



“La influencia de las actividades recreativas en el desarrollo motor grueso de los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”

Oña Pilatuña, Danny John

Vicerrectorado de Investigación, Innovación y Transferencia de Tecnología

Centro de Posgrados

“Maestría en Recreación y Tiempo Libre”

Trabajo de titulación, previo a la obtención del título de Magíster en Recreación y
Tiempo Libre

MSc. Del Hierro Pazmiño, Isabel Socorro

18 de Noviembre 2019



Document Information

Analyzed document	TESIS FINAL XAV BIBLIOTECA.docx (D69286135)
Submitted	12/14/2020 3:47:00 PM
Submitted by	
Submitter email	gcpadilla@espe.edu.ec
Similarity	7%
Analysis address	gcpadilla.espe@analysis.arkund.com

Sources included in the report

SA	Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE / FLORES BETANCONCOURT 2020.docx Document FLORES BETANCONCOURT 2020.docx (D77919469) Submitted by: gcpadilla@espe.edu.ec Receiver: gcpadilla.espe@analysis.arkund.com	4
SA	TESIS COMPLETA ENVIO FINAL_CASTILLO_MICHAEL.docx Document TESIS COMPLETA ENVIO FINAL_CASTILLO_MICHAEL.docx (D75619126)	3
W	URL: https://repositorio.ula.edu.ec/bitstream/123456789/7348/1/M_FCHE-1070.pdf Fetched: 12/17/2020 6:11:16 PM	1
W	URL: http://repositorio.uto.edu.ec/bitstream/123456789/10405/1/51912_1.pdf Fetched: 12/12/2020 7:23:05 AM	4
SA	Tesis Final Mayra Chérrez - ARROBA.pdf Document Tesis Final Mayra Chérrez - ARROBA.pdf (D61328653)	1
SA	almache_karla_marco_teorico.docx Document almache_karla_marco_teorico.docx (D62985614)	1
SA	PROYECTO FINAL TATIANA SÁNCHEZ.docx Document PROYECTO FINAL TATIANA SÁNCHEZ.docx (D62156398)	3

Isabel Socorro del Hierro Pazmiño

Directora



**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y
TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA**

CENTRO DE POSGRADOS

CERTIFICACIÓN

Certifico que el trabajo de titulación, "**La influencia de las actividades recreativas en el desarrollo motor grueso de los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio "Bicentenario"**" fue realizado por el señor **Oña Pilatuña Danny John** el mismo que ha sido revisado y analizado en su totalidad, por la herramienta de verificación de similitud de contenido; por lo tanto cumple con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, razón por la cual me permito acreditar y autorizar para que lo sustente públicamente.

Sangolquí 14 de Enero del 2021

Isabel Socorro del Hierro Pazmiño

Directora

C.C.: 1721594586



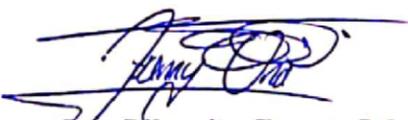
**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y
TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA**

CENTRO DE POSGRADOS

RESPONSABILIDAD DE AUTORÍA

Yo **Oña Pilatuña, Danny John**, con cédula de ciudadanía 1721594586, declaro que el contenido, ideas y criterios del trabajo de titulación: **“La influencia de las actividades recreativas en el desarrollo motor grueso de los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”** es de mi autoría y responsabilidad, cumpliendo con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, respetando los derechos intelectuales de terceros y referenciando las citas bibliográficas.

Sangolquí 14 de enero 2021



Oña Pilatuña, Danny John

C.C.: 1721594586



VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y
TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA

CENTRO DE POSGRADOS

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Yo **Oña Pilatuña Danny John**, con cédula 1721594586 autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar el trabajo de titulación: "**La influencia de las actividades recreativas en el desarrollo motor grueso de los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio "Bicentenario"**" en el Repositorio Institucional, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi responsabilidad.

Sangolquí 14 de Enero del 2021

Oña Pilatuña Danny John

C.C.:1721594586

DEDICATORIA

A toda mi familia por su apoyo incondicional, especialmente a mi madre que es el pilar fundamental de mi vida, quien ha fortalecido mis valores con perseverancia, los cuales me han llevado por el camino del éxito; también agradecer a Mary, una mujer muy especial, que con sus ánimos y ganas supo darme alas para continuar con mi vida profesional.

AGRADECIMIENTO

A Dios por permitirme seguir de pie continuando con mi vida personal y profesional, a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, a todos los docentes de la maestría por brindarme sus conocimientos y apoyo para seguir creciendo en el trayecto de mi carrera.

A la Unidad Educativa Milenio Bicentenario por permitirme desarrollar la presente investigación.

Mi agradecimiento a mi Directora de Tesis, a la MSc. Isabel del Hierro por su paciencia y colaboración para guiarme en el desarrollo de la presente investigación.

Índice de contenidos	
Introducción.....	20
Cronograma de actividades.....	23
Presupuesto general del proyecto	28
Situación de conflicto.....	29
Causas del problema, consecuencias.....	29
Formulación del problema	31
Delimitación del problema.....	31
Antecedentes	32
Justificación.....	34
Importancia.....	36
Objetivos.	38
Objetivo general del proyecto.....	38
Objetivos específicos.....	38
Capítulo II.....	39
Marco teórico.....	39
Recreación.....	39
Beneficios de la recreación.....	42
Recreación educativa.....	43
Los juegos en el desarrollo motriz de los niños.....	44
Juegos recreativos.	49
Características.....	49

Juegos de integración.....	49
Juegos de motivación y estimulación al deporte.....	50
Juegos de vinculación.....	50
Juegos de reglas.....	50
Clasificación de los juegos:.....	51
Por sus características o tipos:	51
Por la intensidad del movimiento o la acción motriz:.....	51
Por la forma de participación:.....	51
Pasos metodológicos para describir un juego:	52
Motricidad.....	53
Elementos que intervienen en la motricidad:.....	56
Clasificación de la motricidad:.....	56
Motricidad gruesa.....	56
Desarrollo motor o motriz.....	57
Habilidades motrices.....	58
Fases del aprendizaje motriz.....	59
Características de los niños de 8 a 10 años.....	60
El desarrollo intelectual:.....	60
Desarrollo morfológico:	61
Desarrollo psicomotriz..	61
Esquema corporal.....	62

Lateralidad.....	63
Tipos de lateralidad.....	63
Equilibrio estático.....	64
Coordinación.....	64
Coordinación general.....	65
Coordinación global.....	65
Estructuración espacio temporal.....	65
Estructuración espacial.....	65
Estructuración temporal.....	65
Percepción	65
Fundamentación legal	66
Constitución de la república del ecuador	66
Código de la niñez y la adolescencia.....	67
Plan nacional para el buen vivir.	68
Ley del deporte, educación física y recreación	69
Hipótesis de la investigación.....	70
Capítulo III.....	70
Metodología de la investigación.....	70
Tipo de investigación	70
Población y muestra	70
Población:	70

Muestra:.....	71
Método de investigación	71
Métodos del nivel teórico	71
Métodos y técnicas.....	72
Documental bibliográfico.....	72
Variables de la investigación	72
<i>Variable independiente:</i>	72
<i>Variable dependiente:</i>	72
Operacionalización de variables	72
Recolección de información.....	77
Validez y confiabilidad	77
Técnica e instrumento	77
Equilibrio estático	77
Equilibrio dinámico	79
Sentido rítmico.....	79
Sentido kinestésico	80
Lanzamiento de precisión.....	80
Lateralidad	80
Capítulo IV.....	82
Resultados de la investigación.....	82
Resultado test de potencia:	83

Resultado test de equilibrio dinámico:.....	84
Resultado test de sentido rítmico:.....	85
Resultado test de lateralidad:.....	87
Resultado test de equilibrio estático:	88
Capítulo V	99
Propuesta	99
Antecedentes de la propuesta.....	99
Justificación.....	99
Introducción	100
Objetivo general	101
Objetivos específicos.....	101
Actividades básicas para mejorar el conocimiento del esquema corporal.....	102
Actividades para mejorar la lateralidad	102
Actividades para mejorar el equilibrio.....	103
Actividades para mejorar la coordinación	103
Actividades para mejorar estructuración espacial- temporal.....	103
Metodología.....	104
Juegos recreativos para el desarrollo motor grueso para niños de 8 a 10 años	105
Juegos de los ojos vendados:.....	105
Rayuela humana:	106

Juego del laberinto:	107
Juego de selfie:.....	108
Juego de los superhéroes:	109
Juego del águila y la gallina.	110
Juego mano pie 1:.....	111
Juego mano pie 2:.....	112
Policías y ladrones:	113
Captura de la bandera:	114
Pan caliente:	114
Juego de las escondidas:	115
El juego del lobo:.....	117
Conclusiones:.....	121
Recomendaciones:.....	123
Referencias	124
Anexos.....	126

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Cronograma de actividades.....	23
Tabla 2 Presupuesto general del proyecto	28
Tabla 3 Variable independiente.....	72
Tabla 4 Variable dependiente	75

Tabla 5 Evaluación de salto largo sin carrera.....	78
Tabla 6 Resultado test de equilibrio estático	82
Tabla 7 Resultado test de potencia	83
Tabla 8 Resultado test de Equilibrio dinámico.....	84
Tabla 9 Resultado test de Sentido rítmico.....	85
Tabla 10 Resultado test de Sentido Kinestésico	86
Tabla 11 Resultado test de Lateralidad:	87
Tabla 12 Resultado test de equilibrio estático:	88
Tabla 13 Resultado test de equilibrio estático:	89
Tabla 14 Resultado test de equilibrio estático:	90
Tabla 15 Resultado test de equilibrio estático:	90
Tabla 16 Resultado test de equilibrio estático:	91
Tabla 17 Resultado test de equilibrio estático:	92
Tabla 18 Modelo operativo.....	104
Tabla 19 Juegos recreativos	118

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Equilibrio estático.....	82
Figura 2 Potencia.....	83
Figura 3 Equilibrio dinámico.....	84
Figura 4 Sentido rítmico.....	85
Figura 5 Sentido kinestésico.....	86
Figura 6 Lateralidad.....	87
Figura 7 Equilibrio estático.....	88

Figura 8 Potencia.....	89
Figura 9 Equilibrio dinámico.....	90
Figura 10 Sentido rítmico.....	91
Figura 11 Sentido kinestésico.....	92
Figura 12 Lateralidad.....	93
Figura 13 Pregunta 1.....	93
Figura 14 Pregunta 2.....	94
Figura 15 Pregunta 3.....	94
Figura 16 Pregunta 4.....	95
Figura 17 Pregunta 5.....	95
Figura 18 Pregunta 6.....	96
Figura 19 Pregunta 7.....	96
Figura 20 Pregunta 8.....	97
Figura 21 Pregunta 9.....	97
Figura 22 Pregunta 10.....	98
Figura 23 Juego ojos vendados.....	104
Figura 24 Rayuela Humana.....	105
Figura 25 Juego de laberinto.....	106
Figura 26 Juego del selfie.....	107
Figura 27 Juego de los superhéroes.....	108
Figura 28 Juego del águila y la gallina.....	109
Figura 29 Juego mano pie 1.....	110
Figura 30 Juego mano pie 2.....	110
Figura 31 Policías y ladrones.....	111
Figura 32 Captura de la bandera.....	112
Figura 33 Pan caliente.....	113

Figura 34 Juego de las escondidas.....	114
Figura 35 Juego del lobo.....	116

Resumen

El presente trabajo de investigación parte de un conocimiento directo y procedimental, se basa en la experiencia directa con el objeto de estudio adquiriendo información fundamental para la propuesta y evaluación del mismo. Para comprobar cómo influyen las actividades recreativas en el desarrollo motor grueso de los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, ubicada en la provincia de Pichincha, cantón Quito, con una población de estudio de 36 niños; (20 niñas - 16 niños); se aplicó el test de J. Letwin que cumple con el desarrollo de las variables, tuvo como objetivo la recolección de datos de los niños (edad, sexo y contraindicaciones para realizar actividad física). Adicionalmente con el mismo test, implementando parámetros se procedió a medir el desenvolvimiento motriz de cada uno de los estudiantes, con los resultados obtenidos se pudo evidenciar las capacidades físicas motoras de cada uno y sus falencias, procediendo a realizar una Propuesta Metodológica de Actividades Recreativas con el fin de perfeccionar su capacidad motora, en la última etapa se realizó el mismo test para proceder al análisis final correspondiente, que dio como resultado un desarrollo óptimo en los estudiantes aplicando juegos recreativos de motricidad gruesa.

PALABRAS CLAVE.

- **NIÑOS**
- **DESENVOLVIMIENTO MOTRIZ**
- **DESARROLLO MOTOR**
- **GRUESO**

- **ACTIVIDADES RECREATIVAS**

Abstract

The present research work starts from a direct and procedural knowledge, it is based on direct experience with the object of study acquiring fundamental information to the proposal and evaluation.

To see how recreational activities influence the gross motor development of children aged 8 to 10 years of Unidad Educativa Municipal Milenio Bicentenario, located in Pichincha province, of Quito canton, with a study population of 36 children; consisting of 20 girls and 16 boys; J. Letwin's test was applied that accomplishes with the development of the variables, it had as objective to collect data of children (age, sex and contraindications for physical activity).

In addition, with the same test, implementing parameters was carried out to measure the motor development of each one of the students, with the obtained results it was evidenced the motor physical capacities of each and their shortcomings, proceeding to make a Methodological Proposal of Recreational Activities in order to improve their motor capacity, in the last stage the same test was performed to proceed to the corresponding final analysis, which resulted in optimal development in students applying recreational games of gross motor skills.

KEY WORDS:

- **CHILDREN**
- **MOTOR DEVELOPMENT**
- **MOTOR DEVELOPMENT**
- **THICK**
- **RECREATIONAL ACTIVITIES**

I, I certify that this translation is a faithful copy of the original in Spanish.

I CERTIFY that the above is a true and correct translation from the document in
Spanish.



23 Junio / June 2020.

MSc. Johanna G. Ramirez Pinargote

TRADUCTOR/TRANSLATOR

CI: 1719275396 Cel: 0998655328

Introducción

El desarrollo motor grueso mediante las actividades recreativas en los niños de 8 a 10 años es fundamental, sobre todo en esta etapa de su vida, ya que ayudan a facilitar el control del cuerpo mediante los movimientos. Además, posteriormente suministrarán apoyo en el desarrollo de habilidades y destrezas que serán útiles en su vida cotidiana.

Por medio de esta investigación se buscó analizar la influencia de la recreación en el desarrollo de la motricidad gruesa, mediante actividades específicas, cuyo propósito también busca mejorar su condición en el movimiento corporal.

Para sustentar este proyecto se han elaborado cinco capítulos que están detallados de manera puntual en el desarrollo de la investigación, y están divididos de la siguiente manera:

Primer capítulo: Se centra en presentar la introducción, situación del conflicto, causas del problema, formulación y delimitación del mismo; presenta los antecedentes, justificación del trabajo de investigación, el objetivo general y los específicos.

Segundo capítulo: Marco teórico, aquí se analiza todas las aportaciones teóricas y científicas en los cuales se ha sustentado esta investigación, discerniendo e interpretando de manera profunda el tema propuesto.

Tercer capítulo: Metodología, este capítulo se encamina al buen desenvolvimiento del trabajo de investigación y de igual manera colabora a obtener los datos necesarios y permite obtener evidencias concisas que argumentan el trabajo de investigación.

Cuarto capítulo: Resultados de la investigación, aquí se exponen la organización de todos los resultados obtenidos y la representación gráfica de los mismos.

Quinto capítulo: La propuesta, se presenta la organización de las actividades y juegos que se realizaron para el desarrollo de esta investigación.

Los beneficios de las actividades físico-recreativas y en particular los juegos, brindan a la niñez extraordinarios resultados en la salud corporal. En los últimos tiempos la actividad lúdica de los niños ha tenido un contraste negativo por la industria del ocio. En muchos casos la práctica de videos juegos y otras formas pasivas, prevalecen sobre las actividades lúdicas, interfiriendo en el sano desarrollo psicomotriz de los niños.

A medida que las nuevas tecnologías se transforman, éstas se convierten en un enemigo pasivo del ser humano con relación a la actividad física y recreativa. En una observación directa realizada a los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, se ha recopilado información que refleja la forma de recrear, organizar y desarrollar los juegos en el tiempo libre. Se ha observado también, una falta de orientación de la niñez hacia el desarrollo motriz con relación a la coordinación, para ejecutar acciones propias de su edad. Por ejemplo, en la ejecución de una carrera, la presencia de factores de riesgo como la obesidad, entre otros, propios del sedentarismo provocado por la inactividad física; dio como resultado una descoordinación en la ejecución de las actividades.

A nivel internacional y nacional son múltiples los trabajos investigativos dirigidos al desarrollo motriz de los niños a partir de las actividades físico-recreativas y/o los juegos (**Alfonso, 2010**). Sin embargo, se requiere realizar propuestas que desplieguen al máximo las potencialidades del contexto y se tengan en cuenta las necesidades y posibilidades de los niños en correspondencia

con su edad. En el caso particular de la presente investigación, en los niños de 8 – 10 años de la Unidad Educativa del Milenio “Bicentenario”.

De acuerdo con la observación que se ha realizado a 36 niños entre 8 y 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario” se pudo constatar los siguientes aspectos:

No se considera el tiempo libre, así como los gustos y preferencias de los niños y niñas en la oferta de actividades para el desarrollo motriz.

