



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD PRESENCIAL**

**Informe final del trabajo de Titulación previo a la obtención del Título de
Licenciada en Ciencias Humanas y de la Educación
Mención Educación Parvularia**

TEMA:

**JUEGOS DE EXTERIOR Y EL DESARROLLO DEL TONO MUSCULAR
DE BRAZOS Y PIERNAS EN LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL II
DE LA UNIDAD EDUCATIVA “UK SCHOOL”**

AUTORA: Mariana de Jesús Chimborazo Martínez

TUTOR: Lic. Mg. Silvia Acosta Bones

AMBATO – ECUADOR

2022

APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Lcda. Silvia Acosta Bones Mg, con cédula de ciudadanía 1802188993 en calidad de tutora del trabajo de titulación, sobre el tema: **“JUEGOS DE EXTERIOR Y EL DESARROLLO DEL TONO MUSCULAR DE BRAZOS Y PIERNAS EN LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA “UK SCHOOL”** desarrollado por la estudiante Mariana de Jesús Chimborazo Martínez considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

Lcda Silvia Acosta Bones Mg.
C.C 1802188993
TUTOR

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Mariana de Jesús Chimborazo Martínez, con cedula de ciudadanía N° 180448926-6, dejo en constancia que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora con el tema: "JUEGOS DE EXTERIOR Y EL DESARROLLO DEL TONO MUSCULAR DE BRAZOS Y PIERNAS EN LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA "UK SCHOOL," quien, basada en la experiencia de 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 exclusividad responsabilidad de su autora.



Mariana de Jesús Chimborazo Martínez

C.C. 1804489266

AUTORA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudios y calificación del informe del Trabajo de titulación sobre el tema: “**JUEGOS DE EXTERIOR Y EL DESARROLLO DEL TONO MUSCULAR DE BRAZOS Y PIERNAS EN LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA “UK SCHOOL”**” presentado por la Srta. Mariana de Jesús Chimborazo Martínez, estudiante de la carrera de Educación Parvularia una vez revisada la investigación se APRUEBA, en razón de que cumple con los principios básico técnicos, científico y reglamentarios.

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

COMISIÓN CALIFICADORA

Carolina Elizabeth San Lucas Solórzano Mg.
C.C. 1802840981
Miembro de comisión calificadora

Dra. Mg. Sylvia Andrade Zurita
C. C. 1801911890
Miembro de comisión calificadora

DEDICATORIA

Me gustaría dedicar esta tesis principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme llegar hasta este momento tan importante de mi formación profesional quizás para muchos profesionales este puede ser un título más en su vida, pero para mí este es el paso más grande e importante que pude dar, después de enfrentar tantas travesías y obstáculos en el camino hoy estoy dedicando a mis padres Eloy y Delia por ser el pilar fundamental para poder cumplir un sueño tan anhelado.

De igual forma dedico esta tesis a mis dos hijos Génesis y Mathías por ser el eje principal y mi fortaleza para poder alcanzar una meta, algún momento en mi vida les juro ante Dios nunca decaer y estar para ustedes en las buenas y en las malas, muchas veces tuve que escoger entre mi profesión y el ser madre y la verdad fue ahí cuando ustedes me dieron ese empujón que necesitaba y tuve que equilibrar estas dos fases pero jamás decaer y rendirme, a mis hermanos Juan Carlos y Leo por ser un ejemplo a seguir y mi apoyo así como la sabiduría que me transmitieron en el desarrollo de mi formación profesional.

A mi pareja Danilo que ha estado junto a mí brindándome su apoyo y confianza llegando a mi vida en un momento muy importante de vida al cual estuvo en mis buenos y malos momentos y quien no permitió nunca decaer en este sendero profesional sus palabras me ayudaron a tomar decisiones reales para poder culminar esta travesía profesional.

Mariana Chimborazo

AGRADECIMIENTO

Después de haber culminado esta etapa de estudio con éxito no me queda más que agradecer, a todas aquellas personas que de una u otra forma me apoyaron para alcanzar el objetivo de graduarme a mis principales apoyos y soportes: mis padres, hermanos, profesores guías y a toda mi familia.

Quiero hacerle llegar mis más sinceras palabras de agradecimiento a ese ser divino llamado Dios por haberme dado la fortaleza de hacer realidad mi graduación Hoy con un título en mano me invade de felicidad, el orgullo y la satisfacción que siento por mí y haber cumplido con una de mis metas más grandes gracias

Mariana Chimborazo

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DE LA TUTORA.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE GRÁFICOS	ix
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
1 CAPÍTULO I.....	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1 Antecedentes investigativos	1
1.2 Objetivos	2
1.2.1 TONO MUSCULAR	3
1.2.2 EL JUEGO	11
1.2.3 EL JUEGO DE EXTERIOR.....	15
2 CAPÍTULO II	28
METODOLOGÍA	28
2.1.1 Materiales	28
2.1.2 Método	28
3 CAPÍTULO III.....	30
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	30
3.1 Análisis y discusión de los resultados	30
3.2 Análisis de triangulación entrevista	31

3.3	Análisis de triangulación ficha de observación.....	37
4	CAPÍTULO IV.....	45
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	45
4.1	Conclusiones	45
4.2	Recomendaciones	46
	MATERIALES DE REFERENCIA	47
	BIBLIOGRAFÍA	47
	ANEXOS	50

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Alteraciones del tono muscular	8
Tabla N° 2: Análisis e interpretación de resultados variable independiente	31
Tabla N° 3: Análisis e interpretación de los resultados variable dependiente	34
Tabla N° 4: Análisis e interpretación de resultados variable independiente	37
Tabla N° 5: Análisis e interpretación de los resultados de la variable dependiente	40

ÍNDICE GRÁFICOS

Gráfico N° 1: Importancia del tono muscular	4
Gráfico N° 2: Tipos de tono muscular	6
Gráfico N° 3: Evaluación del tono muscular	7
Gráfico N° 4: Características del juego	16
Gráfico N° 5: Funcionalidad del juego.....	17

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

Tema: Juegos de exterior y el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de educación inicial II de la Unidad Educativa “Uk School”

Autora: Mariana de Jesús Chimborazo Martínez

Tutor: Lic. Mg. Silvia Acosta Bones.

RESUMEN

El presente proyecto investigativo se basa en los juegos de exterior y el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de educación inicial II, el mismo que se plantea como objetivo el analizar los juegos de exterior en el desarrollo del tono muscular. Se trabajó con una metodología con un paradigma teórico crítico, el cual permite conocer de forma clara sobre los juegos de exterior en el desarrollo del tono muscular. Además, se establece en el presente proyecto un enfoque cualitativo, puesto que busca profundizar y comprender la importancia de utilizar estos juegos externos, además de conocer el valor y la necesidad de ser utilizados en los niños. Además, se establece un alcance descriptivo porque se identifica la funcionalidad de los juegos externos en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas; de igual forma se procedió con una investigación bibliográfica basado en varios autores con sus libros, revistas y artículos, fundamentan teóricamente este proyecto. La población está comprendida por 4 docentes y 15 niños en un rango comprendido de 5 a 6 años. Como conclusión se menciona que a través de los instrumentos de investigación y el aporte científico de varios autores que el desarrollo muscular de brazos y piernas deben estar estimuladas desde etapas iniciales, puesto que a través de la tonicidad pueden realizar actividades que requieran esfuerzo físico y así puedan adquirir las primeras enseñanzas más significativas.

Palabras claves: juegos de exterior, motricidad, tono muscular, estimulación.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION
PRE-SCHOOL EDUCATION CAREER
FACE-TO-FACE MODALITY

Topic: Outdoor games and the development of muscle tone of arms and legs in children of initial education II of the Educational Unit "Uk School"

Author: Mariana de Jesus Chimborazo Martinez

Tutor: Lic. Mg. Silvia Acosta Bones.

ABSTRACT

This research project is based on outdoor games and the development of muscle tone in the arms and legs in children of initial education II, the same as the objective of analyzing outdoor games in the development of muscle tone. We work with a methodology with a critical theoretical paradigm, which allows us to clearly know about outdoor games in the development of muscle tone. In addition, a qualitative approach is established in this project, since it seeks to deepen and understand the importance of using these external games, in addition to knowing the value and the need to be used in children. In addition, a descriptive scope is established because the functionality of external games is identified in the development of muscle tone in the arms and legs; In the same way, a bibliographical investigation was carried out based on several authors with their books, magazines and articles, which theoretically support this project. The population is comprised of 4 teachers and 15 children in a range of 5 to 6 years. In conclusion, it is mentioned that through the research instruments and the scientific contribution of several authors that the muscular development of arms and legs must be stimulated from the initial stages, since through tonicity they can carry out activities that require physical effort and thus can acquire the most significant first teachings.

Keywords: outdoor games, motor skills, muscle tone, stimulation.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes investigativos

El presente proyecto de investigación requiere ser contextualizado en las variables en estudio, con el objetivo de encontrar trabajos que sirvan como referencia al proyecto en estudio y en base a la búsqueda en las diferentes bibliotecas científicas y repositorios se describe las siguientes investigaciones con relación al tema planteado, pero con diferente percepción o criterio.

Según Frías (2019) en base al objetivo de determinar la influencia de los juegos de exterior en los niños; se menciona que el niño al recibir una adecuada estimulación en etapas iniciales utilizando este tipo de juegos, ayuda a potenciar sus habilidades y destrezas, al igual de tono muscular en sus extremidades, también este tipo de actividades promueve la socialización e interacción con sus pares. Un aspecto primordial que se detalla es el aporte que brinda los juegos de exterior en la coordinación, control de movimientos, estabilidad, y equilibrio aspectos fundamentales en el desarrollo del niño; considerando que el juego es una actividad que no solo se enfoca en el entretenimiento y diversión, al contrario le permite aprender, ejercitarse, socializar, desarrollarse y mantener contacto con el medio ambiente e inclusive al realizar actividades o ejercicios en un ambiente abierto beneficia al cerebro con estímulos externos, por consiguiente el juego es necesario para el desarrollo cerebral del niño y niña.

Por su parte Bustos (2016) menciona que en la recreación los niños demuestran sus habilidades y destrezas, se sostiene que niños que habitan cerca o se encuentran rodeados de áreas verdes, son más interactivos y no sufren de estrés infantil, al igual que ayuda en su concentración y una salud más confortante, es decir no enferman continuamente, de igual forma su desenvolvimiento en el ámbito personal es diferente a aquellos niños que únicamente viven en un espacio limitado o simplemente en sus hogares. Cabe mencionar que el lugar de esparcimiento debe constar de un ambiente

propicio para la diversión, entretenimiento, aprendizaje y descanso, puesto que en estos lugares los niños interactúan e inclusive fortalecen sus músculos y fuerza, definen sus capacidades según su aspecto psíquico y físico que son aporte primordial para el desarrollo motor, sensorial e intelectual.

Mientras Palomero (2016) se refiere a que los niños tienen el derecho a disfrutar de juegos y recreaciones idóneos para su desarrollo, los mismos que deben también estar orientados a la educación y formación sin importar ningún tipo de capacidades y siempre interactuando con igualdad e inclusión. A través se puntualiza que a través de los juegos de exterior o parques infantiles se debe fomentar valores que enriquezca la personalidad del infante; es necesario mencionar en este estudio se resalta que los juegos implementados en estas áreas deben ser acorde a las edades existentes en su entorno, de esta forma todos podrán tener accesibilidad.

