



**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y VINCULACIÓN CON LA COLECTIVIDAD  
MAESTRÍA EN TIEMPO LIBRE Y RECREACIÓN  
III PROMOCIÓN  
TESIS DE GRADO MAESTRÍA DE TIEMPO LIBRE Y RECREACIÓN**

**TEMA: EFICACIA DE LA APLICACIÓN DE ACTIVIDADES  
FÍSICO-RECREATIVAS, EN EL DESARROLLO MOTRIZ  
EN LOS NIÑOS DE 10 – 12 AÑOS, DE LA ESCUELA SANTA  
MARÍA DE LOS LOJAS.**

**AUTORA:**

**Lcda. Hernández Mite, Kelly Deysi**

**SANGOLQUÍ – ECUADOR  
2014**

## **LA PROBLEMÁTICA**

**La carencia de actividades físico recreativas presentadas en los niños de 10 y 12 años de la Escuela Santa María Los Lojas, y su incidencia en el desarrollo físico motor, es una de las principales causas para desarrollar esta propuesta.**

**Adicionalmente se establecen carencias que son de orden psicológico y que mediante la actividad física se lograría mejorar la socialización, contribuyendo también a mejorar la autoestima individual de estos niños.**



**LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA “SANTA MARÍA DE LOS LOJAS”, DURANTE SU JORNADA ESCOLAR NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA, LIMITANDO EL DESARROLLO**



**SUS POTENCIALIDADES COGNOSCITIVAS, FÍSICAS, LÚDICAS Y SOCIALES, YA QUE NO CUENTAN CON ESTRATEGIAS QUE DIVERSIFIQUEN LA RECREACIÓN**



**PARA QUE INTEGREN HÁBITOS EN EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE ESTE TIPO QUE POSIBILITEN EL BIENESTAR FÍSICO Y EL DESARROLLO MOTRIZ DE LOS ESTUDIANTES.**

**OBJETIVO  
GENERAL**

**Elaborar una propuesta de programa físico-recreativo para ser ejecutado dentro de la jornada escolar, que mejore el uso del tiempo libre como medio del desarrollo motriz, en niños-adolescentes, entre 10 y 12 años de la escuela Santa María de Los Loja del cantón Salitre provincia del Guayas.**



**ESPE**

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**EN ESE SENTIDO Y  
PROPÓSITO SE  
ENCAMINÓ ESTA  
TESIS.**

## **Procedimientos:**

**Los métodos a utilizarse son de carácter cuasi experimental:**

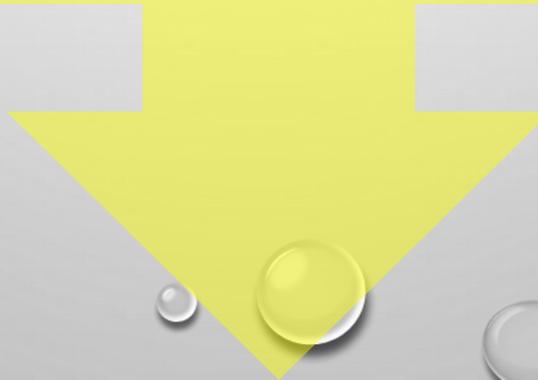
- **Mediante el diseño de pre test se evaluó inicialmente el desarrollo motriz de los niños se aplico el programa con dos muestras de 42 niños (24 niños y 18 niñas) de 10-12 años de la escuela “Santa María de Los Lojas”, del Cantón Salitre y luego el pos test.**
- **Se les aplicó un programa de actividades físico-recreativo en el tiempo libre de la jornada escolar, según las siguientes definiciones descriptivas**

## **La encuesta :**

**Fue utilizada para determinar el grado de preferencia de los niños por un grupo de actividades físico-recreativas, considerando el sexo y dirigida a definir cuáles son las de predilección común para ambos sexos.**

**Se utilizaron las opciones de respuestas Si\_\_\_ y no\_\_\_ y se dejó abierta la posibilidad de que los niños escribieran otras preferencias no contempladas.**

