actividad que se está llevando a cabo en las 24 provincias del país. Los beneficiarios son las personas de todas las edades, desde personas de la tercera edad hasta los niños y niñas desde los tres años que forman parte de la Educación Inicial.

Según datos de la Organización Mundial de Salud (OMS), un 6% de las muertes mundiales son atribuidas a la inactividad física, además es la principal causa de aproximadamente un 21-25% de los cánceres de colon y mama, un 27% de los casos de diabetes y un 30% de los casos de cardiopatía isquémica.

Para llevar un estilo de vida bueno y encaminado a la actividad física evitando todas aquellas actividades sedentarias, por ello lo recomendable que de 5 a 17 años realice al menos 60 minutos de actividad física moderada o vigorosa; de 18 a 64 años como mínimo 150 minutos semanales de actividad física de intensidad moderada, mientras que los ancianos con escasa movilidad deben realizar actividades físicas para mejorar el equilibrio y evitar las caídas, al menos 3 días por semana. Rocha, M (2014)

Como ejemplos de actividad física esta caminar a paso ligero, bailar, realizar las tareas domésticas, andar en bicicleta y nadar.

Rocha, M (2014) manifiesta “Esta es la mejor oportunidad para que las familias ocupen su tiempo libre y puedan mejorar su salud. Estamos comprometidos con Ecuador Ejercítate”, indicó el Gral. Presidente de la Federación Deportiva Policial Ecuatoriana (FEDEPOE), entidad ejecutora del proyecto para Pichincha.

Importancia

Este proyecto fue creado para el disfrute de toda la ciudadanía a través de programaciones diarias que se basan en bailoterapia y aeróbicos, las mismas que pueden ser ejecutadas en la mañana o en la noche. Esta rutina de ejercicios está destinada para adultos mayores, personas con discapacidad, mujeres embarazadas. (Rocha 2014)

“La actividad física está presente en el ejercicio físico, en el deporte, en la danza, en el trabajo físico y en muchas actividades de ocio. Es uno de los factores determinantes del envejecimiento activo e interactúa positivamente con otros factores que determinan nuestra salud y nuestra calidad de vida”. (Gonzales, A. pág. 33)

Este proyecto actualmente sigue en vigencia ya que se ha obtenido la acogida de los ecuatorianos, y se ha evidenciado grandes cambios a nivel biopsicosocial, lo que es un aspecto positivo y deja en alto el nombre del Ecuador por realizar estas actividades en beneficio de la comunidad ecuatoriana el cual está al alcance de todos.

Características

Este proyecto posee características específicas encaminadas a lograr los objetivos planteados de una manera asertiva con la aplicación adecuada para la cual fue creado el mismo.

Misión

“El Ministerio es el organismo rector de la Actividad Física y el Deporte que define las políticas, los objetivos y las estrategias del sector, como generador del buen vivir” (Ministerio del Deporte 2014 pág. 1)

Esta misión fue creada pensando en el bienestar de la comunidad ecuatoriana para promover la actividad física en todas las edades, desde los adultos mayores hasta los niños y niñas desde los tres años de edad, con esto se plantea erradicar los altos índices

de sedentarismo existentes en el país, de esta forma se crearan hábitos apropiados para el bienestar integral de las personas.

Visión

Es una Institución líder en el campo de la cultura física y el movimiento; reguladora del deporte, la educación física y la recreación; comprometida con el desarrollo integral del ser humano, que cuente con una administración transparente que demuestre eficiencia y eficacia en las acciones. (Ministerio del Deporte 2014 pág. 1)

Este proyecto tiene una perspectiva alta en la cual se plantea una visión amplia el cual se ira fortaleciendo con el pasar de los días, todo encaminado al bienestar de las personas que habitan en el país.

Objetivos

- Establecer los lineamientos para la aplicación de la práctica deportiva que permita el perfeccionamiento de los fundamentos técnicos, tácticos y psicológicos para cada deporte.
- Involucrar a la población en la práctica de la actividad física para lograr la detección de talentos deportivos.
- Desarrollar la Actividad Física y el Deporte en el país, propiciando el mejoramiento de la calidad de vida y educación, especialmente de los grupos más vulnerables, optimizando los recursos del Estado, de autogestión y otros.
- Fomentar la práctica de la Actividad Física y el Deporte como componente de la formación integral, para conseguir ciudadanos críticos, solidarios desarrollando los valores cívicos y morales para consolidar la democracia.
- Favorecer la práctica deportiva para conseguir la formación sistemática acorde a planes de enseñanza dirigida, que conduzca a la ejecución del movimiento adecuado para la competencia.
- Lograr que la práctica de la actividad física y el deporte responda al desarrollo nacional e internacional de acuerdo a la realidad socio-económico-político y cultural del país.
- Incentivar a la toma de conciencia sobre la importancia que tiene la Actividad Física y el Deporte para el desarrollo de los diferentes grupos sociales.
- Fomentar el movimiento recreativo en el país para la utilización adecuada del tiempo libre.
- Fomentar el acceso a espacios adecuados para el desarrollo de la actividad física y el deporte.
- Garantizar la atención médica especializada en medicina del deporte a deportistas.
- Impulsar la investigación científica y de las ciencias aplicadas al deporte. (Ministerio del Deporte 2014 pág. 3)

En cada uno de los objetivos se pretende una finalidad para ellos fueron creadas diversas actividades de baile, aeróbicos y juegos apropiados fortalecer la flexibilidad muscular, eliminar las tensiones, incluso se la puede considerar como una terapia de relajación y control de estrés.

Clasificación

Existe un sin número de actividades físicas que se puede realizar a diario, el proyecto está basado en la bailoterapia, aeróbicos y juegos los cuales fueron creados para todas las edades ya sean hombres y mujeres. Todas las personas deben tener una rutina de ejercicios aunque esta sea lo más básica posible, su importancia radica en que con el ejercicio es un factor fundamental para mantener, mejorar y conservar la salud, a través de la cual se previene un sinfín de enfermedades y otras complicaciones.

A continuación detallaremos aspectos básicos y necesarios a saber de la bailo terapia, aeróbicos y juegos.

Bailoterapia

“Es la energía del baile para mejorar la salud que ha servido de base para crear una nueva forma de actividad física que ha adoptado nuestra sociedad, existe gran afluencia de personas que acuden a centros de bailoterapia, parques, y gimnasios en los cuales se imparten estas clases, para liberarse del estrés, olvidarse de los problemas, y mejorar su figura”. (Tenesaca, M. pág. 1)

Esta es una tendencia que en los últimos años ha tomado gran auge ya que el bailar estimula positivamente a la persona que está realizando esta actividad, esta disciplina ha incorporado la mezcla de ritmos y géneros de música bailables a través de los cuales se crean coreografías poniendo en ejecución los pasos básicos de cada una de los ritmos, estos se los adapta de acuerdo al ambiente en donde se los vaya a realizar.

Es la combinación de música y movimiento a través del baile de diferentes ritmos, estimulando el flujo de energía en forma armoniosa y controlada. La música actúa como un detonante de los más variados sentimientos atenuando los momentos de estrés, soledad y ansiedad.

Según Hernández, L. (2012) pág. 60: "La bailoterapia consiste en hacer ejercicios llevados al baile, lo que te permite relajarte, disfrutar de la música, compartir, aprender, hacer bastante ejercicio cardiovascular o, en los más mayores, trabajar la mente contra el mal de Alzheimer"

La bailoterapia es un dialogo entre la música y el cuerpo que favorece la estabilidad emocional al elevar la producción de endorfinas, las cuales generan una sensación de placer y alegría con un impacto directo en los niveles de autoestima y motivación.

Al analizar los términos baile y bailoterapia se puede decir que son diferentes. Con el baile se aprende pasos de música que son nuevos y que tiene una complejidad alta con el cual se puede tonificar y se adquiere una agilidad del cuerpo, en cambio la bailoterapia se establece un proceso basado en la diversión, espontaneidad y risa de una manera informal.

Las clases de bailoterapia son diferentes en cada sesión, al igual que no tiene un género particular de música en esta se practican desde ritmos movidos como el reggaetón, salsa, merengue, cumbia hasta ritmos románticos como la bachata y el ballenato; incluso se incorpora ritmos extranjeros como la samba, el ashe, la quebradita e incluso la música electrónica.

Existen un sin número de beneficios de la práctica de la bailoterapia ya que se aplica en personas de la tercera edad y niños, niñas que forman parte de la Educación Inicial entre los más relevantes detallismos a continuación los siguientes:

- En los músculos: Los Tonifica, reduce la tensión, principalmente en hombros cuello y espalda.
- En los pulmones: aumenta la capacidad de respiración.
- En los vasos sanguíneos: baja y estabiliza la presión arterial.
- En el corazón; incrementa los tejidos, la cual permite que las células del cuerpo estén abastecidas con mayor cantidad de oxígeno y sangre rica en nutrientes.
- En las glándulas suprarrenales: aumenta la producción de anticuerpos y células que nos defienden de enfermedades como el cáncer entre otras.
- En el cerebro: mejora el balance químico segregado Beta-endorfinas, sustancia que protege al sistema inmunológico, produciendo una sensación de paz y bienestar. Según Hernández, L. (2012) pág. 63

La bailoterapia incrementa los niveles de motivación en todas las personas que están disfrutando de la música y ejecutando los movimientos, ya que adicionalmente con esto se cubre una gran parte de la necesidad de ejercitarse de una manera abierta, divertida, espontánea y variada, acompañada con esto se aprende varios estilos de los diferentes ritmos que se encuentran en fiestas, bailes, entre otros.

“La bailoterapia obliga a la ejercitación de todas las partes del cuerpo en movimientos aeróbicos, favoreciendo las actividades cardiacas, respiratorias y estimulando el incremento del metabolismo. La practica continua de esta disciplina garantiza el mantenimiento del peso adecuado, fortaleciendo el desarrollo de la masa muscular y reduciendo las células adiposas que dificultan la efectividad de hormonas vitales como la insulina. Los beneficios para la salud son evidentes agregando un valor adicional importante al generar un buen estado de ánimo que se traduce en personas orientadas al éxito, motivadas positivas y alegres” (Córdova, J. 2014 pág. 42-43)

A nivel de todo el Ecuador existen varias personas hombres, mujeres, niños y niñas que no realizan actividad física, al iniciar las sesiones de bailoterapia les cuesta mucho llevar el ritmo y la coordinación convirtiéndose en un reto, ya que cada clase es un aprendizaje diferente acompañado de mucho ejercitamiento. Para poder obtener todos los beneficios que trae consigo la práctica de la bailoterapia es necesario poner todo el interés y la predisposición.

Los instructores quienes llevan al grupo son personas calificadas con un título de tercer nivel en Cultura Física o materias a fines, el mismo que exige concentración y un

esfuerzo físico que combina destreza con agilidad de movimientos. Una vez que se logre seguir el ritmo del instructor así como realizar los pasos al ritmo de la música con fluidez producirá en los ejecutores una sensación de logro por haber alcanzado la meta.

Esta tipo de actividad física eleva el autoestima afirma Córdova, J. 2014

“Durante una sesión de bailoterapia se alcanza una meta con cada canción, la sensación de logro multiplica en un mismo día, eleva inevitablemente la autoestima y se queda con la persona. Tener una alta autoestima y alimentarla continuamente, es el mejor motor para ser individuos con una vida sin límites, plena, llena de realizaciones, sin miedo a los obstáculos” (pág. 48)

Como un último aspecto sobre la importancia de la bailoterapia se puede mencionar que esta actividad estimula las funciones cerebrales a través de la combinación de movimientos de varias partes del cuerpo al mismo tiempo en movimientos sincronizados. Esto obliga al participante a fortalecer sus niveles de concentración favoreciendo la memoria, cuya respuesta normalmente empieza a debilitarse después de cierta edad, siendo este tipo de ejercicios una de las formas de extender el periodo de deterioro inevitable producido por el paso de los años.

Aeróbicos

La importancia que tiene la práctica constante de actividades aeróbicas. Esta práctica actúa como factor reparador e inmunológico contra casi todos los factores de riesgo para la salud de la civilización actual.

“El ejercicio aeróbico se basa en el desarrollo de actividades con menor intensidad que las realizadas en el ejercicio anaeróbico, pero durante periodos de tiempo más largos (andar, correr, nadar y montar en bicicleta), con el objetivo de conseguir mayor resistencia. Para obtener la energía necesaria para realizar estas actividades, es preciso quemar hidratos y grasas, y para ello se necesita oxígeno. Las personas que quieren adelgazar suelen realizar este tipo de ejercicio porque quema grasa y, además, al utilizar mucho oxígeno, incrementa la capacidad pulmonar y es beneficioso para el sistema cardiovascular” (Grijalva, M. 2013 pág. 20-22)

La práctica de los aeróbicos no solo se los hace por competencia, más bien es considerado una actividad para fomentar la distracción, dejando por unos minutos todas aquellas complicaciones y problemas que a diario se atraviesa, mejorando condición física cardiovascular, mantener nuestro organismo dentro de los parámetros saludables.

Hay que tener en mente que el hacer aeróbicos mejorar el estilo de vida, lo ideal sería que la comisión física estuviera acompañada de un nivel psíquico alto como consecuencia favorecerá a las personas a obtener una mayor y mejor capacidad para afrontar nuestras labores cotidianas.

Características

La característica principal del entrenamiento aeróbico reside en mantener una actividad durante cierto tiempo a una cierta intensidad, determinada para cada individuo y objetivo en particular. Avellaneda, F. (2013) refiere “entre las Actividades Aeróbicas se encuentran: caminar, correr, andar en bicicleta, nadar, saltar, bailar, etc.” (pág. 1). También ha realizado una clasificación de los tipos de aeróbicos que a continuación se detalla.

Tipos de ejercicios aeróbicos

Los ejercicios aeróbicos se categorizan generalmente como de alto o bajo impacto:

Los ejercicios de impacto bajo a moderado: se los considera aquellas actividades físicas que no complejidad, la mayoría de estas las ejecutamos a diario. Estas pueden ser: caminar, nadar, subir una escalera, remar, esquiar, escalar. Todas las personas que tengan una buena salud pueden realizar cualquiera de las actividades mencionadas sin ningún inconveniente. Existen varias investigaciones que reflejan en los resultados obtenidos que caminar energéticamente por tres horas o más a la semana ayuda a

quemar las calorías y previene lesiones en los músculos y huesos, incluso reduce los riesgos de sufrir una enfermedad coronaria.

Ejercicios de alto impacto: son aquellas actividades físicas que involucran un grado de preparación así como conocer la adecuada ejecución de las mismas estas pueden ser: correr, bailar, jugar tenis, paddle, o squash. Los ejercicios de alto impacto se deben realizar de acuerdo a la condición física de cada persona, teniendo en cuenta el peso, la edad, así como también la condición física o sufran lesiones u otro tipo de problemas médicos para asignar las horas de práctica.

Para este tipo de actividad física Avellaneda, F. (2013) recomienda un mínimo de 20 minutos, con una frecuencia semanal de 3 sesiones en días alternos. Donde vale mucho destacar que la continuidad del ejercicio es un factor clave para el buen resultado (pág. 3). La autora también sostiene lo siguiente “La Intensidad podemos determinarla a través de la frecuencia cardíaca; donde lo recomendado es que se sitúe en la franja que va desde el 55% al 75% de la frecuencia cardíaca máxima de cada persona”.

En niños, niñas y en adultos mayores a los 65 años, las actividades aeróbicas inevitablemente deben ser supervisadas por un profesional de la actividad física.

Beneficios de los ejercicios aeróbicos:

- El entrenamiento aeróbico de baja intensidad facilita el aumento de enzimas desintegrantes de grasa (disminución del tejido adiposo).
- Descenso de la tensión arterial (tanto en reposo como en esfuerzo)
- Aumento de la capilarización y grosor de los vasos sanguíneos.
- Con solo 4 meses de ejercitación ininterrumpida detiene problemas arterioscleróticos (también puede reducir los mismos).
- Disminuye el riesgo coronario y previene esas enfermedades.
- Previene la osteoporosis y la decalcificación.
- Proveen mayor resistencia
- Mantiene al corazón latiendo de una forma constante y elevada, por un período extendido, aumentando los niveles de colesterol HDL ("bueno"), y ayudando a controlar la presión arterial.
- Fortalece los huesos en la espina dorsal.
- Ayudas a mantener un peso normal.

- Le brinda un sentido de bienestar general. Avellaneda, F. (2013)

Estos beneficios son importantes para llevar un estilo de vida saludable, dejando de lado todas aquellas actividades estáticas que conlleva graves repercusiones con el pasar del tiempo como son daños en la salud, deterioro emocional, y escaso control de las tensiones.

Regímenes Aeróbicos

González, E. (2012 pág. 58) afirma lo siguiente: “Tan sólo una hora semanal de ejercicios aeróbicos es muy provechoso, y tres a cuatro horas por semana, es lo óptimo. En general, los siguientes puntos son muy útiles para la mayoría de las personas”. Lo recomendable es realizar ejercicio físico a diario, con predisposición y perseverancia se desarrollara el hábito del ejercicio.

Para la mayoría de las personas adultas que no sufren de ninguna enfermedad lo recomendable es poner en práctica la rutina en donde se mezcla los ejercicios de bajo y alto impacto. Lo apropiado sería realizar dos entrenamientos semanales la cual contribuirá a mantener una buena estabilidad física.