Según Granada (2017) menciona que la etapa infantil se desarrolla a través del estadio sensorio motor y el estadio pre-operacional, el primero se produce en la edad de 0-2 años y se presenta cuando se relaciona el niño con su entorno, la segunda fase se produce en la edad de 2 a 6 años, la cual se origina cuando las representaciones sensorio-motoras anticipa algún acontecimiento. De igual forma se describe algunas puntualizaciones como, las docentes son el eje principal para estimular la tonicidad en los niños, puesto que el nivel de tonicidad tiene mucho que ver con la estimulación que recibe; el padre de familia es también responsable de que adquiera un desarrollo del tono muscular de brazos y piernas aceptable.

1.2 Objetivos

Objetivo General

Analizar los juegos de exterior en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de Educación Inicial II de la Unidad Educativa “UK School”.

Primer objetivo específico: Fundamentar teóricamente el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de Educación Inicial.

Para el cumplimiento de este objetivo se procede a la revisión bibliográfica de varios autores y por medio de artículos científicos, libros, repositorios, que han sido aporte al conocimiento y que a través de la información y experiencia son un sustento teórico para el presente proyecto

1.2.1 TONO MUSCULAR

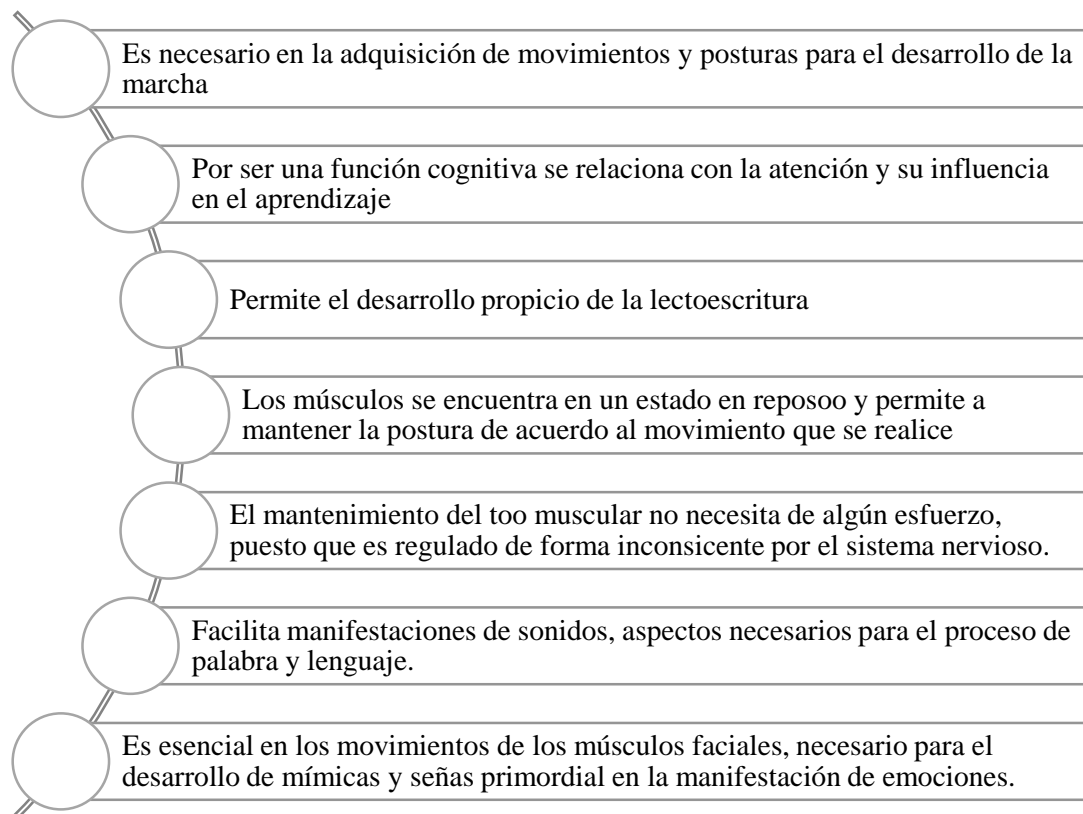
El tono muscular se describe como un reflejo que es controlado por la médula espinal a través de los husos musculares, cabe mencionar que estos husos son cápsulas ubicadas en la parte interna del músculo. De acuerdo con Delgado (2019) el tono muscular se conforma por neuronas sensitivas que son activadas al momento de estirar el músculo y al mismo tiempo envían respuestas a las fibras musculares que están al interior del huso; cabe mencionar que las fibras musculares se encuentran activas incluso cuando el músculo se encuentra en reposo, es por eso que estas fibras son las encargadas de enviar señales de activación al músculo, lo que se denomina tono muscular.

Los trabajos de tonificación muscular pueden generalizarse a todas las zonas musculares y se encuentra enfocadas en el desarrollo de la fuerza y la resistencia. "...se refieren a la resistencia que ofrece el músculo al estiramiento pasivo independientemente que la resistencia se genere a partir de las propiedades biomecánicas del músculo y del componente neural" (Velesville, 2018, p. 33). Por tal motivo se considera al tono muscular como parte fundamental para el desarrollo integral del infante, puesto que permite la adquisición de movimientos y posturas, lo cual permite la evolución apropiada para cada una de las partes del cuerpo. Por su parte Bolaños et al. (2017) menciona que a través del desarrollo de la tonicidad muscular los niños tienen la capacidad de expresar sus emociones, esto concierne que se encuentra ligada a la atención, motivo por el cual existe incidencia en el proceso de aprendizaje del niño.

1.2.1.1 Importancia del tono muscular

En el desarrollo del niño es importante identificar y verificar la conducta neurológica apropiada para cada edad. Para lo cual es necesario que desde etapas iniciales tenga una adecuada estimulación corporal, con la finalidad que el infante obtenga un buen control de sus movimientos, tomando en cuenta que este tipo de estimulaciones no solo es trabajo de la docente, al contrario, es necesario la intervención de los padres por el gran valor que esto significa, como se lo detalla a continuación.

Gráfico N° 1: Importancia del tono muscular



Elaborado por: Mariana Chimborazo

Fuente: (Bolaños et al., 2017)

Como se puede observar la tonicidad es parte esencial para el desarrollo de diferentes actividades, puesto que a través un adecuado tono muscular se lograr una evolución propicia y se adquiere constantes capacidades para poder realizar una variedad de movimientos corporales, sin dejar de lado la representación mental ya que se trata de una función cognitiva. Motivo por cual es primordial que el niño tenga una adecuada

estimulación desde etapas iniciales con la finalidad que tenga la suficiente capacidad de ejecutar movimientos de una forma normal, coordinada y equilibrada, sobre todo para que pueda desenvolverse de una forma autónoma y creativa.

1.2.1.2 Características de los niños de 4 a 5 años

En este rango de edad los niños tienen una etapa muy significativa, puesto que presentan una locomoción sistematizada, propicio para mantener una adecuada estabilidad, control en sus movimientos y desplazamientos. El desarrollo físico y neurológico que se ha estimulado ahora son necesarios en área fina, ya que se inicia a utilizar objetos como las tijeras, lápiz, pincel, entre otros; ahora su sensibilidad fina es más compleja en el proceso de aprendizaje.

De igual forma en su lenguaje ya adquieren un vocabulario más amplio que es utilizado en sus propias expresiones, su razonamiento se distingue en la formulación de oraciones, tiene la capacidad de ser instruido mediante mensajes, logra comprender ideas de espacio y tiempo como es antes -después, hoy-mañana-tarde-noche, al igual de concordancias de origen como primero, segundo, etc., (Rodríguez & Quiroga, 2017). En esta edad siente la necesidad de involucrarse en actividades que ejecutan los adultos y compartir sus ideas de forma clara y lógica; ahora su lenguaje se conjuga con expresiones simbólicas.

Según Gómez (2020) el niño por lo general tiene la necesidad de instruirse, por descubrir su entorno y explorar objetos, máquinas, y actividades propicias de su edad, además organiza y desorganiza sus juguetes, intenta reparar aquellos que se encuentran rotos. Las actividades que ejecuta los realiza con mayor concentración, por lo que es propicio para su razonamiento, donde ya poder elaborar ejercicios lógico matemáticos según su edad, además de relaciones vínculos de seriación, multitud e introducción y seriación, con la finalidad de generar concordancia entre cantidad y número.

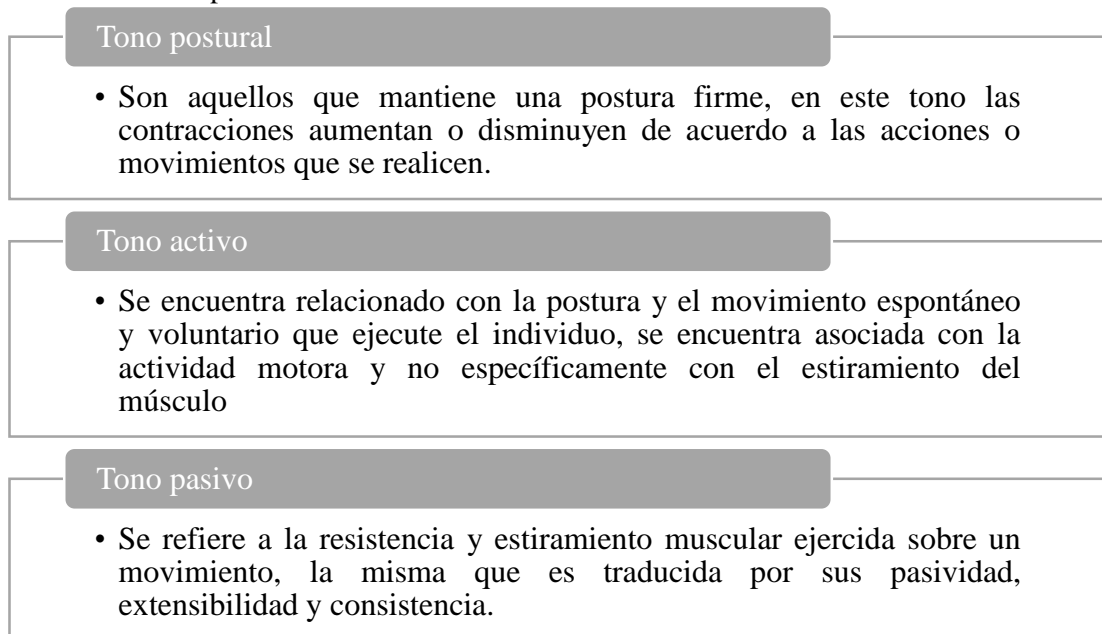
A lo que concierne con su etapa socio emocional, el niño tiene sentimientos más marcados, ahora son más sentimentales y amistosos con las personas que se

encuentran a su alrededor, respeta el turno frente a los demás, comparte sus juguetes con sus pares, es más colaborador y siempre está predispuesto a integrarse a grupos con sus compañeros, ahora ya es un niño más organizado.