**La encuesta aparece en el anexo 2 del informe de tesis.**

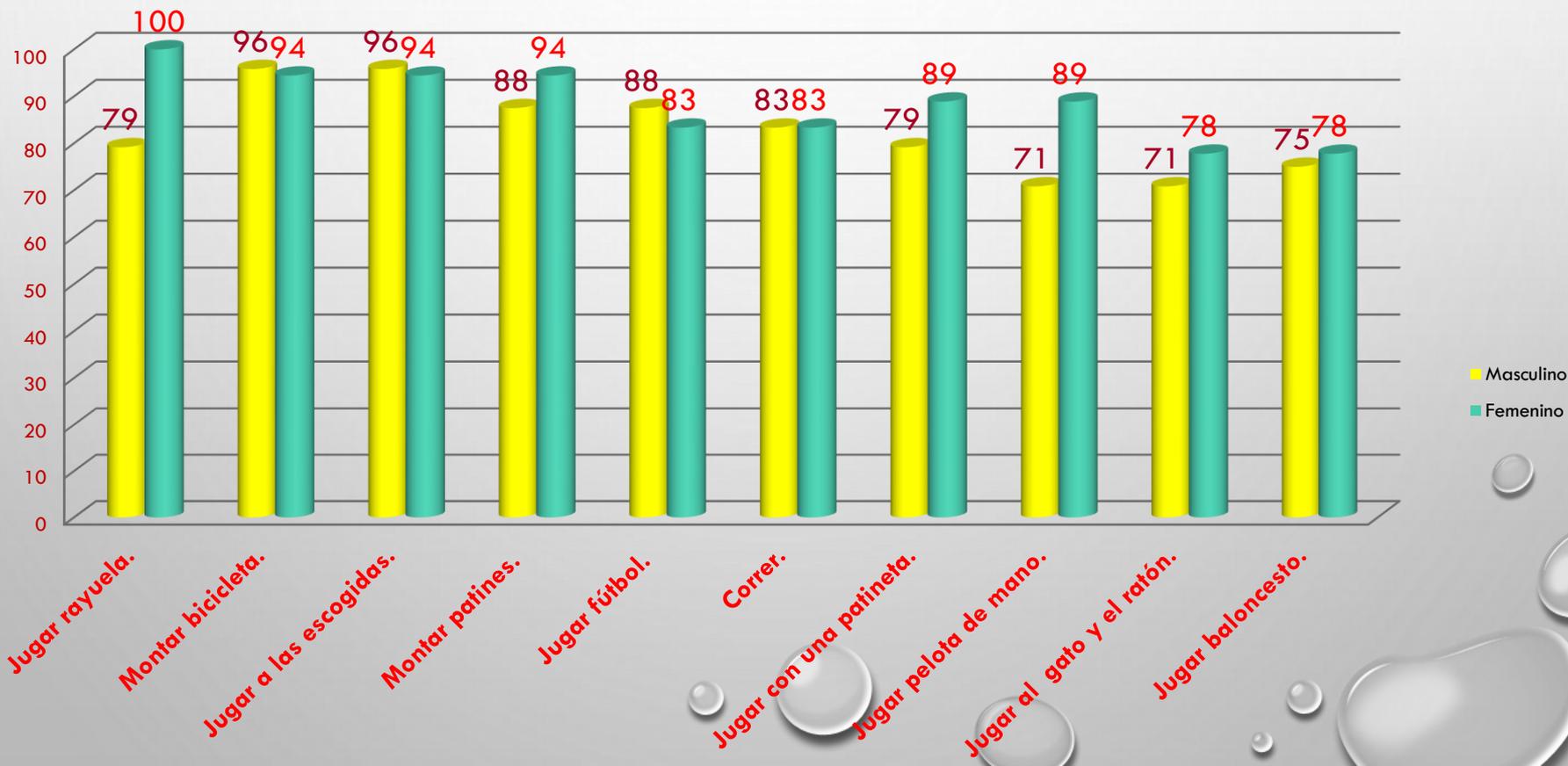


# **RESULTADOS FINAL Y DISCUSIÓN**

**1. Resultado del estudio diagnóstico acerca de las preferencias de los escolares por las Actividades Físico-Recreativas.**

Se detallan, a simple vista, que las actividades físico-recreativas de mayor relieve de coincidencia presentan un orden, en respuestas superiores al 90 %, al 80-89 % y al 70-79 %, que es indicativo de la magnitud proporcional de las coincidencias y como es obvio, del orden preferencial de esas actividades por parte de los niños investigados.