“La gente que se encuentra fuera de forma, o los de mayor edad, deben comenzar un entrenamiento aeróbico gradual, con cerca de cinco a diez minutos de actividad aeróbica de bajo impacto cada día por medio, hasta llegar, finalmente, a los 30 minutos por día, tres a siete veces por semana (para prevenirse de las enfermedades cardíacas, la frecuencia de los ejercicios puede ser más importante que su duración.)”. González, E. (2012 pág. 59)

La natación es un ejercicio y al mismo tiempo es considerado un tipo de rehabilitación lo practica gente que posee ciertas limitaciones físicas, incluyendo a las mujeres embarazadas, las personas con problemas en sus músculos o huesos, y los que sufren de asma.

Algunas de las personas realizan aeróbicos para perder peso, lo recomendable es a realizar de seis a siete entrenamientos de ejercicios de bajo impacto a la semana. Una forma de “calibrar” la intensidad óptima de un ejercicio, es intentar caminar mientras habla, de modo tal que compruebe que su práctica le provoca bastante transpiración pero no le impide conversar con un amigo sin cortar la respiración. A medida que su estado físico aumente, menos problemas tendrá para hablar durante y después del ejercicio.

Juegos

El juego infantil se define como una actividad placentera, libre y espontánea, sin un fin determinado, pero de gran utilidad para el desarrollo del niño. Las connotaciones de placentera, libre y espontánea del juego son fundamentales y por tal razón debemos garantizarlas con nuestro acompañamiento inteligente.

La gran parte de las personas adultas que son padres de familia creen que el juego solo es una distracción que no requiere compromiso, sin notar que el juego es un proceso complejo que ayuda al crecimiento integral de todos los niños y niñas. Existen un sinnúmero de funciones que el juego cumple en la vida infantil de entre ellas mencionaremos las detalladas por Arango, A. (2010 pág. 67) que clasifica en educativa, física, emocional, social.

Educativa.- “El juego estimula el desarrollo intelectual de un niño permitiéndole hacer juicios sobre su conocimiento propio al solucionar problemas de esta manera aprende a estar atento a una actividad durante un tiempo” Arango, A. (2010 pág. 68). Este nivel contribuye con el desarrollo de la creatividad e inteligencia ya que se incrementan los niveles de curiosidad lo que hace que exploren y experimenten nuevas situaciones descubriéndose a sí mismos y el entorno por el cual están rodeados.

En este tipo de actividades es en donde se incrementa el sentimiento de realización, por ende están propensos a sufrir más accidentes y a cometer errores, esto será un

aprendizaje significativo y valioso para su vida motivándose a no rendirse y persistir en las cosas que desean alcanzar, y que un futuro no serán pequeñeces sino más bien situaciones de la vida real.

Física.- Los niños y niñas desarrollan la expresión a través de su cuerpo desarrollando tanto la motricidad gruesa como fina de una manera informal y espontánea; por ende controlan mejor sus movimientos al ejecutarlos. “El niño y la niña desarrollan habilidades motrices y aprenden a controlar su cuerpo. El juego provoca un desahogo de energía física, a la vez que le enseña a coordinar sus movimientos e intenciones para lograr los resultados deseados en el juego” Arango, A. (2010 pág. 68).

Emocional.- Dentro de este aspecto se podría considerar que esta es una actividad de escape aceptable y natural, en la que cada niño y niña puede expresar de muchas maneras ya sea esta verbal o no verbal la diferentes circunstancias que están atravesando. A través de la imaginación exploran todos los escenarios al mismo que interpretan roles pretendiendo ser otra cosa a lo que son en realidad.

“Permite a un niño desarrollar una actividad sin tener responsabilidades totales o limitaciones en sus acciones. Fomentando su personalidad e individualidad, ayudándolo a adquirir confianza y un sentido de independencia. Se le permite tomar sus propias decisiones y reglas sin que exista alguien más imponiéndose o reprimiéndolo” Arango, A. (2010 pág. 67)

Social.- En este ámbito el gracias al juego los niños y niñas van tomando conciencia del entorno cultural por el que se encuentran rodeados, de esta manera experimentan y comparten con a su personas que se encuentran a su alrededor. Además que el contacto con niños y niñas tanto de su misma edad como mayores o menores hará que se socialice con mayor facilidad y de menor manera tanto en la infancia con la edad adulta.

Funciona como un ensayo para experiencias venideras ya que él va entendiéndose el funcionamiento de la sociedad y de las acciones de los seres humanos, de esta manera aprende a cooperar y compartir con otras personas conociendo su ambiente. Asimismo aprende las reglas del juego limpio, así como a ganar y a perder. Arango, A. (2010 pág. 67)

Beneficios

Existen una serie de beneficios que obtenemos de la práctica de actividades físicas de cualquier índole que esta fuera. Para ello se la clasifico a los beneficios de la siguiente manera: individuales, comunitarios, ambientales y económicos.

Individuales

Esta es una nueva oportunidad que las personas experimentan ya que se relacionan con un grupo de personas, aprenden nuevas formas de utilizar su tiempo de manera óptima encaminando a llevar un estilo de vida satisfactoria al igual que productiva. También se desarrolló rutas o caminos para que experimenten placer y salud, utilizando un adecuado balance entre el ejercicio y la nutrición es decir la ingesta adecuada de alimentos.

A principios de esa década se detecta en Estados Unidos que la falta de ejercicio está involucrada, junto con otros hábitos malsanos, en la génesis de siete de las diez principales causas de muerte en ese país A partir de ese momento, comienzan a estudiarse sistemática y profundamente las relaciones del ejercicio no sólo con los trastornos que podríamos llamar de tipo médico, como las enfermedades cardiovasculares, la obesidad o el cáncer, sino también con los de carácter más psicológico, como la ansiedad, el estrés o la depresión. (Rodríguez, M. 1991 pág. 36)

A través de este tipo de actividades fortalece la autoestima, ya que esta actividades contribuye para eliminar el estrés que produce el trabajo y todas las actividades que a diario se realiza, cabe recalcar que un autoestima elevada se incrementa el sentimiento de autorrealización, creatividad y adaptabilidad, inducida en la práctica de valores así como también implementa pasos básicos apropiados para la resolución de conflictos al mismo tiempo que la toma de decisiones.

Muchas de las personas consideran que es una actividad de aventura y aprendizaje nuevo que ayuda para el desarrollo integral personal que va de la mano de trabajar con el bienestar y buena salud.

Comunitarios

Un aspecto importante de considerar aquí es el trabajo conjunto ya que es la reunión de varias personas que tienen un objetivo en común realizar la actividad física o incluso esta puede irse orientando como una actividad familiar para afianzar vínculos que muchas de las veces están deteriorados. Cabe recalcar que este vínculo también se lo refuerza con el medio que nos rodea vecindario, comunidades y la sociedad general.

Es aquí en donde intervienen la cooperación, respeto, tolerancia, perseverancia porque se tiene bien en claro que implementar este hábito en la vida cotidiana no es fácil, la mayoría de las personas se encuentran en un estado de confort del cual no quieren salir y mucho menos realizar cambios. Las que lo logran viven la satisfacción de practicar una actividad que es para sus beneficios que ha contribuido enormemente en su proyecto de vida.

Los niveles de inactividad física han aumentado en todo el mundo. A nivel mundial, aproximadamente el 31% de los adultos de 15 años y más no se mantenían suficientemente activos en 2008 (un 28% de los hombres y un 34% de mujeres). En los países de ingresos altos, el 41% de los hombres y el 48% de las mujeres no tenían un nivel suficiente de actividad física, en comparación con el 18% de los hombres y el 21% de las mujeres en los países de ingresos bajos. Los niveles bajos o decrecientes de actividad física suelen corresponderse con un producto interno bruto alto o en aumento. El descenso de la actividad física se debe parcialmente a la inacción durante el tiempo de ocio y al sedentarismo en el trabajo y en el hogar. Del mismo modo, un aumento del uso de modos «pasivos» de transporte también contribuye a la inactividad física. (Organización Mundial de Salud 2014 pág. 2)

Ambientales

Las actividades recreativas se las implementa en varios escenarios como por ejemplo en un salón, un parque, en una institución educativa entre otras, estos ambientes favorecen y estimulan la realización de las diversas actividades que se plantea al igual que interioriza la importancia del contacto con el medio ambiente.

El país Ecuador es caracterizado por su belleza natural y porque no aprovecharla de una manera adecuada lo que será incluso ejemplo para las generaciones venideras, y porque no utilizar estas estrategias como métodos a través de los cuales contrarrestar varios problemas sociales como la drogadicción, tabaquismos, alcoholismo por mencionar algunas.

Económicos

Al realizar actividad física de cualquier índole reduce todo lo que tiene que ver en el presupuesto de cada persona, ya que con esto se ahorran mucho dinero en citas médicas o tratamiento de enfermedades.

Nociones Izquierda-Derecha

Para tener un conocimiento claro de lo que implica este concepto analizaremos en primer lugar lo que son las nociones básicas la definiremos como aquellos conocimientos básicos que los niños y niñas a debe saber y que son indispensables para el aprendizaje, así como también el desarrollo de las destrezas y habilidades individuales.

La noción del espacio sólo se comprende en función de la construcción de los objetos, y sería necesario comenzar por describir ésta para comprender la primera: sólo el grado de objetivación que el niño atribuye a las cosas nos informa sobre el grado de exterioridad que acuerda el espacio. Este inicio cognoscitivo se enriquece conforme el niño crece y aprende acerca del espacio; lo hace a través de su cuerpo y de los desplazamientos que realiza, gateando comienza a reconocer las distancias y al sentarse y ponerse de pie es más capaz de captar las dimensiones, la perspectiva, la ubicación y el acomodo de los objetos y muebles. Entonces el concepto de espacio empieza a estar más cerca de cómo lo percibimos los adultos. Gómez, A. (2011 pág. 2)

Para Piaget, adquirir la noción espacial está intrínsecamente ligado a la adquisición del conocimiento de los objetos, y es a través del desplazamiento de éstos que el niño de meses empieza a desarrollarlo. El objeto está aquí y luego ahí, se mueve y cambia, se

aleja al igual que la mano que lo sostiene y ambos le muestran distancias, acomodados, desplazamientos y rotaciones, mientras desarrolla sus actividades de juego.

El niño, por su crecimiento tiene necesidad de seguridad y de apoyos físicos y humanos. Para poder ir afianzando sus sentimientos y emociones hay que proporcionarle lugares donde actúe libremente pero que sienta cerca la presencia del adulto cuando lo necesite; si el lugar donde camina el pequeño está repleto de cosas que no puede tocar, tales como figuras de cerámica, floreros, u objetos delicados, difícilmente tendrá la oportunidad de experimentar por sí mismo, tocarlos, sentirlos y explorarlos.

Ahora se complementara la información anterior mencionando que las nociones espaciales son la direccionalidad y lateralidad.

Direccionalidad es la habilidad que adquiere el niño para distinguir derecha de izquierda, arriba de abajo, adelante de atrás, y para evidenciar una orientación espacial satisfactoria.

Lateralidad desarrollar esta habilidad conduce al niño a un mayor o menor dominio de un lado del cuerpo sobre el otro, gracias a esto el estudiante establece la diferencia entre su lado izquierdo y su lado derecho; la lateralidad es muy importante en la estructuración del esquema corporal.

La lateralidad es un concepto muy nombrado cuando se habla de psicomotricidad y del desarrollo infantil y hace referencia al predominio de una parte del cuerpo, derecha o izquierda, sobre la otra, esto ocurre tanto a nivel general como por segmentos (manos, pies, ojos). Además es esencial una correcta afirmación de la misma para servir de punto de apoyo a la orientación del esquema corporal, es decir, que el niño en base a la interiorización de su dominio lateral sea capaz de situarse y orientarse en el medio a la vez que a los objetos que le rodean. Zapata, V. (2013 pág. 23)

Etapas

Existen siete etapas por las que atraviesan los infantes para el desarrollo de sus nociones izquierda- derecha las cuales serán detalladas a continuación:

Primera Etapa

Esta etapa comprende de cero meses a dos años de edad, es considerada también como la etapa maternal.

El niño realiza movimientos bilaterales, es decir, lo que hace con una mano repercute en la otra. Su cuerpo reacciona globalmente.

El pequeño acomoda la mirada a los movimientos y empieza a tener una percepción del espacio y de cómo las cosas cambian de lugar. Por ejemplo, a los 8 ó 9 meses es capaz de recordar un objeto que le escondieron detrás de una pantalla y de buscarlo, lo que muestra que concibe ya dos lugares: en el que percibió el objeto que ya no está y el lugar donde está ahora el objeto que no ve, eso significa que el pequeño tiene una noción mental de la constancia del objeto y es capaz de buscar, esconder y volver a encontrar en “otros lugares”.

Segunda Etapa: de 2 a 4 años

Van experimentando con una y otra mano, lo que le permite comparar resultados. Esto es extensible a todo el eje que va de cabeza a pies (visión, mano y pie de un mismo lado).

Para Craig, G. (2012 pág. 8) “El conocimiento de las relaciones espaciales se logra durante el período preescolar”. Lo anterior es lógico porque es la edad en la que aprende conceptos como: dentro, fuera, cerca, lejos, arriba, abajo, encima y debajo. Lo hace directamente de experiencias con el propio cuerpo, al oírlo de sus padres y hermanos, y en gran medida porque son conceptos que se enseñan propositivamente en la escuela.

Tercera Etapa: de 5 a 7 años

La noción de derecha e izquierda se tiene, pero con la relación al propio cuerpo. A partir de los ocho años el niño es capaz de comprenderlos desde el punto de vista de los otros y de los objetos.

Se preocupa fundamentalmente de lo que está aquí. El niño es focal, está interesado en el espacio que él ocupa en forma inmediata. Tiene escasa percepción de las relaciones geográficas, pero reconoce algunas señales específicas de lugares y le agrada dibujar caminos en mapas sencillos.

Puede cruzar las calles del barrio en el que vive y le gusta ir a cumplir encargos a la tienda próxima. Su interés por lugares más distantes depende de sus asociaciones personales con esos lugares. A esta edad el espacio sufre un definido proceso de expansión con respecto al año anterior. Ahora el niño quiere saber no sólo de lugares específicos, sino las relaciones entre la casa, la vecindad y la comunidad, incluyendo la escuela. Es muy probable, aunque no hay estudios realizados con niños mexicanos actuales, que este último punto se dé en años previos, precisamente cuando el pequeño comienza a ir al colegio e incluso antes, si el niño asiste a una guardería, es entonces cuando este proceso expansivo y relacional, que menciona Gesell, se dé al tener necesidad de reconocer y ubicarse en varios espacios. Valverde, J. (2012 pág. 56)

Cuarta Etapa

De los 7 a 11 años elaboración definitiva del esquema corporal. Relajación global. Transportación del conocimiento de sí al conocimiento de los demás. La Educación del Esquema Corporal es elaborada a partir de conocimiento del propio cuerpo. Desarrollo de las capacidades perceptivo-motoras. Desarrollo de lateralidad.

Sus conceptos espaciales, como tantos otros, están relativamente poco diferenciados, aprende a distinguir su mano derecha y la izquierda, y aunque ya usa cada una para determinadas acciones, no puede diferenciarlas en otra persona.

Le gusta recorrer una y otra vez el barrio donde vive. Conoce los nombres de ciertas calles de la vecindad y la ubicación de algunos puntos de interés como la dulcería, el cine, o la casa de sus amigos. Puede incluso tener tanta conciencia de las relaciones espaciales que teme perderse si no va por un camino específico conocido.

Los tipos de lateralidad

Existen varios tipos de lateralidad entre ellos mencionaremos los siguientes:

Diestro

Predominio cerebral izquierdo. La parte derecha del cuerpo es la que se usa con preferencia.

Zurdo

Nos encontramos en el caso totalmente opuesto, ahora el manejo del cuerpo es el del lado izquierdo, pero el predominio cerebral es el lado derecho.

Derecho Falso

Se da sobre todo en personas que siendo zurdas se les obligó a utilizar el lado derecho.

Zurdo Falso

Suele ser producto de algún impedimento temporal de importancia o total. La zurdería es consecuencia de motivos ajenos al individuo.

Ambidestro

Son casos atípicos, pues se muestran zurdos para algunas actividades y/o segmentos corporales, siendo diestros en otros aspectos.

Lateralidad Cruzada

Propia de los que presentan un predominio lateral diestro en unos miembros y zurdos en los otros.

La identificación del dominio lateral de un alumno es muy importante desde el inicio de la escolarización. Por lateralidad tenemos en cuenta no sólo la mano, sino todo el cuerpo, el pie y el ojo son importantes para detectar qué parte del cuerpo utiliza más.

Los expertos en temas de lateralidad establecen que un alumno no establece la lateralidad definitiva hasta el primer ciclo de primaria, pero ya en infantil se hace necesario identificar a los niños para ayudarles en la colocación de las mesas, siempre a la izquierda y para que reciban la luz directamente y no les tape el papel.

La mayoría de los seres humanos son diestros. También la mayoría muestra un predominio del lado derecho. Es decir, que se si se ven obligados a elegir prefieren emplear el ojo, o pie o el oído derecho. La causa (o causas) de la lateralidad no comprenden del todo, pero se piensa que el hemisferio cerebral izquierdo controla el lado contrario del cuerpo y el hemisferio izquierdo resulta ser el predominante. Ello es así en un 90-92% de los seres humanos porque el hemisferio cerebral izquierdo es el encargado del lenguaje. Escobar, N. (2012 pág. 104)

En todas las comunidades humanas los individuos son mayoritariamente diestros. Esa tendencia puede tener su origen biológico tanto como ser el resultado de un refuerzo cultural. El predominio del lado derecho como un contenido cultural. El predominio del lado derecho como un contenido cultural puede constatarse tras un somero análisis

de los idiomas. En castellano la palabra “siniestra” (del latín siniestra, a la izquierda) además de significar “mano izquierda“, se emplea también con significados peyorativos y negativos (pues describe aquello que es avieso, malintencionado o infeliz, o bien aquel daño que pudiera ser indemnizado por una compañía de seguros).