1.2.1.3 Tipos de tono muscular

Entre los tipos de tono muscular presentados por Thomas y Amiel (1980) citado por Aldana (2018) se contextualiza lo siguiente:

Gráfico N° 2: Tipos de tono muscular



Elaborado por: Mariana Chimborazo

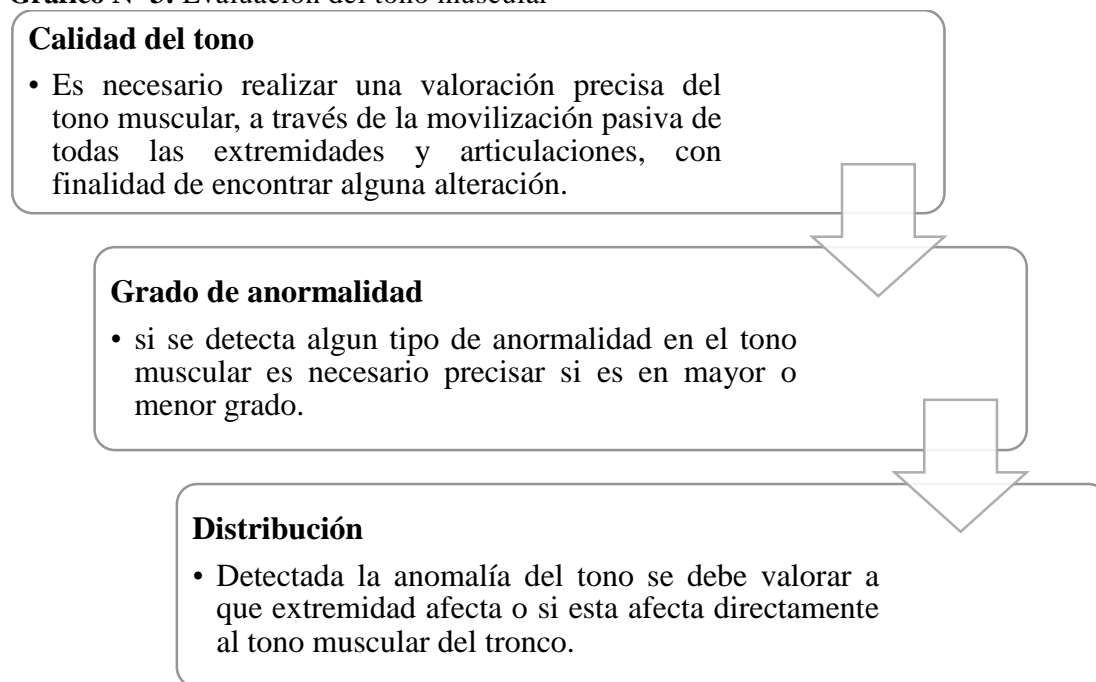
Fuente: Thomas y Amiel (1980) citado por Aldana (2018)

De acuerdo a los tonos antes presentados se evidencia que el tono muscular acompaña siempre en la existencia de las personas, tiene su presencia en un estado en reposo y activo cuando se ejecuta una acción muscular o ejecución de un movimiento, al igual duran el periodo de sueño. Por consiguiente, se puede dilucidar que la tonicidad es importante en el enfoque psicomotor del individuo, es esencial en la comunicación simbólica, lenguaje corporal; se puede mencionar la función tónica con el esquema corporal son una definición básica de la psicomotricidad.

1.2.1.4 Evaluación del tono muscular

En relación a la evaluación del tono muscular no existe una es escala específica para su valoración, el cual detalle o determine, cuáles son los límites entre lo patológico y normal, “los procesos de maduración neurológica, central y periférica, condicionan la instauración de cambios progresivos en el tono muscular y en los patrones de desarrollo motriz” (Aldana, 2018, p. 17). Motivo por el cual no existe comparación entre la extensibilidad, consistencia muscular y pasividad entre un bebe con un adolescente; para realizar una exploración del desplazamiento de las extremidades o la resistencia muscular tanto de tobillos, codos, rodillas, muñecas, dedos, es necesario considerar los siguientes parámetros.

Gráfico N° 3: Evaluación del tono muscular



Elaborado por: Mariana Chimborazo

Fuente: (Aldana, 2018)

Evaluar la tonicidad muscular en el proceso de descanso (sueño), no es pertinente puesto que en ese proceso se evidencia una disminución fisiológica en base al tono muscular. Igual sucede con la espasticidad el infante debe permanecer tranquilo, evitar el cansancio, estar inquieto o adolorido, puesto que estos son signos de que la espasticidad vaya en aumento.

1.2.1.5 Alteraciones del tono muscular

Existe diversas situaciones donde los niños presentan algún tipo de alteración en base a la tonicidad muscular, sean estas por un mayor o menor grado de contracción en los músculos. Este tipo de anomalías tiene incidencia en la postura de movimientos del infante; para tener otro tipo de perspectiva se podría decir imaginar al músculo como una goma, cuando este se encuentra rígido, no se podrá estirar fácilmente peor aún moverse, lo contrario, si es blanda o suave tendrá dificultad en la sujeción. Entre las alteraciones del tono muscular se presentan las siguientes:

Tabla N° 1: Alteraciones del tono muscular

Tono	Alteración
Tono pasivo	<p>Focal: la afectación franca de cualquier extremidad, podría dilucidarse como una lesión nervio periférico.</p> <p>Distal: afectación de las extremidades inferiores, considerada como disrrafias.</p> <p>Hemicorporal: afección que ocurre ya sea del lado izquierdo o derecho del cuerpo.</p> <p>Generalizada: Afección de los diferentes segmentos corporales, pueden ser producidas por patologías genéticas.</p>
Tono activo	<p>Las alteraciones se pueden producirse en los dos tonos, tanto pasivo como activo, cabe resaltar que el tono activo repercute en la locomoción y postura, por tal motivo se pueden evidenciar las siguientes alteraciones:</p> <p>Hipertonía: o espasticidad, se presenta cuando el niño no puede usar de forma adecuada los músculos en su proceso motriz y al no ser utilizada el músculo pierda su fuerza, al igual cuando tiene contracción por largo tiempo pierde su elasticidad.</p> <p>Hipotonía: es lo contrario a la hipertonía, los músculos del troco del niño son demasiados débiles, esto impide que tenga un control motor y su postura adecuada.</p>

Elaborado por: Mariana Chimborazo

Fuente: (Peña & Vaca, 2016)

1.2.1.6 Actividades lúdicas para la estimulación del tono muscular

Para fortalecer o estimular el tono muscular es importante que se desarrolle en edades iniciales, puesto que en esa etapa es donde el niño está evolucionando su motricidad, para lo cual es necesario aplicar estrategias o actividades adecuadas según el rango de edad, si es pertinente aumentar el nivel de complejidad y bajo la supervisión de un adulto.

Juegos de roles: son actividades que ayudan a relajar y trabajar los músculos a través de una serie de juegos que representan a un personaje o rol, cabe destacar que estos juegos son predominantes para estabilizar los miembros tanto extensor como flexor específicamente en la adquisición de habilidades motoras como el equilibrio, estabilidad, coordinación, control de movimientos, conciencia corporal. (Gómez, 2020). Entre los principales juegos se encuentran; caminar como cangrejos, colocarse una capa y levantar las extremidades tanto inferiores como superiores imitando a Superman; imitar a que un niño haga de puente mientras los otros como vehículos pasen por debajo de él y reptar como soldados.

Juegos o actividades sensoriomotoras: cualquier tipo de juego motriz es primordial para la estimulación del tono muscular, la ejecución de juegos tradicionales como la rayuela, salto de la soga, las cogidas, el ula-ula, el elástico el gato y el ratón, entre otros. Estas actividades a parte de estimular al niño y que permite fortalecer su tono muscular y motriz, ayuda al rescate de los juegos populares que en varios casos han sido relegados (Aldana, 2018).

Juegos con el balón Bobath o pelota gigante: existe un sinnúmero de recursos lúdicos que pueden mejorar el tono muscular y no deja de ser importante el balón Bobath, este material al ser utilizado de forma adecuada ayuda a mejorar la postura, la integración sensorial. Además, con el balón se puede ejecutar diversas actividades como de decúbito prono y decúbito supino, acostarse sobre el balón, fungir como un avión y saltar sobre esta. (Delgado, 2019).

Juegos de relajación: es necesario que los niños identifiquen diferentes estados de contracción en sus músculos, existe diversos juegos que buscan diferencias entre relajación y tensión, entre los cuales se puede mencionar los juegos de control tónico, de relajación individual y grupal, escuchar música con sonidos suaves de la naturaleza, el yoga. (Aldana, 2018)

Juegos del exterior: este tipo de juegos se los desarrolla en espacios abiertos, rodeados del medio ambiente con la finalidad de estimular al niño, entre los más representativos se encuentran los parques infantiles con sus diversos juegos como el sube y baja, columpios, resbaladera, entre otros; de igual forma se encuentra el campo, las montañas, la playa o espacios donde se desarrolle algún tipo de deportes; siempre que existan niños acordes a su edad. (Gómez, 2020)

1.2.1.7 Análisis de las variables

De acuerdo a la información obtenida a través de varios autores se procede al análisis de cada una de las variables en estudio, en este caso los juegos de exterior y el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas, con la finalidad de comprobar teóricamente si existe incidencia entre las variables en estudio.

Juegos de exterior: Los juegos de exterior son considerados espacios abiertos, que están al aire libre y se encuentra destinado para la recreación y distracción de los niños y niñas, en el cual existe una variedad de juegos como columpios, resbaladeras, sube y baja, escalera china, etc., los mismos que al ser utilizados de forma lúdica pueden generar un desarrollo adecuado en la psicomotricidad del infante y no únicamente se enfoca en la parte física, al contrario su utilidad se enmarca en otras áreas como la cognitiva, social, personal, emocional, comunicativa, espacial, entre otras. Por consiguiente, la usabilidad de los juegos de exterior es parte esencial para mejorar y fortalecer las habilidades y destrezas del niño y al ser parte de actividades recreativas, interactivas y físicas, se encuentra direccionado en el desarrollo de la motricidad del infante, para lo cual es necesario su utilización y ser parte de las estrategias metodológicas que utiliza la docente en sus clases, transformado su pedagogía a una forma más dinámica e interactiva.

Desarrollo del tono muscular de brazos y piernas: Por su parte el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en el niño es importante fortalecer desde los primeros años de vida, puesto que a través de este el infante podrá controlar sus movimientos, tener mayor seguridad, resistencias y fortaleza muscular, al igual de proteger los músculos y articulaciones del niño, cabe mencionar que el tono muscular se encuentra en forma pasiva, parcial y continua, los mismos que permiten la postura del cuerpo, surge como un mediador del desarrollo motor, e inclusive es necesario para el equilibrio, postura, postura y la ejecución de movimientos intencionales y dirigidos. En conclusión, el tono muscular es parte importante para un adecuado esquema corporal.

Por consiguiente al realizar un análisis de específico de las variables, se puede mencionar que el niño necesita ser estimulado de forma adecuada sus brazos y piernas, de esta forma mejorar su motricidad gruesa que es parte esencial en varios factores del niño, y que mejor utilizar el juego externo para tener una adecuada estimulación en el infante, mientras aprende, ejercita y fortalece también se entretiene en los diferentes juegos, cabe señalar que el adecuado uso de los juegos de exterior depende de la metodología que utilice la docente.