**Gráfico 1 Respuestas de la encuesta aplicada coincidentes en más del 70 %**

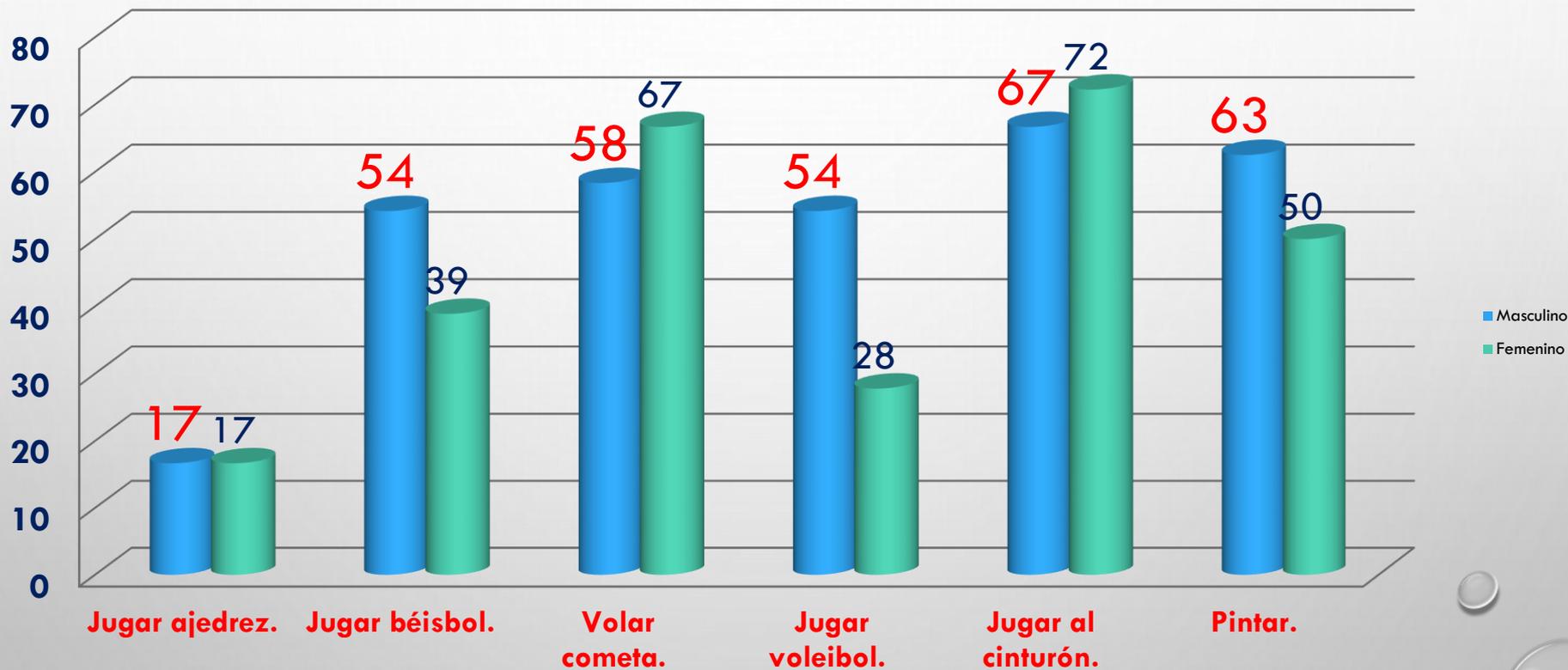




**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**Ese orden preferencial también debe dictar el procedimiento metodológico de organización del tiempo semanal y la frecuencia en el programa que se elabore, por constituirse en la mayor magnitud de las preferencias por parte de los niños y en consecuencia, por el propio respeto que se debe tener al postulador, como ya se expresó, de que el niño vive cuando juega y aprende a vivir jugando, así que hay que respetarle su derecho a elegir cómo jugar.**

**Gráfico 2** Respuestas de la encuesta aplicada coincidente en menos del 70 %.





**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**Resultados del programa de actividades físico-recreativas elaborado.**



**Tabla 2 Programa de actividades físico- recreativas aplicado, según referencias del 70 % o más de los alumnos muestreados**

Actividades Físico-Recreativas	Pretest	Semanas												Resumen		A p l i c a c i ó n d e l p o s t	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Frecuencia	%		
Jugar a las Escogidas.	A p l i c a c i ó n d e l p o s t	x	x	x	x			x		x	x		x	8	16		
Montar bicicleta.			x	x	x	x		x	x	x		x		8	16		
Montar Patines						x	x		x	x			x	5	10		
Jugar Fútbol		x		x				x			x	x		5	10		
Correr			x			x		x			x	x		5	10		
Jugar Rayuela.				x			x			x			x	4	8		
Jugar Baloncesto.					x		x		x			x		4	8		
Montar patineta.		x						x			x		x	4	8		
Jugar pelota de mano.			x			x		x				x		4	8		
Jugar al gato y el ratón.							x			x	x			3	6		
Frecuencia Semanal			3	4	4	3	4	4	6	3	5	5	5	4	50		100
Frecuencia para cuatro semanas			14			15			19								
Por ciento del total		28			30			38									