Trastornos

Diestro Homogéneo

Hablamos de lateralidad homogénea cuando mano, pie, ojo y oído ofrecen una dominancia en el mismo lado ya sea en el lado derecho (diestro) o izquierdo (zurdo). Estamos ante una lateralidad cruzada cuando existe una lateralidad distinta de la manual para pies, ojos u oídos (por ejemplo mano derecha dominante con dominio del ojo izquierdo). En estos casos también se habla de “asimetría funcional”.

La lateralidad cruzada mano-ojo, ha sido una de las más estudiadas y con frecuencia es sinónimo de problemas en el aprendizaje, en especial en los procesos de lectura y escritura. Lateralidad homogénea, dominante idéntica en los tres niveles: el ojo dominante será el que permanezca abierto cuando pedimos al niño que cierre un ojo. La mano dominante queda arriba si le decimos que coloque los puños cerrados uno sobre otro. El pie dominante es el que escoge para saltar "a la pata coja". Álvarez, K. (2011 pag. 234)

Zurdo Homogéneo

La lateralidad homogénea, derecha o izquierda, no plantea problemas, aunque el ser zurdo complique ciertas actividades; los zurdos homogéneos son capaces, con su lado dominante, de ejecuciones de igual calidad que los diestros, lo cual no excluye, aún en ausencia de presión escolar o familiar, que el niño viva conflictualmente su trastorno, basta para comprenderlos con pensar que, en el lenguaje de la calle, zurdo es sinónimo de torpe. “Si el niño desea escribir con la derecha, se le reeducará en tal sentido, de lo contrario se estimula el empleo de la izquierda siendo necesarios únicamente algunos consejos referentes a método y estilo”, menciona Álvarez, K. (2011 pag. 234)

No Lateralizados

La lateralidad no homogénea, no coincide con la dominancia en los tres niveles explorados. Una lateralización tardía o insuficiente, acompañada de una mala integración del esquema corporal y la organización espacial no solo repercute sobre las actividades precisas y fijas como la escritura, sino también sobre la motricidad en general. Se dejará al niño utilizar la mano que prefiera hasta que empiece a escribir, entonces se estimulará el empleo de la derecha, salvo que exista una patente diferencia en la habilidad a favor de la izquierda.

Si el trastorno de lateralización se debe a una lesión orgánica, como es el caso de los niños hemipléjicos, habrá que favorecer siempre la utilización del lado ileso. “Si aparecen dificultades motrices (disgrafía) se hace necesaria la reeducación grafomotriz y psicomotriz centrada en el dominio y posesión de un buen tono muscular y que incluya una acción a nivel del esquema corporal y de la integración espaciotemporal”
Álvarez, K. (2011 pag. 234)

Al lado de los casos anteriores nos podemos encontrar con los llamados "falsos zurdos", chicos lateralizados a la derecha pero que se sirven fundamentalmente de la mano izquierda en base a una elección neurótica, bien por identificación con algún familiar zurdo, bien por oposición al medio. Son candidatos a psicoterapia, además de su reeducación psicomotriz, con el fin de que tomen conciencia de su elección patológica y de su habilidad con la mano derecha.

Tratamiento

La lateralización se encuentra netamente establecida en la mayoría de los niños hacia los tres o cuatro años, a esta edad encontramos: Más de un 50% de esa población es diestra homogénea, menos del 10% son zurdos homogéneos, el 40% de los niños aún no están lateralizados, de ellos, aproximadamente la mitad presentarán a los seis-siete años un trastorno de lateralización. Álvarez, K. (2011 pág. 234)

Los padres suelen preocuparse y llevar a consulta a su hijo zurdo en el momento en que éste se inicia en la lectura y la escritura.

Sigue siendo muy controvertida la idoneidad de la intervención sobre la lateralidad a efectos de corregir ciertas irregularidades. Hay autores que defienden la intervención temprana para evitar los posibles efectos posteriores sobre el aprendizaje y otros, por su parte, minimizan las consecuencias y defienden el desarrollo natural del proceso limitando la intervención a potenciar en el niño las dominancias establecidas.

Cada niño es un caso diferente con sus propias peculiaridades y no podemos generalizar en cuanto a la necesidad de intervenir.

En todo caso, el paso previo para cualquier intervención requiere de una correcta evaluación psicomotriz, de estudiar la historia evolutiva del niño, el conocimiento de la existencia de posibles trastornos orgánicos o secuelas de accidentes y también de los resultados del examen oftalmológico.

La mala lateralidad puede manifestarse de diferentes formas siendo la más corriente la que suele denominarse como cruce lateral simple en el que el niño utiliza habitualmente su ojo dominante y escribe con la mano subdominante, es decir, es el caso de niños diestros de pie y mano pero con dominancia en el ojo izquierdo o a la inversa.

En estos casos se aconseja que, si se decide la corrección de la lateralidad, actuar sobre el cambio de la dominancia de la mano antes que con la del ojo. Esto se justifica dado que es menos complicado y actuamos a favor de la tendencia neuro-biológica del niño.

No hay que olvidar que la tendencia lateral induce una distribución de funciones entre los dos hemisferios y, por tanto, aplicar un programa en contra del diseño neurobiológico supone complicar bastante la red de conexiones interhemisféricas. Contrariamente, aplicar un programa a favor de esta tendencia simplifica el proceso y optimiza los resultados.

El tratamiento debe ser adaptado a cada niño teniendo en cuenta el origen y las dificultades que está ocasionando.

La terapia base es la reorganización neurofuncional, que nos permitirá reorganizar su sistema nervioso aprovechando las posibilidades de Neuroplasticidad del Sistema Nervioso. Con la maduración del Sistema Nervioso resolveremos todos los síntomas de la lateralidad cruzada antes descritos, las dificultades de atención, de organización espacio temporal, y sus problemas emocionales y de autoestima y, como consecuencia, sus dificultades escolares y emocionales. Álvarez, K. (2011 pág. 237)

En el caso de aplicarse un cambio de dominancia visual debe contarse con las directrices de un especialista en optometría que dirija el tratamiento.

Normalmente el tratamiento consiste en un programa de entrenamiento visual que implica la obturación del ojo que debe ceder la dominancia o el trabajo con filtro rojo. Las diferentes actividades que debe realizar el niño han de ser determinadas por el optometrista.

2.5 Hipótesis o Pregunta Directriz

2.5.1 Hipótesis General

HI

La aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador si influye en el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato

2.5.2 Hipótesis Particular

HO

La aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador no influye en el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato

2.6 Señalamiento de Variables

2.6.1 Variable Independiente:

La aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador

2.6.2 Variable dependiente:

Desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha

2.6.3 Termino de relación:

Influye

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 ENFOQUE

Esta investigación se desarrolla con el enfoque de análisis cualitativo por que el problema requiere de una investigación científica y externa por que es donde recolecta la información necesaria para dar cumplimiento a los objetivos planteados. Por el empleo del método cualitativo de observación la institución es beneficiada por la investigación de campo, haciendo trabajos de rendimiento, de los cuales se obtendrá resultados de los casos ara analizar cuantitativamente.

3.2 MODALIDADES DE LA INVESTIGACIÓN

3.2.1 Investigación de campo

Podríamos definirla diciendo que es el proceso que, utilizando el método científico, permite obtener nuevos conocimientos en el campo de la realidad social. (Investigación pura), o bien estudiar una situación para diagnosticar necesidades y problemas a efectos de aplicar los conocimientos con fines prácticos (investigación aplicada). Este tipo de investigación es también conocida como investigación in situ ya que se realiza en el propio sitio donde se encuentra el objeto de estudio. Ello permite el conocimiento más a fondo del investigador. (García, C. 2012 pág. 16)

Se realizó en el lugar de los hechos es decir se contrajo información de los acontecimientos suscitados del problema, la cual toma contacto con la realidad.

3.2.2 Investigación bibliográfica.

La adquisición u obtención del conocimiento, la fijación, organización y ampliación del mismo así como su transmisión, requieren de normas especiales, de una metodología que precise y eduque en pensamiento y la expresión, que los estimulen y

fortalezcan. Así pues, el método es un proceso lógico, surgido del raciocinio y de la inducción. (García, C. 2012 pág. 17)

Se utiliza porque nos permite sustentar información necesaria de fuentes bibliográficas: libros, periódicos, revistas, internet, etc., para cumplir con los objetivos propuestos.

3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN.

3.3.1 Investigación descriptiva

Se trata de describir las características más importantes de un determinado objeto de estudio con respecto a su aparición y comportamiento, o simplemente el investigador buscará describir las maneras o formas en que éste se parece o diferencia de él mismo en otra situación o contexto dado. Los estudios descriptivos también proporcionan información para el planteamiento de nuevas investigaciones y para desarrollar formas más adecuadas de enfrentarse a ellas. De esta aproximación, al igual que de la del estudio exploratorio, tampoco se pueden obtener conclusiones generales, ni explicaciones, sino más bien descripciones del comportamiento de un fenómeno dado. (Gómez, L. 2011 pág. 11)

La presente investigación es de carácter descriptivo ya que se describirá las características de actividades utilizadas por los niños y niñas mediante la observación, encuesta, registro de observación para obtener información sobre las estrategias de reconocimiento del cuerpo afianzado el conocimiento de lateralidad.

También encontraremos una asociación de variables porque se determinara en forma porcentual el comportamiento mayoritario de los involucrados en la estimulación de actividades físicas y recreativas en los niños y niñas.

3.3.2 Investigación Explicativa

Los estudios explicativos van más allá de la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos; están dirigidos a responder a las causas de los eventos sicosociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en explicar por qué ocurre y en qué condiciones se da este o porque dos o más variables se relacionan. (Gómez, L. 2011 pág. 11)

Se detectara el factor explicativo ya que están interviniendo en el escaso desarrollo del lenguaje de los niños y niñas, para esto utilizare las entrevista, encuesta, registro de observación en padres de familia, promotoras, niños y niñas.

3.3.3 Investigación Exploratoria

Intenta, en una primera aproximación, detectar variables, relaciones y condiciones en las que se da el fenómeno en el que está interesado. En otros términos, trata de encontrar indicadores que puedan servir para definir con mayor certeza un fenómeno o evento, desconocido o poco estudiado. Esta clase de investigación, que se lleva a cabo en relación con objetos de estudio para los cuales se cuenta con muy poca o nula información, no puede aportar, desde luego, conclusiones definitivas ni generalizables, pero sí permite definir más concretamente el problema de investigación, derivar hipótesis, conocer las variables relevantes. (Gómez, L. 2011 pág. 11)

Se realiza una generalización de los conocimientos tanto la teoría como la practica en donde se implementa métodos y técnicas de investigación en donde prevalecerán elementos, aspectos importantes correlacionados, también las relaciones básicas para obtener una visión general de los objetivos y procesos por los que está compuesto la investigación, así como también el efecto de la variable dependiente el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha.

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

La población está compuesta de 40 niñas y niños de 4 a 5 años de edad de la Unidad Educativa Rumiñahui y 2 docentes de la misma institución, los cuales fueron encuestados.

Cuadro N° 1 Población y muestra

POBLACIÓN	CANTIDAD	PORCENTAGE
NIÑAS Y NIÑOS	40	95%
DOCENTES	2	5%
TOTAL	42	100 %

Fuente: Investigación bibliográfica

Elaborado por: Ruth Bustos

Variable Dependiente: Nociones Izquierda Derecha

Cuadro N° 3 Operacionalización de la variable dependiente

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Desarrollar esta habilidad conduce al niño a un mayor o menor dominio de un lado del cuerpo sobre el otro, gracias a esto el estudiante establece la diferencia entre su lado izquierdo y su lado derecho; la lateralidad es muy importante en la estructuración del esquema corporal. (Jaramillo, M. 2014)	<p>Habilidad</p> <p>Lateralidad</p> <p>Estructuración del esquema corporal</p>	<p>Aptitud innata.</p> <p>Reconocimiento</p> <p>Cuerpo</p>	<p>¿Usted como docente realiza actividades en donde el niño adquiere habilidades para reconocer la noción izquierda-derecha?</p> <p>¿Usted como docente considera que los niños y niñas de 4 y 5 años de edad ya deben tener desarrollado la noción izquierda – derecha?</p> <p>¿Usted como docente considera que es importante realizar actividades físicas en la etapa escolar?</p> <p>¿El niño reconoce la noción izquierda-derecha?</p> <p>¿Usted como docente considera que es importante realizar actividades destinadas a la estructuración del esquema corporal en la jornada de clase?</p> <p>¿El niño identifica las partes del cuerpo?</p>	<p>Técnicas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encuesta • Entrevista

Fuente: Investigación bibliográfica

Elaborado por: Ruth Bustos

3.6 Técnicas e instrumentos

Para la investigación se aplicó herramientas acorde con el tema como es la encuesta que fue elaborada para las docentes y la ficha de observación para los niños y niñas con la que se pudo obtener la información requerida.

3.6.1 Encuesta

Esta es una técnica en la que se reunió toda la información de las docentes quienes son las personas que están en contacto diario con los niños y niñas, quienes detallaron aspectos importantes y necesarios para el sustento de la investigación. Esto se pudo lograr al haber aplicado una encuesta.

La encuesta estaba formulada por diez preguntas con opciones de respuesta cerradas para precisar los datos, este fue hecho en formato digital e impreso para mejor comodidad de las encuestadas. Las preguntas fueron planteadas lo más claramente posible en donde cada pregunta estaban direccionadas a la variable dependiente e independiente, mismas que fueron aplicadas a la muestra de estudio.

3.6.2 Observación

Esta técnica se la fue fundamental para la recolección de datos, en especial como los niños y niñas, ya que ellos a través del desarrollo de las actividades físicas pedidas, mismas que fueron realizadas por ellos se obtuvo información muy relevante para la investigación.

3.6.3 Ficha de observación

La ficha de observación se elaboró con la incorporación de actividades propias del desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha, así como también de aspectos relacionados con el proyecto Ejercítate Ecuador, la cual fue una herramienta utilizada por la investigadora basada en la aplicación de las actividades diseñadas y ejecutadas por los niños y niñas; mismas que fueron registradas en esta herramienta.

Con esta información se pudo recopilar una serie de rasgos necesarios e indispensables

3.6.4 Validez y confiabilidad

Los instrumentos aplicados para la recolección de información son válidos y confiables ya que se los elaboro con el asesoramiento de una persona especializada, cada una de las preguntas por las que está compuesto los instrumentos están relacionados con las variables de investigación.

También se presentó los instrumentos a la autoridad respectiva de la institución quien reviso sin hacer ningún cambio dio la aprobación de la aplicación de los mismos tanto a los niños y niñas como a las docentes de la Unidad Educativa “Rumiñahui”.

3.7 Plan para Recolección de la Información

Cuadro N° 4 Plan para recolección de información

Pregunta básica	Explicación
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación.
¿De qué personas?	De las niñas y niños
¿Sobre qué aspecto?	Proyecto Ejercítate Ecuador Desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha.
¿Quién lo va hacer?	La investigadora: Ruth Bustos
¿A quién?	A las niñas y niños de la Unidad Educativa Rumiñahui
¿Cuándo?	En el segundo quimestre del periodo académico 2014-2015
¿Dónde?	En la ciudad de Ambato
¿Cuántas veces?	Una vez

¿Qué técnicas de recolección de información?	Encuesta, ficha de observación.
¿Con que?	Encuesta, ficha de observación.

Fuente: Investigación bibliográfica

Elaborado por: Ruth Bustos

3.8 PLAN PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS

El proceso y análisis de datos se realizara de forma estadística la cual se redactara su respectiva interpretación de la gráfica, así como también la conclusión a la que se ha llegado al hacer el análisis de los porcentajes. Así se podrá demostrar la comprobación de la hipótesis.

3.9 PLANTEAMIENTO Y COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS

- Tabulación de cuadros estadísticos de acuerdo a las variables y sus hipótesis, para realizar el estudio estadístico la presentación y traficación de resultados.
- Presentación mediante una gráfica de los resultados obtenidos.
- En la presente investigación se utilizara barras para diferenciar de mejor manera los porcentajes calculados.
- Análisis de los resultados de acuerdo a las tabulaciones.
- Interpretación de los resultados obtenidos cotejándolos con las tabulaciones.
- Establecimiento y redacción de conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1.1 Encuesta a docentes

Pregunta N° 1: ¿Usted como docente realiza movimientos corporales durante las horas clases para promover la actividad física de los niños y niñas?

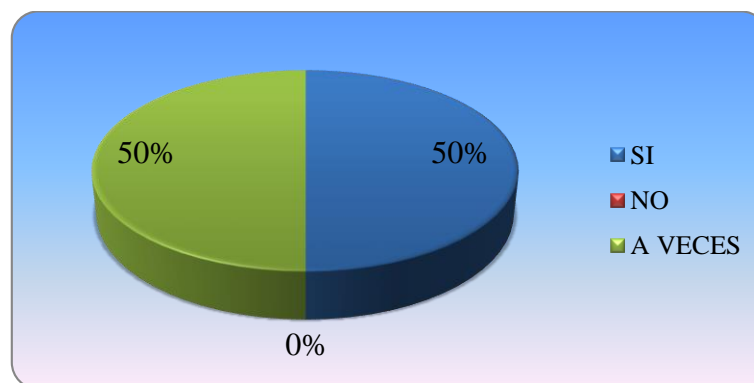
Cuadro N° 5 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 1

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	50%
NO	0	0%
A VECES	1	50%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 5 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 1



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Una docente encuestada que representa el 50% afirma que realizan movimientos corporales durante las horas de clase para promover la actividad física, mientras que una docente que representa el 50% responde a veces.