Segundo objetivo específico: Identificar la funcionalidad de los juegos externos en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de Educación Inicial II de la Unidad Educativa “UK School”.

Para el cumplimiento de este objetivo, se procede a la revisión bibliografía de varios autores quien fundamentaran de forma teórica la importancia y funcionalidad que tienen los juegos externos en el desarrollo del tono muscular.

1.2.2 EL JUEGO

El juego se refiere a la actividad espontánea y natural que realizan las personas en todo el transcurso de su vida. Según Espinoza (2016) destacan que el jugar permite comprender el entorno y actuar sobre él, además de descubrir su potencialidad, habilidades, interpretar la realidad, practicar conductas sociales, asumir roles,

compartir experiencias, respetar y aprender reglas, y expresar emociones, sentimientos e impulsos. “El juego es el lenguaje principal de los niños. A través del juego el niño expresa todo su mundo interno: lo que le pasa, lo que siente, lo que piensa. Es mediante él, que el niño desarrolla su sistema cognitivo, emocional y psicológico” (Fernández et al., 2017, p. 2). Entre los autores se deduce la significancia del juego en el desarrollo del niño el primero destaca desde un enfoque externo el aporte significativo en el niño, es decir en fortalecer sus habilidades y destrezas; mientras el segundo autor deduce al juego como la forma de sentir cuando el niño se encuentra en este tipo de espacios, donde el niño expresa sus emociones y sentimientos.

Observar cómo los niños se divierten, entretienen y juegan es el avizorar su desarrollo integral, cabe mencionar que tanto la psicología como pediatría acreditan el valor significativo que tiene el juego en los niños. Puesto que ellos a través del juego aprenden y aún más si se encuentran en espacios externos, aspectos valorar a través de esta actividad es el respeto, la tolerancia y las reglas, por tal motivo en la formación del niño es necesario incluir al juego como una estrategia interactiva y participativa. Según Monge et al., (2019), señala que juego es beneficioso en es varios aspectos que desarrolla el niño, ya sea en su comunicación, socialización, interacción, motricidad, habilidades y destrezas, etc., por consiguiente el juego mejora la función y estructura del cerebro, lo que se denomina función ejecutiva.

Por lo general al juego se lo identifica como una actividad de entretenimiento y diversión, pro su valor y aporte va más allá de esto. En edades iniciales es una etapa donde se evoluciona y desarrolla más las áreas motrices, emocional y cognitiva; además es una edad donde los infantes prefieren el juego que aspectos teóricos o reglas rutinarias, motivo por el cual es pertinente el utilizar esta actividad para el fortalecimiento de sus aptitudes físicas, inteligencia emocional, habilidades sociales, creatividad, capacidad intelectual y varios aspectos más que se pueden originar a través del juego.

1.2.2.1 Teorías del juego

Las actividades relacionadas con el juego son consideradas recreativas, lúdicas y placenteras que se desarrolla en cualquier edad, por lo general los niños son participes del juego como una diversión, pero al ser utilizado de una forma adecuada, se podrá adquirir y fortalecer aspectos necesarios tanto en el crecimiento, formación y motricidad del niño; por tal motivo es necesario que estas prácticas sean ejecutadas por la docente de lo contrario no tendrán normas específicas y serán realizadas de forma natural y espontánea.

Para que el juego surja favorable para el crecimiento del niño debe ser un juego reglamentado, cumpliendo una serie de normas, con recursos y materiales idóneos para un adecuado desarrollo, de esta forma tendrá un valor significativo como lo afirman las siguientes teorías.

Teoría	Autor	Características
Teoría del excedente energético	Spencer (1855)	Tiene relación a la liberación de la energía acumulada dedicada a la supervivencia, para evitar tensiones al organismo. Es decir, el niño al estar expuesto en un proceso pedagógico y a un entorno social desgastante; es necesario ejecutar el juego por su efecto recuperatorio y de descarga.
Teoría de relajación	Lazarus (1883)	Es una teoría enfocada a la recuperación, distensión, relajación y descanso, donde Lazarus menciona que el juego es una actividad que compensa el esfuerzo y agotamiento adquirido por otro tipo de actividades más útiles.
Jean Piaget y Inhelder	Karl Groos (1985)	Los estados de desarrollo cognitivo desde la infancia a la adolescencia: como las estructuras psicológicas se desarrollan a partir de los reflejos innatos y se organizan durante la infancia en esquemas de conducta

Teoría de la recapitulación	Granville Stanley Hall (1904)	Considera que el niño es una recapitulación de la evolución de la especie. Es decir, el juego reproduce las formas de vida de las razas primitivas. En conclusión, la ontogenia es una recapitulación de la filogenia.
Teorías del juego de Freud	Freud (1898 - 1920)	El juego se considera como una expresión de los instintos del individuo, por lo general encuentra placer, puesto que logra dar salida aspectos inconsistentes, a conflictos y preocupaciones.
Teorías de la derivación por ficción	Claparede (1932)	Determina que el juego persigue fines ficticios, con la finalidad de poder revivir estas actividades en una etapa adulta.
Teoría de la dinámica infantil	Buytendijk (1935)	Considera al juego como una derivación de una actitud o dinámica infantil

Elaborado por: Mariana Chimborazo

Fuente: (Gallardo, 2018)

Las teorías presentadas destacan al juego como parte esencial en el desarrollo del niño, donde se produce una acción que se repite al inicio y se agrega movimientos voluntarios para luego convertirse en operaciones mentales. De igual forma al juego lo determinan como una actividad comunicativa entre pares, la misma que ayuda a la reestructuración continua y espontánea, al igual de obtener experiencias a partir de la socialización, con la finalidad de generar amistades en el transcurso de su vida. Es importante mencionar que la participación de un adulto en el proceso de juego es primordial, además de utilizar recursos o instrumentos, propicia la adquisición de destrezas motrices y el fortalecimiento de habilidades. En la misma línea los juegos donde se manipula instrumentos, tienen más valor cognitivo sobre aquellas que se desarrolla a través de la observación.

1.2.3 EL JUEGO DE EXTERIOR

El juego de exterior se describe como aquellas actividades que son realizadas en un espacio físico con recursos y juegos que sean agradables para los niños e inclusive para los adultos, en estos espacios se puede desarrollar cualquier tipo de actividades atractivas y que en algunos casos suelen estar sometidas a reglas básicas, con la finalidad de propagar un ambiente de diversión e interacción. Según Cabas (2017) deduce que el juego de exterior es el espacio físico donde surge el entretenimiento, la espontaneidad, el lugar donde el individuo en especial el niño expresa sus ideas, pensamientos y emociones, al igual donde puede socializar e interactuar con sus pares, sin establecer ningún tipo de reglas y respetando el criterio de su entorno.

Estos espacios son exclusivos para la socialización, transmisión de conocimientos, adquisición de personalidad y sobre todo a mejorar su motricidad y fortalecimiento de sus músculos, son varios aspectos que puede mejorar y adquirir a través de estos juegos que en la actualidad se están desvalorando, dejando de lado el entretenimiento físico por la adquisición de saberes y diversión tecnológica. Por tal motivo se establece al juego externo o de aire libre como un juego personal y espontaneo donde el niño generar sus capacidades y competencias y desarrolla sus habilidades, al contrario, cuando se realiza actividades lúdicas en el interior de aula.

1.2.3.1 Características del juego exterior

Como se mencionó anteriormente el juego exterior es espontaneo y libre, sin establecer ningún tipo de reglas, donde el niño descargue la acumulación de energía que tiene a consecuencia de sus actividades cotidianas; ente las principales características del juego externo se encuentran las siguientes:

Según Cabrera (2019) describe las características del juego exterior donde se argumenta las siguientes:

Gráfico N° 4: Características del juego

El juego	•Se caracteriza por ser una actividad espontánea y libre
	No tiene reglas
	Se produce en ambientes abiertos y naturales
	Actividad esencial para el desarrollo educativo, psicológico, social y físico
	Se puede descubrir anomalías sociales, biológicas y poder corregirlas
	El adulto tiene una incidencia mínima en su accionar
	Se puede observar ciertas características, conductas y personalidad del niño
	Logra expresar sus sentimientos y emociones.

Elaborado por: Mariana Chimborazo

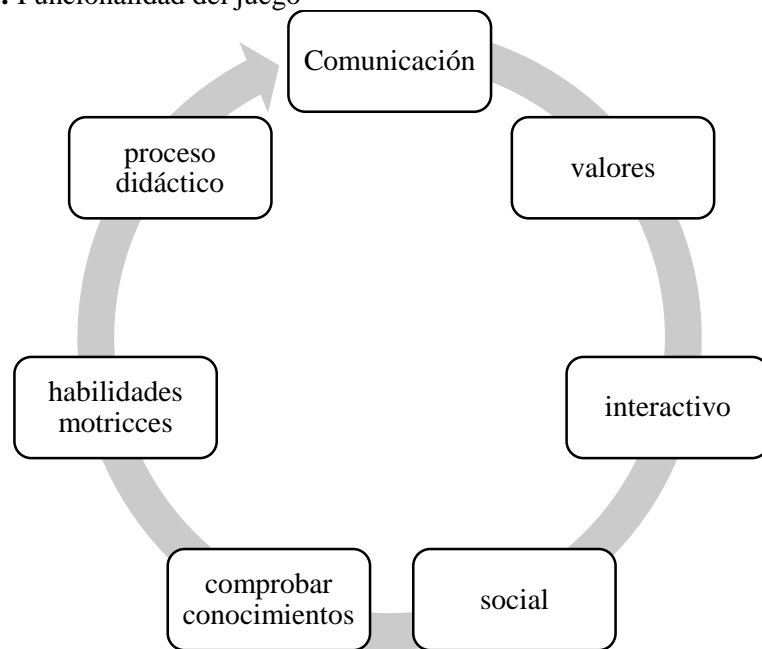
Fuente: (Cabrera, 2019)

Como se puede evidenciar las características del juego externo son múltiples y se puede a través de esta obtener actitudes positivas como el trabajo en conjunto, colaborativo, espontáneo, seguridad de sí mismo, además de demostrar y transmitir sus vivencias y experiencias.

1.2.3.2 Funcionalidad del juego externo

Los juegos externos son de vital importancia, puesto que tienen un aporte significativo en el desarrollo del niño, es primordial para el funcionamiento de cuatro pilares importantes en el infante como es el desarrollo cognitivo, social, motriz y físico; motivo por el cual es necesario estimular el aprendizaje de estos pilares por medio del juego. Cabe resaltar que las actividades externas también son propicias para mejorar el tono muscular. Para Espinoza (2016) el juego se desempeña de una forma natural y espontánea, para mejorar la personalidad de la persona, en la parte pedagógica es necesario su función para generar mayor comunicación, generar elementos valorativos, prácticos, creativos y colaborativos.