**Principio de incremento gradual**



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**Consideraré la regulación del incremento de las actividades en forma de onda, para lograr que los niños no sintieran el cambio entre una semana y otra, con la tendencia a utilizar actividades físico-recreativas con incremento de su magnitud en forma de mesetas, como se recomienda en estas edades.**

# Gráfico 3: Frecuencia Semanal de las actividades físico-recreativas en el programa.





**3. Resultados de la Caracterización del grado de desarrollo motriz de los niños-adolescentes de 10 – 12 años en la Escuela Santa María de Los Lojas, antes y después de aplicar un programa de actividades físico-recreativas dentro de la jornada escolar.**

# Tabla 3 Resultados del test de coordinación motriz

Indicadores	Masculino		Femenino	
	Antes	Después	Antes	Después
Los valores de T indican que los desplazamientos de la coordinación motriz tras aplicar el programa fueron muy significativos				
DX	11,96		8,00	
DX%	10.28		6.9	
t	10,52**		5,12**	
Valor de t referencial	2,06		2,10	

Leyenda: \*\* Muy significativo o muy auténtico

**Tabla 4 Resultados del test de agilidad sin obstáculos.**

Indicadores	Masculino		Femenino	
	Antes	Después	Antes	Después
<b>DX</b>	3,13		2,93	
<b>DX%</b>	18.00		17.00	
<b>t Student</b>	2,204**		2,44**	
<b>Valor de t referencial</b>	2,06		2,10	

También los valores de t indican en el test de agilidad sin obstáculo los desplazamientos tras aplicar el programa fueron muy significativos

**Leyenda: \*\* Muy significativo o muy auténtico**

## Tabla 5 Resultados generales en el test de Habilidades motrices.

Indicadores	Masculino		Femenino	
	Antes	Después	Antes	Después
<p>Se repite en el test de habilidades motrices que los valores de t indican que los desplazamientos tras aplicar el programa fueron muy significativos</p>				
<b>DX</b>	7,5		5,95	
<b>DX%</b>	85.71		59.86	
<b>t Student</b>	8,29**		7,294**	
<b>Valor de t referencial</b>	2,06		2,10	

**Leyenda: \*\* Muy significativo o muy auténtico**



**ESPE**

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

# Conclusiones

**En la investigación se logra darle solución al problema y se confirma la hipótesis positiva formulada, lográndose también los objetivos generales y específicos formulados, en tanto se demuestra que un programa de actividades físico-recreativas bien estructurado desde las primeras edades, llevado a cabo en el tiempo libre de la jornada escolar en niños-adolescentes de ambos sexos, de 10 – 12 años de la Escuela Santa María de Los Lojas del Cantón Salitre , incide muy positivamente sobre el desarrollo motriz,**

**El estudio diagnóstico realizado permitió determinar que dentro de las actividades físico-recreativas propuestas, las de mayor preferencia de los niños y niñas, fueron en ese orden, montar bicicleta, jugar a las escogidas, montar patines, jugar fútbol, correr, jugar rayuela, jugar baloncesto, montar patineta, jugar pelota de mano y jugar al gato y el ratón.**

**La estructura del programa elaborado se caracteriza por considerar, de manera estrecha, las ondas pequeñas y medianas que tendrían lugar en la interacción del volumen de actividades físico-recreativas con la propia carga biológica, conducente a transformaciones graduales de la coordinación motriz y al dominio de las habilidades motrices gruesas y finas en desarrollo en los niños.**

**En el plano didáctico los resultados obtenidos demuestran la gran influencia del programa sobre las dimensiones coordinación motriz, agilidad sin obstáculo y el dominio de las habilidades motrices, aunque en esta última los valores de la dispersión grupal fueron elevados en el sexo masculino, lo que sugiere la necesidad de alargar el tiempo de aplicación del programa.**

## **Recomendaciones.**

**En consideración de los resultados concluidos en esta tesis, la autora recomienda, muy comedidamente, al Ministerio de Educación, que sugiera a las escuelas del Cantón Salitre instrumentar, en forma piloto, este programa.**

- 1. En sentido particular, se recomienda a la escuela Santa María Los Lojas del Cantón Salitre donde se aplicó este programa, la generalización de los resultados obtenidos para su aplicación en el futuro.**
- 2. Es preciso continuar investigando en esta dirección con el fin de determinar una gran precisión, las causas de la dispersión grupal en el dominio de las habilidades motrices, por parte de los niños varones.**

**Muchas gracias al tribunal por haberme escuchado.**

**Mis grandes agradecimientos a la universidad de las Fuerzas Armadas, Mi ESPE, que tanto ha significado en mi formación.**