Interpretación.- Los movimientos corporales son una manera directa de incentivar a los niños y niñas en las horas clases realicen movimiento, ya que es una forma de desarrollar su lenguaje corporal, lo cual será una herramienta útil para la optimización de sus habilidades básicas.

Pregunta N° 2: ¿Usted como docente realiza actividades físicas en el tiempo libre?

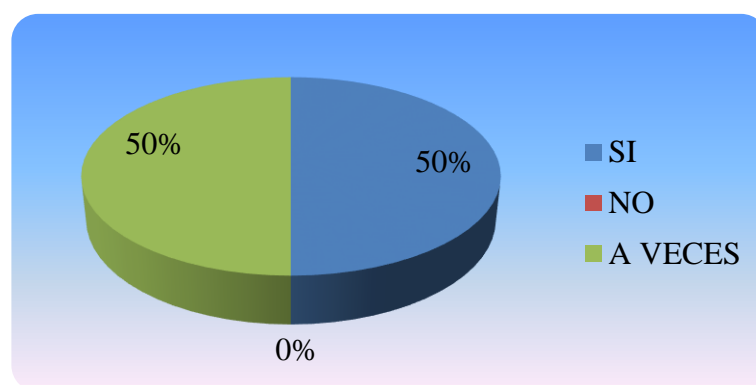
Cuadro N° 6 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 2

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	50%
NO	0	0%
A VECES	1	50%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 6 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 2



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Una docente encuestada que representa el 50% afirma que realiza actividad física en el tiempo libre, mientras que una docente que representa el 50% responde a veces.

Interpretación.- Las actividades físicas dentro y fuera del aula benefician de sobre manera para la liberación de todas aquellas energías negativas que por diferentes situaciones se acumulan y que son propias de la actividad laboral en la que las docentes se encuentran, por ende es también una herramienta para afianzar lazos entre docentes y estudiantes.

Pregunta N° 3: ¿Usted como docente incentiva a los niños y niñas a realizar actividad física?

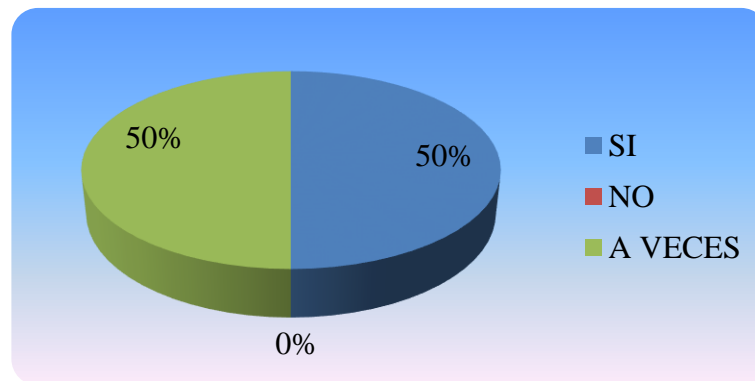
Cuadro N° 7 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 3

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	50%
NO	0	0%
A VECES	1	50%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 7 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 3



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Una docente encuestada que representa el 50% afirma que incentiva a los niños y niñas a realizar actividad física con sus estudiantes, mientras que una docente que representa el 50% responde a veces.

Interpretación.- Una estrategia metodológica que los docentes utilizan en algunas ocasiones es la implementación de actividades físicas lo cual incentiva y enriquece el autoestima y seguridad de los niños y niñas es decir aprende más y mejor cuando se mantienen en movimiento, es decir jugando, cantando, bailando de aquí parte la importancia de motivarlos y evitar así el sedentarismo.

Pregunta N° 4: ¿Usted como docente considera que es importante realizar actividades físicas en la etapa escolar?

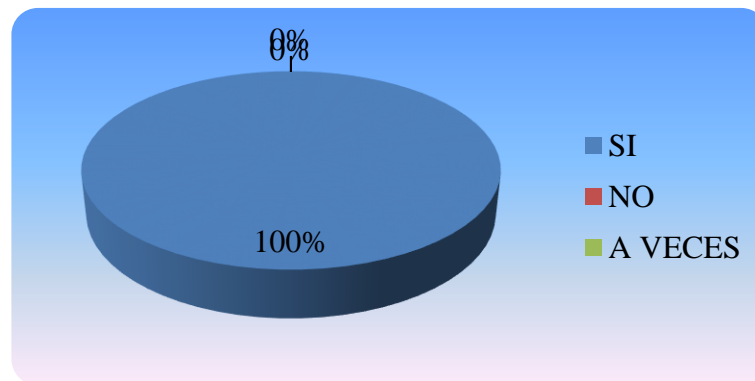
Cuadro N° 8 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 4

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	2	100%
NO	0	0%
A VECES	0	0%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 8 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 4



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Dos docentes encuestadas que representa el 100% afirman que es importante realizar actividades físicas en la etapa escolar.

Interpretación.- En la etapa escolar las actividades físicas son el punto clave para el desarrollo de destrezas y habilidades de las niñas y niños, ya que a través de estos adquieren nociones básicas de acuerdo a su edad de desarrollo por ende ayudara en el proceso físico-educativo.

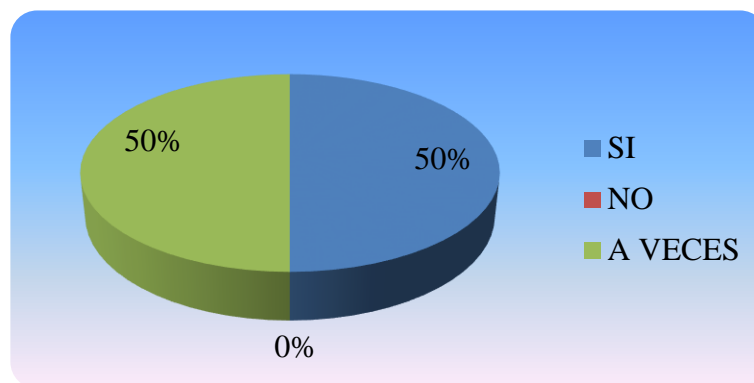
Pregunta N° 5: ¿Usted como docente realiza actividades físicas en donde el niño adquiere habilidades para reconocer la noción izquierda-derecha?

Cuadro N° 9 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 5

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	50%
NO	0	0%
A VECES	1	50%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes
Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 9 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 5



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes
Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Una docente encuestada que representa el 50% afirma que realiza actividades en donde el niño adquiere habilidades para reconocer la noción izquierda-derecha, mientras que una docente que representa el 50% responde a veces.

Interpretación.- Las docentes en el aula realizan diferentes actividades físicas con los niños y niñas direccionadas al reconocimiento de las nociones espaciales izquierda – derecha siendo esta la base en el periodo de aprestamiento lo cual contribuirá en el proceso de lecto-escritura.

Pregunta N° 6: ¿Usted como docente considera que los niños y niñas de 4 y 5 años de edad ya deben tener desarrollado la noción izquierda-derecha?

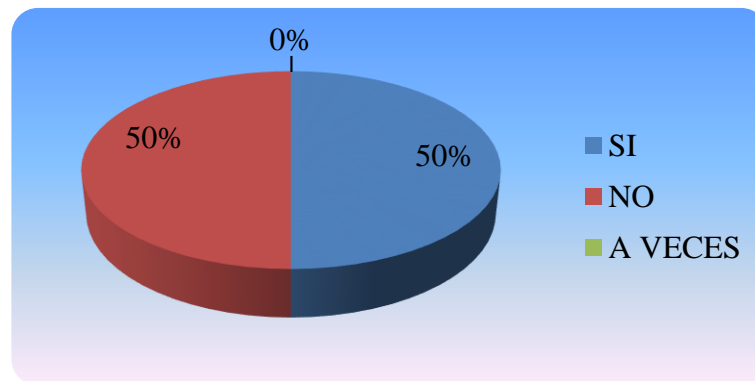
Cuadro N° 10 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 6

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	50%
NO	1	50%
A VECES	0	0%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 10 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 6



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Una docente encuestada que representa el 50% afirma que los niños y niñas de 4 y 5 años de edad ya deben tener desarrollado la noción izquierda-derecha, mientras que una docente que representa el 50% responde que no.

Interpretación.- Las docentes consideran que a esta edad aun no tienen bien desarrollada la noción izquierda-derecha lo cual no impide que los niños y niñas lleven un estilo de vida adecuado para su edad.

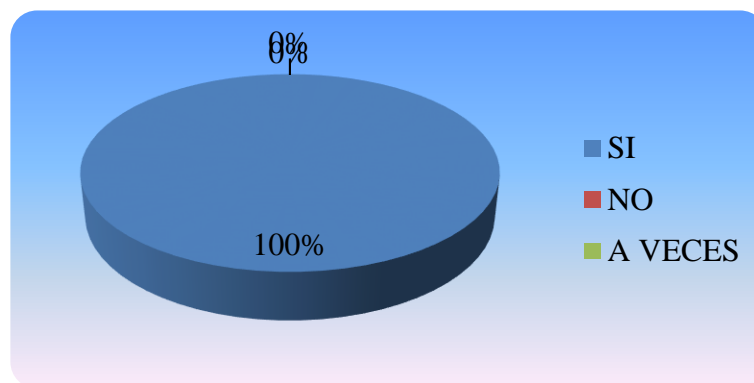
Pregunta N° 7: ¿Usted como docente considera que es importante realizar actividades destinadas a la estructuración del esquema corporal en la jornada de clase?

Cuadro N° 11 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 7

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	2	100%
NO	0	0%
A VECES	0	0%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes
Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 11 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 7



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes
Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Dos docentes encuestadas que representa el 100% consideran que es importante realizar actividades destinadas a la estructuración del esquema corporal en la jornada de clase.

Interpretación.- Una de las etapas fundamentales en la niñez es la exploración y reconocimiento de su esquema corporal, ya que esta es la base para el desarrollo de las nociones izquierda-derecha por ende los docentes conocen la importancia de ello poniendo en práctica actividades orientadas a este proceso en las horas de clases con sus estudiantes.

Pregunta N° 8: ¿Usted como docente realiza ejercicios para la estructuración del esquema corporal con los niños y niñas?

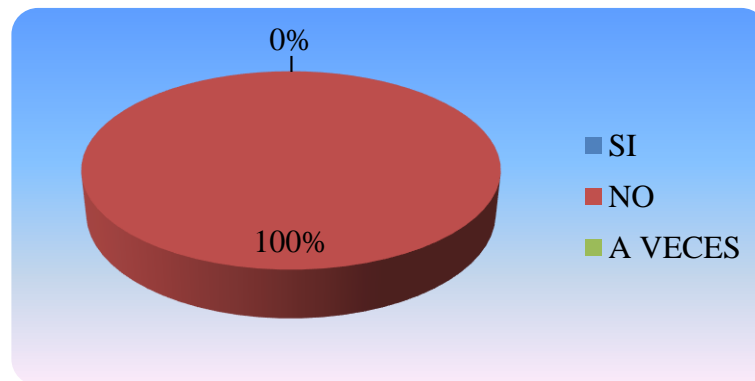
Cuadro N° 12 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 8

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	0	0%
NO	2	100%
A VECES	0	0%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 12 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 8



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Dos docentes encuestadas que representa el 100% manifiestan que no realizan ejercicios para la estructuración del esquema corporal con los niños y niñas.

Interpretación.- La estructuración del esquema corporal no es tarea fácil, ya que se necesita desarrollar una metodología adecuada para lograr los objetivos que esta pretende, en muchas de las ocasiones intervienen varios factores que impiden que estos ejercicios se ejecuten.

Pregunta N° 9: ¿Usted como docente piensa que la lateralidad es necesaria para el desarrollo de habilidades en los niños y niñas?

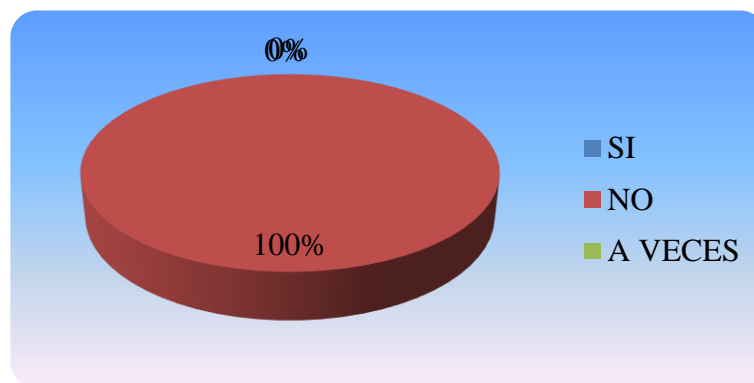
Cuadro N° 13 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 9

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	0	0%
NO	2	100%
A VECES	0	0%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 13 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 9



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Dos docentes encuestadas que representa el 100% piensan que no es necesaria la lateralidad para el desarrollo de habilidades en los niños y niñas.

Interpretación.- El desarrollo de habilidades y destrezas en los niños y niñas depende en gran parte de la estimulación que desde pequeños han recibido así como también de factores hereditarios que son parte de su constitución.

Pregunta N° 10: ¿Qué propuesta metodológica nos sugeriría para incentivar a los niños y niñas a la actividad física en el desarrollo de la lateralidad?

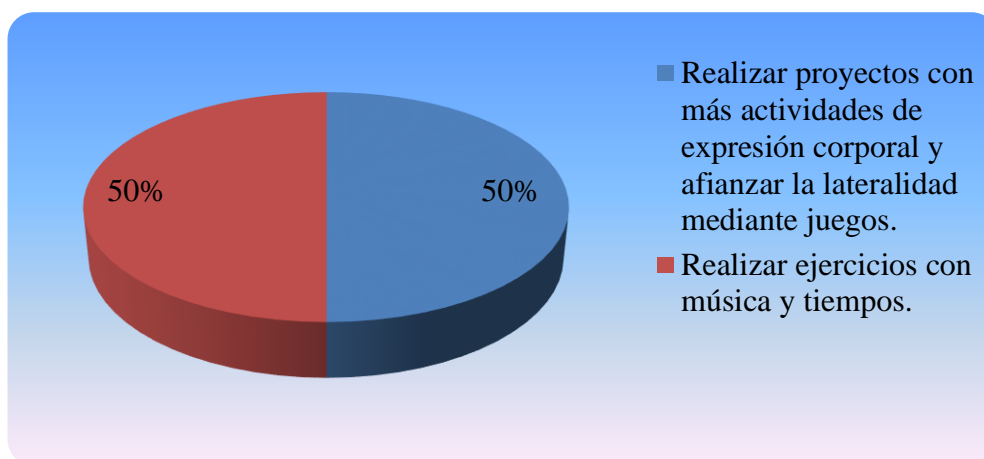
Cuadro N° 14 Cuadro de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 10

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Realizar proyectos con más actividades de expresión corporal y afianzar la lateralidad mediante juegos.	1	50%
Realizar ejercicios con música y tiempos.	1	50%
Total	2	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 14 Gráfica de resultados encuesta a Docentes Pregunta N° 10



Fuente: Encuesta aplicada a las docentes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Una docente encuestada que representa el 50% manifiesta que realizar proyectos con más actividades de expresión corporal y afianzar la lateralidad, mientras que una docente que representa el 50 % sugiere realizar ejercicios con música y tiempos.

Interpretación.- Las opciones proporcionadas por las docentes para incentivar la actividad física y desarrollar las nociones de lateralidad son proyectos basados en ejercicios los cuales detalle la manera adecuada de implementar en las horas de clase.

4.1.2 Encuesta a estudiantes

Pregunta N° 1: El niño/a realiza actividades físicas durante la hora de clases.

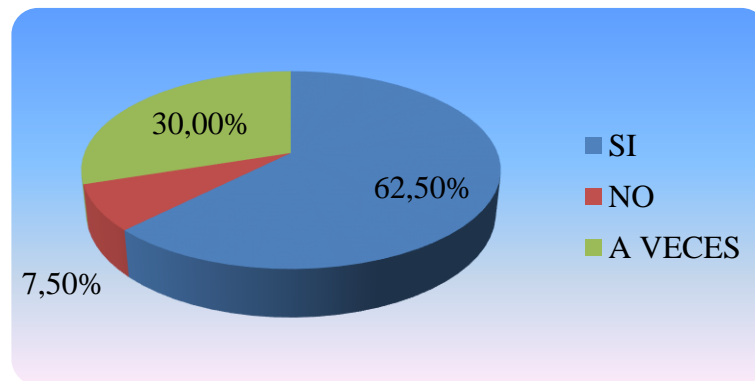
Cuadro N° 15 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 1

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	62,50%
NO	3	7,50%
A VECES	12	30%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 15 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 1



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 62,50% realizan actividades físicas durante la hora de clase, mientras el 30% lo hacen a veces y el 7,50% no realizan actividades físicas en las horas de clase.

Interpretación.- Los niños y niñas en su mayoría realizan actividad física por su naturaleza propia que se encuentra lleno de vitalidad y dinamismo, al igual que les gusta mucho realizar actividades que implican movimiento, juego y baile.

Pregunta N° 2: El niño/a realiza actividades físicas en el tiempo libre.