Gráfico N° 5: Funcionalidad del juego



Elaborado por: Mariana Chimborazo

Fuente: La autora

Es necesario que los niños desde etapas iniciales fortalezcan su tono muscular, puesto que es un punto de partida para que el cuerpo tenga la fuerza suficiente para realizar cualquier tipo de actividades que se desarrollan de forma espontánea y voluntaria, los mismos que se relacionan con la postura de su cabeza y el tronco. Otro aspecto a resaltar tiene concordancia sobre la ejecución de movimientos y actividades de forma normal es necesario una estimulación adecuada del tono muscular, su estiramiento, su fuerza muscular, aspectos que deben ser estimulados paulatinamente.

Tercer objetivo específico: Bosquejar una guía de uso metodológico de los juegos externos para el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de Educación Inicial II de la Unidad Educativa “UK School”.

Para dar cumplimiento a este objetivo fue necesario el bosquejo de una guía metodológica de actividades que están relacionadas en el fortalecimiento del tono muscular tomando en cuenta la información aportada por parte de las docentes entrevistadas y así poder realizar las actividades lúdicas que favorecen al desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de educación Inicial II de la Unidad Educativa “Uk School” como se menciona a continuación:

Nombre de la institución: Unidad Educativa UK School

Docente: Mariana Chimborazo

Nivel: Inicial II

Objetivo: Controlar la fuerza y el tono muscular a través de actividades que desarrollen el movimiento coordinado

Actividad: Lanzar de pelotas

Ámbito	Destreza	Funcionalidad	Funcionalidad	Indicador de evaluación
Expresión corporal y motricidad	Ejecutar actividades para el control de la fuerza y tono muscular a través del juego de lanzar y atrapar pelotas	Experiencia concreta: <ul style="list-style-type: none">• Verificar los diferentes materiales que serán utilizadas en el juego Reflexión: <ul style="list-style-type: none">• Escuchar las reglas del juego Conceptualización: <ul style="list-style-type: none">• Lanzar las pelotas varias veces hasta lograr insertar dentro de los agujeros. Aplicación: <ul style="list-style-type: none">• Lograr insertar la mayor cantidad de pelotas en los agujeros.	<ul style="list-style-type: none">• Pelota de colores• Imagen de un payaso con varios agujeros	Lanzar pelotas e insertar en los agujeros.

LANZAMIENTO DE PELOTAS



Fuente: (Red Magisterial, 2019)

Ámbito:

- Expresión corporal y motricidad

Destreza:

- Desarrollar actividades para controlar la fuerza y el tono muscular, a través del lanzamiento.

Objetivo:

- Controlar la fuerza y el tono muscular a través de actividades que desarrollen el movimiento coordinado

Tiempo:

25 minutos

Funcionalidad:

- Pelota de colores,
- Imagen del payaso con varios agujeros

Procedimiento:

- Los niños deben acudir a un lugar abierto, (el patio, parque infantil, etc.)
- La docente explicara las reglas que consiste en:
- Lanzar las pelotas e insertar por los agujeros que se encuentran en el payaso
- Se puede incrementar la dificultad aumentando la distancia

Nombre de la institución: Unidad Educativa UK School

Docente: Mariana Chimborazo

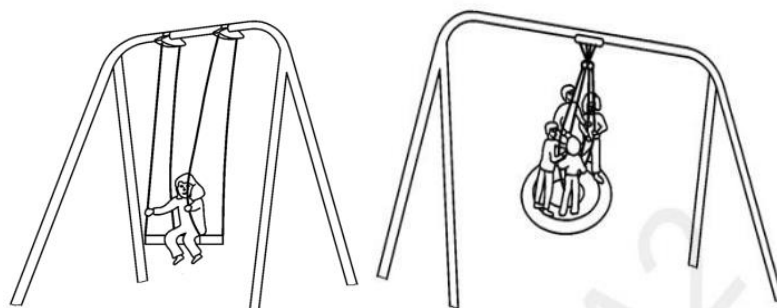
Nivel: Inicial II

Objetivo: Estimular el sistema vestibular y el tono muscular de brazos y piernas

Actividad: Balanceo en columpios

Ámbito	Destreza	Funcionalidad	Funcionalidad	Indicador de evaluación
Expresión corporal y motricidad	Desarrollo muscular, coordinación de manos, brazos y piernas y pies, flexibilidad, equilibrio, fuerza de presión	Experiencia concreta: <ul style="list-style-type: none">• Verificar si el columpio se encuentra en buen estado para evitar inconvenientes. Reflexión: <ul style="list-style-type: none">• Socializar el juego• Explicar el desarrollo del juego Conceptualización: <ul style="list-style-type: none">• Controlar si los columpios están en buenas condiciones Aplicación: <ul style="list-style-type: none">• Balancearse según como pida la docente.	<ul style="list-style-type: none">• Columpio de tabla• Columpio de rueda	Balancearse en los columpios de acuerdo a la consigna de la docente.

BALANCEO EN COLUMPIOS



Fuente: (INEN, 2016)

Ámbito:

- Expresión corporal y motricidad

Destreza:

- Desarrollo muscular, coordinación de manos, brazos y piernas y pies, flexibilidad, equilibrio, fuerza de presión

Objetivo:

- Estimular el sistema vestibular y el tono muscular de brazos y piernas

Tiempo:

30 minutos

Funcionalidad:

- Columpio de tabla
- Columpio de rueda

Procedimiento:

- Para poder desarrollar esta actividad es necesario realizarlo en un lugar amplio como el patio o parque infantil
- La docente forma grupos de 4 niños
- Participaran dos grupos conformados por 4 niños
- Se encolumnan y cada niño debe correr a un columpio de tabla y balancearse 5 veces, una vez terminado corren al columpio de rueda a esperar que se reúnan los demás integrantes del grupo.
- Una vez que se encuentre todos los integrantes deben balancearse en conjunto 5 veces sobre el columpio de rueda.
- Para aumentar la dificultad se puede incrementar el número de balanceos.

Nombre de la institución: Unidad Educativa UK School

Docente: Mariana Chimborazo

Nivel: Inicial II

Objetivo: Mejorar la coordinación a través de la marcha y las escaleras y la fuerza de las piernas.

Actividad: Marchando para deslizarme

Ámbito	Destreza	Funcionalidad	Funcionalidad	Indicador de evaluación
Expresión corporal y motricidad	Mejorar la coordinación, marcha, equilibrio, deambulación y fuerza.	Experiencia concreta: <ul style="list-style-type: none">• Comprobar los recursos utilizados para la actividad Reflexión: <ul style="list-style-type: none">• Socializar el juego• Explicar el desarrollo del juego Conceptualización: <ul style="list-style-type: none">• Encolumnar a todos los niños para el desarrollo de la actividad. Aplicación: <ul style="list-style-type: none">• Marchar mientras están encolumnados.	<ul style="list-style-type: none">• Resbaladera	Marchar coordinadamente y deslizarse de forma adecuada.

MARCHANDO PARA DESLIZARSE



Fuente: (Lovepik, 2018)

Ámbito:

- Expresión corporal y motricidad

Destreza:

- Mejorar la coordinación, marcha, equilibrio, deambulación y fuerza.

Objetivo:

- Mejorar la coordinación a través de la marcha y las escaleras y la fuerza de las piernas.

Tiempo:

25 minutos

Funcionalidad:

- Patio
- Resbaladera

Procedimiento:

- La actividad se lo realizará en los juegos de exterior
- Todos los niños se deben formar con la distancia suficiente del uno al otro.
- La docente da la consigna caminar levantando más el pie derecho y así proceden a subir las gradas de la resbaladera subiendo escalón por escalón con el pie derecho y se deslizan.
- Luego desarrollan la misma actividad ahora con el pie izquierdo, recordando que de la misma forman subieran por las gradas de la resbaladera.
- Una vez que todos pasen ahora se solicita que marchen todos al mismo tiempo y así suban las escaleras para deslizarse.

Nombre de la institución: Unidad Educativa UK Scholl

Docente: Mariana Chimborazo

Nivel: Inicial II

Objetivo: Mejorar la fuerza de los brazos y las manos

Actividad: Tirar la sogá

Ámbito	Destreza	Funcionalidad	Funcionalidad	Indicador de evaluación
Expresión corporal y motricidad	Fortalecer los músculos de los brazos y las manos a través de la fuerza coordinada.	Experiencia concreta: <ul style="list-style-type: none">• Comprobar los recursos utilizados para la actividad Reflexión: <ul style="list-style-type: none">• Socializar el juego• Explicar el desarrollo del juego Conceptualización: <ul style="list-style-type: none">• Formar grupos de 5 niños y colocar en fila cada grupo Aplicación: <ul style="list-style-type: none">• Jalar la sogá hasta que el niño que está primero sobre pase la línea marcada.	<ul style="list-style-type: none">• Soga• Cinta	Jalar la sogá hasta que el grupo contrario sobre pase la línea marcada.

TIRAR LA SOGA



Fuente: (Depositphotos, 2017)

Ámbito:

- Expresión corporal y motricidad

Destreza:

- Fortalecer los músculos de los brazos y las manos a través de la fuerza coordinada.

Objetivo:

- Mejorar la fuerza de los brazos y las manos

Tiempo:

Indefinido

Funcionalidad:

- Soga
- Cinta

Procedimiento:

- La actividad se desarrolla en lugar amplio
- Formar grupos de 5 niños
- Se coloca una línea en el piso con la cinta
- Se entrega una soga quienes deberán jalar de forma coordinada hasta que el equipo contrario sobre pase la línea

Nombre de la institución: Unidad Educativa UK School

Docente: Mariana Chimborazo

Nivel: Inicial II

Objetivo: Fortalecer los brazos y la coordinación a través del juego

Actividad: La escalera china

Ámbito	Destreza	Funcionalidad	Funcionalidad	Indicador de evaluación
Expresión corporal y motricidad	Incrementa la fuerza en manos y brazos, mejora la lateralidad y coordinación	Experiencia concreta: <ul style="list-style-type: none">• Comprobar si la escalera china se encuentra en buen estado Reflexión: <ul style="list-style-type: none">• Socializar el juego• Describir la actividad del juego y como se va a proceder Conceptualización: <ul style="list-style-type: none">• Los niños deben formarse para pasar por la escalera Aplicación: <ul style="list-style-type: none">• Pasar la escalera según la consigna de la docente	<ul style="list-style-type: none">• Escalera china	Lograr cruzar la escalera china de acuerdo a la consigna de la docente.

LA ESCALERA CHINA



Fuente: (Technoswiss, 2019)

Ámbito:

- Expresión corporal y motricidad

Destreza:

- Incrementa la fuerza en manos y brazos, mejora la lateralidad y coordinación

Objetivo:

- Fortalecer los brazos, manos y la coordinación a través del juego de la escalera china.

Tiempo:

Indefinido

Funcionalidad:

- Escalera china

Procedimiento:

- Todos los niños deben estar formados para ir pasando uno a uno por la escalera china.
- En primera instancia se solicita que crucen de una en una.
- Para ampliar la dificultad se menciona que pasen de forma continua y coordinando sus movimientos.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1.1 Materiales

Para el desarrollo del presente proyecto se procedió a la utilización de diversos materiales importantes para el proceso investigativo, entre los cuales su tuvo apoyo de artículos científicos, folletos, revistas, repositorios y libros electrónicos, que fueron un aporte científico y respaldo teórico de acuerdo a las variables en estudio como es los juegos de exterior y el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas.