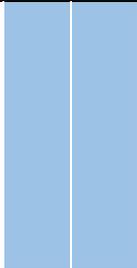
Predominio de actividades pasivas, las mismas que son poco estimulantes para la iniciativa, creatividad y desarrollo motriz de los niños y niñas.

Poca variedad de actividades y juegos en las ofertas recreativas e ineficiente sistematicidad en los mismos, perjudicando el óptimo desarrollo de la motricidad en los niños y niñas.

Distribución inadecuada de los espacios deportivos que existen en la institución y comunidad educativa, esto no permite el desarrollo diversificado de actividades que beneficiarían a la niñez.

Tendencia de los niños y niñas al sedentarismo, desencadenando en sobrepeso y obesidad que afecta de forma nociva a la salud de los mismos.

Limitado desarrollo motriz en los niños como parte de su formación integral. Poca capacitación en métodos y técnicas actuales a los profesores del Área de Educación Física que laboran en la Institución educativa, en consecuencia, se limita construir y desarrollar actividades físico-recreativas y en particular juegos para el desarrollo motriz de los niños de 8 a 10 años.

niños de 8-10 años de la Unidad Educativa Milenio Bicentenario.	
Diseño de los juegos para favorecer el desarrollo motriz en niños de 8-10 años de la Unidad Educativa Milenio Bicentenario.	
Socialización de los resultados del diagnóstico y los juegos con los profesores de	

Educación y los niños					
Aplicación de los juegos diseñados.					
Aplicación los instrumentos de evaluación del nivel de desarrollo motriz en niños de 8-10 años (pos-test).					
Recopilación, procesamiento e interpretación de la información recopilada					
Elaboración del informe final de tesis					

<p>Presentación del informe final de tesis</p>	
---	--

Presupuesto general del proyecto**Tabla 2***Presupuesto general del proyecto*

Descripción	Valores
Transporte	\$100
Alimentación	\$250
Materiales de oficina	\$100
Fotocopias	\$ 50
Imprevistos	\$150
Derechos de grado	\$240
Dirección de tesis	\$900
Emisión de título	\$120
Total, Gastos generales:	\$1,950

Situación de conflicto

En la actualidad un aspecto que genera problemas, es que los niños de 8 a 10 años, tengan fácil acceso a la tecnología como: celulares, tablets, computadoras, televisiones, acceso a internet con video juegos y entretenimiento. Se ha demostrado a través de la neurociencia que el cerebro infantil produce serotonina y químicos al contacto con dichas actividades, generando adicción hacia las mismas; creando una dependencia a este tipo de juegos y entretenimientos, dando como resultado niños inactivos, sedentarios y con un gran problema relacionado con el bajo desarrollo motor en todo nivel.

Causas del problema, consecuencias

Las causas principales son la falta de propuestas alternativas por parte de los adultos para que los niños tengan diferentes espacios de recreación y buen uso del tiempo libre.

Los horarios saturados que tienen los padres y los docentes en los centros educativos. Los padres, todo el tiempo lo ocupan en actividades domésticas; y los docentes emplean todo el tiempo en planificaciones curriculares dadas por la reforma. En el caso de los docentes esta sobrecarga de trabajo, no permite realizar proyectos o actividades alternativas para que los niños tengan una Recreación que apoye a todo su desarrollo motor, afectivo, social y cognitivo.

Las inadecuadas políticas públicas, tanto en lo educativo como en lo urbanístico, que inviertan en la creación de proyectos recreativos para que los niños utilicen los espacios tanto a nivel institucional como a nivel urbano. En este último, por ejemplo, la implementación y adecuación en los parques y espacios públicos ayudarían de manera estratégica.

El acceso a la tecnología sin límites ni control, debido a que los niños se encuentran solos en casa y no tienen adultos que vigilen.

Los espacios públicos son demasiado peligrosos. Están contaminados por varios factores de riesgo, entre los que predominan: la delincuencia, el alcohol y las drogas. Todo esto causa una permanente inseguridad, dando como resultado, niños encerrados en espacios físicos pequeños.

La falta de seguridad pública hace que los niños no puedan acceder a los parques y a las actividades recreativas con tranquilidad.

Todos estos problemas nos dan como resultados niños con bajo desenvolvimiento en actividades físicas, presentando dificultades en el desarrollo de la motricidad gruesa y fina; nuestros niños se alejan de los deportes, no despliegan competencias sociales y afectivas porque no conviven entre semejantes y esto causa un impacto también a nivel cognitivo, ya que sin movimiento no hay desarrollo infantil neurológico y motriz.

El juego es la actividad *sagrada* de los niños de 8 a 10 años. Lamentablemente al no existir el juego se ve limitado el repliegue del desarrollo motor grueso, teniendo como consecuencias: la obesidad, atrofiamiento muscular y el sedentarismo.

Los problemas de enseñanza – aprendizaje en este nivel son muy frecuentes. Los niños presentan baja concentración, atención dispersa, el porcentaje de la observación directa e indirecta es bajo, y son poco perceptivos. Es importante mencionar que, todas estas capacidades básicas del pensamiento humano se desarrollan a través del juego y del movimiento.

Formulación del problema.

¿Cómo influyen las actividades recreativas en el desarrollo motor grueso en los niños de 8-10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”?

Delimitación del problema

La presente investigación ha sido delimitada de acuerdo al sentido espacial, temporal y de campo; además, se ha tomado en cuenta la propia realidad de la institución que es el objeto de este estudio.

Espacial: La investigación se realizó en la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, en el sur de la ciudad de Quito, provincia Pichincha.

Temporal: Se la realizó en el período de noviembre a marzo del presente año 2020.

Campo: Porque se observa el lugar donde están los niños y el espacio donde se realizó el trabajo y las diferentes actividades.

Antecedentes

Mediante la investigación en diferentes fuentes bibliográficas y distintos repositorios de las universidades del país, se ha podido encontrar la existencia de trabajos con relación a algunas de las variables que están determinadas en este trabajo de investigación y que serán expuestas a continuación.

Las actividades Físico – recreativas ayudan en el desarrollo motriz como establece García (2015) afirma que; las actividades físico-recreativas para el desarrollo motriz en niños de 8-10 años” (pp. 1). Su objetivo es plantear esta investigación y elaborar actividades físico-recreativas que respalden de forma directa e indirecta el desarrollo motor en niños de 8 a 10 años de edad; realizando previamente una investigación diagnóstica, conociendo la elección y disfrute de los niños de acuerdo a la edad de estudio. Se maneja una población de 36 estudiantes, para posteriormente valorar el beneficio de la influencia en los mismos; con la propuesta implementada y elaborada para tres meses y constatar el desarrollo motor grueso luego de la aplicación de las actividades.

Es necesario mencionar que la presente investigación se realizó con la aplicación del método científico, que incluye: la identificación del problema, formulación de la hipótesis, observación directa, análisis para comprobar la hipótesis y obtener conclusiones.

Las actividades recreativas están presentes en el desarrollo motriz, Román (2017) menciona que; las actividades recreativas en el desarrollo motriz, en los niños de inicial (pp. 11). En esta investigación se evidencia el desarrollo de la capacidad motriz mediante varias alternativas de juegos, donde se podrá trabajar: lateralidad, coordinación, equilibrio, espacio, ritmo y autocontrol.

El aporte de esta investigación es fomentar actividades para el desarrollo motriz fortaleciendo su independencia e identidad. La autora de esta investigación aplica el método científico puesto que este proceso es racional, sistemático y lógico, adicionalmente se sustenta en otros métodos como: inductivo, deductivo y analítico, basándose en indagaciones de otros autores. El nivel de investigación es correlacional, descriptiva, porque analiza y evalúa la relación de las variables. Para la recolección de datos se trabajó con la técnica de la observación.

Ati (2015) establece que, la elaboración y aplicación de la guía de juegos recreativos en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños y niñas de Educación Inicial (pp. 45). El objetivo de esta investigación es elaborar una guía e implementar una propuesta que permita consolidar las capacidades motrices gruesas; realizando el planteamiento de varias alternativas lúdicas, en las que utiliza, canciones y movimientos rítmicos, así también como las actividades recreativas.

En esta investigación se trabaja con un método científico y se fundamenta en varios modelos filosóficos, epistemológicos, pedagógicos y psicológicos. La autora de la tesis estructura la guía de actividades para el desarrollo de la motricidad gruesa como lineamiento alternativo. Dicho trabajo fue aplicado en un período de siete meses durante el año lectivo 2013 – 2014, se menciona que los resultados fueron muy buenos, los mismos que se sustentan con la presentación del análisis estadístico descriptivo.

Justificación

El desarrollo motriz del niño se ve influenciada por las características biológicas que se heredan genéticamente; así como, las características particulares adquiridas, que se dan mediante el proceso enseñanza – aprendizaje, propio o asistido. Esta adquisición sistemática, influye significativamente en el resultado efectivo de un nuevo comportamiento motor. Es necesario recalcar que el crecimiento motriz no se produce de una forma aislada, todos los factores, físicos, hereditarios y emocionales son fundamentales para el perfeccionamiento del sistema motriz.

El adelanto motriz resulta esencial en la formación integral del niño. A través del movimiento, él descubre las infinitas posibilidades de acción de su cuerpo, establece mayores relaciones con su entorno, satisface sus necesidades de comunicación, expresión, deseo... Así como también, contribuye al crecimiento de los diferentes sistemas del organismo.

El desarrollo motor de los niños depende principalmente de la maduración global física, del desarrollo esquelético y neuromuscular, los logros de los niños a nivel motor tienen una influencia importante en sus relaciones sociales (Maganto, 2010).

Los primeros años son fundamentales en la formación del ser humano, específicamente en el progreso motriz. Es básico un cambio de forma y fondo en los procesos de atención y educación del niño desde el campo de la motricidad.

Los beneficios de la actividad física a lo largo de la vida son indiscutibles, sea en el plano físico, psicológico, social, moral. Además, la participación de los niños y

adolescentes en actividades físicas escolares, extracurriculares, mejoran el desarrollo motor y cognitivo de acuerdo a estudios realizados, que han demostrado los beneficios del trabajo motriz en contextos específicos y con diferentes grupos de población.

El efecto de la actividad física desde las primeras edades hay que verlo como un agente transformador en los niños, ya que a través del movimiento el mismo va desarrollando habilidades sociales, emocionales y cognitivas. El movimiento constituye una educación integral en la vida del niño y puede a través de su efecto de salud mental lograr el aumento de las capacidades de los mismos por aprender **(Hernandez, 2014)**

Los niños precisan tener y disfrutar ciertas formas de recrear, conocer juegos de interior y de aire libre que les permitan compartir también nuevas vivencias sociales y culturales. En este sentido las actividades físico-recreativas y en especial los juegos representan grandes potencialidades para favorecer el desarrollo motriz de los niños en su tiempo libre.

El juego como tal o las actividades lúdicas vienen formando parte del ser humano desde sus orígenes. La fuerza motivadora y el interés exclusivo que los niños y niñas incluyen en sus juegos nacen de la propia naturaleza epistemológica de ser humano, por eso el juego y aprendizaje necesariamente están relacionados. Se considera el juego como una actividad de gran potencialidad para el desarrollo y el aprendizaje.

Importancia

La actividad lúdica brinda al ser humano, satisfacer sus necesidades de comunicación, expresión, sentimiento, producción de emociones. Todas estas, orientadas hacia el esparcimiento, la diversión y el entretenimiento, pueden llevarlos a gozar, reír, gritar o inclusive llorar en una auténtica revelación de emociones.

La lúdica fomenta el desarrollo psico-social, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento.

El juego incrementa la cantidad y variabilidad de experiencias motoras, lo que posibilita la recuperación de la riqueza motriz previa, ya que el empleo de una mayor cantidad de recursos perceptivos-motor llevará a los niños/as a obtener progresivamente los distintos niveles de la competencia motora.

El juego contribuye al desarrollo de las habilidades motrices de los niños y niñas de manera armónica y satisfactoria, debido a que articulan las estructuras psicológicas como las cognitivas, afectiva y emocional promoviendo el aprendizaje en los diferentes niveles de edades. Comprender la importancia del juego para un buen desarrollo motor de los niños, puede contribuir a generar planificaciones con este fin.

El desarrollo, según la Organización Panamericana de la Salud, puede considerarse como el proceso por medio del cual los seres vivos logran una mayor capacidad funcional de sus sistemas en virtud de fenómenos de maduración, diferenciación e integración de funciones. Es decir, es la capacidad para realizar

progresiva y eficientemente diversas y nuevas acciones motrices, que se producen fundamentalmente desde el nacimiento hasta la edad adulta.

Por medio de este desarrollo se logran procesos de adaptación orgánica y social que ayudan al dominio propio y del medio ambiente, hechos que posibilitan a su vez usar las capacidades motrices como un medio que contribuya a los procesos de interacción con los demás.

El desarrollo motriz conduce a cambios en la estructura del individuo que se presentan progresivamente, dando lugar al aprendizaje de diferentes habilidades motrices que favorecen a los procesos de desarrollo biológico, del pensamiento y de la integración social.

Con la presente investigación se viabilizará el desarrollo motriz de los niños de la institución educativa objeto de estudio, a partir de una propuesta de actividades físicas-recreativas que incluye las herramientas necesarias para hacer posible su implementación y puesta en práctica por parte del personal docente.

Objetivos.

Objetivo general del proyecto.

Analizar la influencia de los juegos recreativos en el desarrollo motor grueso de los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.

Objetivos Específicos.

- Describir los juegos recreativos para los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.
- Diagnosticar el nivel de desarrollo motriz grueso que tienen los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.
- Determinar los principales presupuestos teóricos y metodológicos que sustenten el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños a partir de los juegos.
- Diseño de una propuesta de juegos recreativos que se base en el desarrollo de la motricidad gruesa para los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.
- Desarrollar la motricidad gruesa mediante juegos recreativos que permitan el fortalecimiento físico y mental de los niños, logrando un buen desenvolvimiento en su vida diaria, fomentando las buenas relaciones entre la comunidad educativa y creando espacios físicos que fortalezcan el desarrollo de estas actividades.

Capítulo II: Marco Teórico

Recreación

La Recreación en el Ecuador no es tema de gran relevancia, recientemente en el transcurso de los últimos años ha estado en auge, aunque se cuenta con muy pocos líderes en este ámbito. Esto ha llevado a que las generaciones actuales y posteriores tomen como medios de distracción actividades de uso tecnológico y de poca actividad corporal. Los líderes en recreación como se dijo, son muy escasos. Pocos trabajan en estos ámbitos, pues se carece de recursos y difusión de proyectos recreativos.

Actualmente se vive en un mundo inmerso en la tecnología y las malas costumbres que oprimen a los niños de estas generaciones, ya que se encuentran incluidos en actividades poco favorables para su desarrollo corporal, como consecuencia la satisfacción física y mental se encuentra en declive.

En varias partes del país las personas no ejercen actividades relacionadas con distracción, placer y prácticas recreacionales que tengan como objetivo un bienestar pleno.

En el Ecuador la Recreación es de bajo índice, ya que no existe diversidad de proyectos para una sana convivencia entre las personas, se requiere de recursos gubernamentales que deben constar en el presupuesto del estado con el fin de adquirir la ejecución de estas propuestas. Algunos especialistas luchan por difundir actividades recreativas en los tiempos libres, pero al no ser un tema principal en el país, no se cuenta con el apoyo necesario.

En la ciudad de Quito las unidades educativas se han integrado a varios trabajos de Recreación con recursos propios de estudiantes, padres de familia y docentes, Las

Universidades con las Escuelas de Educación Física, realizan prácticas profesionales en las instituciones con el objetivo de actualizar las nuevas prácticas de recreación en tiempos libres, sin embargo todo este trabajo no es suficiente se necesita de propuestas que se ejecuten en los diferentes espacios.

La Recreación es un conjunto de actividades aplicadas en forma activa y añaden un buen funcionamiento y rendimiento al ser humano, como también a su intelecto. La actividad recreativa crea grandes beneficios en la etapa infantil, desarrollando un estado físico y mental óptimo en los diferentes ejercicios realizados. Desarrolla una buena expresión corporal, fomenta el trabajo grupal, fraternal, responsable, honesto, ejecutado en el trabajo grupal e individual. Conforme el ser humano va teniendo actividades cotidianas o laborales, va disminuyendo su interés por la recreación y las actividades lúdicas, al punto de apartarse paulatinamente del diario vivir.

Hoy en día es un tema muy común hablar de Recreación, ya que se simboliza como esparcimiento y regocijo o acciones sin mayor desgaste de energía y de poca importancia, que se ejerce en lapsos de mayor influencia social. Además, se muestra como un argumento voluntario, tomando en cuenta que es un tema muy usual. Sin embargo, en el momento de dar una definición clara, no se puede concretar con un amplio criterio o proximidades del tema, ya que engloba distintos ejercicios: juego, acciones recreativas y vida en la naturaleza.

Cabe mencionar que la recreación no se define por las actividades aplicadas, sino más bien, en la actitud de cada una de las personas que inciden en la práctica con la que se desafía a la misma.