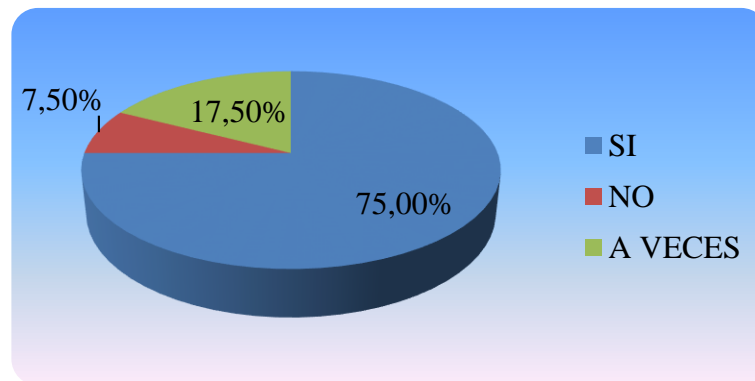
Cuadro N° 16 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 2

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	30	75,50%
NO	3	7,50%
A VECES	7	17,50%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 16 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 2



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 75% realizan actividades físicas en el tiempo libre, mientras el 17,50% lo hacen a veces y el 7,50% no realizan actividades físicas en su tiempo libre.

Interpretación.- La mayoría de los niños y niñas en tu tiempo libre lo utilizan en actividades que implican movimiento, les agrada desplazarse, correr, saltar, siendo un beneficio ya que gracias a estas actividades se logra plasmar aprendizajes significativos.

Pregunta N° 3: Al niño/a le gusta hacer actividad física.

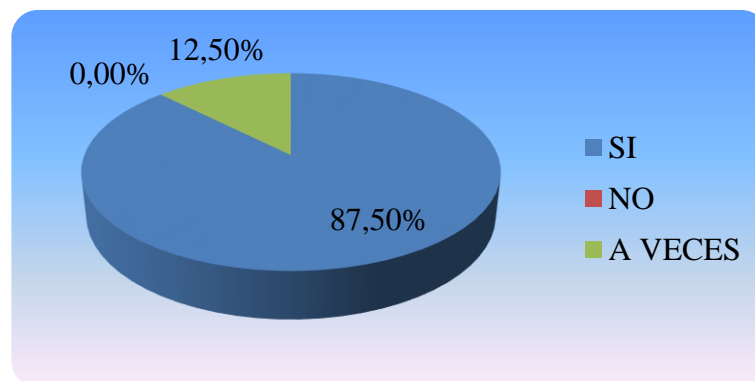
Cuadro N° 17 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 3

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	35	87,50%
NO	0	0%
A VECES	5	12,50%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 17 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 3



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 87,50% les gusta hacer actividad física, mientras el 12,50% les gusta a veces.

Interpretación.- La mayoría de niños y niñas durante la jornada de clase les gusta realizar actividad física, la cual es una herramienta metodológica que se debe aprovechar al máximo.

Pregunta N° 4: El niño utiliza el espacio libre en actividades físicas.

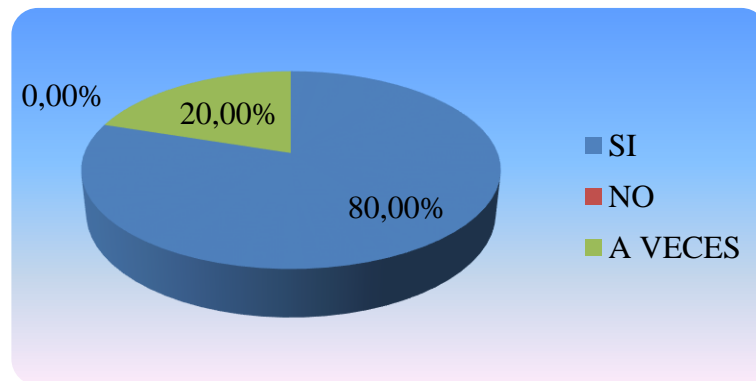
Cuadro N° 18 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 4

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	32	80,00%
NO	0	0%
A VECES	8	20,00%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 18 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 4



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 80% utiliza el tiempo en actividades, mientras el 20,00% lo hacen a veces.

Interpretación.- La mayoría de los niños y niñas utiliza su tiempo libre en actividades recreativas y físicas en las cuales se divierten y descargan toda la energía propia de su edad.

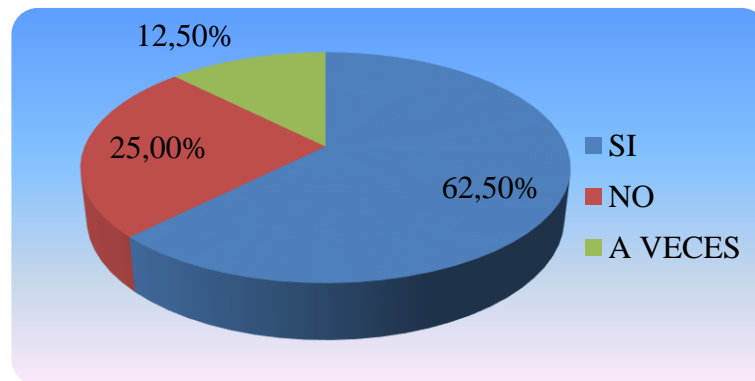
Pregunta N° 5: El niño cumple órdenes de orientación espacial.

Cuadro N° 19 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 5

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	62,50%
NO	10	25,00%
A VECES	5	12,50%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes
Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 19 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 5



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes
Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 62,50% cumple órdenes de orientación espacial, mientras el 25% no lo hacen, y el 12,50% cumplen a veces.

Interpretación.- La mayoría de niños y niñas cumplen con las ordenes de orientación especial, en muchos de los casos no realizaban correctamente per acatan y siguen las instrucciones dadas.

Pregunta N° 6: El niño/a reconoce la noción izquierda-derecha.

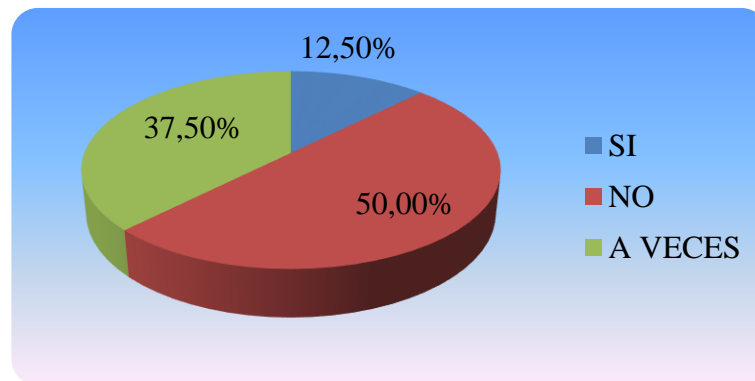
Cuadro N° 20 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 6

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	5	12,50%
NO	20	50,00%
A VECES	15	37,50%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 20 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 6



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 62,50% cumple órdenes de orientación espacial, mientras el 25% no lo hacen, y el 12,50% cumplen a veces.

Interpretación.- La mayoría de los niños y niñas no saben aún no diferencian las nociones izquierda-derecha demostrando un nivel de confusión al momento de seguir las órdenes dadas.

Pregunta N° 7: El niño/a realiza actividades físicas para reconocer la noción izquierda-derecha.

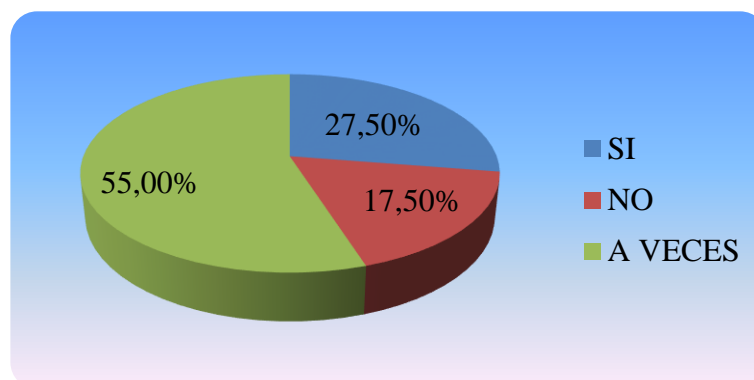
Cuadro N° 21 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 7

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	11	27,50%
NO	7	17,50%
A VECES	22	55,00%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 21 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 7



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 55,00% realizan a veces actividades para reconocer la noción izquierda-derecha, mientras 27,50 si lo hacen y el 17,50 no lo hacen.

Interpretación.- La mayoría de niños y niñas realizan actividades para lograr el reconocimiento de las nociones básicas izquierda-derecha lo cual es importante para que no haya confusión y desarrolle bien la lateralidad.

Pregunta N° 8: Los niños y niñas en el aula realizan ejercicios de acuerdo al programa Ejercítate Ecuador.

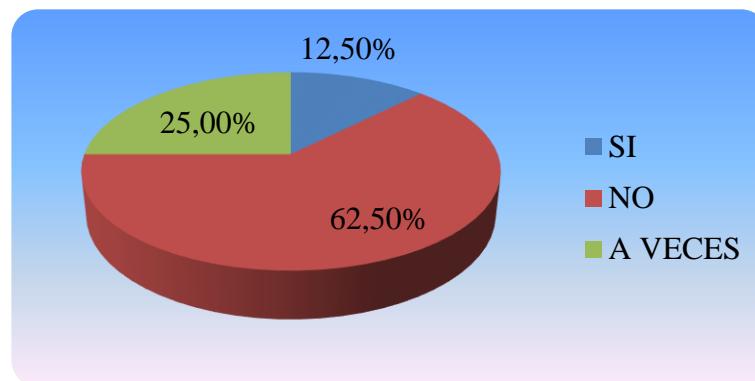
Cuadro N° 22 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 8

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	5	12,50%
NO	25	62,50%
A VECES	10	25,00%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 22 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 8



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 45,00% realizan actividades para reconocer su esquema corporal, mientras 37,50 lo hacen a veces y el 22,50 no lo hacen.

Interpretación.- La mayoría de niños y niñas realizan actividades para lograr el reconocimiento de las su esquema corporal el cual es el punto de partida para direccionar a los estudiantes a una adquisición apropiada de las nociones.

Pregunta N° 9: El niño/a realiza un proceso en el desarrollo de la lateralidad.

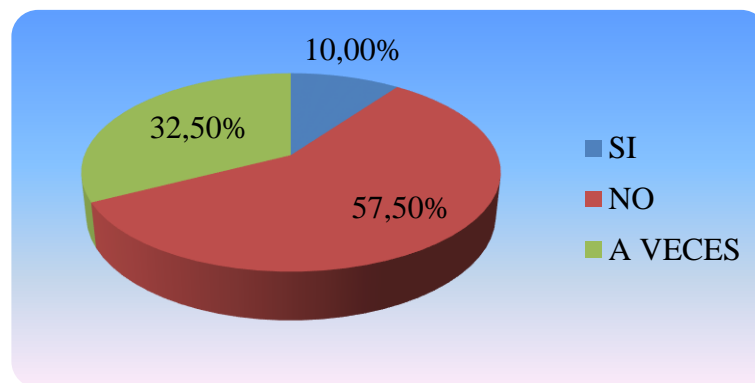
Cuadro N° 23 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 9

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	4	10,00%
NO	23	57,50%
A VECES	13	32,50%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 23 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 9



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 57,50% no realizan un proceso en el desarrollo de la lateralidad, mientras 32,50 si lo hacen y el 10,00 si lo hacen.

Interpretación.- La mayoría de niños y niñas no realizan el proceso para el desarrollo de la lateralidad produciendo confusión en sus movimientos, ya que el conocimiento aún no está bien cimentado, conforme van creciendo esta desorientación ira desapareciendo y se lograra un reconocimiento de las nociones.

Pregunta N° 10: El niño reconoce e identifica partes de su propio cuerpo.

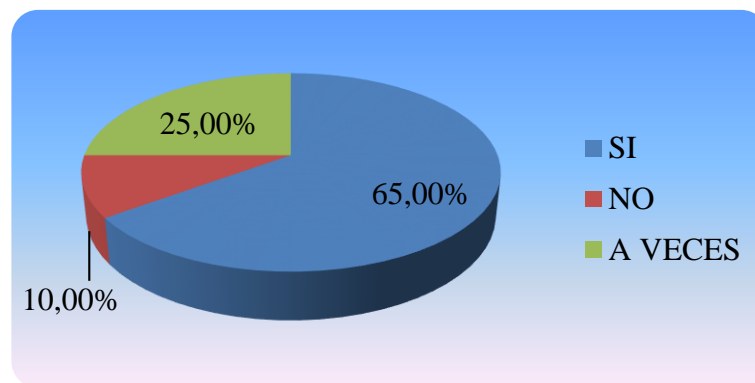
Cuadro N° 24 Cuadro de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 10

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	26	65,00%
NO	4	10,00%
A VECES	10	25,00%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico N° 24 Gráfica de resultados encuesta a estudiantes Pregunta N° 10



Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Ruth Bustos

Análisis: Del 100% de los estudiantes observados el 65,00% reconoce e identifica partes de su propio cuerpo, mientras 25,00 lo hacen a veces y el 10,00 no lo hacen.

Interpretación.- La mayoría de niños y niñas realizan actividades para lograr el reconocimiento de las nociones básicas izquierda-derecha lo cual es importante para que no haya confusión y desarrolle adecuadamente la lateralidad.

4.2 Comprobación de la Hipótesis

Para la verificación de la hipótesis se procede a determinar su aceptación o rechazo con el cálculo del “Chi cuadrado (X^2)”.

Modelo lógico:

Formulación de la hipótesis

H₀: Hipótesis nula

H₁: Hipótesis alternativa

H₀ Hipótesis nula: La aplicación del proyecto Ejercítate Ecuador **NO** influye el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños del Centro de Educación Inicial Irene Caicedo de la ciudad de Ambato.

H₁: Hipótesis alternativa: La aplicación del proyecto Ejercítate Ecuador **SI** influye el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de las niñas y niños del Centro de Educación Inicial Irene Caicedo de la ciudad de Ambato.

Modelo matemático

Chi cuadrado

“La función de probabilidad de esta distribución depende del parámetro gl que son los grados de libertad, es una función asimétrica positiva. La distribución X^2 se encuentra tabulada para los distintos valores de gl (grados de libertad) y dada su utilización en estadística inductiva, proporciona el valor de la variable (percentiles) para una probabilidad determinada.” (Moreno-Jil, 1995)

Fórmula del Chi cuadrado:

$$X^2 = \sum \left(\frac{O-E^2}{E} \right) \quad \text{DONDE}$$

χ^2 = Chi cuadrado

Σ = Sumatoria

O = Frecuencia observada

E = Frecuencia esperada

Nivel de significación α

Se utiliza $\alpha = 0,05$

Grados de libertad

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

$$gl = (3-1) \times (3 - 1)$$

$$gl = 2 \times 2$$

$$gl = 4$$

Regla de decisión

Entonces con 4 gl y un nivel de significancia de 0,05 el valor de la distribución del Chi cuadrado de tabla es 9,4877 por consiguiente se aceptará la hipótesis nula solo si el Chi cuadrado calculado NO supera este valor caso contrario se aceptará la hipótesis alternativa.

Cuadro N° 25 Frecuencias Observadas

	6. El niño/a reconoce la noción izquierda-derecha.	TOTAL
--	--	--------------

7. El niño/a realiza actividades físicas para reconocer la noción izquierda-derecha.		SI	NO	A VECES	
	SI	8	10	7	25
	NO	4	0	0	4
	A VECES	11	0	0	11
TOTAL		23	10	7	40

Fuente: Ficha de observación
Elaborado por: Ruth Bustos

Cuadro N° 26 Frecuencias Esperadas

	6. El niño/a reconoce la noción izquierda-derecha.				TOTAL
7. El niño/a realiza actividades físicas para reconocer la noción izquierda-derecha.		SI	NO	A VECES	
	SI	14,38	6,25	4,38	25
	NO	2,30	1	0,70	4
	A VECES	6,33	2,75	1,93	11
TOTAL		23	10	7	40

Fuente: Ficha de observación
Elaborado por: Ruth Bustos

Cuadro N° 27 Chi Cuadrado Calculado

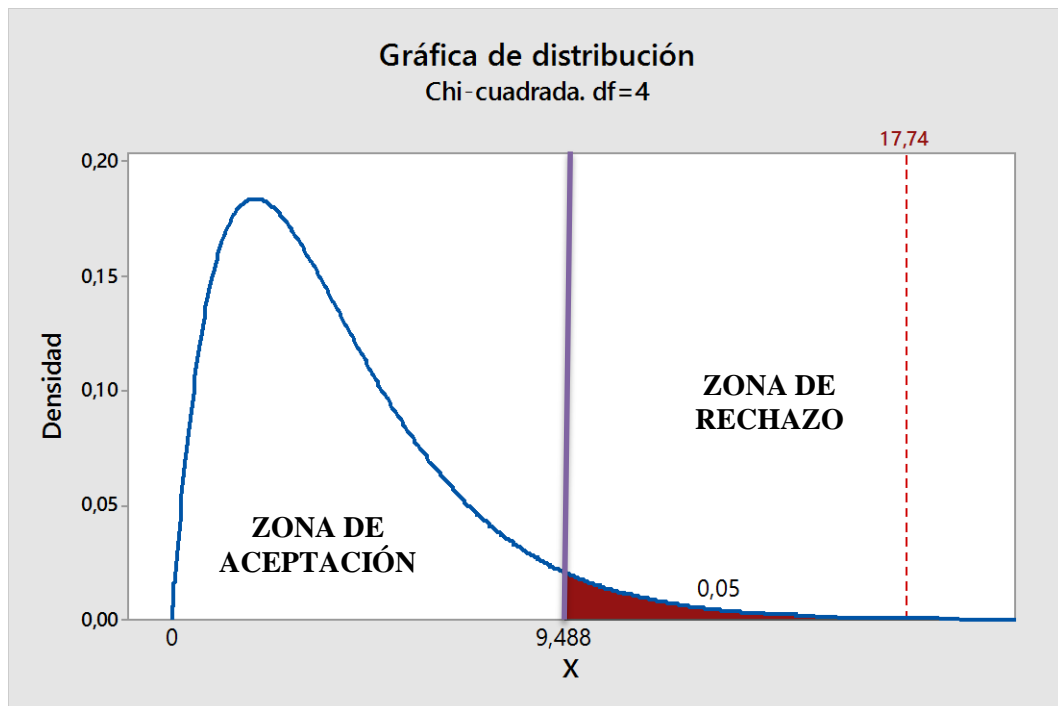
O	E	O-E	(O-E)²	(O-E)²/E
----------	----------	------------	--------------------------	----------------------------

8	14,38	-6,38	40,64	2,83
4	2,30	1,70	2,89	1,26
11	6,33	4,68	21,86	3,46
10	6,25	3,75	14,06	2,25
0	1,00	-1,00	1,00	1,00
0	2,75	-2,75	7,56	2,75
7	4,38	2,63	6,89	1,58
0	0,70	-0,70	0,49	0,70
0	1,93	-1,93	3,71	1,93
				17,74

Fuente: Frecuencias
 Elaborado por: Ruth Bustos

Gráfico del chi cuadrado:

Gráfico N° 25 Gráfica del Chi cuadrado



Fuente: Frecuencias
 Elaborado por: Ruth Bustos

Decisión:

Como el chi cuadrado calculado es mayor que el valor del chi cuadrado de tablas, es decir $17,74 > 9,488$; entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa que dice:

“La aplicación del proyecto Ejercítate Ecuador SI influye el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato”.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

Después de haber realizado la investigación se ha observado que las docentes no aplican el Proyecto Ejercítate Ecuador dentro del aula, falta la aplicación de actividades físicas que involucre movimiento las cuales son importantes para mantener el interés, la atención y concentración de los niños y niñas propiciando un aprendizaje significativo.