2.1.2 Método

El trabajo de investigación se realizó mediante el paradigma teórico crítico, el cual permite conocer de forma clara sobre los juegos de exterior en el desarrollo del tono muscular en base a conocimientos científicos de una investigación básica, la misma que permite sustentar los aportes de una forma metódica. Además, se establece en el presente proyecto un enfoque cualitativo, puesto que busca profundizar y comprender la importancia de utilizar estos juegos externos, además de conocer el valor y la necesidad de ser utilizados en los niños; tomando en cuenta que el enfoque cualitativo asume una realidad subjetiva y dinámica que compone varios contextos que son parte de una realidad estudiada.

De igual forma, se tiene un alcance descriptivo, puesto que tienen como finalidad el describir las características principales de los fenómenos existentes mediante criterios sistemáticos, con el objetivo de establecer el comportamiento del fenómeno en estudio, en este caso se identifica la funcionalidad de los juegos externo en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas.

Para el desarrollo del estudio fue necesario la investigación bibliográfica basado en varios autores con sus libros, revistas y artículos, fundamentan teóricamente este

proyecto. El nivel investigativo que se determina es el básico, puesto que describe el problema en el cual se debe intervenir.

Además, se cuenta con un diseño de triangulación concurrente, el mismo que profundiza de forma pertinente sobre los juegos externos en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas, recogiendo datos necesarios e importantes, al igual de características primordiales que son parte esencial para elaborar la presente investigación

El número total de muestra no probabilística a partir de una población total fue de 4 docentes y 15 niños y niñas en un rango de edad de 5 a 6 años y son parte del nivel de inicial II de la Unidad Educativa UK School.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados

La recolección de los datos fue a través de una entrevista para las docentes y una ficha de observación dirigida a los niños y niñas de Educación Inicial II de la Unidad Educativa UK School. Cabe mencionar que los instrumentos mencionados tuvieron la validación respectiva del instrumento a través de expertos en el área de Educación. Con la finalidad de recolectar información necesaria para conocer de forma directa sobre la aplicación de juegos de exterior y el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños y niñas.

La entrevista fue aplicada a 3 docentes de la Unidad Educativa UK School y consta de 6 preguntas abiertas, con la finalidad que describan con total libertad según su criterio cada una de las preguntas expuestas en relación a los juegos de exterior y el tono muscular de brazos y piernas.

La ficha de observación se aplicó a un grupo de 15 niños y niñas en un rango de edad de 4 a 5 años, del nivel inicial II, quien se basa en las en los juegos de exterior y el tono muscular de brazos y piernas, además cuenta con 3 indicadores, con la finalidad de identificar el nivel de desarrollo que tiene el niño en su tono motriz.

A continuación, se presenta el análisis e interpretación de resultados de la ficha de observación y entrevista.

3.2 Análisis de triangulación entrevista

Tabla N° 2: Análisis e interpretación de resultados variable independiente

Variable independiente: Juegos de exterior					
Categorías	Preguntas Entrevistas	Descripción respuesta textual	Definición conceptual	Interpretación por categoría	Interpretación por variables
Gestión y dominio	1. ¿En qué ayuda los juegos de exterior en la tonicidad de brazos y piernas?	<p>D1: Ayuda a los niños en la coordinación, equilibrio, tonicidad muscular y a gastar la energía de cada niño.</p> <p>D2: Estas actividades al aire son importantes para poder obtener tonicidad en sus brazos y piernas.</p> <p>D3: Los juegos de exterior permiten que los alumnos tonifiquen los músculos gruesos</p>	“Se refiere a todas aquellas actividades motrices que llevarán al niño a interiorizar el esquema corporal, es decir es la capacidad de sentir el cuerpo en su totalidad y segmentaria” (Álvarez, 2015).	Se puede realizar un análisis entre las respuestas de las docentes y la definición conceptual, el mismo que el juego exterior es de importancia para el desarrollo del niño, puesto que ayuda a mejorar la coordinación, equilibrio, tonicidad	Con la aplicación de los instrumentos investigativos y de acuerdo a los objetivos planteados y además con el aporte de los autores se determina que los juegos de exterior son actividades realizadas en un espacio físico con recursos y juegos que sean agradables para los niños e inclusive para los adultos. Por parte de las docentes se mencionan que en este tipo de espacios en estos espacios se

		del cuerpo, entrenar el control de cuerpo y el sentido del equilibrio.		muscular de brazos y piernas.	puede desarrollar cualquier actividad atractiva, interactiva que ayude al niño a mejorar su tonicidad motricidad y aprendizaje.
Pensar y entender el entorno	2. ¿Conoce usted el uso adecuado de los juegos de exterior?	D1: No. D2: Con las rutinas diarias casis es imposible poder conocer más de estos juegos. D3: No	Permite que los niños logren comprender y relacionarse con todo lo que se encuentre a su alrededor mientras se divierte además de abrir su mente a nuevas realidades. (Pinargote et al., 2019)	De acuerdo a las respuestas se evidencia que las docentes no tienen el conocimiento necesario sobre los juegos de exterior, tomando en cuenta que este tipo de actividades son necesarias para el desarrollo del niño	
Bienestar integral	3. Desde su perspectiva como educadora	D1: Ayuda a fortalecer los músculos de piernas y brazos, ya que están	El bienestar infantil es el conjunto de percepciones, evaluaciones y aspiraciones que los	Todas las docentes concuerdan que los juegos de exterior son importantes para el	

	<p>¿Cómo cree usted que los juegos de exterior aportan en el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?</p>	<p>en constante movimiento.</p> <p>D2: Aportan una gran importancia, ya que desarrollamos motricidad fina y gruesa y se preparan para una escritura en su vida diaria.</p> <p>D3: Permiten que los alumnos de manera lúdica aprendan y estimulen al mismo tiempo su capacidad.</p>	<p>pequeños tienen sobre sus vidas. En general, los niños se sienten satisfechos, aunque algunos pocos no llegan al nivel óptimo de bienestar. (Faros, 2016)</p>	<p>desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas, puesto que mejorar la motricidad tanto fina como gruesa y su estimulación en diversas áreas como la cognitiva, social, y motriz</p>	
--	--	--	--	--	--

Tabla N° 3: Análisis e interpretación de los resultados de la variable dependiente

Variable dependiente: Tono muscular de brazos y piernas					
Categorías	Preguntas Entrevistas	Descripción respuesta textual	Definición conceptual	Interpretación por categoría	Interpretación por variables
Movimiento voluntario	4. ¿Considera usted que dentro de las actividades lúdicas se puede trabajar la tonicidad de brazos y piernas?	<p>D1: Si ya que se pueden movilizar de un lado a otro, pueden llevar y traer cosas que ayudará a su musculatura.</p> <p>D2: Debería ser una rutina de todos los días como actividades iniciales.</p> <p>D3: Si</p>	<p>Son los que están sometidos al control de la voluntad, no se diferencian demasiado de los automatizados, ya que éstos comienzan siendo voluntarios, y se desarrollan sin control permanente de la voluntad, pero ésta puede intervenir en cualquier momento. (Medina, 2018)</p>	<p>De acuerdo a lo mencionado por las docentes se deduce que, en efecto, toda actividad que involucre movimiento, interacción, fuerza, coordinación, equilibrio, etc., ayudan o son parte esencial para mejorar la tonicidad de brazos y piernas.</p>	<p>De acuerdo a la entrevista realizada y el aporte de varios autores en relación al tono muscular, se describe que la tonicidad muscular, por lo general se encuentra en una contracción pasiva, parcial y continua, es decir se refiere al estado como se encuentran los diferentes músculos de la persona. Es así cuando el individuo está en un periodo de descanso, su tono muscular tiende a reducirse por que se encuentra más relajado,</p>

					mientras que al estar en horas más activas su tono muscular se incrementa lo suficiente para obtener una postura corporal apropiada en todos los movimientos que se generan
Contracción y relajación	5. ¿Qué estrategias metodológicas aplica en el aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?	D1: Desplazamientos, cargas de peso, ejercicios de flexión y extensión. D2: El gatero, bailes, dinámicas corporales. D3: Juegos como carretilla, reptar, colgarse con su propio cuerpo.	A través de la contracción y relajación, se puede disminuir la tensión muscular y frecuencia cerebral al igual que la presión sanguínea. (Córdova, 2015)	Por lo general las docentes utilizan actividades que ayudan al niño a mejorar su motricidad tanto de brazos y piernas, pero cabe mencionar que es necesario implicar nuevas estrategias que incentive al niño y aún más si se refiere a actividades	

				relacionadas con el juego.	
Envía órdenes a los músculos.	6. ¿Qué tipo de actividades realiza usted dentro del aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?	D1: saltar en su propio puesto, movimientos con los brazos (aplaudir, arriba-abajo), jugar con masa. D2: Normalmente como docentes nosotros aplicamos juegos corporales como rondas, saltar en un pie, coger objetos pesados, etc. D3: Juego con ulas, carretilla, caminar, sobre diferentes líneas.	Los músculos mueven distintas partes del cuerpo contrayéndose y relajándose. Los músculos pueden tirar de los huesos, pero no pueden llevarlos de nuevo a su posición inicial. (Rady, 2019)	De igual forma las actividades propuestas por la docente, se podría decir que son las tradicionales, que no existe innovación, lo que presumiblemente puede ocasionar aburrimiento y desmotivación en el niño.	

3.3 Análisis de triangulación ficha de observación

Tabla N° 4: Análisis e interpretación de resultados variable independiente

Variable independiente: Juegos de exterior				
Categorías	Indicadores	Definición conceptual	Interpretación por categoría	Interpretación por variables
Habilidades y destrezas	<p>Demuestra interés al realizar las actividades en los juegos de exterior</p> <p>Corre correctamente sin tropezarse</p> <p>Utiliza la fuerza Coordina, escala con fuerza en la escalera china</p>	<p>La habilidad es la capacidad para desempeñar de manera correcta y con facilidad una tarea o actividad determinada.</p> <p>La destreza, por su parte, se entiende como la capacidad aprendida que tiene una persona para realizar una actividad de manera ágil, rápida y eficiente.</p> <p>(Ecoembes, 2018)</p>	<p>De acuerdo con la ficha de observación se pudo observar que los niños muestran interés en realizar actividades en los diversos juegos del exterior</p> <p>Es evidente que los niños presentan interés por actividades interactivas y participativas y aún más cuando se relaciona con el juego, ya que a través de estas pueden divertirse, entretenerse y cuando es utilizado con fines</p>	<p>Con la aplicación de la ficha de observación y de acuerdo al objetivo planteado se puede mencionar que los juegos de exterior son muy representativos para los niños y niñas ya que a través de estos se puede mejorar varios aspectos como el área motriz, cognitiva y social. Por lo general los niños cuando ejecutan alguna actividad lúdica, ejercicios o juegos, involuntariamente están desarrollando su motricidad en sus brazos o piernas, por eso el juego es considerado una herramienta</p>

			pedagógicos, resulta necesario en el desarrollo del niño. Cabe mencionar que en al correr sin tropezarse existe dificultad en esta actividad ya que suele tropezarse en sus propios pies, no tienen una correcta coordinación en sus movimientos.	estratégica en el proceso de aprendizaje y formación del niño.
Espacios físicos	Corre correctamente sin tropezarse Camina evadiendo obstáculos sin ninguna dificultad	Es donde los niños y niñas descubren con mayor profundidad su cuerpo y las posibilidades que le brinda el movimiento para explorar ese medio que le rodea. (Pinargote et al., 2019)	En los indicadores correspondientes se pudo evidenciar que existe dificultad en esta actividad ya que suele tropezarse en sus propios pies, no tienen una correcta coordinación en sus movimientos esto a consecuencia que no existe un control en sus movimientos y una estimulación adecuada	