Pablo Waichman (1993) menciona que, en todos los casos existe una relación marcada entre una temporalidad encarnada en los términos de tiempo libre u ocio, una acción

concreta sobre la realidad; un grado de libertad expresado en la selección de la acción; y una satisfacción compensatoria o creativa que supone el fin a lograr con la actividad. A partir de lo antedicho, podríamos esbozar que la RECREACIÓN es: • Una actividad (o conjunto de ellas); • que tiene lugar en un tiempo liberado de obligaciones exteriores; • que el sujeto elige (opta, decide); • que le provoca placer (diversión, entretenimiento, alegría) (pp. 23).

Para Joffre Dumazedier apreciable sociólogo francés consagrado al estudio del tiempo libre y la Recreación menciona:

“Es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales”. Se hace una referencia pública muy destacada como las tres D: Descanso, Diversión y Desarrollo.

Dumazedier hace referencia en su teoría; toda acción que está fuera del tiempo de trabajo, cualquier tipo de diversión sana en la cual haya deleite disfrute y goce del mismo o cualquier otra actividad que no implique obligaciones cotidianas se lo conoce como recreación.

Dumazedier (1971) establece que la recreación en general es divertirse, salir de la rutina, desarrollar actividades que llevan al placer. Además, están ligados al desarrollo de las destrezas en los educandos, es por esta situación que los docentes deben tener preparación en dichas actividades (pp. 3).

Las acciones en beneficio del ser humano, enseña a fomentar ayuda mutua en las diferentes actividades desarrolladas. También crea una conciencia fraterna de apoyo y solidaridad, manifiesta diferentes maneras de entretener y recrear de forma propia.

Las actividades recreativas son esenciales para la salud del cuerpo humano en su totalidad. Es recomendable ejercer diferentes actividades en cuanto a Recreación, esto ayuda al buen desarrollo del cuerpo humano. También es un buen recurso para desconectarse de la vida diaria, disfrutar momentos de relajación y distracción.

Igualmente se recalca, recreación son ejercicios que se realizan mediante ejecución de movimientos previamente cotejados, la ejecución de juegos cumplen con el perfeccionamiento de los aprendizajes en el procedimiento educativo induciendo al bienestar físico y mental del ser humano.

Se puede conceptualizar a la recreación como una manera activa, las personas se pueden auto expresar, fortaleciendo su sentido enérgico y espiritual desgastado por la cotidianidad diaria, estos factores ayudan al desarrollo corporal en su máxima expresión.

Es necesario tomar en cuenta que la recreación se compone de toda acción física encaminada a proporcionar distintas formas de expresión natural de gran interés para el ser humano con el fin de alcanzar un adecuado uso del tiempo libre.

Beneficios de la recreación.

- Optimiza la condición de un individuo, grupo de personas o una familia en común, equipos de trabajo, cuidado del medio ambiente y la comunidad, creando un entorno agradable.

- Mediante toda actividad recreativa en una comunidad, ambiente social o educativo se logra organizar el tiempo libre y aprovecharlo de mejor manera. Tomando en consideración que no solo fortalece el estilo de vida, también contribuye a un buen entorno social y un ambiente ameno.
- Origina sentido de placer, alegría y satisfacción personal al ejecutar actividades recreativas. Crea un ambiente saludable en un determinado grupo de individuos, cambiando el estrés por energía netamente natural.
- En cuanto a lo físico, se inclina al desarrollo motor, considerándose como un instrumento para el avance progresivo de los movimientos naturales en los educandos.

Recreación educativa.

El proceso de enseñanza-aprendizaje puede tornarse difícil para los docentes, cuando se requiere trabajar a través de actividades recreativas, la práctica puede resultar muy endeble, perdiendo efectividad el recurso.

La recreación educativa es la aplicación de actividades o juegos con la finalidad de que los educandos aprendan a través de esta metodología, crea un ambiente sano para los mismos, promoviendo a los estudiantes a utilizar el tiempo libre en actividades lúdicas, fomentando el deleite, placer, satisfacción y el gozo que incluyen cuando se las practica.

La recreación educativa hace hincapié en el estudio de los factores que requiere un entorno para seguir avanzando, tratando de reestructurar las necesidades que se engloban con la adecuada educación de los participantes en sus diferentes etapas, iniciando desde edades tempranas hasta la edad adulta. Trabaja de forma individual y colectiva, tomando en cuenta que se realiza en un entorno tranquilo.

Los temas más comunes que tratan los especialistas determinan el área cultural y tradicional, infieren de forma teórica y práctica.

Gómez, G. (2015)

Menciona que la recreación educativa inicia desde la edad infantil y se complementa en todo el trayecto escolar, en épocas anteriores la concepción educativa intervenía en el estado anímico de las personas, hoy en la actualidad no es más un modelo de animación que nutre y a su vez aporta (p.30).

Los juegos en el desarrollo motriz de los niños.

La Lúdica.

El término Lúdica proviene del latín *ludus*, dicese de lo referente o concerniente al juego. También se considera que la lúdica se refiere a la necesidad que tiene toda persona de sentir emociones placenteras, asociadas a la incertidumbre, la distracción, la sorpresa o la contemplación gozosa (**Jaimes, 2006**)

La Lúdica fomenta el desarrollo psico-social, la adquisición de saberes, conformación de la personalidad, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan el placer, gozo, creatividad y conocimiento.

La actividad lúdica brinda al ser humano una alternativa para canalizar sus problemas, emociones contenidas, e incluso frustraciones. En el momento de liberar esa energía se encuentra que puede vivirla de una manera divertida, reconocerse en un momento de felicidad único y por tanto irrepetible.

Piaget en su obra Desarrollo Psicológico, plantea que la función de la actividad lúdica es ayudar al infante a asimilar la realidad a través de expresiones placenteras

(Calero & González, 2014). La actividad lúdica contribuye al desarrollo de la atención y la memoria voluntaria. En condiciones de juegos los niños se concentran mejor y retienen los conocimientos por más tiempo en la memoria, que en las condiciones de las experiencias de laboratorio.

El objetivo consciente concentra la atención, ayuda a retener en la memoria y recordar, el niño lo distingue antes y más fácilmente en el juego. Esto demuestra la necesidad de proporcionarle al niño juegos en los que se vinculen los conocimientos adquiridos en las demás áreas del saber, con juegos ricos en movimientos que permitan al niño aplicarlos y a la vez divertirse, crear o dar solución a situaciones problemáticas.

El juego

Son actividades recreativas y de entretenimiento que realizan las personas, con el fin de llegar al disfrute y deleite de los mismos. Tomando en cuenta que hoy en día el juego es un instrumento de enseñanza en las diferentes unidades educativas, de manera favorable motiva a los educandos a aprender y al mismo tiempo a divertirse, añadiendo al cuerpo un buen desarrollo mental y también físico.

Los juegos conllevan una sucesión de órdenes y reglas, las cuales se deben respetar, para realizar acciones correctas que nos lleven a un buen actuar en la ejecución de las actividades; al cometer el incumplimiento de las reglas se debe tomar medidas de penalidad que el juego tiene como parámetro de cumplimiento.

Los juegos pueden ser individuales o colectivos, les enseña a los participantes a ganar y perder, al finalizar la actividad se lleva la satisfacción de colaborar y divertirse con las actividades planteadas

El juego es la acción global, que conlleva al avance del cuerpo humano, además de ser actividades fundamentales no solo para los infantes, sino para personas de diferentes edades **(Pérez, 2003)**. Por medio del juego la persona desarrolla aprendizajes, identificando habilidades e inhabilidades, aprende a relacionarse con los demás desenvolviéndose en el entorno que está

Las actividades del juego surgen en todas las culturas, crea un ambiente social, esencial para las personas. Lo importante es que a través de los juegos lúdicos el ser humano elimina de su mente el ritmo habitual de sus labores, desechando todo tipo de estrés emocional y corporal.

El juego es toda acción libre, que se desarrolla dentro de límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría. **(Jaimes, 2006)**.

El juego es un enlace donde el niño se enfoca a la creatividad, diversión y el sano esparcimiento, de forma progresiva crea acciones con el grupo de personas las cuales se relacionan de forma afectiva en el entorno social que se encuentra.

También se plantea que el juego constituye un escenario psicosocial, se produce un tipo de comunicación rica en matices, que permite a los niños y niñas indagar en su propio pensamiento, poner a prueba sus conocimientos y desarrollarlos progresivamente en el uso interactivo de acciones y conversaciones entre iguales, es decir, “El juego nunca deja de ser una ocupación de principal importancia durante la niñez”. La vida de los niños es jugar y jugar, la naturaleza implanta fuertes inclinaciones o propensiones al juego en todo niño normal **(Moreno, 1999)**.

El juego es fundamental para el desarrollo de los niños ya que se determina como un eje transcendental, que sustenta sus necesidades físicas y cognitivas los cuales se inclinan al desarrollo de su comportamiento en todos los entornos en los que se encuentra.

Según, citado por James (2006) sugiere que “el juego como base de la actividad, es una actividad esencial, vital y como toda necesidad biológica, debe ser atendida por la educación, por lo que es natural que sea considerado la base de la educación y de toda actividad; la infancia es para jugar y para imitar” (pp. 34)

Se considera que los juegos constituyen ejemplos de actividades específicas directas y establecidas que tienen gran relevancia pedagógica, psicológica, sociocultural y recreativa, ya que a través de los mismos el niño puede desarrollar cualidades físicas, adquirir preparaciones, solidaridad, colectivismo mediante el contacto social, a la vez produce placer **(Calero & González, 2014)**.

Funciones de los juegos.

- **Integración en el grupo:** Primeros fundamentos de la comunicación entre sus iguales.
- **Conocimiento y desarrollo corporal:** Desarrollo de la coordinación dinámica general y la lateralidad, al utilizar todos los segmentos corporales.
- **Sentido rítmico:** A través de las danzas los niños se familiarizan con las pulsaciones, acentuaciones, pausas asociadas a los movimientos.
- **Estructuración espacial:** Mediante las distintas formaciones grupales los alumnos descubren el espacio corporal propio y el espacio próximo.

- **Estructuración temporal:** Los diferentes desplazamientos y cambios de velocidad en el juego, hacen que los alumnos conozcan las duraciones, velocidades y ritmos en las distintas actividades.
- **Enriquecimiento del lenguaje:** Mediante los diálogos en los juegos adquieren un lenguaje natural, practicando la correcta forma de articular, realizando la fonación y memorizando las palabras.
- **Formación integral de la persona:** Los valores educativos de los juegos populares se pueden dividir en tres áreas.

Motora:

- Desarrollo de la resistencia orgánica y muscular (carreras, persecuciones, saltos).
- Desarrollo de la fuerza y potencia (transportes, luchas, ataques y defensas).
- Trabaja la flexibilidad (equilibrios, balanceos, movilidad de articulaciones).

Psicomotora:

- Aumenta la coordinación dinámica general (ajuste a situaciones variadas, creación de nuevas respuestas).
- Desarrolla la percepción corporal (conoce los segmentos corporales y la posibilidad de movimientos).
- Se produce un ajuste postural (según los gestos y acciones en el juego).
- Organiza la representación espacio-temporal (evoluciones en espacios variados y con ritmos diferentes).

Socio-motora:

- Se produce una colaboración grupal.
- Existe un espíritu de iniciativa.
- Consigue su propio control emocional.

Juegos recreativos.

Se entiende por juegos recreativos a las actividades con el objetivo de crear momentos de satisfacción y distracción en las personas que lo practican. Estas actividades mediante la práctica logran el aumento de la salud física y mental permitiendo la relación individual colectiva y cooperativa siendo una de las actividades fundamentales en el desarrollo del ser humano, cabe recalcar que estas actividades lúdicas no se complementan de reglas complejas.

Características.

- Se realizan en campo abierto o cerrado.
- No disponen de reglas complejas.
- Motivación de quienes lo practican.
- Adaptados en los espacios disponibles.
- Disfrute y deleite en sus practicantes.

Juegos de integración.

Tienen como finalidad relacionar e integrar de forma comunicativa a diferentes tipos de personas. Estos juegos permiten que las personas se inmiscuyan con participantes de toda índole social, siendo el aspecto fundamental la relación entre personas.

Juegos de motivación y estimulación al deporte.

En esta definición se puede encontrar diferentes tipos de actividades las cuales inmiscuyan a las personas a la práctica de algún tipo de deporte sin importar cuál sea este. Se puede realizar o incluir los juegos pre-deportivos como uno de los aspectos fundamentales para la inclusión en determinados deportes, siendo estos los que logren el desarrollo físico y mental para la práctica de los mismos a diferencia de las anteriores se componen de reglas sencillas y complejas.

Juegos de vinculación

Los juegos de vinculación son fundamentalmente de índole física, consiste en añadir participantes en las diferentes etapas, se ejecuta con varios factores de ayuda mutua, trabajo en grupo e individual desarrollando integración y sociabilidad en las personas.

Juegos de reglas

Son aquellos juegos o actividades que se basan en la aplicación de todo tipo de reglas, para ser efectuadas con normalidad, ya que se encuentran detalladas y plasmadas en cada uno de los juegos y que el participante tendrá que seguir de manera oportuna para la participación óptima, ayudando al niño al desarrollo físico, mental y social.

Piaget (1966) menciona en sus publicaciones:

“El juego con reglas en sus diferentes etapas, ayudan a la evolución de la estructura cognoscitiva en los niños, adaptándose a los sucesos de la vida de una u otra forma, tomando en cuenta que el juego es un prototipo en la acción infantil”.

Todos los juegos en los cuales se sustentan reglas, sean estas sencillas o complejas crean en el niño un conocimiento de normativas, que le ayudarán en el desarrollo de su infancia enfocándose al buen progreso de su vida y de los demás respetando sus condiciones sociales.

Clasificación de los juegos:

- Por características puntuales
- Juegos tradicionales
- Juegos populares
- Juegos autóctonos

Por sus características o tipos:

- Pequeños
- Pre-deportivos
- Básicos
- Específicos
- Deportivos
- Recreativos

Por la intensidad del movimiento o la acción motriz:

- Activos
- Pasivos

Por la forma de participación:

- Individuales
- Colectivos

Pasos metodológicos para describir un juego:

- Nombre: Nombrar el juego a desarrollar, relacionándolo con el contenido del juego.
- Objetivo: Debe ser claro y preciso, están encaminados a trabajar habilidades motrices básicas, capacidades físicas, habilidades deportivas y actividades recreativas.
- Materiales: Todos los implementos a utilizar en el juego; solo se deben utilizar los necesarios.
- Participantes: Tener en cuenta la cantidad, sexo, edad y el grado con el cual se va a trabajar.
- Organización: Incluir todo lo concerniente a la distribución y seleccionar de manera apropiada a los guías del grupo.
- Diagrama: Es la representación gráfica de todo lo que sucede en el juego, debe ser lo más explícita y precisa posible.
- Desarrollo: Es la explicación del juego, esta debe ser comprensible, conjuntamente con la descripción que debe ser atractiva y dramatizada.
- Reglas: Explica todos los aspectos que los alumnos deben tener en cuenta para que el juego se desarrolle con éxito.
- Variantes: Después que se ha desarrollado el juego, el profesor puede realizar variantes y junto con ellas, la introducción de nuevas reglas. La variante consiste en que, utilizando la misma organización, se pueden cambiar los desplazamientos, aumentar la complejidad, etc., siempre cumpliendo los objetivos trazados.

- Clasificación: Tener en cuenta todos los tipos de clasificación, ya sea: forma de participar, complejidad, característica, ubicación y la actividad desarrollada.

Motricidad

Se entiende como motricidad a la capacidad o dominio de ejecutar movimientos espontáneos sobre el cuerpo humano de manera global, ya que para realizar estas acciones se requiere de todo el trabajo motor, que va desde lo más complejo a lo más sencillo.

Cabe recalcar que esta actividad influye en el estado físico y afectivo de las personas y son esenciales en edades infantiles. En otro término, motricidad se emplea en el campo de la salud, y se refiere a la capacidad de una parte corporal en su totalidad, siendo este un conjunto de actos voluntarios e involuntarios coordinados y sincronizados por diferentes unidades motoras (músculo). Su estudio sigue un amplio análisis del desarrollo de un ser vivo, desde su fecundación hasta la vejez. Investiga todas las etapas, causa y efecto, de un acto motor, dando explicación a todo lo relacionado con el movimiento del ser vivo.

Para Defontaine (1978) sugiere que “la motricidad se puede entender como una entidad dinámica que se ha subdividido en noción de organicidad, organización, realización y funcionamiento, sujeta al desarrollo y a la maduración, constituye entonces la función motriz y se traduce fundamentalmente por el movimiento” (pp. 56).

En este enfoque se entiende que la motricidad tiene un enlace bien estructurado con la cognición que crea y consolida las funciones motrices mediante la transformación

de todos los movimientos los cuales serán permanentes en la vida de los niños y su evolución.

Rigal R.; Paoletti y Pottman, citado por González C. (1998) consideran que, “la motricidad no es la simple descripción de conductas motrices y la forma en que los movimientos evolucionan, sino también los procesos que sustentan los cambios que se producen en el desarrollo de la conducta” (pp. 87).

La motricidad engloba temas netamente físicos, afectivos y cognitivos que forman parte de la evolución de los movimientos motrices adicionalmente estos preceptos se apoyan en la conducta de los niños, como parte de su transformación y desarrollo.

La motricidad es una de las formas de adaptación al mundo exterior, por cuanto el desarrollo motor del niño-niña está determinado por múltiples y complejos factores biológicos y sociales indispensables para su evolución. Los aspectos heredados, los biológicos, contienen el potencial real de los pequeños y el medio ambiente, fundamentalmente social puede influir ya sea positiva o negativamente **(Waichman, 1993)**.