En la edad de 4 a 5 años de edad los niños y niñas no tienen todavía desarrollada la noción izquierda-derecha, presentan confusión al igual que les cuesta un poco mantener la coordinación de su esquema corporal. Los niños y niñas utilizan su tiempo libre para jugar y socializar al igual que imitan bailes realizados en el Proyecto Ejercítate Ecuador lo que les permite desarrollar destrezas y habilidades.

Las docentes propician ambientes de recreación a través de las actividades físicas espontaneas pero no ponen en práctica los ejercicios del Proyecto Ejercítate Ecuador siendo esto de vital importancia fomentar la noción izquierda-derecha a través de actividades físicas como son el juego, baile, aeróbicos, dramatizaciones entre otras, pero las docentes desconocen la manera apropiada de impartir la metodología y adecuar estas actividades durante la jornada de clase, ya que no existe el material suficiente y apropiado al alcance.

Se ha visto la necesidad de la elaboración de un instructivo de aplicación del Programa Ejercítate Ecuador para el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato.

5.2 Recomendaciones

Se recomienda a las docentes de la Unidad Educativa Rumiñahui diseñar actividades físicas e implementar las propuestas del Proyecto Ejercítate Ecuador los cuales estén orientados en desarrollar las nociones de lateralidad izquierda-derecha, mismas que se pueda desarrollar durante las horas clases cada una direccionada de acuerdo a la temática a tratar, motivando a los niños y niñas a realizar actividades físicas tanto dentro de la institución como fuera desarrollando en ellos hábitos incentivándolos a llevar una vida activa dejando de lado el sedentarismo y proporcionando así herramientas para que sean ejemplos en su familia.

Elaborar recursos didácticos para que los niños y niñas practiquen y reconozcan su esquema corporal por ende estos materiales puede también ser utilizados para que experimenten y pongan en práctica ejercicios de lateralidad adquiriendo la noción de la manera adecuada evitando la confusión.

Concientizar a los estudiantes sobre la importancia de realizar actividades físicas poniendo en práctica lo aprendido del Proyecto Ejercítate Ecuador, dejando de lado las largas horas de ver televisión, jugar los juegos de videos y utilizar el tiempo en practicar algún deporte o realizar cursos de dramatizaciones, bailes, artística entre otros.

Diseñar un instructivo de aplicación del Programa Ejercítate Ecuador para el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

Tema:

Diseñar un instructivo de aplicación del Programa Ejercítate Ecuador para el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Rumiñahui de la ciudad de Ambato.

6.1 Datos Informativos

Institución: Unidad Educativa “Rumiñahui”.

Beneficiarios: Niños y niñas de 4 a 5 años de la Unidad Educativa “Rumiñahui”

Responsable: Ruth Armenia Bustos Gamboa

Coordinador: Mg. Lcda. Alexandra Wilma Paredes Guevara

Parroquia: Atocha-Ficoa

Cantón: Ambato

Provincia: Tungurahua

Dirección: Calle Juan Montalvo en dirección al puente Luis a Martínez

Periodo: Año lectivo 2014 - 2015

Beneficiados: 40 niños, niñas y docentes.

Sostenimiento: Fiscal

Costo: El valor estimado para realizar la presente propuesta es de \$1,110 (Mil cien dólares americanos).

Presupuesto

Cuadro N° 28 Presupuesto

N°	MATERIAL	VALOR
1	Arriendo de Equipo (Proyector, computador, equipo de audio)	200
2	Material de Escritorio (Hojas de registro, esfero gráficos, perforadora)	50
3	Material Bibliográfico	250
4	Alimentación (Refrigerio para los niños y niñas)	100
5	Transporte	200
6	Asesoramiento	200
7	Imprevistos	100
TOTAL		1,100

Fuente: Frecuencias

Elaborado por: Ruth Bustos

6.2 Antecedentes de la Propuesta

Se puede referir que una de las problemáticas principales de los niños y niñas de educación inicial presentan es el falta de práctica de actividades físicas que estén orientadas al desarrollo de la noción izquierda-derecha, lo que producen una confusión al momento de poner en práctica ordenes sencillas que involucran nociones. Esto

desencadena un aturdimiento y disminuye el nivel de concentración al momento de realizar actividades encomendadas elevando incluso el nivel de inseguridad.

También se puede manifestar que de parte de las docentes hay un nivel de desconocimiento sobre las actividades físicas que benefician a los niños y niñas la adquisición de las nociones, así como la aplicación del proceso a seguir.

6.3 Justificación

La presente propuesta es diseñada con el propósito de proporcionar a las docentes una herramienta práctica con la cual se pretende dar solución al problema presentado en los niños y niñas de 4 a 5 años de la Unidad Educativa “Rumiñahui”, lo que permitirá mejorar el proceso enseñanza aprendizaje con la utilización de procesos pedagógicos viables y efectivos para la adquisición de la nociones izquierda-derecha.

El interés es conocer la repercusión que los niños y niñas presentan al no haber desarrollado adecuadamente y acorde con su desarrollo normal las nociones de lateralidad impartidas a través de actividades físicas destinadas para la edad.

La importancia es plantear una propuesta viable que servirá como herramienta a las docentes de educación inicial, la cual puede ser aplicada en la jornada de clase y adaptarla de acuerdo a la temática a tratar con el propósito de fortalecer las nociones de lateralidad izquierda-derecha.

La utilidad es conocer el aporte que brindara esta herramienta al ser puesta en práctica por las docentes con ello se evidenciara si las actividades físicas planteadas alcanzar los objetivos propuestos, ya que es un manual instructivo de fácil manejo con actividades físicas novedosas.

Los beneficiarios son cuarenta niños y niñas de 4 a 5 años de edad de la Unidad Educativa “Rumiñahui”, así como las docentes que forman parte de la institución

debido a que es una herramienta metodológica que contribuye al proceso de enseñanza aprendizaje.

El impacto será positivo porque ayudara a mejorar el estilo de vida de los niños y niñas impulsándolos a realizar actividades físicas que contribuyen a mantener una buena salud y estado de ánimo, debando de lado aquellas actividades sedentarias que causan daño con el pasar del tiempo.

Se tiene la oportunidad de poder llevar a cabo la aplicación de la propuesta en la Unidad Educativa “Rumiñahui” que busca poner en funcionamiento la aplicación de las actividades físicas para el fortalecimiento de la noción izquierda-derecha en los niños y niñas de 4 a 5 años de edad.

Esta propuesta es factible ya que existe la colaboración de las autoridades de la Unidad Educativa Rumiñahui, docentes y padres de familia es decir toda la Comunidad Educativa, se puede llevar a la práctica por reunir todas las condiciones necesarias para su aplicación en el aula de clase durante el proceso enseñanza-aprendizaje.

6.4 OBJETIVOS:

Objetivo General

Diseñar un instructivo de actividades dirigidas a las maestras que contenga las principales actividades físicas enfocadas a fortalecer las nociones de lateralidad izquierda-derecha en los niños y niñas de la Unidad Educativa Rumiñahui.

Objetivos Específicos

- Identificar las actividades físicas para fortalecer la noción izquierda-derecha.
- Sensibilizar acerca de la importancia de la aplicación de las actividades físicas para fortalecer la noción izquierda-derecha.
- Capacitar acerca del proceso de ejecución de las actividades físicas para fortalecer la noción izquierda-derecha.
- Ejecutar las actividades físicas para fortalecer la noción izquierda-derecha.
- Evaluar los conocimientos adquiridos en el manual, antes durante y después de su aplicación.

6.5 Análisis de Factibilidad

Una vez que se ha analizado e interpretado la propuesta planteada la cual servirá como herramienta para dar una posible solución al trabajo de investigación se pretende implementar toda la teoría a la práctica es decir todas las actividades físicas propuestas para el desarrollo de la noción izquierda-derecha, se puede concluir que es factible su solución con la colaboración total de todos los actores que forman parte de esta investigación educativa, este contribuirá en el mejoramiento de la calidad de educación en los niños y niñas de 4 a 5 años de edad erradicando aspectos como el sedentarismo y fortaleciendo la enseñanza.

Política

La propuesta es factible políticamente por cuanto la institución educativa promueve la ejecución de proyectos de índole deportivo en beneficio de los niños y niñas incentivando a realizar actividades físicas contribuyendo para erradicar los niveles de sedentarismo.

Sociocultural

La propuesta es factible en relación a la sociedad debido a la competitividad existente ha obligado a las docentes a prepararse más y mejor en las diferentes temáticas y metodología permitiendo mantenerse en un nivel óptimo de conocimientos.

Equidad de Género

La factibilidad de la propuesta en lo referente a la equidad de género es evidente ya que los beneficiarios directos son los niños, niñas y cuerpo docente.

Económico Financiero

La propuesta tiene factibilidad económico financiero debido a que el presupuesto que implica la ejecución del mismo correrá por parte de la investigadora.

6.6 Fundamentación

Fundamentación Científica

Instructivo

Los instructivos son textos funcionales, donde predomina la función apelativa del lenguaje. Es decir, se dirigen a un receptor en forma directa, clara y precisa para indicarle los pasos o acciones a seguir para realizar una o varias acciones. En algunas ocasiones nos indican, además, los materiales que se requieren para lograr lo que deseamos o necesitamos hacer. (COLDECO EDUCA, 2012)

El término con el que se nombra al documento correspondiente, generalmente en forma de manual o folleto o tríptico, incluso como leyenda impresa en un recipiente) tienen como propósito dirigir las acciones del lector; generalmente se aplican para resolver problemas de la vida cotidiana, tanto en la escuela como fuera de ella: cómo utilizar un televisor, cómo cocinar algún alimento, cómo instalar una computadora, cómo pintar

un cuarto, etcétera. El uso mismo de los medios tecnológicos nos exige seguir instrucciones, y nos obliga en ciertos casos al manejo de este tipo de textos de instrucción.

El texto instructivo suele describir la lista de elementos necesarios para realizar la tarea correspondiente y, por supuesto, los pasos a seguir en el procedimiento. Un ejemplo muy común son las recetas de cocina, cómo usar un determinado producto (una lámpara, por ejemplo), las guías de tejido de vestimenta con determinadas técnicas, los manuales de construcción de muebles por piezas, etcétera

Con respecto al tipo de texto, la información que se entrega en esta página es relativa a los instructivos. Se le ofrece al estudiante aproximarse a las características de este tipo de texto, y avanzar en sus aprendizajes por medio de una comprensión y/o producción de un instructivo relacionado con su vida cotidiana, o con ámbito de interés personal.

Importancia

Seguir instrucciones es una habilidad fundamental, enseñada desde una edad temprana. Si bien puede parecer lógico y sencillo seguir ya sean direcciones de navegación, instrucciones de uso de productos, o instrucciones de procedimientos, no seguir las instrucciones puede conducir a una pérdida de tiempo. Otras veces, sin embargo, no seguir las instrucciones puede ser peligroso y hasta fatal.

Proyecto Ejercítate Ecuador

“Los puntos están activados. A nombre del deporte barrial nacional, quiero agradecer al Presidente de la República, Rafael Correa, por darnos ese apoyo para esta actividad deportiva y a usted Ministra (Carolina Ontaneda) por darnos la apertura”, indicó Hugo León (2013), presidente de Fedenaligas.

El objetivo de Ecuador Ejercítate es promover la actividad física por medio de bailoterapia, aeróbicos y juegos recreativos de manera gratuita, buscando optimizar el uso del tiempo libre en la ciudadanía. “Ecuador Ejercítate no tendría sentido sin la participación de todos ustedes y les agradecemos por confiar en lo que estamos haciendo. Vamos a activarnos todos para contagiar el deporte y la actividad física en Ecuador”, aseguró la ministra del Deporte, Catalina Ontaneda, durante la presentación de este nuevo ciclo.

Los aeróbicos y los niños

El ejercicio es el mejor método para evitar el problema cada vez más frecuente entre los niños de la obesidad, tanto durante la infancia como de forma preventiva para edades posteriores, ya que previene enfermedades futuras que se manifiestan de adulto tales como la diabetes tipo II, el colesterol elevado, la hipertensión o enfermedades coronarias.

La actividad física es la mejor manera de alejar a los niños de costumbres sedentarias tales como televisión o los videojuegos.

El ejercicio físico en los niños contribuye a mantener niveles más adecuados de los parámetros lipídicos. Por otro lado, al realizar ejercicios cardiovasculares el niño favorece su psicomotricidad y esto lo ayuda a tener un mejor rendimiento en el colegio. Los ejercicios le ayudan a aprender el valor de la concentración, eso sin mencionar los beneficios en el crecimiento y desarrollo físico. Martínez, N. (2013)

Los niños que hacen ejercicio fortalecen su autoestima, poseen una mejor imagen de sí mismos, y además desarrollan la autoconfianza.

Además cuando hacemos una actividad física se liberan en nuestro organismo endorfinas, que son como unos analgésicos cerebrales naturales lo que hace que después del ejercicio, sintamos un bienestar especial. Por otra parte la práctica de

deportes durante la adolescencia en el caso de las mujeres permite reducir hasta un 30% el riesgo de desarrollar un cáncer de mama en el futuro.

La sesión se iniciará con el calentamiento, donde los entrenadores los animan y le explican la importancia de este deporte; luego, realizan los juegos y los montajes de coreografías. Con estos movimientos coordinados y cerrados, tu niño desarrollará su percepción espacial y temporal. Obtendrá mayor equilibrio, agilidad y control de su cuerpo, logrando mostrar mucho expresión al moverse.

La bailoterapia y los niños

Una de las disciplinas que ha ganado más adeptos en los últimos años en Venezuela es la bailoterapia. Prácticamente, no hay gimnasio que no tenga un instructor de esta práctica, la cual se ha extendido más allá de los gimnasios.

El éxito obtenido por esta forma de deporte se debe a que, combina la exigencia física y la autodisciplina a la que nos tenía acostumbrados el aerobics, pero con un contenido más lúdico aportado por el baile y la música de moda.

Es una de las actividades divertidas que nos brinda amplios beneficios para la salud. Esta es una terapia muy moderna y una alternativa para el entrenamiento de los niños que favorece física, mental y emocionalmente. La bailoterapia "se tiene como una diversión, donde ellos realizan actividades danzarias sin importar quién lo hace mejor, sino que todos puedan mantener el ritmo que el profesor les impone. A partir de los 6 ó 7 años, los chicos pueden comenzar a desarrollar esta práctica sin importar si tienen ritmo o no. Mora, O. (2012 pág. 1)

La bailoterapia contribuye a combatir la obesidad, la ansiedad, el estrés, la depresión, la diabetes y las enfermedades del corazón, entre otras. Además es un buen método para mejorar la musculatura de las piernas y aumentar las capacidades cardio respiratorias de una manera progresiva.

El baile es una manera de generar un buen estado anímico, ayuda a mantenerse joven y dinámico, mejora el humor y proporciona sus beneficios en la fuerza, por el rango de movimientos que en ella se realizan, además con el tiempo se aprende a bailar con destreza.

Pero los beneficios no son sólo psicológicos o sociales, el baile también tiene muchos beneficios en el cuerpo físico: ayuda a estimular la memoria, la coordinación, el sentido del oído, fomenta el desarrollo del ritmo, permite al cuerpo liberar toxinas, brinda fuerza y flexibilidad.