Actividad	Trepas la escalera con movimientos coordinados.	La actividad es imprescindible tanto para el desarrollo físico y psicomotor como para la construcción del conocimiento. A través de la propia actividad, en continuo intercambio e interacción con el medio, el niño aprehende y transforma la realidad. (Barranco, 2017)	En esta actividad un porcentaje considerado tiene problemas en esta actividad, suben las gradas de una en una y no escalera en escalera. Cuando el niño tiene una estimulación adecuada con actividades idóneas para desarrollar la coordinación en el niño, no tendrá ningún tipo de dificultades en poder subir la escalera de forma coordinada	
------------------	---	---	---	--

Tabla N° 5: Análisis e interpretación de los resultados de la variable dependiente

Variable dependiente: Tono muscular de brazos y piernas				
Categorías	Indicadores	Definición conceptual	Interpretación por categoría	Interpretación por variables
Reflejo controlado	<p>Levanta objetos pesados sin ninguna dificultad</p> <p>Impulsa con fuerza al momento de subir y bajar el sube y baja</p>	<p>Un reflejo es un movimiento involuntario o automático del cuerpo en respuesta a algo; ni siquiera tienes que pensarlo. Tú no decides patear, simplemente lo haces. Existen muchos tipos de reflejos y todas las personas sanas los tienen. De hecho, nacemos con la mayoría de los reflejos. (Nemours, 2016)</p>	<p>El niño al encontrarse en lugares propicios y adecuados para su desarrollo, sobre todo acogedor y sea parte de entretenimiento, realiza cualquier esfuerzo o sacrificio por satisfacer sus necesidades; inclusive se muestra más solidario, amigable y comparte con sus pares, mediante la observación en un porcentaje mayoritario si logran desarrollar este tipo de actividades. Cabe</p>	<p>Según el objetivo uno y con el aporte de varios autores en relación al tono muscular, y también con la información obtenida a través de los instrumentos investigativos se describe que la tonicidad muscular, por lo general se encuentra en una contracción pasiva, parcial y continua, es decir se refiere al estado como se encuentran los diferentes músculos de la persona. Es así cuando el individuo está en un periodo de descanso, su tono muscular tiende a reducirse por que se encuentra más relajado,</p>

			<p>mencionar que a través de los recursos que se encuentran en los espacios del exterior, el niño mejora su desarrollo tanto en el área motriz, psicológica, social y cognitiva; es por eso que el sube y baja aparte de ser instrumento que ayuda en obtener más fuerza en sus piernas al impulsarse, también ayuda en socializar con sus pares</p>	<p>mientras que al estar en horas más activas su tono muscular se incrementa lo suficiente para obtener una postura corporal apropiada en todos los movimientos que se generan</p>
<p>Neuronas sensitivas</p>	<p>Mantiene su peso en el pasamanos utilizando sus brazos.</p>	<p>Son aquellas neuronas que se encuentran aisladas o localizadas en órganos sensoriales o en zonas del sistema nervioso relacionadas con la integración de las sensaciones. (Córdova, 2015)</p>	<p>Uno de los aspectos importantes a desarrollar en el niño es el equilibrio, y es a través del juego como se puede estimular y mejorar para evitar inconvenientes más adelante. Mediante los resultados de la</p>	

			observación se determina que la mayoría de niños si logran balancearse y mantener su peso en el pasamano, al contrario de otros niños que evitan cruzar el pasamano porque no tiene el equilibrio suficiente.	
Estiramiento del músculo	Utiliza la fuerza de brazos y piernas para realizar ejercicios motrices. Se impulsa con fuerza utilizando su motricidad gruesa y fina en el columpio	Los estiramientos son una de las herramientas de intervención aplicadas desde la fisioterapia pediátrica, dirigidas a mantener la longitud de los músculos, con el objetivo de mejorar o mantener el estado muscular y la capacidad de realizar actividades de los niños (Efisiopediatric, 2017)	Según los datos obtenidos mediante la ficha de observación se evidenció que la mayoría de niños si cumplen con esta actividad, por lo general los niños cuando ejecutan alguna actividad lúdica, ejercicios o juegos, involuntariamente están desarrollando su motricidad en sus brazos o	

			<p>piernas, por eso el juego es considerado una herramienta estratégica en el proceso de aprendizaje y formación del niño. De igual forma la utilización de los instrumentos que se encuentran en los espacios del exterior o parques infantiles son llamativos para el niño, y sobre todo es necesario que ellos lo utilicen puesto que ellos a través del juego están fortaleciendo su motricidad tanto en sus piernas como brazos, como el caso al utilizar el columpio</p>	
--	--	--	--	--

Análisis e interpretación de resultados

Aplicado los instrumentos de investigación tanto la entrevista como la ficha de observación se puede mencionar que los juegos de exterior son una estrategia importante en el desarrollo del tono muscular de los brazos y piernas en los niños y niñas de educación inicial II. Puesto que estos espacios son exclusivos para la socialización, transmisión de conocimientos, adquisición de personalidad y sobre todo a mejorar su motricidad y fortalecimiento de sus músculos, son varios aspectos que puede mejorar y adquirir a través de estos juegos que en la actualidad se están desvalorando, dejando de lado el entretenimiento físico por la adquisición de saberes y diversión tecnológica.

Por tal motivo se establece al juego externo o de aire libre como un juego personal y espontaneo donde el niño generar sus capacidades y competencias y desarrolla sus habilidades, al contrario, cuando se realiza actividades lúdicas en el interior de aula. Como fue evidente cuando se aplicó las actividades descritas en el objetivo 3, donde la mayoría de niños tenían mayor énfasis en participar e interactuar, e inclusive acataban las consignas mencionadas por la docente; cabe mencionar que este tipo de actividades no solo se enfoca en la parte motriz, al contrario, también mejora las relaciones sociales, implementación de valores, respeto, cumplimiento de órdenes, entre otras.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- En conclusión, la respectiva abstracción bibliográfica realizada demuestra el valor de la información científica de varios autores, que coincide que el desarrollo muscular de brazos y piernas deben estar estimuladas desde etapas iniciales, puesto que a través de la tonicidad pueden realizar actividades que requieran esfuerzo físico y así puedan adquirir las primeras enseñanzas más significativas, que motivan la participación de los niños por el deseo de aprender, descubrir y experimentar, induciendo a un camino de crecimiento y maduración más completo en las áreas sociales, cognitivas y motoras y puedan expresar sus emociones que se encuentran ligadas a la atención y concentración, por tal motivo existe un vínculo directo con el aprendizaje del niño.
- De igual forma se concluye a través de los aportes bibliográficos que la aplicación de los juegos externos tiene una significancia importante y una funcionalidad acertada en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños y niñas. De acuerdo a las teorías de pedagogos se menciona que ayuda a liberar la energía acumulada con la finalidad de evitar tensiones, además de ayudar en la relajación y compensa el esfuerzo y agotamiento adquirido por otro tipo de actividades; el niño a través del juego externo involuntariamente está desarrollando su motricidad tanto en brazos como piernas.
- Mediante los diversos juegos de exterior, se puede desarrollar varias actividades que el niño o niña asimilará de una forma adecuada, sobre todo entretenida, interactiva, que aparte de mejorar su tono muscular, acoge otras áreas importantes a mejorar como es la parte cognitiva, social, interactiva, participativa, cumplir reglas, respetar turnos, y sobre todo adquirir nuevos valores que son parte de su vida personal.

4.2 Recomendaciones

- Es necesario que las docentes a través de la investigación realizada, logren alimentar sus conocimientos en relación al desarrollo del tono muscular de brazos y piernas, sobre todo conocer la importancia y beneficios que esta conlleva en los niños y niñas, siendo importante su estimulación en edades iniciales.
- Una vez recolectada la información necesaria a través de autores, es preciso que las docentes conozcan a través de la socialización de la investigación, sobre la funcionalidad que tienen los juegos externos en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de Educación Inicial II. Además, que incluyan en sus planificaciones este tipo de actividades necesarias en el proceso de enseñanza aprendizaje del niño.
- Es importante que las docentes incluyan en la formación del niño las actividades presentadas en la presente investigación, además que se incluyan otras que ellas vean pertinentes, pero siempre relacionando los juegos del exterior con el tono muscular de brazos y piernas, ya que una adecuada estimulación y de forma entretenida e interactiva se obtendrá resultados favorables para el niño.

MATERIALES DE REFERENCIA

BIBLIOGRAFÍA

- Aldana, C. (2018). *El tono muscular en niños de nivel inicial*.
<http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/1468/CRISTIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Álvarez, M. (2015). *Bebé activo: El dominio corporal de los pequeños—Sport City*.
<https://sportcity.com.mx/blog/bebe-activo-el-dominio-corporal-de-los-pequeños>
- Barranco, J. (2017). *Las actividades en la Educación Infantil*.
<http://www.aldadis.net/revista3/03/articulo04.htm>
- Bolaños, R., Arizmendi, J., Calderon, J., & Carrillo, J. (2017). *Espasticidad, conceptos fisiológicos y fisiopatológicos aplicados a la clínica*. 8.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexneu/rmn-2011/rmn113d.pdf>
- Bustos, K. (2016). *Parque para recreación infantil con materiales reciclables y energía solar para su iluminación*. 108.
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/.pdf>
- Cabas. (2017). *Centro de recursos, interpretación y estudios de la escuela*. 194.
<http://revista.muesca.es/documentos/completos/Cabas18.pdf#page=79>
- Cabrera, F. (2019). *Influencia de los juegos al aire libre en el desarrollo de la autoestima en los niños*. 111. <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/ESP-FED-2019-CABRERA%20VILCA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Córdova, F. (2015). *Fundamentos biológicos del aprendizaje y la memoria*. 15.
<https://fcm.uccuyosl.edu.ar/images/pdf/3-LA-NEURONA-1.pdf>
- Delgado, S. (2019). *Miento fisioterapéutico en niños con tono alto*. 85.
<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Echeverría, H. (2016, julio 25). *El Juego Interior*. PsicoGuías.
<https://psicoguias.com/juego-interior/>
- Ecoembes. (2018). *Habilidades y destrezas en el trabajo*. Ecoembes.
<https://ecoembesempleo.es/destrezas-habilidades/>
- Efisiopediatric. (2017). *Estiramientos musculares*. <https://efisiopediatric.com/area-privada/herramientas-la-intervencion/estiramientos-activos/estiramientos-musculares/>