Se puede plantear que la motricidad es la estrecha relación que existe entre los movimientos, el desarrollo psíquico, y desarrollo del ser humano, es decir, la relación que existe entre el desarrollo social, cognitivo afectivo y motriz que incide en nuestros niños/as como una unidad **(Moreno, 1999)**.

Con el planteamiento de este análisis se puede determinar que tanto el cuerpo humano como el sistema cognitivo son una interacción óptima, se asocia al ámbito

colectivo permitiendo desarrollarse de manera espontánea en acciones que canalicen su existencia.

La motricidad es la capacidad del hombre de generar movimientos por sí mismo, para esto tiene que existir una adecuada coordinación y sincronización entre todas las estructuras que intervienen en el movimiento (sistema nervioso, órganos de los sentidos, sistema musculo esquelético **(Arias, 2015)**).

La motricidad no es la simple descripción de conductas motrices y la forma en que los movimientos se modifican, sino también son los procesos sustentables de los cambios en dicha conducta.

La motricidad como proceso es el resultado de los cambios producidos en el accionar del niño/as, se fundamenta a través de la interacción del organismo humano con el medio social, donde este último es considerado fundamental en el proceso del desarrollo.

La motricidad al comienzo está inducida por las sensaciones (sensorio motricidad), luego por la organización de la realidad (percepto motricidad) y finalmente por los deseos y pensamientos (ideo motricidad). El ser humano es una unidad psico-afectivomotriz y en consecuencia, sería ilógico considerar los diversos aspectos del desarrollo del niño, como entidades separadas.

Wallon (1964) considera que, “el niño se construye así mismo a partir del movimiento; o sea, que el desarrollo va del acto al pensamiento, de lo concreto a lo abstracto, de la acción a la representación, de lo corporal a lo cognitivo” (pp. 46).

Cabe mencionar que todos los movimientos adquiridos se desarrollan inicialmente desde los más sencillos a los más complejos, ese aprendizaje permitirá ir

elevando el nivel del desarrollo motriz grueso en cada una de sus etapas, en la vida del individuo.

Elementos que intervienen en la motricidad:

1. Percepción
2. Esquema corporal
3. Tiempo
4. Espacio
5. Lateralidad

Clasificación de la motricidad:

- Motricidad gruesa
- Motricidad fina TEXTUAL

Motricidad gruesa

Involucra ejercicios de exactitud y coordinación, labora con la mayor parte de los músculos del cuerpo mediante acciones de manera desapacible, aplicando los movimientos naturales como caminar, correr, saltar y un sin número de movimientos que requiere de fortalecimiento y actitud corporal.

Es fundamental trabajar esta motricidad, desde niños, para fortalecer los diferentes grupos musculares, la adquisición de habilidad y agilidad.

Conforme va pasando el tiempo y mediante ejercicios, los infantes combinan los movimientos corporales con las diferentes áreas cognitivas, manifestándose mediante la expresión corporal y dominio de este, efectuando el desarrollo físico y mental.

Mediante la psicomotricidad gruesa se realizan ejercicios complejos para el cambio de posición del cuerpo y estabilidad, que permite ejecutar los diferentes movimientos naturales sin desestabilizarse.

La estimulación de la motricidad gruesa en los recién nacidos es de gran importancia ya que fomenta los primeros pasos, camina y viabiliza la precisión de los diferentes movimientos complejos.

La motricidad gruesa tiene que ver con el control de los movimientos musculares generales del cuerpo o también llamados en masa, éstas llevan al niño desde la dependencia absoluta a desplazarse solos (control de cabeza, sentarse, girar sobre sí mismo, gatear, mantenerse de pie, caminar, saltar, lanzar una pelota) **(Gallardo, 2009)**.

La motricidad gruesa desarrolla habilidades congénitas, entran en acción todos los movimientos y ejes corporales, adquiriendo el control de todo el cuerpo, fundamentalmente en el desarrollo de series, combinaciones y destrezas en actividades más complejas.

Desarrollo motor o motriz

Son los cambios graduales cuantitativos y cualitativos que se van operando en las diferentes estructuras del sistema nervioso y osteomuscular que permiten la ejecución de los movimientos bajo la influencia de la actividad y el ambiente en que se desarrolla.

El desarrollo motor es considerado un proceso secuencial y continuo relacionado con las posibilidades de desplazamiento humano, se adquiere una gran variedad de habilidades motoras mediante el progreso motriz simple y desorganizado para alcanzar un progreso de habilidades más organizadas y complejas.

Los comportamientos motores son el resultado de numerosos factores relacionados entre sí, entre ellos se encuentran los siguientes:

1. El desarrollo del sistema nervioso central.

2. Las características físicas del cuerpo y sus posibilidades de movimiento.
3. La motivación por alcanzar una meta determinada.
4. La influencia del entorno histórico, socio-cultural y económico.

Dentro de otros factores más específicos para el desarrollo motriz se pueden mencionar el Tono (la contracción y estado del músculo en reposo), la Fuerza (de contracción muscular), la Resistencia (capacidad de mantener el esfuerzo requerido en una actividad prolongada), el Equilibrio o Balance (la interacción entre los centros del equilibrio cerebral con los receptores sensoriales), la Planificación Motriz (es la capacidad compleja e intuitiva para llevar a cabo progresivamente una actividad física) y la Integración sensorial (capacidad de interpretar datos sensoriales ambientales y producir una respuesta motora adecuada).

Habilidades motrices

Las habilidades motrices son consideradas como secuencias de movimientos altamente específicos y entrenadas, en una esfera limitada y realizados con alto grado de precisión (**Revista Hedusport, 2005**)

El eje fundamental en el desarrollo motriz se debe al entrenamiento bien estructurado de los movimientos corporales los cuales permitirán desarrollar e innovar habilidades y destrezas que serán un pilar fundamental para la vida diaria del individuo.

Se define la habilidad motriz como: “toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un acto deseado”. En suma, la habilidad implica la adquisición de una competencia derivada del aprendizaje, es de tendencia finalista, y supone una organización eficaz adornada por las características de

flexibilidad y adaptabilidad, a través de la cual un sujeto desarrolla una tarea o grupo de ellas (**Döbler & Döbler, 1980**).

Esto significa, que sobre la base de la experiencia motriz y de los conocimientos asimilados, considerando igualmente un desarrollo determinado de capacidades motrices, en el niño se crea la posibilidad de cumplir una u otra tarea motriz.

Se caracterizan por una alta estabilidad en la secuencia de acciones, liberando relativamente la regulación de las acciones voluntarias conscientes, por cuanto las habilidades siempre parten de los conocimientos y experiencias adquiridas que les permiten establecer relaciones entre el objetivo de la actividad, condiciones en que debe desarrollarse y diferentes formas de su realización.

Fases del aprendizaje motriz.

Según Rigal (1999)

1. Cognitiva. – Frente a una tarea motriz nueva el alumno debe comprender la tarea, detectar y realizar un tratamiento de la información correspondiente y disminuir la incertidumbre.
2. Preparatoria. – Donde se planifica la respuesta.
3. Activa. – Se realiza la respuesta programada, lo que supone tensión y activación generalizada, creación de nuevos circuitos nerviosos e intervención del feedback intrínseco y extrínseco (conocimiento de los resultados).
4. Evaluativa. – Se evalúa la exactitud o error en la respuesta.
5. Reflexiva. – Se produce el movimiento, se refuerzan nuevos circuitos, se interioriza la respuesta motriz y se crean engramas y se libera la conciencia.

Características de los niños de 8 a 10 años

Generales

- Siguen un limitado número de reglas sencillas.
- Muchos niños tienen un mejor amigo y un enemigo.
- Les gusta tener compañeros de juego del mismo sexo.
- Juegan bien en grupos, pero de vez en cuando necesitan jugar solos.
- No les gusta la crítica o el no triunfar. Es mejor que cada niño compita consigo mismo en lugar de competir con los demás.
- Tienen mucha necesidad de cariño y atención de sus padres y representantes.
- Para ellos, algo “bueno” o “malo” es si sus profesores y sus padres aprueban o desaproveban. A esta edad comienzan a desarrollar valores éticos como la honestidad.
- Pueden enojarse cuando se les critica o si ignoramos su trabajo o comportamiento.
- Comienzan a preocuparse por los sentimientos y necesidades de los demás.
- Comienzan a desarrollar un sentido del humor y gozan de rimas, canciones y adivinanzas.

El desarrollo intelectual:

- A esta edad comienzan a expresar sus ideas. Esto es importante para tener éxito en la escuela.
- Mientras juegan, practican el lenguaje que aprenden en la escuela.

Desarrollo morfológico:

- El crecimiento es lento pero consistente.
- El tejido pulmonar no ha alcanzado su completo desarrollo.
- Los conductos nasales aún son estrechos, lo que dificulta el acceso de aire a los pulmones.
- Las costillas están un poco inclinadas y el diafragma alto.
- Sus músculos presentan alto contenido de agua y sus huesos son blandos y no están suficientemente dosificados para recibir altas tensiones.
- El niño respira con mayor frecuencia que el adulto.
- La espiración del aire es poco profunda.

Desarrollo psicomotriz

Generalmente tienen habilidades motrices fuertes y muy parejas (Calero y González, 2015). Sin embargo, su coordinación, resistencia, equilibrio y tolerancia física, varían.

De acuerdo con los aspectos evolutivos en estas edades del niño respecto al desarrollo psicomotor, hay que tomar las acciones pertinentes para implementar estrategias efectivas y en correspondencia con ella entablar una estrategia evaluativa que permita darle un seguimiento al proceso (Calero y Suárez, 2005; Iglesias, Calero y Fernández, 2012; Friol, Calero, Díaz y Guerra, 2012). Toma conciencia de los diferentes segmentos corporales, posibilidades de relajamiento global y segmentado, independencia funcional de diversos segmentos y elementos corporales.

Esquema corporal

En los años iniciales de la vida del niño, la experticia del infante se construye en el origen del proceso de constitución de su personalidad, la misma que consolida y asemeja como el yo corporal para posteriormente especificar y relacionarse con su entorno, alcanzando su desarrollo de madurez, mediante el sistema nervioso, abarcando la imagen de su propio cuerpo y el conocimiento del mismo, para posteriormente tomar conciencia de la educación del esquema corporal.

Algunos autores mencionan que la estructuración del esquema corporal concluye en la edad de los 10 a 12 años, entonces el niño es consciente de los sucesos que están visibles en su entorno propio y externo, haciendo frente a diferentes contextos de la vida.

Es el concepto que tenemos en referencia a la identidad propia de nuestro cuerpo sea que se encuentre en diferentes actividades de movimiento o en cualquier otra posición corporal.

Según Ajuriaguerra citado por ANDRÉS ERNESTO SOLER ORTIZ 2016 define como el conocimiento total de su cuerpo y dominio del mismo con mayor certeza, desarrollando el lado izquierdo y derecho de los hemisferios de su cerebro, ayudando la aceleración del proceso madurativo de niño.

(Francisco. G. 2009) ESQUEMA CORPORAL E IMAGEN CORPORAL mantiene el concepto de identidad activa del propio cuerpo incluyendo la sensación y el recuerdo de identidad (p. 2).

Lateralidad

Se conceptualiza como parte del perfeccionamiento del cuerpo humano partiendo de actitudes motrices y la percepción de los resultados.

El cuerpo se define como un elemento en la imagen que conceptualiza cada persona de su propio cuerpo, pero el infante debe ir desarrollando, explorando, manifestando según las experiencias vividas, perfeccionando la coordinación motriz **(Colectivo de Autores, 2004)**.

Como lateralidad se define a la percepción interna que va adaptándose en los patrones conductuales y de identidad a través de las sensaciones interoceptivas, trabajando en conjunto con los dos hemisferios del cerebro, logrando los dominios de los mismos. Trabaja la inclinación que muestra cada una de las personas por los lados de su propio cuerpo, organizando la comunicación con los dos hemisferios mencionados anteriormente e interpretando la salida y entrada de información a los hemisferios cerebrales.

Andino (2014) define que, “la lateralidad como la prioridad sistemática del empleo de los diferentes órganos del cuerpo en las tareas diarias que no solo se analiza en humanos sino también en animales” (pp. 78).

Tipos de lateralidad

Diestro: Domina el hemisferio cerebral correspondiente a las acciones motrices dirigidas hacia la derecha.

Zurdo: Domina el hemisferio derecho y está dirigida a las acciones motrices de la izquierda.

Diestro Falso O Zurdo Contrariado: Se encuentra en las personas que han sido sometidas a trabajar con la derecha por mentalizar la zurdería como una enfermedad.

Ambidiestro: En algunas acciones motrices es zurdo y diestro para otras.

Lateralidad cruzada: Muestra dominio lateral diestro en algunos miembros y zurdo en otro (domina la función óculo manual predominante del mismo lado).

Equilibrio estático

Se define como la capacidad de mantenerse una determinada postura sin movimiento, manteniendo la estabilidad del cuerpo en acción de la fuerza que se le aplica, proyectando la gravedad del cuerpo que cae en simetría a los pies, este tipo de equilibrio se lo ejecuta en diferentes deportes acrobáticos como la gimnasia.

Coordinación

Es la relación que existe entre varias funciones, en conjunción apacible y acompasada de los órganos vitales del cuerpo, para direccionar varias actividades con un fin habitual.

Es la influencia de la coordinación motriz del sistema nervioso central y el sistema muscular esquelético durante actividades físicas, el objetivo primordial es elaborar movimientos dominados y enlazados a los diferentes requerimientos de origen, como un concepto-claro de coordinación es tomar el control del movimiento del cuerpo.

Coordinación general

Propone la conjunción de cosas de manera sistematizada busca un fin habitual, que faculta al niño a realizar cualquier tipo de movimiento sea este sencillo o complejo, toma como referencia los movimientos naturales.

Coordinación global

Es la sincronización de los primeros movimientos corporales, realiza posturas elementales determinadas para el cuerpo, son esenciales en edades infantiles.

Estructuración espacio temporal

Se define como la ubicación real de todo lo existente, para lograr dominar el espacio, es necesario el desarrollo de una etapa de la niñez, descubre las propiedades relacionales construye y estructura un desarrollo integral.

Estructuración espacial

Es la que se percibe mediante los diferentes sentidos del cuerpo humano, desarrolla el sentido del espacio de acuerdo a su entorno.

Estructuración temporal

Es la habilidad de ejercer movimientos en el propio espacio y tiempo, ejecutado de forma secuencial y tomando en cuenta el vínculo entre una situación u otra.

Percepción

Es el desarrollo de los sentidos que permite apreciar una determinada situación de forma subjetiva siendo el inicio de un criterio, para dar un concepto más concreto.

Etapas de la percepción:

- Detección / Exposición

- Atención / Organización
- Interpretación

Fundamentación legal

Constitución de la República del Ecuador

Capítulo segundo – Derechos del buen vivir – Sección cuarta – Cultura y ciencia

Art. 24.- Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre.

Art. 27.- La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar.

Capítulo tercero – Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria

Sección Quinta. Niñas, Niños y Adolescentes.

Art. 44.- El Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y asegurarán el ejercicio pleno de sus derechos; se atenderá al principio de su interés superior y sus derechos prevalecerán sobre los de las demás personas. Las niñas, niños y adolescentes tendrán derecho a su desarrollo integral, entendido como proceso de crecimiento, maduración y

despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad. Este entorno permitirá la satisfacción de sus necesidades sociales, afectivo-emocionales y culturales, con el apoyo de políticas intersectoriales nacionales.

Art. 45.- Las niñas, niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes del ser humano, además de los específicos de su edad.

El Estado reconocerá y garantizará la vida, incluido el cuidado y protección desde la concepción.

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

Código de la niñez y la adolescencia.

Capítulo Tercero – Derechos relacionados con el desarrollo.

Art. 48.- Derecho a la recreación y al descanso. – Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la recreación, al descanso, al juego, al deporte y más actividades propias de cada etapa evolutiva.

Es obligación del Estado y de los gobiernos seccionales promocionar e inculcar en la niñez y adolescencia, la práctica de juegos tradicionales; crear y mantener

espacios e instalaciones seguras y accesibles, programas y espectáculos públicos adecuados, seguros y gratuitos para el ejercicio de este derecho.

Plan Nacional Para el Buen Vivir.

Objetivo 1

Auspiciar la igualdad, cohesión e integración social y territorial en la diversidad.

Políticas y Lineamientos.

Política 1.10. Asegurar el desarrollo infantil integral para el ejercicio pleno de derechos.

c. Incorporar a los niños y niñas como actores clave en el diseño e implementación de las políticas, programas y proyectos.

Objetivo 2

Mejorar las capacidades y potencialidades de la ciudadanía.

Fundamento.

La actividad física y el deporte son elementos dinamizadores de las capacidades y potencialidades de las personas.

Política 2.8. Promover el deporte y las actividades físicas como un medio para fortalecer las capacidades y potencialidades de la población.

b. Desarrollar actividades extracurriculares en las instituciones educativas dirigidas por entrenadores y guías especializados orientados a complementar la enseñanza.

c. Elaborar o reelaborar los programas curriculares de cultura física que tiendan a promover el hábito de la práctica deportiva o actividad física desde las edades tempranas.

Ley del Deporte, Educación Física y Recreación

TÍTULO VI – DE LA RECREACIÓN – Sección 1

Generalidades

Art. 89.- De la recreación.