6.7 Metodología Modelo Operativo

Cuadro N° 29 Metodología del Instrumento Operativo

Fases	Metas	Actividades	Recursos	Responsables	Tiempo
Sensibilización	Sensibilizar a las docentes acerca de la importancia de la aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador para el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha de los niños y niñas.	Reunión con las docentes implicadas. Preguntas y respuesta sobre la importancia de la propuesta.	Laptop Proyector Flash Memory Material didáctico impreso.	Director Docentes Investigadora	2 horas a la semana
Capacitación	Capacitar a las docentes sobre la importancia del instructivo de aplicación del Programa Ejercítate Ecuador para el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha de las niñas y niños de 4 a 5 años.	Entrega y análisis del material de apoyo. Construcción de la propuesta y presentación a las autoridades. Charla sobre las actividades.	Laptop Proyector Flash Memory Material didáctico impreso. Libros	Docentes Investigadora	1 hora a la semana
Ejecución de la propuesta	Aplicar en los niños y niñas de 4 a 5 años los ejercicios para el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha y obtener una mejor coordinación de movimientos.	Puesta en marcha de la propuesta.	Material de apoyo.	Docentes niños y niñas	1 hora a la semana
Evaluación de la propuesta	La evaluación será progresiva.	Ejercicios físicos (bailo terapia, aeróbicos y juegos)	Material de apoyo.	Docentes Niños y niñas Investigadora	1 hora a la semana

Fuente: Frecuencias

Elaborado por: Ruth Bustos

6.8 Administración de la Propuesta

Cuadro N° 30 Administración de la propuesta

Organismo	Responsables	Fase de Responsabilidades
Institución	Directora Docentes Investigadora	Organización previa al proceso. Diagnostico situacional. Direccionamiento. Discusión y aprobación. Programación educativa. Ejecución del proyecto.

Fuente: Frecuencias

Elaborado por: Ruth Bustos

6.9 Previsión de la Evaluación de la Propuesta

Cuadro N° 31 Previsión de la evaluación de la propuesta

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Quiénes solicitan evaluar?	Considero que el Proyecto Ejercítate Ecuador contribuye en el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha a través de actividades físicas como la bailo terapia, aeróbicos y juegos ayudando al desarrollo adecuado conforme a la edad de cada niño y niña; la presente propuesta educativa es solicitada por: Autoridades institucionales. La investigadora.
¿Por qué evaluar?	Se evalúa porque: Es importante hacer un seguimiento de la enseñanza mediante la aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador, contribuyendo en la implementación de actividades físicas las cuales son necesarias y fundamentales para el desarrollo de habilidades, destrezas y nociones en los niños y niñas.

	<p>Cada niño y niña es diferente al igual que tiene un ritmo de aprendizaje singular, se necesita de investigación para aplicar la metodología apropiada manteniendo un nivel de motivación y concentración alto logrando en ellos la asimilación de conocimientos apropiados y duraderos.</p> <p>La evaluación es una herramienta que brinda información importante de los alcances que se ha logrado plasmar.</p> <p>Por ello la necesidad de implementar la metodología y recursos adecuados con el apoyo de actividades físicas que permitan despertar el interés, atención y concentración del estudiantado.</p>
¿Para qué evaluar?	<p>Evaluar para:</p> <p>Analizar el nivel del desarrollo cognitivo e intelectual de los niños y niñas orientado a la evaluación de aspectos propios del pensamiento, razonamiento y memoria a través de la aplicación de herramientas como la observación y las encuestas.</p>
¿Con qué criterios?	<p>Los criterios de evaluación se realizaran a través de los instrumentos válidos y fiables que proporcionan información útil acorde al tema, mejorando así la implementación del Proyecto Ejercítate Ecuador guiando al desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha, por ende incentivando a la actividad física a los niños y niñas de la Unidad Educativa Rumiñahui.</p>
¿Indicadores?	<p>Entre los indicadores para evaluar la aplicación del Proyecto Ejercita Ecuador y el desarrollo de las nociones espaciales izquierda-derecha sobresalen los siguientes:</p> <p>Conocimiento de las actividades físicas realizadas en las horas de clase y en el tiempo libre.</p>

	<p>Desarrollo de la observación, dinamismo, organización, favoreciendo la aplicación del proyecto.</p> <p>Precisión al emitir criterios sobre la importancia de incentivar al estudiantado a realizar actividad física contribuyendo al bienestar biopsicosocial de los niños y niñas.</p>
¿Quién evalúa?	<p>La evaluación de las actividades físicas realizadas en el Proyecto Ejercítate Ecuador es por parte de los instructores así como también por las docentes quien es su principal guía dentro del proceso enseñanza aprendizaje, proporcionando a los educandos un ambiente de confianza y seguridad.</p> <p>También una evaluación puede ser solicitada por:</p> <p>Autoridades Institucionales Docentes Investigadora</p>
¿Cuándo evaluar?	<p>Evaluar durante:</p> <p>La evaluación referente a las actividades que proporciona el Proyecto Ejercítate Ecuador puede evaluarse de la siguiente manera:</p> <p>De acuerdo a su espontaneidad e individualidad, también tomando en cuenta su niveles cognitivo, procedimental, actitudinal, integrado en el desarrollo cognitivo conductual, memoria atención, concentración en donde los niños y niñas aprenden haciendo, explorando, experimentando conjuntamente con la adquisición de valores que enriquecerán su personalidad y servirá como estrategia de convivencia en el entorno.</p>
¿Cómo evaluar?	<p>Se evalúa:</p> <p>Dentro del marco legal de protección de los niños y niñas respetando sus derechos y obligaciones, proporcionando un ambiente de respeto y confianza, considerando su capacidad de elegir y actuar de manera espontánea.</p>

	<p>Destacando la equidad de género y el reconocimiento de la individualidad y el ritmo de aprendizaje de cada estudiante.</p> <p>Desatanco su originalidad y espontaneidad propia de la edad.</p> <p>Direccionando su energía desbordante a las actividades encaminadas y propias del estudio para obtener la información requerida de una manera diferente.</p>
¿Fuentes de información?	<p>Calderón, J. (12 de Octubre de 2012). El juego en el desarrollo infantil. Recuperado el 02 de Julio de 2015, de http://assets.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/8448171519.pdf</p> <p>Cordero, H. (03 de Septiembre de 2010). Importancia de la actividad física en los niños. Recuperado el 13 de Mayo de 2015, de http://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/guiasalimentarias/actividad%20fisica.pdf</p> <p>Hernández, A. (Junio de 2010). Actividad Física en escolares. Recuperado el 15 de Julio de 2015, de http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/documentos/II_C55_WEB.pdf</p>
¿Con que evaluar?	<p>Se evalúa:</p> <p>Con las aplicación de las encuestas a las docentes y la ficha de observación realizadas a las niñas y niños con los que se elaboró los cuadros estadísticos con sus las conclusiones y recomendaciones.</p>

Fuente: Frecuencias

Elaborado por: Ruth Bustos

Introducción

El presente instructivo está enfocado en la aplicación del Proyecto Ejercítate Ecuador para el desarrollo de las nociones espaciales Izquierda-Derecha en donde los protagonistas son los niños y niñas.

El principal objetivo es instruir de manera inteligente y divertida ofreciendo juegos motrices-rítmicos para aunar sus necesidades y preferencias en las sesiones de aeróbic infantil. Juegos, rítmicos y coreográficos mayoritariamente, para aprender y conseguir que se formen hábitos de actividad física beneficiosos para el desarrollo.



Presentación del Instructivo

El presente Instructivo tiene actividades básicas y fáciles de desarrollar con los niños y niñas de 4 a 5 años de edad. Estas actividades están dirigidas para los instructores del proyecto, así como también para las docentes de la institución.

Este instructivo está dividido en tres partes fundamentales: aeróbicos, baile y juegos.

La primera son los aeróbicos, contiene una parte introductoria en donde se detalla la importancia del calentamiento previo a la ejecución de la rutina de aeróbicos así como varios aspectos necesarios y que se debe tener en cuenta para la correcta aplicación de la misma. Luego se detalla cada uno de los aeróbicos a realizar incluyendo una parte de glosario en donde se da una breve explicación de los términos desconocidos.

La segunda parte es la de baile, en donde encontraremos varias actividades en las cuales implica el movimiento así como varios desplazamientos los cuales ayudan para el desarrollo de las nociones, estos pueden ser individuales o grupales.

La tercera y última parte es la de juego en la que se combinan la primera y segunda parte es decir los aeróbicos y el baile de forma divertida para que los niños y niñas disfruten y aprendan jugando.

Todas estas actividades han sido planteadas en beneficio de los niños y niñas, esta es una herramienta didáctica que puede ser adaptada de acuerdo a las necesidades. Además que la combinación de estas tres actividades implica una rutina completa de ejercicios enriquecedores a través de los cuales los niños y niñas desarrollan sus destrezas y habilidades propias de su edad.

Características

Elección de los movimientos.

Realizaremos movimientos de fácil ejecución (pasos básicos y simples del aeróbic). Siempre muchas repeticiones de cada movimiento. Buscar elementos de cooperación entre los alumnos (parejas, tríos, grupos). Realizar desplazamientos sencillos (delante-atrás, derecha-izquierda, círculos). Buscar aspectos motivantes (representación de personajes, deportes, música conocida, juegos populares).

La música

La música también deberá adaptarse a las características psicomotrices de los niños. Es por ello que nos centraremos sobre todo en la velocidad de la misma y en la elección de temas musicales.

Velocidad de la música

Debemos tener en cuenta que los niños no tienen un total control corporal, no suelen tener consciencia del peligro (posibilidad de lesiones), y su coordinación no está totalmente desarrollada. Por ello es recomendable usar músicas no muy rápidas (140/150 B.P.M. como máximo).

Temas musicales

Tienen que ser adecuados a cada edad para los más pequeños utilizaremos músicas más alegres, infantiles, divertidas y para los más mayores podremos introducir canciones de moda por ejemplo.

Calentamiento

Será de una extrema sencillez y estará formado por movimientos muy globales que no requieran una complicada coordinación. Intentaremos que sean variados para que nuestros estudiantes no pierdan su motivación nada más empezar. Para ello, podremos trabajar con distintas formaciones en la clase; en círculo, filas, dos grandes grupos enfrentados, en parejas, etc. Su duración (unos 10 minutos).

Parte cardiovascular

Se recomienda una duración de 15-25 minutos en función de la intensidad, edad y nivel físico del grupo. El énfasis de esta parte de la sesión es que los alumnos no se paren durante la misma. Los estudiantes no entienden ni conocen los beneficios psíquicos y físicos que derivan de una práctica continuada. Por eso, y sobre todo los de primer ciclo, tienden a detenerse al menor síntoma de fatiga.

Vuelta a la calma

Estará constituida por ejercicios de bajo impacto y/o algunos estiramientos de los principales grupos musculares. Es momento de dar más libertad a los alumnos.

AERÓBICOS



BAILOTERAPIA



JUEGOS



ACTIVIDAD 1

Ejercicios Iniciales

Objetivo:

Realizar y adaptar pasos básicos de aeróbicos para adquirir la destreza de realizar un calentamiento previo a la realización de la actividad física con mayor complejidad.

Material:

- CDS de música

- Equipo de audio

- Talento Humano

Procedimiento:

1. Calentamiento (5 minutos)

El calentamiento que se realizara como actividad inicial es el siguiente:

Empezaremos con la movilidad articular, es decir ejercitaremos el sistema articulario.

En posición de pie separado por el espacio a una distancia que no tenga contacto con otro niño o niña y dirigido por el maestro o bien por parejas (juego espejo) realizamos movilidad articular de: cuello, hombros, tronco, cadera, rodillas y pies. Realizando 4 repeticiones de cada ejercicio.

Luego realizaremos ejercicios de activación que implica un poco de movimientos más coordinados la complejidad sube.

En la misma posición del ejercicio anterior realizamos 4 veces un ejercicio básico (marcha) de aerobic que indicamos a continuación:

La pierna se dobla por delante del cuerpo: Flexión de la cadera y la rodilla.

El tobillo muestra un claro movimiento punta talón.

El movimiento total es hacia arriba, no hacia abajo.

El tronco esta recto con alineación de la columna neutral, natural.

El tronco muestra fuerza estabilizadora del perineo, sin movimiento hacia arriba o abajo o hacia delante y detrás.

Por ultimo realizaremos estiramientos esta vez se ejecutaran 4 balanceos se ira flexionando las piernas agachándonos poco a poco.



Fuente:http://2.bp.blogspot.com/n6SpjNQ14vM/UaDOohKrdJI/AAAAAAAAAo/Doq1tz_KDTs/s1600/Gimanasia-para-ni%C3%B1os.jpg

2. Parte principal (15 minutos)

Reconocer las pulsaciones en las diferentes canciones propuestas a través del baile con diferentes ritmos.

Se colocara en el equipo de sonido una canción con un ritmo lento y pausado para realizar movimientos suaves con todo el cuerpo. Cambiamos de ritmo a uno medrado de velocidad en donde se puede ir ya incorporando ordenes sencillas de desplazamiento (izquierda, derecha, arriba, abajo, delante detrás, etc.) al igual se puede ir formando grupos de acuerdo al número de niños y niñas y del espacio físico

que dispongan. De acuerdo al ritmo se ira asociando movimientos corporales y ordenes sencillas en cadena.

La última indicación será formar grupos de cuatro según el caso se puede ir modificando, cada grupo debe caminar siguiendo el ritmo.



Fuente:<http://www.globaldance.es/wpcontent/themes/striking/cache/images/baileninos2633x324.jpg>

3. Estiramientos (5 minutos)

En este punto se realizara el juego La Nariz del Vecino:

- a.- Organización inicial: hacer un círculo con todos los participantes, el instructor o profesor en el centro dirige el juego.
- b.- Cuando el del centro dice "izquierda", todos tocan con la mano izquierda la punta de la nariz de su compañero de la izquierda.
- c.- Cuando dice "derecha", todos tocan con la mano derecha la punta de la nariz del compañero de la derecha.
- d.- El que se equivoque pasa a dirigir el juego y así sucesivamente.

Reflexión: Los estudiantes a parte de reconocer los conceptos de izquierda y derecha aprenden a socializarse con sus demás compañeros de una manera divertida para ellos.



Fuente: [http://itinereschool.com/wp-content/uploads/2014/01/expresi%C3%B3n corporal-for-kids.jpg](http://itinereschool.com/wp-content/uploads/2014/01/expresi%C3%B3n%20corporal-para-los-ni%C3%B1os.jpg)

ACTIVIDAD 2

Ejercicio Motriz

Objetivo:

Motivar la clase y a la vez que niños y niñas puedan apropiarse de los conceptos: izquierda y derecha, logrando un aprendizaje significativo.

Material:

- CDS de música

- Equipo de audio

- Talento Humano

Procedimiento:

1. Calentamiento (5 minutos)

Como calentamiento se realizara el juego llamado Tesoros.

a.- Dejar que los niños y niñas se despejen de todo objeto innecesario y pedir que exploren el lugar en donde se encuentran, decir que mientras recorren recojan tres objetos de la naturaleza los que más les agrade.

b.- Estos objetos los va a recibir la instructora o docente al frente quien va a esconder por toda la habitación lo recibido. Luego decir a los niños y niñas que ha llegado la hora de encontrar los “Tesoros” que la naturaleza nos ofrece, decir juntos, extiéndanse hacia arriba, dóblense hacia abajo y busquen arriba, abajo, por los lados, derecha-izquierda y por todo el lugar para encontrar los tesoros naturales. Se puede utilizar cinta adhesiva, lana, papel para crear caminos rectos, curvos, de formas por el suelo durante la búsqueda.

c.- Cuando un niño o niña encuentre un tesoro debe realizar un salto como canguro, tambalearse como pato, pisotear como un elefante o gatear como un cangrejo. Se debe ir explicando como los latidos del corazón aceleran cuando sentimos la emoción y aun más cuando realizamos movimientos corporales.

Reflexión: Los estudiantes a parte de reconocer los conceptos de izquierda y derecha aprenden a socializarse con sus demás compañeros de una manera divertida para ellos.



Fuente:http://4.bp.blogspot.com/_cLz7djwdSPw/TQpDYX7Q1nI/AAAAAAAAAEw/oAQZiTDzdf8/s1600/ninos%252Bbailando.jpg

2. Parte principal (15 minutos)

La actividad que se realiza a continuación son ejercicios de aeróbicos. Situado el grupo delante del espejo y con el profesor/a delante dando indicaciones:

Empezar con marcha:

Separamos una pierna lateralmente y juntamos la otra para volver a separar esta última y volver a la posición inicial. Se la realiza en 8 tiempos al lado derecho y 8 tiempos al lado izquierdo. Se puede ir incrementando o bajando los tiempos para combinar los ejercicios.

Los primeros serán tomados como intentos una vez que se logre la coordinación del grupo se realizara 3 repeticiones sin música y luego tres repeticiones mas con música. Una vez finalizados la rutina de aerobicos realizaremos ejercicios de estiramiento con un fondo de música suave respirar lentamente, por un minuto seguido de eso mover suavemente los brazos las piernas y el tronco.



Fuente:<https://cuandodejamosdedormir.files.wordpress.com/2012/10/gimnasia.png>

3. Estiramientos (5 minutos)

Como última actividad realizaremos el baile de las “Cintas”.

Cada niño y niña recibirá una cinta de diferente color quienes realizaran los movimientos que indica en la canción (derecha, izquierda, delante, detrás, etc.).

Esto movimientos se los hará en un inicio individualmente y luego grupal.



Fuente:http://i.ytimg.com/vi/TM_ql_CcIQs/maxresdefault.jpg<http://www.efdeportes.com/efd147/unidad-didactica-vamos-a-bailar.htm>

ACTIVIDAD 3

Introducción a la Rutina

Objetivo:

Vivenciar conceptos: izquierda y derecha, logrando un aprendizaje significativo.

Material:

- CDS de música
- Equipo de audio
- Talento Humano

Procedimiento:

1. Calentamiento (5 minutos)

Esta vez como calentamiento se realizara un baile con cualquier tipo de música, en una inicio es preferible suave y luego otro que sea más rápido.