- Fernández, Y., Ortíz, M., & Serra, S. (2017). Importancia del juego para los niños. *InfoHEM*, 13, 38-56. https://www.researchgate.net/profile/Silvia-Serra-Larin/publication/283308819_Importancia_del_juego_para_los_ninos/links/5632379d08ae911fcd488e07/Importancia-del-juego-para-los-ninos.pdf
- Frías, K. (2019). *Juegos de exterior en el desarrollo motriz grueso de los niños y niñas*. 80. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/11/2/Tesis-Katherine-Frias%20..pdf>
- Gallardo, J. (2018). *Teorías del juego como recurso educativo*. 12. <https://rio.upo.es/xmlui/bitstream/handle/10433/6824/Gallardo-LpezJos-AlbertoGallardo-VzquezPedro.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gómez, J. (2020). *Espasticidad*. 1, 13. <http://www.scielo.org.co/pdf/unmed/v62n1/2011-0839-unmed-62-01-00086.pdf>
- Granada, T. (2017). *Cer la tonicidad muscular de piernas y brazos en los niños a través de actividades lúdicas, que permitan al niño afianzar su motricidad gruesa*. 135. <https://dspace.cordillera.edu.ec/bitstream/12I-16-16-1722464664.pdf>
- Mas, M. (2016, noviembre 7). ¿Qué es el tono muscular? Hipotonía e hipertonia. *neuronas en crecimiento*. <https://neuropediatra.org/2016/11/07/que-es-el-tono-muscular-hipotonia-e-hipertonía/>
- Medina, B. (2018). *El movimiento voluntario y su automatización | Educación Física y Deporte*. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/educacionfisicaydeporte/a1190>
- Monge, M., Méndez, M., Hernández, M., & Quintana, C. (2019). La importancia del juego en los niños. *Canarias Pediátrica*, 43(1), 31-35. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7186932>
- Nemours, K. (2016). *¿Qué son los reflejos? (Para Niños)*. <https://kidshealth.org/es/kids/reflexes.html>
- Palomero, J. (2016). *Parques infantiles accesibles*. 7. https://ciudadesamigas.org/wp-content/uploads/2015/10/Palomero_Jorge.pdf
- Peña, M., & Vaca, O. (2016). *Vista de Tono Muscular: Consideraciones Generales. Revisión*. <https://www.europeanjournalosteopathy.com/index.php?journal=155>
- Pinargote, Á. H. P., Alcívar, A. C. A., & Rojas, J. A. R. (2019). Los espacios físicos dentro y fuera del aula y su incidencia en el desarrollo de la motricidad de los niños y niñas de educación inicial. *Tlatemoani: revista académica de investigación*, 10(30), 249-269. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7340400>

- Rady, C. (2019). *Health Library*. Huesos, músculos y articulaciones.
<https://www.rchsd.org/health-safety/health-library/?khURL=https://www.kidshealth.org/ws/RadyChildrens/es/teens/bones-muscles-joints.html/>
- Rodríguez, D., & Quiroga, M. (2017). *Tensimiografía, utilidad y metodología en la evaluación del tono muscular*.
<https://www.redalyc.org/pdf/542/54222122008.pdf>
- Vesville, R. (2018). *El equilibrio corporal y su relación con el tono muscular de las extremidades de las personas*. 113.
https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/9385/Vesville_vr.pdf?sequence=3

ANEXOS

Anexo 1: ficha de observación



Universidad Técnica de Ambato
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Educación Parvularia



Tema: Juegos de exterior y el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de educación inicial II de la Unidad Educativa “Uk School

Objetivo: Analizar los juegos de exterior en el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de Educación Inicial II de la Unidad Educativa “UK School”

TÉCNICA: Observación.

INSTRUMENTO: Ficha de Observación

DIRIGIDO A:

INVESTIGADORA:

FECHA INICIO:

FECHA DE FINALIZACIÓN:

ÍTEMS	ALTERNATIVAS				
	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Demuestra interés al realizar las actividades en los juegos de exterior					
Levanta objetos pesados sin ninguna dificultad					
Corre correctamente sin tropezarse.					
Utiliza la fuerza de brazos y piernas para realizar ejercicios motrices					
Mantiene su peso en el pasa manos utilizando sus brazos.					
Coordina, escala con fuerza en la escalera china.					
Trepa la escalera con movimientos coordinados.					
Impulsa con fuerza al momento de subir y bajar el sube y baja.					
Camina evadiendo obstáculos sin ninguna dificultad.					
Se impulsa con fuerza utilizando su motricidad gruesa y fina en el columpio.					

Anexo 2: Entrevista

Universidad Técnica de Ambato

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

Educación Inicial

Guion de Entrevista dirigida a las docentes



Tema: Juegos de exterior y el desarrollo del tono muscular de brazos y piernas en los niños de educación inicial II de la unidad educativa “Uk School

Objetivo: Analizar el uso apropiado de los juegos de exterior en los niños de inicial II.

1. ¿Según su criterio? ¿En qué ayuda los juegos de exteriores?

.....
.....

2. ¿Conoce usted el uso adecuado de los juegos de exterior?

.....
.....

3. Desde su perspectiva como educadora ¿Cómo cree usted que los juegos de exterior aportan en el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?

.....
.....

4. ¿Considera usted que dentro de las actividades lúdicas se puede trabajar la tonicidad de brazos y piernas?

.....
.....

5. Como docente ¿Que estrategias metodológicas aplica en el aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?

.....
.....

6. ¿Qué tipo de actividades realiza usted dentro del aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?

.....
.....

Anexo 3: Operacionalización de variables

ENTREVISTA

Operacionalización de variable independiente: juegos del exterior

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICA E INSTRUMENTOS
El juego exterior es el efecto o resultado de la gestión y dominio de nuestro juego interior. Vemos fuera el resultado de nuestra manera de pensar y de entender el mundo, seamos conscientes de ello o no. Nuestras manifestaciones físicas y resultados son determinados por nuestro juego interior y por tanto este determina nuestro bienestar integral. (Echeverría, 2016)	Gestión y dominio Pensar y entender el entorno Bienestar integral	<ul style="list-style-type: none"> • Dominio personal • Gestión compartida • Observar • Comprender • Interactuar • Convivir • Percepciones • Evaluaciones • Aspiraciones 	<p>¿En que ayuda los juegos de exterior en la motricidad gruesa y fina?</p> <p>¿Conoce usted el uso adecuado de los juegos de exterior?</p> <p>Desde su perspectiva como educadora ¿Cómo cree usted que los juegos de exterior aportan en el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?</p> <p>¿Considera usted que dentro de las actividades lúdicas se puede trabajar la tonicidad de brazos y piernas?</p> <p>Como docente ¿Que estrategias metodológicas aplica en el aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?</p> <p>¿Qué tipo de actividades realiza usted dentro del aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?</p>	<p>Técnica Entrevista Observación</p> <p>Instrumento Guía de preguntas Ficha de observación</p>

Operacionalización de variable dependiente: tono muscular de brazos y piernas

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICA E INSTRUMENTOS
<p>El movimiento voluntario se obtiene por la contracción y relajación sucesiva de los músculos implicados. Los músculos mantienen un tono, una capacidad de contracción y relajación máximas que determinan la fuerza máxima a la que pueden contraerse. Pero el movimiento surge del cerebro, donde se activan y coordinan múltiples sistemas que actúan en conjunto, que envía la orden a los músculos a través de la médula espinal y los nervios periféricos. (Mas, 2016)</p>	<p>Movimiento voluntario</p> <p>Contracción y relajación</p> <p>Envía ordenes a los músculos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tomar decisiones • Acciones concretas • Planificar • Aumenta la confianza • Distender el organismo • Disminuir el estres • Reaccion • Sensación • Impulso 	<p>Desde su perspectiva como educadora ¿Cómo cree usted que los juegos de exterior aportan en el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?</p> <p>¿Considera usted que dentro de las actividades lúdicas se puede trabajar la tonicidad de brazos y piernas?</p> <p>Como docente ¿Que estrategias metodológicas aplica en el aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?</p> <p>¿Qué tipo de actividades realiza usted dentro del aula para el desarrollo de la tonicidad de brazos y piernas?</p>	<p>Técnica Entrevista Observación</p> <p>Instrumento Guía de preguntas Ficha de observación</p>

FICHA DE OBSERVACIÓN

Operacionalización de variable independiente: juegos del exterior

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICA E INSTRUMENTOS
Los juegos de exterior son actividades que no se desarrollan unicamente por entretenimiento, a través de estos juegos se adquieren fuerza en los músculos, fortalecen sus habilidades, destrezas, capacidades y habilidades, en este espacio físico se puede desarrollar actividades de esparcimiento, lúdicas y al aire libre.	Habilidades y destrezas Espacio físico Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Saltar • Correr • Marchar • Controlar • Caminar • Espacios de sociabilidad • Juegos de desarrollo motriz • Espacios recreativos • Entretenimiento • Acciones • Deportes • Esparcimiento 	<p>¿Corre correctamente sin tropezarse?</p> <p>¿Utiliza la fuerza de brazos y piernas para realizar ejercicios motrices?</p> <p>¿Mantiene su peso en el pasamanos utilizando sus brazos?</p> <p>¿Camina evadiendo obstáculos sin ninguna dificultad?</p> <p>¿Demuestra interes por las activides en los juegos de exterior?</p> <p>¿Coordina, escala con fuerza en la escalera china?</p> <p>¿Levanta objetos pesados sin ninguna dificultad?</p> <p>¿Implsa con fuerza al momento de subir y bajar el sube y baja?</p> <p>¿Se impulsa con fuerza utilizando su motricida gruesa y fina en el columpio?</p>	<p>Técnica Entrevista Observación</p> <p>Instrumento Guía de preguntas Ficha de observación</p>

Operacionalización de variable dependiente: tono muscular de brazos y piernas

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICA E INSTRUMENTOS
<p>El tono muscular se describe como un reflejo que es controlado por la médula espinal a través de los husos musculares, cabe mencionar que estos husos son cápsulas ubicadas en la parte interna del músculo (Bolaños et al., 2017). “Contienen neuronas sensitivas que se activan cuando se estira el músculo y mandan una respuesta a las fibras musculares que están dentro del huso; estas fibras sensitivas están activas incluso cuando el músculo está en reposo, mandando constantemente una señal de activación al músculo, conocida como tono muscular</p>	<p>Reflejo controlado</p> <p>Neuronas sensitivas</p> <p>Estiramiento del músculo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sensación • Impulso • Protección • Conversión de estímulos • Transmite información al sistema nervioso • Transmite impulsos electricos al cerebro • Movilidad • Equilibrio • Flexibilidad 	<p>¿Utiliza la fuerza de brazos y piernas para realizar ejercicios motrices?</p> <p>¿Camina evadiendo obstáculos sin ninguna dificultada?</p> <p>¿Levanta objetos pesados sin ninguna dificultad?</p> <p>¿Mantiene su peso en el pasamanos utilizando sus brazos?</p> <p>¿Marcha en forma coordinada?</p> <p>¿Coordina, escala con fuerza en la escalera china?</p> <p>¿Trepa la escalera con movimientos coordinados?</p>	<p>Técnica</p> <p>Entrevista</p> <p>Observación</p> <p>Instrumento</p> <p>Guía de preguntas</p> <p>Ficha de observación</p>

Anexo 4: fotografías

Foto 1. Escalando con soga



Foto 2. Ula - ula



Foto 3. Escalando la pared



Foto 4. La resbaladera



Foto 5. Pasamano de sogas



Foto 1. Cama de sogas



Foto 7. Subiendo escalones



Foto 8. La carretilla