La recreación comprenderá todas las actividades físicas lúdicas que empleen al tiempo libre de una manera planificada, buscando un equilibrio biológico y social en la consecución de una mejor salud y calidad de vida. Estas actividades incluyen las organizadas y ejecutadas por el deporte barrial y parroquial, urbano y rural. (Deporte, 2010)

Art. 92.- Regulación de actividades deportivas.

El Estado garantizará:

a) Planificar y promover la igualdad de oportunidades a toda la población sin distinción de edad, género, capacidades diferentes, condición socio económica o intercultural a la práctica cotidiana y regular de actividades recreativas y deportivas;

b) Impulsar programas para actividades recreativas deportivas para un sano esparcimiento, convivencia familiar, integración social, así como para recuperar valores culturales deportivos, ancestrales, interculturales y tradicionales;

d) Garantizar, promover y fomentar en la Administración Pública, la práctica de actividades deportivas, físicas y recreativas.

Hipótesis de la investigación.

El diseño y aplicación de una Propuesta de Juegos y Actividades, que permitirá favorecer el desarrollo motriz grueso en los niños de 8-10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”

Capítulo III: Metodología de la investigación

Tipo de Investigación

El tipo de investigación que se ha realizado es de enfoque correlacional y cuali-cuantitativa, en todo el trabajo realizado anteriormente se proporcionó la correlación de las actividades recreativas y su influencia y el nivel de desarrollo motor, casi experimental, los cuales permitieron realizar las actividades recreativas mediante la obtención de datos y números estadísticos detallando las características de los distintos test establecidos para esta investigación.

La técnica de investigación fue la implementación de una evaluación que determinó la condición psicomotriz gruesa, se aplicó una batería con distintos ejercicios y mediante estos resultados la elaboración de una propuesta técnica metodológica y la aplicación respectiva de actividades y juegos recreativos.

Población y muestra

Población:

Para lograr la ejecución correcta del proyecto de investigación se trabajó con niños de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, que se encuentra ubicada en la Provincia de Pichincha, Cantón Quito, con una población de estudio de 36 niños; conformado por 20 niñas y 16 niños, con quienes se ejecutó este trabajo.

Muestra:

En la investigación detallada se toma en cuenta a todos los niños de un solo paralelo que oscilan en las edades de 9 a 10 años, para la correcta ejecución del trabajo de investigación, siendo una población considerable para poder elaborar la investigación.

Fuente: La Investigación

Elaborado por: Lcdo. Danny John Oña Pilatuña

Recolección de Información:

Test físico: Se aplicó en los niños de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, ubicada en la provincia de Pichincha, cantón Quito.

Método de investigación

Métodos del nivel teórico

Analítico – sintético: Para el estudio, procesamiento e interpretación de la información sobre los fundamentos teóricos-metodológicos que sustentan el desarrollo motriz de los niños a partir de la Recreación; la sistematización, generalización e interpretación de la información empírica obtenida, así como en la elaboración de la alternativa.

Inductivo – deductivo: Utilizado para hacer inferencias y generalizaciones sobre los juegos, con el fin de favorecer al desarrollo motriz de los niños; así como interpretar los datos empíricos del diagnóstico y valorar la aplicación de la alternativa.

Sistémico-estructural-funcional: Establece la estructura, funciones y relaciones de la alternativa de juegos, favoreciendo el desarrollo motriz en los niños de 8-10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.

Métodos y técnicas

Observación científica: Para constatar las actividades físico-recreativas y en particular los juegos realizados por los niños, la influencia y limitaciones de estos en su desarrollo motor grueso.

Encuesta: Sirve para determinar cómo los profesores de Educación Física conciben y desarrollan las actividades físico-recreativas y en particular los juegos para el desarrollo motriz de los niños.

Experimento: Orientado a la valoración de la funcionalidad de la alternativa de juegos para favorecer el desarrollo motriz en los niños de 8-10 años de la Unidad Educativa Milenio Bicentenario. Dentro de la tipología de experimentos, la utilizada por el investigador será un pre-experimento con diseño de control mínimo del Pretest y el Posttest con un solo grupo.

Documental bibliográfico

Para trabajar en esta investigación se ha basado en fuentes bibliográficas que, facilitaron el buen desarrollo de la investigación, recopilando las opiniones de diferentes autores para y argumentar las soluciones al problema.

VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN

Variable independiente: Actividades recreativas.

Variable dependiente: El desarrollo motriz grueso en los niños de 8-10 años.

Operacionalización de variables

Tabla 3

Variable independiente

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS
----------	------------	-------------	-------------	--------------

V. Independiente: desarrollo motor grueso	El desarrollo	Esquema e	Nivel de	Test de
	motor grueso	imagen	desarrollo	desarrollo
	es la	corporal	motor grueso	psicomotor.
	instrucción		Calidad de	
	fundamentada		noción de	
	en el		imagen y	
	movimiento		esquema	
	desde el punto		corporal	
	de vista			
	holístico donde			
el niño vive las	Lateralidad	Tipo de		
diferentes		lateralidad		
situaciones				
educativas con	Equilibrio	Tipos de		
su personalidad	Estático y	Equilibrio		
global a través	dinámico			
de la				
“pedagogía del	Coordinación	Nivel de		
descubrimiento”	General Global	coordinación		
y del juego		general		
como una				

manera de “ser y estar” en el mundo.	Estructuración	Porcentaje de
	Espacio- Temporal	estructura espacio tiempo
	<hr/>	
	Percepción	Calidad de la percepción.

Tabla 4

Variable dependiente

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS
V. Dependiente: actividades recreativas	Las actividades recreativas son aquellas acciones lúdicas que se utilizadas para la diversión, y su finalidad principal	Juegos de recreación infantil. Tipos de juegos recreativos.	Nivel de recreación deportiva que se aplica en la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”	Técnica de observación Encuestas Entrevistas
	consiste en lograr el disfrute de quienes lo ejecutan, además que se transmite emociones, alegrías, salud entre otras, por ello se convierte en una actividad vital	Juegos de integración.	Porcentaje de juegos de integración que se realiza con los niños de la Unidad Educativa “Bicentenario”.	Técnica de observación: Encuesta, Entrevista, Observación Directa.
		Juegos de motivación y estimulación al	Cantidad de juegos que se usan para la	Encuesta, entrevista a

para el desarrollo humano.	deporte (al básquet, fútbol y voleibol).	estimulación al deporte en los niños y niñas de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.	docentes y estudiantes.
Juegos de Vinculación		Nivel de vinculación afectiva y social de los niños a través del juego y la recreación.	Observación directa de los vínculos de los niños, entrevista con los niños.
Juego de Reglas (límites y disciplina).		Tipos de juegos que se usan para el desarrollo de la disciplina consciente, el seguimiento de normas, reglas y valores.	Entrevista a docentes y padres de familia.

Recolección de información

Observación directa: Determinar la influencia en las actividades, la observación directa se emplea de forma continua para obtener una mejor apreciación de la investigación.

Test físico: aplicado en los estudiantes de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.

Validez y confiabilidad

La validez y confiabilidad de los test físicos, se demostró con la aplicación y resultados obtenidos en los estudiantes de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, es decir se afianzó su eficacia en esta investigación; ya que, con base a la variabilidad de los índices expuestos se evidencia un cambio significativo después de lo propuesto en el proyecto.

Técnica e Instrumento

Batería J. Litwin y G. Fernández (Test de habilidad motora).

Equilibrio estático

Posición paloma

Descripción

Ubicarse en un pie, bajar el tronco hacia el frente, con brazos completamente extendidos de forma lateral, la otra pierna elevada hacia atrás y conservando la mirada adelante. Manteniendo la posición paloma por 10 segundos.

Valoración

4p= Realiza con agilidad, de forma correcta, no pierde el equilibrio

3p= Realiza de forma correcta, ligera pérdida de equilibrio recobra la posición sin dificultad

2p= Pérdida del equilibrio en varias ocasiones, se dificulta recuperar la posición

1= No logra alcanzar la posición, pérdida de equilibrio frecuente

Potencia

Salto largo sin carrera

Descripción

Pies ligeramente separados a nivel del ancho de la cadera, pies ubicados en la línea de partida, brazos extendidos hacia atrás y rodillas en flexión, se realiza el salto extendiendo las rodillas y lanzando los brazos de frente, se logra medir el salto, de tres intentos, se toma el mejor resultado.

Tabla 5

Evaluación de salto largo sin carrera

Puntaje: Varones			Puntaje: Damas		
9 años	10 años	Puntos	9 años	10 años	Puntos
1,25-1,58	1,35-1,70	4	1,18-1,50	1,30 -1,65	4
1,05-1,24	1,18-1,34	3	1,00-1,17	1,12-1,29	3
0,90-1,04	1,00-1,17	2	0,83-0,99	0,92-1,11	2
0,70-0,89	0,83 –0,99	1	0,68-0,82	0,77-0,91	1

Equilibrio dinámico

Descripción

En la posición de pie dentro de un círculo, los pies ligeramente separados, rodillas semiflexionadas: saltar con giro 360° en el aire. Se realizan dos prácticas antes de 3 intentos del ejercicio, se registra el mejor resultado, se toma en cuenta a qué lado hizo el deceso o rebote.

Puntaje:

- a) Se realiza el giro en el aire, si el resultado es de 180 grados se acreditan 5 puntos, si logra sobrepasar los 180 obtiene 3 puntos adicionales.
- b) 2 puntos más si logra mantener el equilibrio al momento de la caída

8 a 10 puntos = 4

6 a 7 puntos = 3

4 a 5 puntos = 2

2 a 3 puntos = 1

Sentido rítmico

Descripción

Realizar dos veces salto con el pie derecho y continuar con el izquierdo, luego, hacer el mismo ejercicio, pero con el pie inicial.

Puntaje:

4p.=Realiza el ejercicio con facilidad.

3p.=Ejecuta de la mejor manera y manteniendo el ritmo.

2p.= Ejecuta de forma correcta el salto alternando los pies, pero le falta seguridad en el cambio pie de apoyo.

1p.= Ejecuta bien con un solo pie, no alterna el pie y requiere de ayuda para realizarlo.

5.- Sentido kinestésico

Lanzamiento de precisión

Preparar un objeto que recepte los lanzamientos, trazar cuadros de 60 cm cada uno con una separación de 30 cm de distancia.

Descripción

De pie ubicado dentro de la base, con una bolsa rellena de arena en la mano, lanza intentando dejar el objeto en el recuadro señalado (sin realizar movimiento fuera del área), dos intentos de ensayo y dos desde cada uno de los cuadros.

Puntaje superior= 20 puntos

17 a 20 puntos= 4(muy bueno)

14 a 16 puntos=3(bueno)

10 a 13 puntos= 2(aceptable)

6 a 9 puntos =1(pobre)

0 a 5 puntos= 0(muy pobre)

Lateralidad

Imitación de movimientos

Indicaciones

Posición de cúbito dorsal, 2,50 de separación entre cada participante, piernas juntas y brazos en extensión junto a los muslos.

Este ejercicio se realiza en pareja, un participante se ubica en la posición solicitada y otro a nivel de la cabeza del ejecutante, el estudiante de cúbito dorsal ejecuta las instrucciones

- a) Todos los movimientos amplios deben realizarse sin perder la posición inicial.
- b) Todos los movimientos son repetitivos hasta que el instructor solicite detenerse.
- c) Cada ejercicio se lo realiza de 8 a 10 repeticiones.
- d) Los movimientos se los realiza de forma pausada y después se aumenta la velocidad del ejercicio hasta llegar a una repetición por segundo.
- e) Mantener la mirada hacia arriba y no distraerse con otro participante.
- f) Después el instructor ejecuta cualquiera de los movimientos anteriores a su voluntad.

Ejecución

- A) De forma coordinada desplazar hacia afuera y hacia dentro brazos y piernas
- B) Desplazar hacia afuera y hacia dentro las extremidades de un mismo lado, se inicia con el lado dominante.
- C) Desplazar de forma sincronizada el pie y la mano contraria, y después, ejecutar con cambio de movimiento.

Puntaje final

52 a 44= 4 excelente

43 a 36= 3 muy bueno

35 a 29= 2 bueno

29 a 24= 1 pobre

23 o menos= 0 pierde

Capítulo iv: Resultados de la investigación

Resultados de los test antes de la aplicación de las actividades recreativas

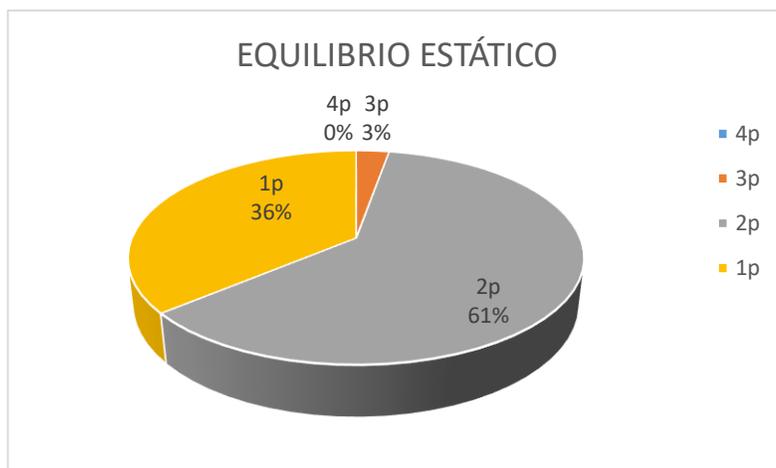
Tabla 6

Resultado test de equilibrio estático

Valoración test	Cantidad niños
4p	0
3p	1
2p	22
1p	12

Figura 1

Equilibrio estático



Análisis de resultados

En esta gráfica se visualiza los resultados del test de Equilibrio Estático, realizado en el mes de diciembre, con una población de 20 niñas y 16 niños equivalente al 100% del cual, un 3% que corresponde a un estudiante, está próximo a alcanzar un óptimo resultado, con una ligera pérdida de equilibrio; un 61% que equivale a 22 estudiantes presenta un resultado bajo, y con varias ocasiones de pérdida de equilibrio; con el 36%,

13 casos obtienen un resultado inferior, no logran llegar a la posición deseada con pérdida frecuente de equilibrio. El 97% de la población de estudio no llegó a un nivel admisible de equilibrio estático, se realizó la actividad Rayuela humana para equilibrar y contrarrestar este desbalance.

Resultado test de potencia:

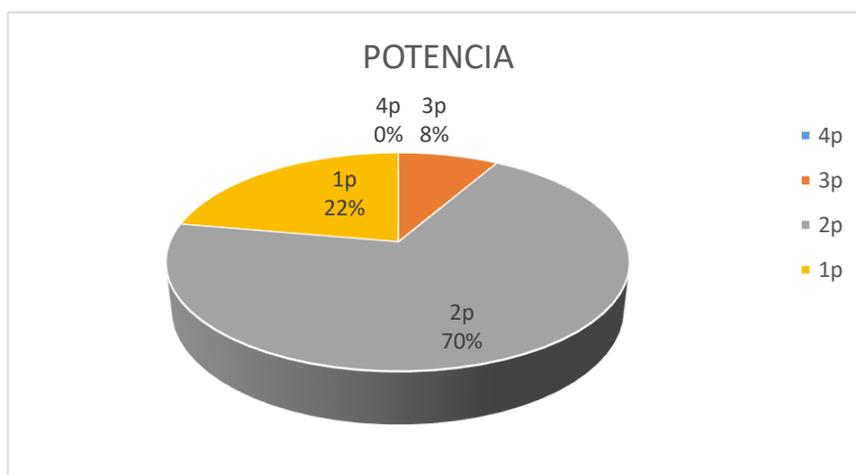
Tabla 7

Resultado test de potencia

Valoración test	Cantidad niños
4p	0
3p	3
2p	25
1p	8

Figura 2

Potencia



Análisis de resultados

En el presente gráfico se evidencia el 0% en el nivel máximo del test, 3 niños con el 8% está próximo al rango máximo de salto; mientras que 25 estudiantes equivalente al 70%, presentan un rango inferior de lo deseado, el 22% corresponde a 8 alumnos que

se encuentra en el índice más bajo del test. Se observa que el 92% equivalente a 33 estudiantes no alcanzó un buen nivel de rendimiento en esta actividad, con el fin de mejorar la potencia se aplicó el juego mano pie.

Resultado test de Equilibrio dinámico:

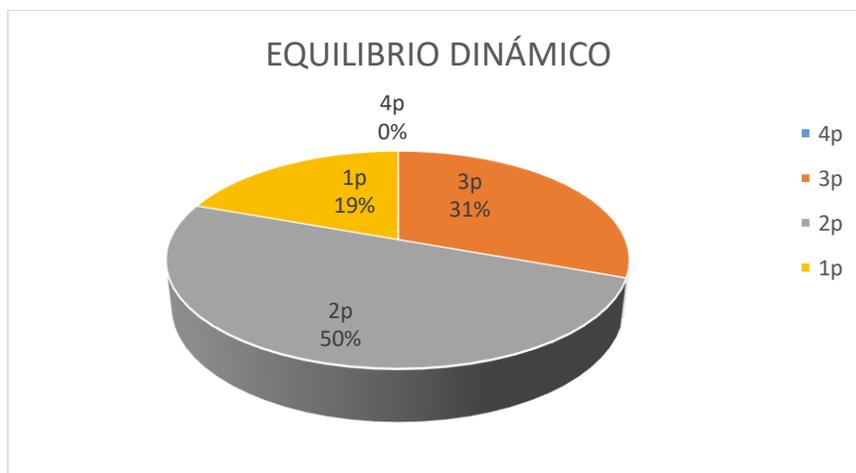
Tabla 8

Resultado test de Equilibrio dinámico

Valoración test	Cantidad niños
4p	0
3p	11
2p	18
1p	7

Figura 3

Equilibrio dinámico



Análisis de resultados

En este gráfico se observa que no hay participantes con el nivel máximo de equilibrio dinámico, el 31 % (11 niños), están próximos alcanzar los valores máximos, 50% (18 niños) mantienen un valor mínimo, 19% (7niños) obtuvieron un nivel bajo entre los parámetros establecidos. En conclusión 25 estudiantes equivalente al 69% se ubican

en los índices más bajos del test para lo cual se aplicó el juego rayuela humana con el fin de elevar el equilibrio dinámico.