Desplazamientos con ritmo de 4 en 4 tiempos y los estudiantes bailan libremente con esta música.

El profesor o instructor pedirá a los niños y niñas que se desplacen por el salón escuchando las canciones e inicien a ejecutar movimientos suaves, luego se pondrán en posición de pie e imitaran movimientos rítmicos del instructor quien acompañara de saltos y giros así por ejemplo:

Hacemos paso-salto, paso-salto.

Hacemos paso-giro, paso-giro.

Hacemos paso-salto, paso- giro.

Hacemos paso-salto, giro-salto.

Los niños y niñas forman parejas juntando las espaldas. Al son de la música bailan con diferentes desplazamientos sintiendo en todo momento la espalda del compañero. A la señal “todos con todos” la pareja se despega y busca otra diferente para continuar la actividad.



Fuente:<http://notilupa.com/wp-content/uploads/2015/04/Im%C3%A1genes-de-Ni%C3%B1os-Haciendo-Ejercicio-2.jpg>

2. Parte principal (15 minutos)

La actividad que se realiza a continuación un juego llamado “un, dos, izquierda, un, dos derecha”.

- a.- Se organizan los alumnos por parejas, de cada pareja, uno es el número 1 y el otro el número 2.
- b.- Se les indica a los estudiantes que pueden correr libremente por el espacio.
- c.- Cuando el profesor dice 1. Los alumnos que son número 1 se sientan donde se encuentren, mientras el 2 le busca y se sienta rápidamente a su lado.

d.- Si el profesor dice 2, al revés. Lo complicamos diciendo 1-derecha. 1-izquierda, 2-derecha o 2-izquierda. En este caso, además de buscar al compañero, tendrán que sentarse a su derecha o a su izquierda según corresponda.

Reflexión:

Además de enseñar a los niños los conceptos: izquierda y derecha; nos permite desarrollar las habilidades motrices gruesas, hacer más dinámica la clase y así logramos que aprendan ya que ellos aprenden mucho del juego.



Fuente:<http://blogs.okdiario.com/bebes/wp-content/uploads/2015/07/zumba-4.jpg>

3. Estiramientos (5 minutos)

En esta ocasión como actividad de cierre realizaremos algunos aeróbicos la cual se compone de 2 bloques de 4 frases cada uno.

En primer lugar en el instructor o docente enseña la “Caja” se realiza un paso al frente con una pierna, la otra cruza por delante quedándose juntas, ahora abrimos y separamos las piernas dando un paso para atrás con la primera, acabando acompañando el movimiento con la segunda pierna quedando ésta separada respecto la otra la anchura de los hombros.

Este ejercicio lo intercalaron con tiempos dependiendo al ritmo de música que se esté trabajando las modificaciones las realizaran de acuerdo a las necesidades del grupo.



Fuente:http://2.bp.blogspot.com/_OXc6U1jHJsg/TJHeTuc4xdI/AAAAAAAAAFyk/dT9KePKNAs8/s1600/Uso+del+Step+en+el+Colegio.bmp

ACTIVIDAD 4

Rutina elemental

Objetivo:

Adquirir la correcta situación espacio-corporal en los pasos propuestos a través de la correcta ejecución coordinación en el desarrollo de los pasos durante una secuencia musical.

Material:

- CDS de música

- Equipo de audio

- Cintas de colores

- Talento Humano

Procedimiento:

1. Calentamiento (5 minutos)

Como actividad inicial se realizara un juego “Cintas traviesas”

a.- Se forman tres equipos. Cada niño se coloca una cinta del color correspondiente a su grupo en la mano derecha o izquierda (depende de cómo lleve el juego el instructor). La mano con la cinta debe estar levantada horizontalmente.

b.- El juego consiste en sacar las cintas a los demás. Cuando se quita una cinta se coloca junto a la propia.

c.- El niño que se queda sin cinta queda fuera del juego hasta que uno del mismo equipo recupere la cinta y pueda llevársela, quien no tiene cinta quedará en un lugar llamado “el calabozo”.

d.- El juego termina cuando un equipo queda sin cintas y los ganadores cuentan cuantas cintas tienen cada uno.

Reflexión: Los estudiantes aprenden a asociar el color con la noción de lateralidad izquierda-derecha a través de actividades creativas y novedosas, socializando con los demás compañeros.



Fuente:<http://img.webme.com/pic/a/andreartecorporal/correr.a-z.jpg.jpg>

2. Parte principal (15 minutos)

La actividad que se realiza a continuación son los aeróbicos.

El profesor marca el ritmo con un instrumento de percusión (utilizando uno diferente para cada actividad).

a.- El primer ejercicio: Utilizamos el esquema 1, 2, 3 y 4. Repetimos 1, 2, 3 y 4 y saltamos en el 4. Repetimos 1, 2, 3 y 4 gritando además más fuerte 4; Repetimos con acentos tónicos.

b.- El segundo ejercicio: Ritmos binarios: pe-rro/ga-to/pe-rro/ga-to

Bailamos por el salón siguiendo el ritmo a la vez que decimos las palabras de los animales. Por parejas cada uno elige el animal que prefiera y se mueve por el gimnasio al pronunciar su animal con su movimiento característico, cuando suena el otro animal se está quieto. Igual pero con dos animales elegidos por ellos.



Fuente:http://ocio.lne.es/img_contenido/noticias/2012/07/98082/2012_07_20_IMG_2012_07_13_023538__8889889.jpg

3. Estiramientos (5 minutos)

Finalizaremos con un baile.

Se trabajará sobre la secuencia rítmica más básica 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Todos dan palmas con el profesor. Mientras dan palmas, caminan por el patio. Damos un palmada si y otra no (introducimos el silencio). Ahora damos tres palmadas iguales y la cuarta más fuerte. Igual pero en la cuarta no decimos nada.

Poco a poco se irán incorporando giros, movimientos y otras instrucciones para complementar la actividad y se acuerdo al ritmo de la música.



Fuente:http://4.bp.blogspot.com/U8d3tOGCoM/TdbdjD4W_9I/AAAAAAAAAFk/0PZfxukYxjs/s1600/paseos+por+semana+de+preescolar+020.jpg

ACTIVIDAD 5

Rutina elemental

Objetivo:

Descubrir e imitar las diferentes posibilidades de movimiento que tiene el cuerpo.

Material:

- CDS de música
- Equipo de audio
- Talento Humano

Procedimiento:**1. Calentamiento (5 minutos)**

Como actividad inicial se realizara un baile.

Se forman parejas. Frente a frente. El instructor pondrá una melodía suave, uno de los dos se moverá lentamente intentando seguir la melodía y el otro le imitará como si fuera la imagen de un espejo. Después de un rato se intercambian los roles.

Luego el instructor pondrá una melodía rápida y las parejas deben realizar el mismo ejercicio. El instructor debe ir convidando las melodías.

También se puede realizar este ejercicio frente a un espejo en donde el instructor será quien designe pasos y los niños y niñas serán los encargados de observar e imitar estos movimientos que en un momento irán incrementando su complejidad y a la vez aumentar pasos con el fin de lograr la retentiva y asociación en los participantes.



Fuente:<http://www.globaldance.es/wpcontent/themes/striking/cache/images/baileninos2633x324.jpg>

2. Parte principal (15 minutos)

Se realizara un juego basado en los movimientos del cuerpo llamado “izquierda-derecha” el instructor pone una música cuando diga izquierda todos cambian de lugar y cuando diga derecha se ponen en posición estática.



Fuente:<http://1.bp.blogspot.com/TI8HoDT2ug/TkQ6IZggToI/AAAAAAAAAJU/u3986KtFN8M/s1600/AEROBICOS+2.JPG>

3. Estiramientos (5 minutos)

Finalizaremos con una sesión de aeróbicos en donde se combinaran ejercicios ya aprendidos en las actividades anteriores, y terminamos con unos ejercicio de relajación muscular, indicar que se debe realizar una patada comienza cuando un trote con extensión de la cadera, flexión de la rodilla y elevación del talón hacia el glúteo preparándose para ejecutar una patada baja con flexión de la cadera de 30-45° y completa extensión de la rodilla a 0°.

El movimiento se realiza tanto en la cadera como en la rodilla.

Control muscular se muestra durante todo el movimiento. La pierna se detiene con los cuádriceps.

El troco esta erecto con alineación de la columna neutral, natural.

Amplitud: Desde posición neutral de la cadera hasta flexión de la misma 30-40°. Desde flexión completa de la rodilla hasta su completa extensión.



Fuente:<http://www.aprendefitness.com/wpcontent/uploads/HLIC/329a8d92f5dfa83b3b3dac576e80560d.png>

Bibliografía

- Álvares, K. (2011). *Lateralidad*. Recuperado el 17 de Junio de 2015, de Trastornos: <http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=414>
- Arango, J. (2011). *Importancia del juego*. Recuperado el 22 de Junio de 2015, de Importancia del juego: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/ldf/galvez_s_mi/capitulo3.pdf
- Avellaneda, F. (13 de Junio de 2013). *Los aérobicos*. Recuperado el 12 de Junio de 2015, de Características : <http://losaerobicos.blogspot.com/2013/06/caracteristicas-la-caracteristica.html>
- Barros, C. (Enero de 2011). *Importancia de la Bailoterapia*. Recuperado el 21 de Abril de 2015, de Importancia de la Bailoterapia: <http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/1231/14/UPS-CT002003.pdf>
- Carretero, M. (2010). *Constructivismo Pedagógico*. Recuperado el 03 de Junio de 2015, de <http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0001/File/EI%20Constructivismo%20Pedag%C3%B3gico.pdf>
- Chimbo, S. (19 de Julio de 2012). *El deporte es vida y salud*. Recuperado el 12 de Mayo de 2015, de Bailoterapia y sus beneficios: <http://mariasoledadtenesacachimbo.blogspot.com/2012/07/bailoterapia-y-sus-beneficios.html>
- Córdova, J. (Febrero de 2014). *Bailoterapia en el desarrollo motriz*. Recuperado el 20 de Junio de 2015, de Bailoterapia en el desarrollo motriz: <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/8806/1/FCHE-CFS-360.pdf>

- Craig, G. (2012). *Nociones Espaciales*. Recuperado el 01 de Julio de 2015, de <http://lasinfralgicas.blogspot.com/p/concepto-de-espacio-en-los-ninos.html>
- Garcia, C. (2012). *Investigacion de campo*. Recuperado el 15 de Junio de 2015, de <http://www.uovirtual.com.mx/moodle/lecturas/metoprot/10.pdf>
- Giménez, A. (Noviembre de 2009). *El aeróbic en la educación primaria*. Recuperado el 24 de Julio de 2015, de El aeróbic en la educación primaria: <http://www.efdeportes.com/efd152/el-aerobic-en-la-educacion-primaria.htm>
- Gomez, A. (2011). *Nociones*. Recuperado el 28 de Junio de 2015, de Nociones Espaciales: <http://lasinfralgicas.blogspot.com/p/concepto-de-espacio-en-los-ninos.html>
- Gómez, J. (2012). *El juego infantil y la importancia en el desarrollo*. Recuperado el 12 de Mayo de 2015, de El juego infantil y la importancia en el desarrollo: http://www.scp.com.co/precop/precop_files/modulo_10_vin_4/1_jtw.pdf
- Gomez, L. (2011). *Tipos de investigación*. Recuperado el 26 de Mayo de 2015, de <http://www.psicol.unam.mx/Investigacion2/pdf/METO2F.pdf>
- González, E. (2012). *Aérobicos*. Recuperado el 29 de Mayo de 2015, de Tipos de Aérobicos: <http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/ActividadFisicaSaludEspanol.pdf>
- Grijalva, M. (Mayo de 2013). *Entrenamiento Anaeróbico*. Recuperado el 13 de Mayo de 2015, de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/3816/2/06%20TEF%20078%20Tesis.PDF>

- Martínez, N. (21 de Enero de 2013). *Los aeróbicos en los niños*. Recuperado el 20 de Julio de 2015, de <http://cuidadoinfantil.net/las-clases-de-aerobicos-para-ninos.html>
- Ministerio del deporte. (Enero de 2013). *Ministerio del deporte características*. Recuperado el 20 de Abril de 2015, de Ministerio del deporte características : <http://www.deporte.gob.ec/objetivos/>
- Ministerio del deporte. (07 de Junio de 2014). *Ecuador ejercitate*. Recuperado el 01 de Mayo de 2015, de Ecuador ejercitate: <http://www.deporte.gob.ec/ecuador-ejercitate-activa-las-24-provincias-del-pais/>
- Ministerio del deporte. (Mayo de 2014). *Federación deportiva de Cotopaxi*. Recuperado el 01 de Mayo de 2015, de Federación deportiva de Cotopaxi: <http://www.fedecotopaxi.org.ec/index.php/fedecotopaxi-noticias/167-ecuador-ejercitate-es-el-proyecto-emblematico>
- Mora, O. (2012). *El baile y los niños*. Recuperado el 16 de Junio de 2015, de http://www.diarioeltiempo.com.ve/V3_Secciones/index.php?id=155482012
- Parcker, M. (Mayo de 2011). *Ontología de la escolaridad*. Recuperado el 17 de Junio de 2015, de <http://psicologiacultural.org/Pdfs/Traducciones/Ontologia%20de%20la%20escolaridad.pdf>
- Revista Biomanantial. (2013). *Beneficios de los aeróbicos*. Recuperado el 24 de Mayo de 2015, de Beneficios de los aeróbicos : <http://www.biomanantial.com/beneficios-los-ejercicios-aerobicos-a-1287-es.html>

- Revista Medical. (13 de Julio de 2014). *Aeróbicos* . Recuperado el 10 de Junio de 2015, de Beneficios: <http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/vida-activa/tipos-de-deporte/el-ejercicio-aerobico-1889>
- Tenesaca, M. (19 de Julio de 2012). *Bailoterapia*. Recuperado el 15 de Mayo de 2015, de Beneficios de la bailoterapia: <http://mariasoledadtenesacachimbo.blogspot.com/2012/07/bailoterapia-y-sus-beneficios.html>
- Uribe, S. (2011). *Entrenamiento para niños*. Recuperado el 23 de Julio de 2015, de Entrenamiento para niños: <http://www.fitnesspedia.com/2011/07/entrenamiento-para-ninos.html>
- Valverde, J. (12 de Mayo de 2012). *Nociones Izquierda- Derecha*. Recuperado el 24 de Junio de 2015, de <http://library.fes.de/pdf-files/bueros/caracas/03842.pdf>
- Zapata, V. (03 de Julio de 2013). *Nociones Espaciales*. Recuperado el 14 de Junio de 2015, de http://suite101.net/article/lateralidad-conceptos-derecha-e-izquierda-a3358#.Vfn_Jn32SSo

6.- ¿Usted como docente considera que los niños y niñas de 4 y 5 años de edad ya deben tener desarrollado la noción izquierda-derecha?

Si ()

No ()

A veces ()

7.- ¿Usted como docente considera que es importante realizar actividades físicas destinadas a la estructuración del esquema corporal en la jornada de clase?

Si ()

No ()

A veces ()

8.- ¿Usted como docente realiza ejercicios para la estructuración del esquema corporal con los niños y niñas?

Si ()

No ()

A veces ()

9.- ¿Usted como docente piensa que la lateralidad es necesaria para el desarrollo de habilidades en los niños y niñas?

Si ()

No ()

A veces ()

10.- ¿Qué propuesta metodológica nos sugeriría para incentivar a los niños y niñas a la actividad física en el desarrollo de la lateralidad?

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD: PRESENCIAL



Ficha de observación dirigida a niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Rumiñahui”.

Objetivo: Determinar cómo influye el Proyecto Ejercítate Ecuador en el desarrollo de las nociones izquierda derecha de los niños y niñas.

Nombre del niño/a: _____

INDICADORES	Siempre	Casi Siempre	A veces
1. El niño/a realiza actividades físicas durante la hora de clases.			
2. El niño/a realiza actividades físicas en el tiempo libre.			
3. Al niño/a le gusta hacer actividad física.			
4. El niño utiliza el espacio libre en actividades físicas.			
5. El niño cumple órdenes de orientación espacial.			
6. El niño/a reconoce la noción izquierda-derecha.			
7. El niño/a realiza actividades físicas para reconocer la noción izquierda-derecha.			
8. Los niños y niñas en el aula realizan ejercicios de acuerdo al programa Ejercítate Ecuador.			
9. El niño/a realiza un proceso en el desarrollo de la lateralidad.			
10. El niño reconoce e identifica partes de su propio cuerpo.			

Observaciones:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

UNIDAD EDUCATIVA "RUMIÑAHUI"

Centro de Educación Inicial "IRENE CAICEDO"

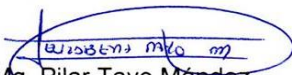
Ambato-Tungurahua

CERTIFICADO DE AUTORIZACIÓN

Yo, Mg. **Elizabeth del Pilar Tayo Méndez**, en calidad de Director del Centro de Educación Inicial "Irene Caicedo", **AUTORIZO** a la señorita: **BUSTOS GAMBOA RUTH ARMENIA**, con C.I. **180434205-1**, estudiante del Décimo Semestre Paralelo Único de la Carrera de Educación Parvularia, Modalidad Presencial de la Universidad Técnica de Ambato, periodo académico abril – septiembre 2015, realizar la **INVESTIGACIÓN DE SU TESIS** previa la obtención de su Título de Tercer Nivel, en esta Institución.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

Ambato, 02 de junio 2015


Mg. Pilar Tayo Méndez
DIRECTORA



NIÑOS Y NIÑAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI



NIÑOS Y NIÑAS REALIZANDO DIFERENTES EJERCICIOS.