Resultado test de Sentido rítmico:

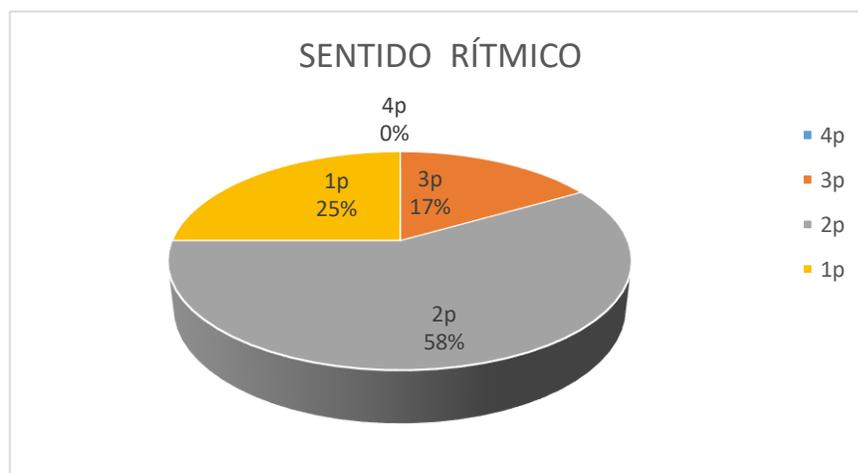
Tabla 9

Resultado test de Sentido rítmico

Valoración test	Cantidad niños
4p	0
3p	6
2p	21
1p	9

Figura 4

Sentido rítmico



Análisis de resultados

En el presente gráfico el 0% de estudiantes no logró alcanzar el nivel máximo, el 17% (6 niños) próximos a alcanzar el máximo nivel, el 58% (21 niños) alcanzaron el nivel intermedio, 25% (9 niños) se encontraron en el nivel más bajo del test. En

consecuencia 30 estudiantes que equivalen al 83% elevaron sus capacidades en el sentido rítmico aplicando el juego de ojos vendados, el lobo y el laberinto humano.

Resultado test de Sentido Kinestésico:

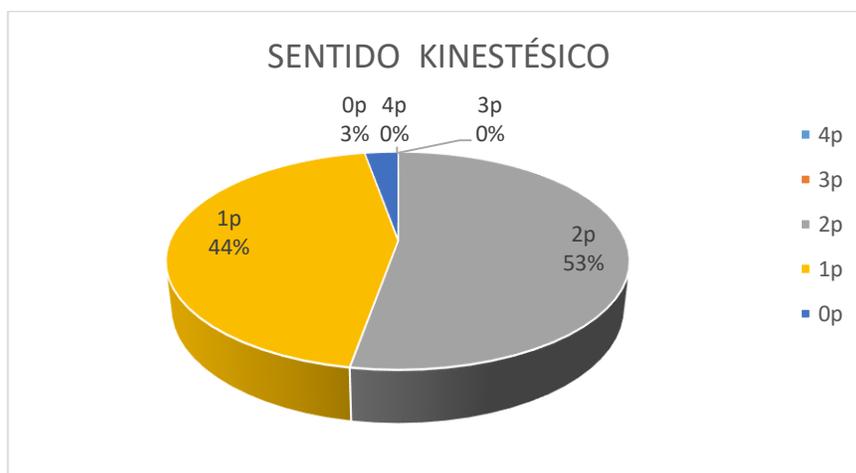
Tabla 10

Resultado test de Sentido Kinestésico

Valoración test	Cantidad niños
4p	0
3p	0
2p	19
1p	16
0p	1

Figura 5

Sentido kinestésico



Análisis de resultados

En el desarrollo del sentido kinestésico el nivel más alto es del 0%, el 53% (19 estudiantes) se encuentran próximos alcanzar el nivel máximo; 44% (16 estudiantes) se ubicaron en nivel intermedio del test y el 3% (1 estudiante) se encontró en el nivel bajo. Finalmente la sensopercepción fue poco desarrollada, para mejorar se aplicó el juego

de las escondidas, pan caliente y parada de súper héroe elevando el sentido Kinestésico.

Resultado test de Lateralidad:

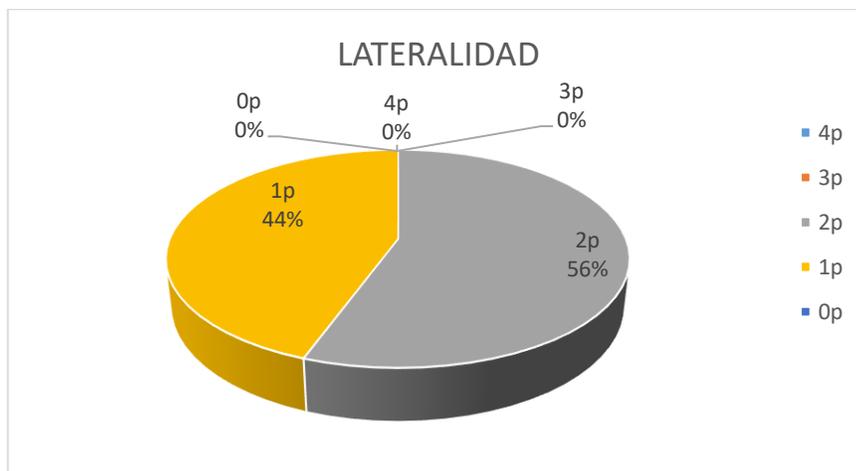
Tabla 11

Resultado test de Lateralidad:

Valoración test	Cantidad niños
4p	0
3p	0
2p	20
1p	16
0p	0

Figura 6

Lateralidad



Análisis de resultados

En este gráfico ningún caso logró llegar al nivel máximo y próximo. El 56% (20 alumnos) obtuvieron un nivel intermedio y el 44% (16 alumnos) alcanzaron un nivel bajo de lateralidad. El 100% de la población no alcanzaron los niveles normales del test para lo

cual se aplicó el juego laberinto humano y de los ojos vendados para elevar la lateralidad en los estudiantes.

Resultados de los test después de la aplicación de las actividades recreativas

Resultado test de equilibrio estático:

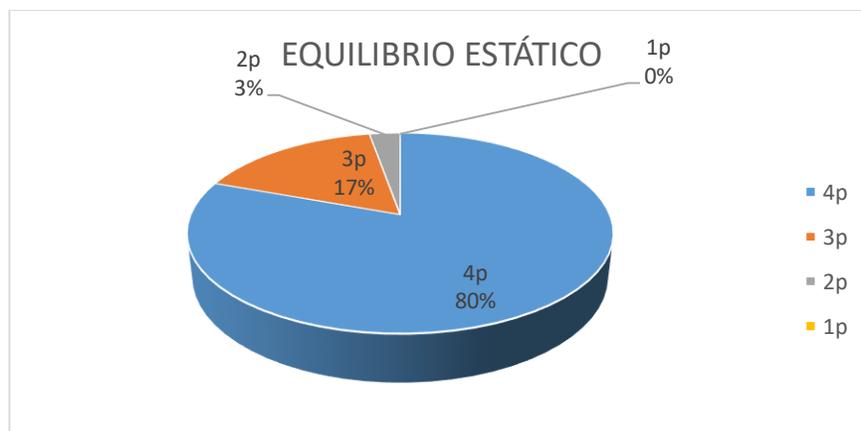
Tabla 12

Resultado test de equilibrio estático:

Valoración test	Cantidad niños
4p	29
3p	6
2p	1
1p	0

Figura 7

Equilibrio estático



Análisis de resultados

Examinando los resultados antes y después de la propuesta de actividades recreativas se observó que la valoración máxima de 4 puntos del test se eleva a un 80% influyendo y mejorando la agilidad con 29 niños; en la escala de 3 puntos, se encuentra un 17 % con un total de 6 niños, que realizan de forma correcta el test, con un desequilibrio

mínimo; y con el 3% tiene una mejoría mínima pasando del punto 1 al 2, con un solo caso. Un 97% con 33 niños se encuentran en los índices normales del test y un 3% logra llegar al rango mínimo de esta actividad.

Resultado test de equilibrio estático:

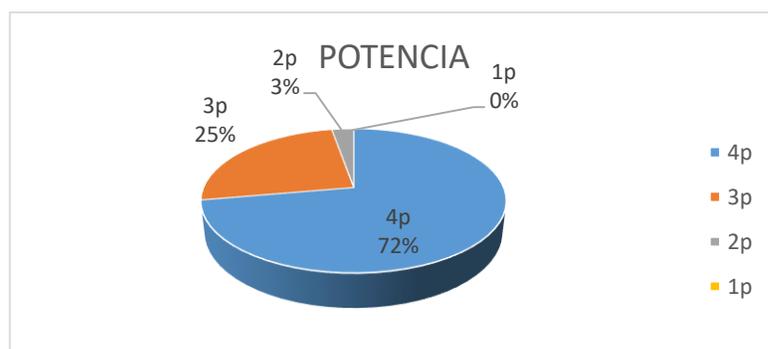
Tabla 13

Resultado test de equilibrio estático:

Valoración test	Cantidad niños
4p	26
3p	9
2p	1
1p	0

Figura 8

Potencia

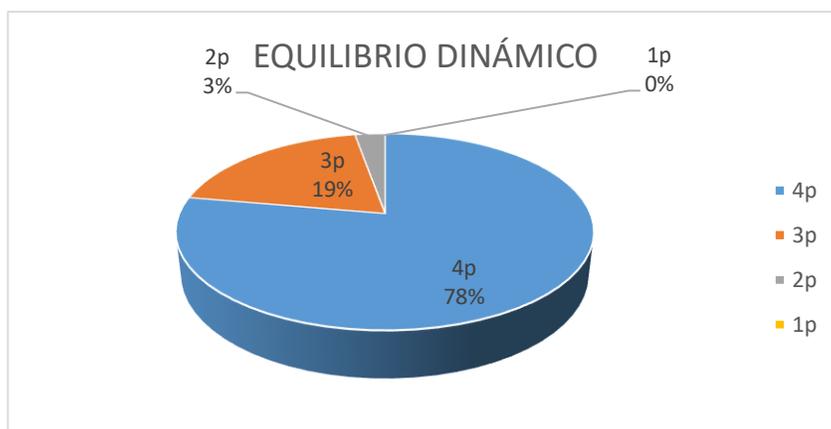


Análisis de resultados

Se observa que se ha mejorado un 72% con 26 niños que logran llegar al rango máximo de la evaluación, un 25% (9 niños) que está por alcanzar este nivel después de encontrarse en los índices bajos; con el 3% (1 niño) sube a la siguiente escala. Con las actividades realizadas el 97% logra alcanzar los niveles más adecuados del test.

Resultado test de equilibrio estático:**Tabla 14***Resultado test de equilibrio estático:*

Valoración test	Cantidad niños
4p	28
3p	7
2p	1
1p	0

Figura 9*Equilibrio dinámico***Análisis de resultados**

Se observa una gran mejoría del 78% equivalente a 28 niños que alcanzaron el estándar máximo del test; el 19% (7 niños) están próximos a alcanzar el nivel máximo; el 3% (1 niño), sube al siguiente nivel con relación al más bajo. El 97% de los estudiantes llegaron a niveles altos del test después de las actividades propuestas.

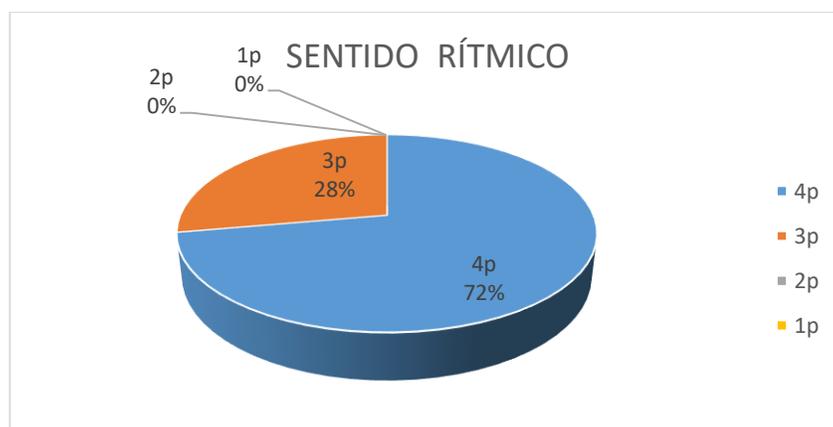
Resultado test de equilibrio estático:**Tabla 15***Resultado test de equilibrio estático:*

Valoración test	Cantidad niños
-----------------	----------------

4p	26
3p	10
2p	0
1p	0

Figura 10

Sentido rítmico



Análisis de resultados

Después del trabajo realizado el 72% (26 niños) obtuvieron una mejoría en el desarrollo del sentido rítmico, el 28% (10 niños) ejecutó de mejor manera el ejercicio propuesto por el test. Llegando al 100 % de los estudiantes que alcanzaron niveles óptimos después de la aplicación de las actividades propuestas.

Resultado test de equilibrio estático:

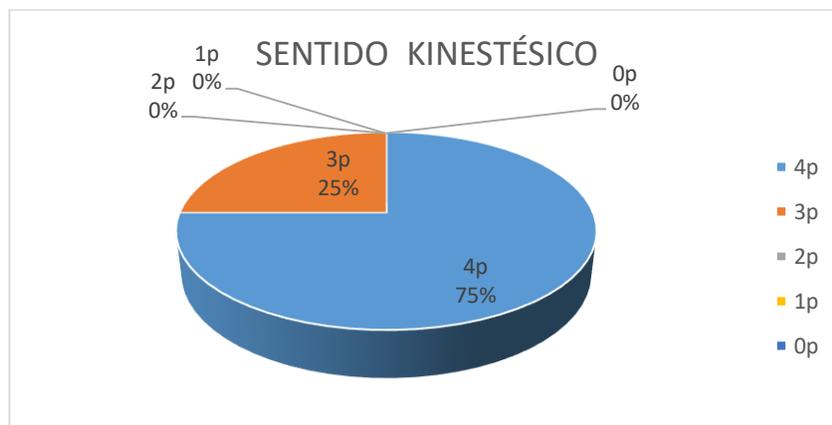
Tabla 16

Resultado test de equilibrio estático:

Valoración test	Cantidad niños
4p	27
3p	9
2p	0
1p	0

Figura 11

Sentido kinestésico



Análisis de resultados

Con el 75% se ha llegado al punto máximo, logrando una gran mejoría con 27 niños; y en el 25% se encuentran 9 estudiantes, en las últimas valoraciones no se registran casos. El 100% de estudiantes se encuentran en óptimas condiciones del test después de las actividades propuestas.

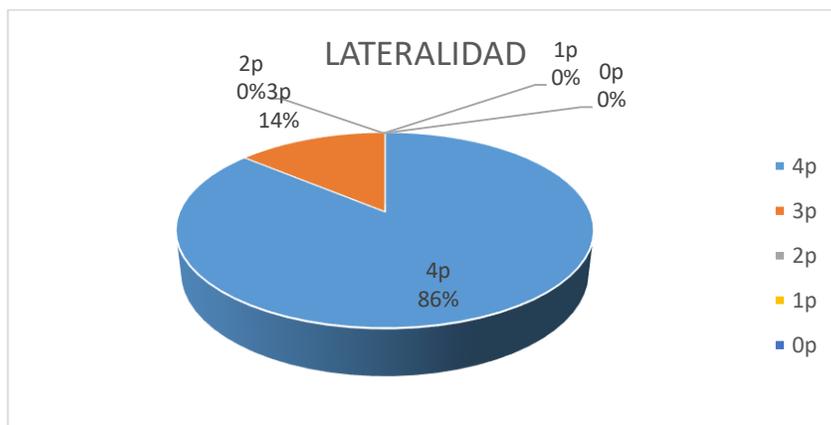
Resultado test de equilibrio estático:

Tabla 17

Resultado test de equilibrio estático:

Valoración test	Cantidad niños
4p	31
3p	5
2p	0
1p	0

Figura 12

Lateralidad**Análisis de resultados**

Se observa un 86% de mejoría después de los ejercicios establecidos para desarrollar estas habilidades con 31 casos que se encuentran en el nivel máximo; el 14% que están por alcanzar el punto máximo del test. En los niveles bajos no se registraron estudiantes. El 100% de la población llegó a los niveles óptimos del test con las propuestas planteadas anteriormente.

Análisis de resultados de la encuesta aplicada a los docentes de Cultura Física

Figura 13

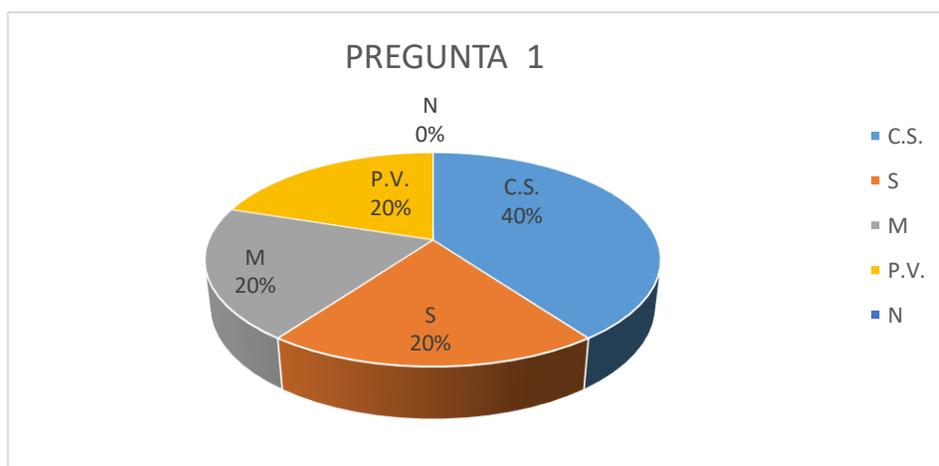
Pregunta 1

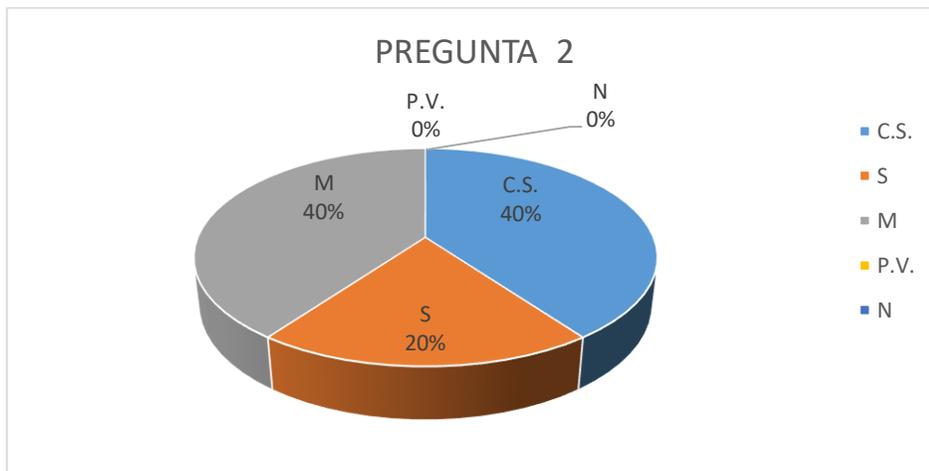
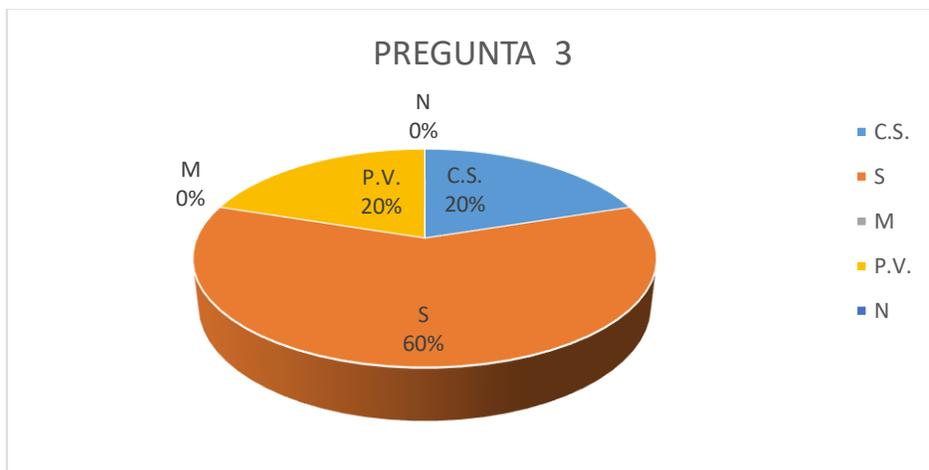
Figura 14*Pregunta 2***Figura 15***Pregunta 3*

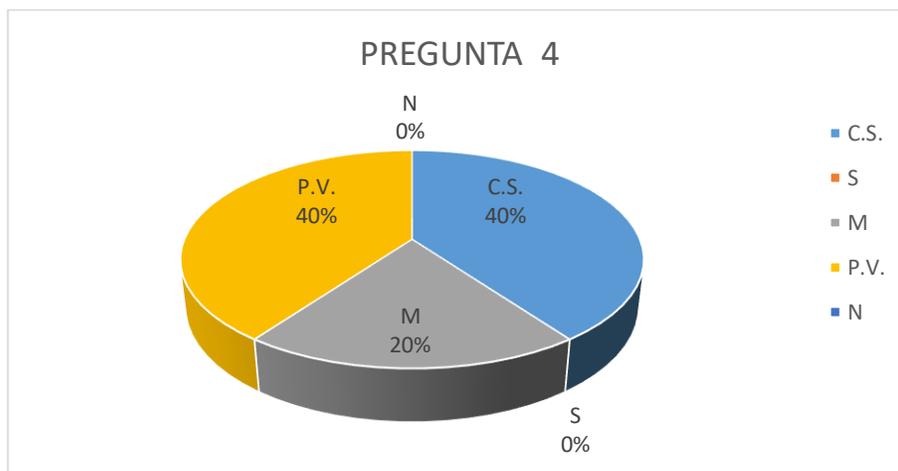
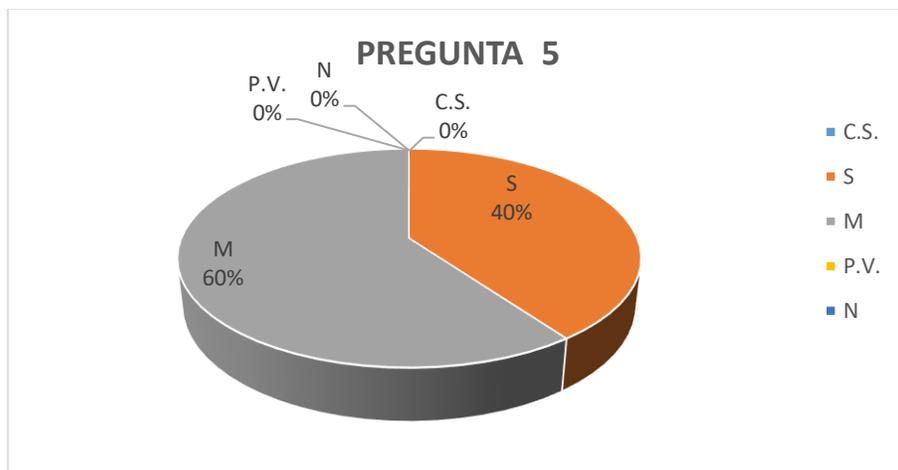
Figura 16*Pregunta 4***Figura 17***Pregunta 5*

Figura 18

Pregunta 6

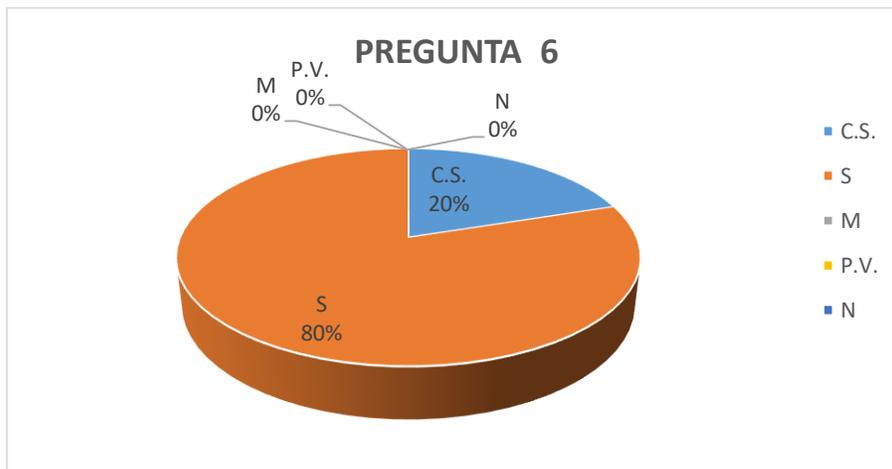


Figura 19

Pregunta 7

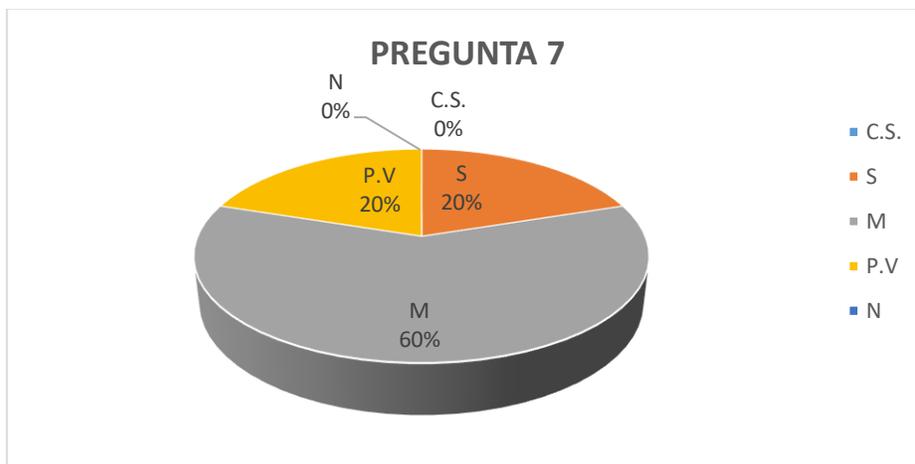


Figura 20

Pregunta 8

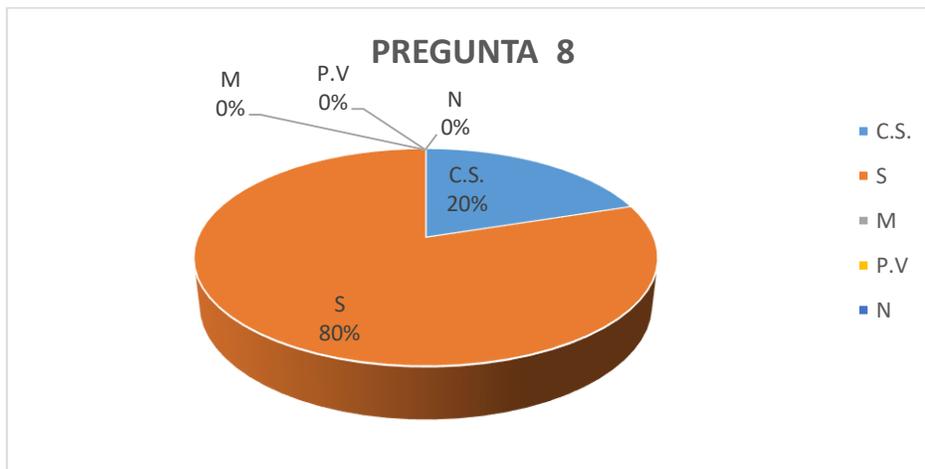


Figura 21

Pregunta 9

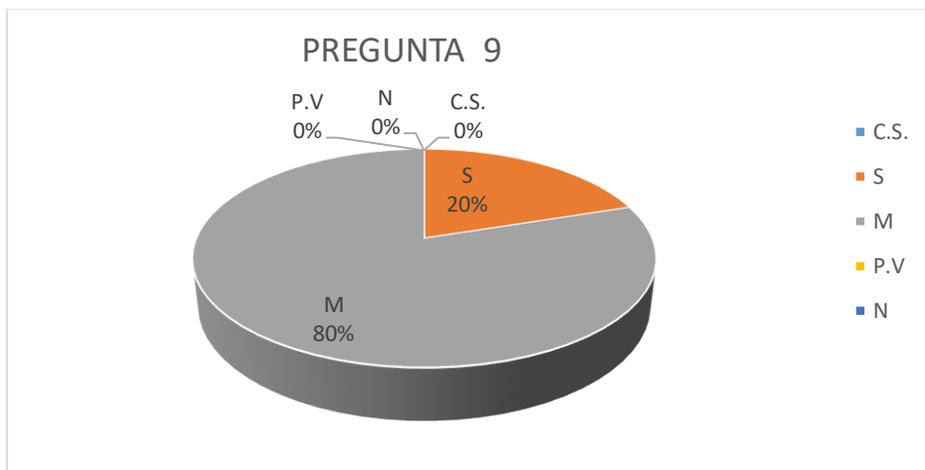
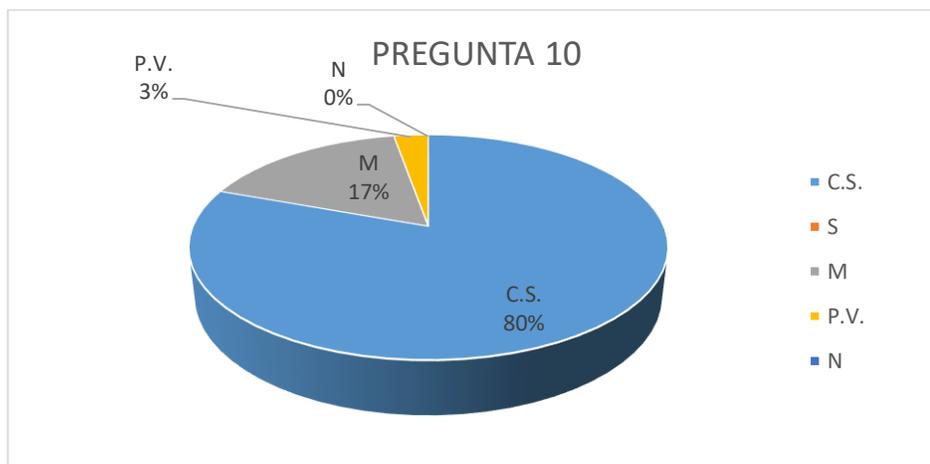


Figura 22

Pregunta 10



En la encuesta aplicada a los Docentes del Área de Educación Física de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario” se puede apreciar que las actividades recreativas no son aplicadas con frecuencia en las horas clase, sin embargo los docentes sí tienen conocimiento de la Recreación y su influencia en la motricidad gruesa, los estudiantes no practican juegos activos que están relacionados con el desarrollo motor por falta de conocimiento.

Adicionalmente los docentes no están totalmente capacitados en actividades recreativas que impulsen el perfeccionamiento de la motricidad gruesa; es necesario manifestar que la institución educativa sí cuenta con el espacio respectivo para trabajar gran variedad de juegos recreacionales, sin embargo los docentes no disponen del conocimiento teórico – práctico actualizado en dinámicas para el desarrollo de estas actividades en las horas de educación física. El trabajo de investigación fue realizado con una población de 36 estudiantes quedando abierta la expectativa de un futuro poder aplicar la presente investigación a nivel institucional.

Capítulo V: Propuesta

Datos informativos

Institución: Unidad Educativa Milenio Bicentenario

Provincia: Pichincha

Cantón: Quito

Antecedentes de la propuesta

Los docentes de Educación Física, no incluyen en sus horas clase juegos recreativos para el aprendizaje y desarrollo motor grueso de los estudiantes que permita un mejor proceso de aprendizaje motriz.

La escasa aplicación de juegos recreativos en los estudiantes por parte de los docentes, se presenta por desconocimiento de dinámicas actualizadas para sus clases, una vez que se analizó el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes en las horas de trabajo surge la necesidad de investigar una propuesta de actividades motrices con una población de 36 estudiantes que están en edades comprendidas de 8 a 10 años, los juegos son parte de la materia de Educación Física y son necesarios para el buen desenvolvimiento estudiantil. Sin la aplicación de dinámicas recreativas obtendremos niños con un desarrollo motriz grueso bajo.

JUSTIFICACIÓN

La presente propuesta consiste en ejecutar actividades con la población de estudio para en un futuro proporcionar a los docentes una guía de juegos que están vinculados al desarrollo de la motricidad gruesa que ayudará a la correcta y fácil aplicación con el fin de conseguir la eficacia de todos los estudiantes.

Las actividades recreativas en el desarrollo motor grueso serán de gran impacto ya que se verá reflejado el avance en los niños de la Unidad Educativa Milenio

“Bicentenario” ellos estarán beneficiados directamente con las actividades de la Guía de juegos para el desarrollo motriz.

Introducción

En este capítulo se ostenta de forma total los resultados de los juegos recreativos en la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, se efectúa el correspondiente análisis con la aplicación de las actividades propuestas y que se desarrollaron de manera eficiente con niños entre 8 y 10 años.

Se determinan varios cuadros estadísticos que permiten analizar sus diferentes valores con los resultados alcanzados mediante la aplicación de los juegos recreativos, comprobando y analizando el resultado preliminar y final.

En esta propuesta se detallan cinco tipos de juegos recreativos aplicados en dos horas de clase semanal, sin afectar el currículo académico. Además, las actividades propuestas forman parte de las clases de Educación Física.

Los juegos elaborados en este trabajo se apoyan mediante un análisis de resultados que se detectaron con la ejecución de los test iniciales en la población determinada para el estudio, tomando en cuenta las características de los niños de 8 a 10 años de edad.

Todas estas actividades se diseñaron para que sean puestas en práctica durante el trabajo de investigación, adicionalmente pueden hacer uso de la Guía propuesta los docentes del Área de Educación Física y profesionales que no estén vinculados al área de la Recreación. Estas actividades quedarán plasmadas en la Unidad Educativa, siguiendo los estándares y recomendaciones para evitar cualquier tipo de lesión.

Estos ejercicios no tienen mayor grado de complejidad para su aplicación, ya que están detallados de una manera muy práctica para su ejecución. Sin embargo, se debe cuidar el cómo y para qué se aplica.

Con esta propuesta se busca el buen desarrollo motriz de cada uno de los niños y niñas que forman parte de la población de este estudio, mediante el juego se logró que sean creadores y alcancen un desarrollo eficiente en los distintos ambientes de su vida.

Rosales (2011) menciona que mediante “la ejecución de los juegos el niño desarrolla sus habilidades motrices ya que el juego implica saltar, correr y caminar en compañía del esquema corporal y la orientación espacio-temporal con sus respectivas combinaciones” (pp. 78).

Objetivo General

Desarrollar la motricidad gruesa mediante juegos recreativos que permitan el fortalecimiento físico y mental de los niños, lograr un buen desenvolvimiento en su vida diaria, fomentar las buenas relaciones entre la comunidad educativa y crear espacios físicos que fortalezcan el desarrollo de estas actividades.

Objetivos específicos

- Aplicar actividades recreativas para el desarrollo de la motricidad gruesa.
- Crear diferentes espacios para la aplicación de dinámicas y actividades recreativas.
- Evaluar la importancia de la aplicación de actividades recreativas.

Actividades básicas para mejorar el conocimiento del Esquema Corporal

Realizar el dibujo del cuerpo humano en el piso teniendo como molde a su compañero y su propio cuerpo.

Objetivo: Lograr el conocimiento propio de su cuerpo, tener estabilidad y seguridad en cada uno de sus segmentos corporales.

En este ejercicio se busca la concientización del esquema corporal propio del niño.

- El niño numera cada uno de las extremidades corporales de su cuerpo.
- Al mencionar números se deberán hacer saltos en sus segmentos corporales según orden de numeración.
- Realizará saltos en cada una de sus extremidades de forma voluntaria, iniciando desde arriba (cabeza) hasta la parte de abajo (pies) y se desplazará según las instrucciones.
- Con los ojos vendados realiza el reconocimiento fácil de uno de sus compañeros.

Actividades para mejorar la Lateralidad

Objetivo: Definir su lado preferencial y tener el conocimiento exacto de su lado izquierdo y derecho.

- Correr en distintas direcciones y a la orden del silbato para en pie izquierdo.
- Correr en distintas direcciones y a la orden del silbato para en pie derecho.
- Salta con un pie en distintas direcciones.
- Levantar cualquier objeto liviano con el brazo izquierdo.
- Levantar cualquier objeto liviano con el brazo derecho.

Actividades para mejorar el equilibrio

Objetivo: Mejorar la estabilidad corporal, optimiza el equilibrio estático y dinámico, mantiene el dominio de los movimientos en cualquier entorno de desequilibrio.

- Mantener el equilibrio en un área elevada.
- Mantener un objeto equilibrado en cualquier parte del cuerpo.

Actividades para mejorar la coordinación

Objetivo: Interactuar movimiento a través del sistema nervioso central y el sistema muscular en la realización y ejecución de ejercicios.

- Caminar junto a un compañero y coincidir con el mismo pie de su acompañante.
- Realización de polichilenos (imitación de movimientos de tijera de forma repetitiva) en desplazamiento lateral.
- Realización de polichilenos (imitación de movimientos de tijera de forma repetitiva) con cambio de dirección.
- Saltar topando la pelota con un pie y después con el otro (alternando).

Actividades para mejorar Estructuración Espacial- Temporal

Objetivo: Ubicar su cuerpo dentro del entorno en el cual se encuentra.

- Ubicarse dentro de un ula ula y realizar skiping (trotar en el propio terreno).
- Realizar cambios de dirección en el mismo implemento.
- Cambiar de izquierda a derecha fuera y dentro del implemento.
- Movimientos atrás y adelante en el mismo implemento.

Metodología

Tabla 18

Modelo operativo

Etapa	Objetivo	Actividades	Recursos	Tiempo	Responsables	Resultados
Persuadir	Persuadir a todos los docentes de cultura física acerca necesidad de una guía de juegos.	Socialización de los docentes	Humanos Didácticos	1 mes	Autor de la propuesta	Conocimiento de las actividades en los docentes y especialistas de otras áreas.
Estructurar	Estructurar todas las actividades que se detallan en la guía de juegos.	Reunión de área Trabajos en equipo Charlas	Humanos Didácticos	1 mes	Autor de la propuesta	Conocimiento de las actividades a realizar con los docentes del área de cultura física.

Ejecutar	Aplicación de los juegos para el desarrollo motor grueso.	Ejecución de los diferentes ejercicios y juegos de la propuesta.	Humanos Didácticos	3 meses	Autor de la propuesta	Mejora la motricidad gruesa.
Evaluar	Dar seguimiento de la aplicación.	Aplicación de test de evaluación.	Humanos Didácticos	2 veces por semana	Especialistas y niños	Mejora la motricidad gruesa.

Juegos recreativos para el desarrollo motor grueso para niños de 8 a 10 años

1.- Juegos de los ojos vendados:

Objetivo: Conocer y distinguir a los compañeros mediante la percepción.

Edad: 8-10 años

Recursos: Vendas

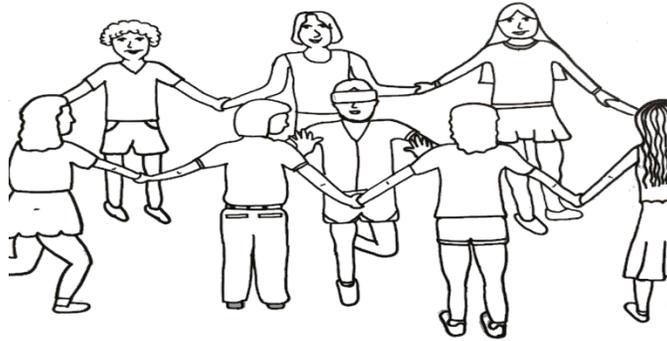
Descripción:

1.- Este juego consiste en vendar los ojos a uno o dos compañeros, los cuales identificarán a cada uno de sus amigos mediante la percepción del esquema corporal de cada uno de ellos.

2.- El grupo restante de compañeros se ubicarán de pie realizando un círculo.

3.- Los niños que están con los ojos vendados, tratarán de identificar a su compañero por el nombre y según sus rasgos físicos.

Figura 23



2.- Rayuela humana:

Objetivo: Reconocer las partes básicas de su cuerpo y de los demás.

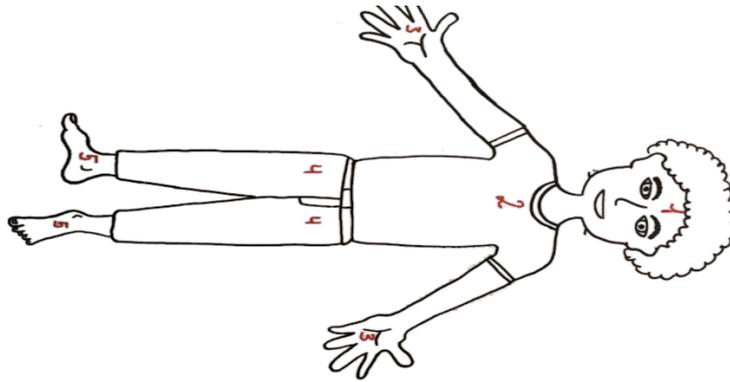
Edad: 8-10 años

Recursos: Tizas

Descripción:

- 1.- Consiste en trazar el cuerpo de un compañero en el suelo con la tiza.
- 2.- Ubicar un número en cada una de sus extremidades superiores e inferiores.
- 3.- Realizar el juego de rayuela con la figura de su compañero.

Figura 24



Juego de integración

3.- Juego del laberinto:

Objetivo: Desarrollar la buena relación entre compañeros de un mismo grupo

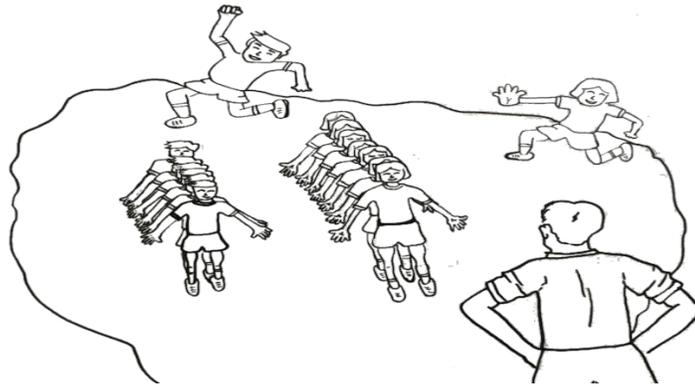
Edad: de 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Descripción:

- 1.- Formar filas y columnas con todo el grupo de compañeros de un mismo curso.
- 2.- Dos niños no formarán parte de este, ellos se desplazarán según la orden del instructor.
- 3.- Cumplir la función del gato y el ratón, pero en un laberinto humano.
- 4.- Alcanzar al ratón evadiendo filas y columnas en movimiento.

Figura 25

**4.- Juego de selfie:**

Objetivo: Desarrollar la buena relación entre compañeros de un mismo grupo y ubicación temporo - espacial.

Edad: 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Descripción:

- 1.- Formar grupos de juego o puede participar todo el grupo en general.
- 2.- Se entrega el mapa de todo el lugar en un orden de numeración determinada a cada uno de los grupos.
- 3.- Deberán tomarse fotos o selfie grupal en cada uno de los lugares detallados en el mapa.
- 4.- Regresar al punto de partida con las evidencias fotográficas.
- 5.- El grupo que llega primero con la evidencia de las selfie gana.

Figura 26

**5.- Juego de los superhéroes:**

Objetivo: Desarrollar habilidades motrices básicas.

Edad: 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Descripción:

- 1.- Correr, caminar y realizar cambios de dirección.
- 2.- A la orden del instructor dar pausa sorpresiva con el fin de que nadie se mueva: todas estatuas.
- 3.- Colocarse en posición de un superhéroe favorito, por cada uno de los participantes, por un determinado espacio de tiempo.

Figura 27



Juegos de motivación y estimulación al deporte

6.- Juego del águila y la gallina.

Objetivo: Integrar a los niños en la práctica deportiva y desarrollar habilidades básicas para la ejecución del mismo.

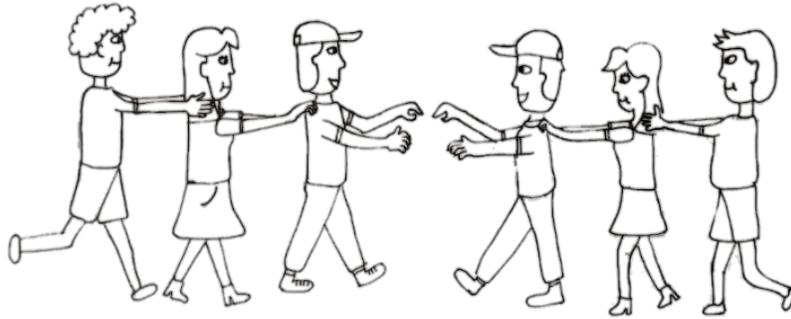
Edad: De 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Descripción:

- 1.- Formar 4 grupos de 10 estudiantes, en total cuatro columnas.
- 2.- Grupo 1 (gallina y pollitos) frente al grupo 2 (águilas).
- 3.- Grupo3 (gallina y pollitos) frente al grupo 4 (águilas).
- 4.- Cada equipo debe estar enlazado alrededor de la cintura formando una columna.
- 5.- El líder del grupo de las águilas debe atrapar al último integrante del equipo de las gallinas y pollitos sin soltarse de su columna, el líder de las gallinas deberá defender al grupo de pollitos desplazándose de izquierda a derecha o en círculo en un mismo espacio.

Figura 28



7.- Juego mano pie 1:

Objetivo: Desarrollar habilidades motrices y deportivas

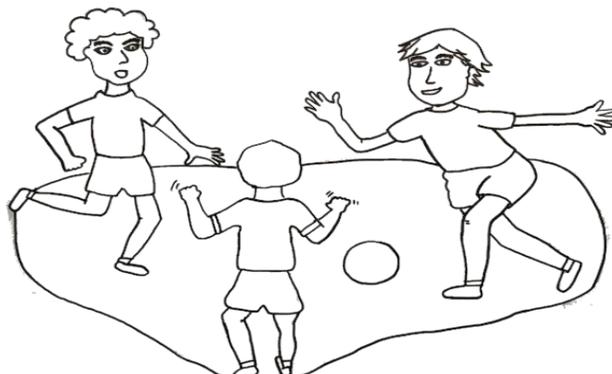
Edad: De 8-10 años

Recursos: Espacio físico, arcos, aros y un balón.

Descripción:

- 1.- Formar dos equipos.
- 2.- El instructor lanza la pelota al aire e inicia el juego.
- 3.- Tratando de anotar en el cesto de básquet mientras el juego es aéreo y la pelota se mantenga suspendida.
- 4.- Cuando la pelota caiga al piso por cualquier circunstancia se jugará con los pies como en el fútbol, anotando en el arco.
- 5.- Si la pelota se eleva nuevamente se volverá a jugar con las manos.
- 6.- El equipo que tenga más anotaciones gana.

Figura 29

**8.- Juego mano pie 2:**

Objetivo: Integrar a los niños en la práctica deportiva y desarrollar habilidades básicas.

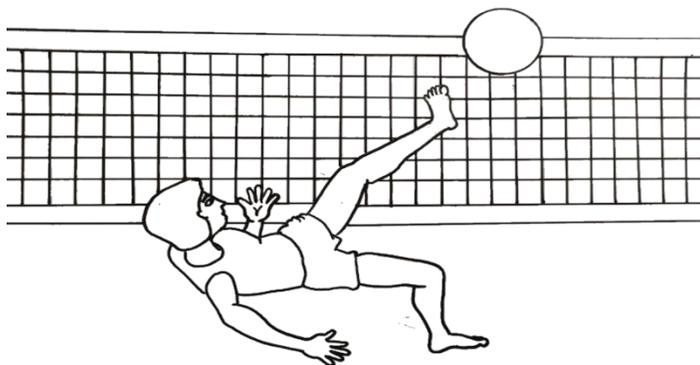
Edad: 8-10 años

Recursos: Espacio físico, balón.

Explicación:

- 1.- Consiste en jugar vóley mediante el dominio del fútbol.
- 2.- Incluye dominar el balón con todas las extremidades del cuerpo a excepción de las manos.
- 3.- El puntaje es similar al vóley, el que tenga mayor puntuación gana.

Figura 30



Juegos de vinculación:

9.- Policías y ladrones:

Objetivo: Relacionar el ámbitos educativo, emocional y social con todos los participantes.

Edad: 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Explicación:

- 1.- Uno de los jugadores del equipo denominado como ladrones tiene un objeto el cual es de gran valor.
- 2.- El equipo de ladrones se cruzará el objeto entre ellos para no ser detectado por el equipo contrario.
- 3.- Cada integrante policía puede capturar un solo jugador del equipo de ladrones.
- 4.- La mayoría de participantes serán llevados al lugar destinado como cárcel.
- 5.- Tienen que cruzar las manos hasta ser liberados por sus compañeros.

Figura 31



10.- Captura de la bandera:

Objetivo: Relacionar los ámbitos educativo, emocional y social mediante la ejecución del juego.

Edad: 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Explicación:

- 1.- Se forman dos equipos, uno en cada lado de la cancha.
- 2.- Cada equipo tiene 4 banderas en un lugar destinado para ello.
- 3.- Determinar la zona de capturados donde van cada integrante atrapado por el equipo contrario y puede ser liberado por sus compañeros y seguir participando.
- 4.- El objetivo es capturar todas las banderas sin ser atrapado por ningún integrante del equipo contrario.
- 5.- El equipo que captura la mayoría de banderas o en su totalidad gana.

Figura 32

**11.- Pan caliente:**

Objetivo: Desarrollar la percepción mediante la aplicación del juego pan caliente.

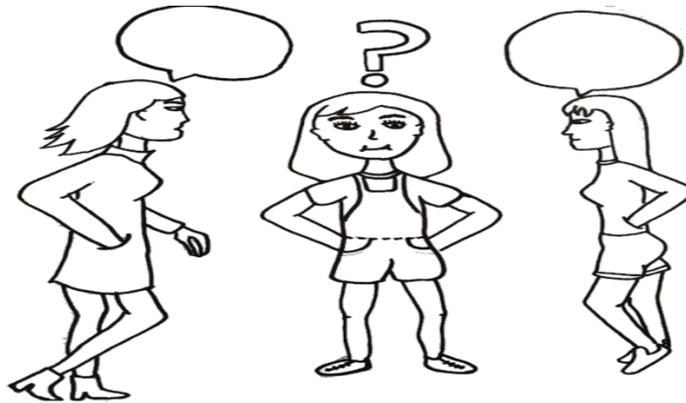
Edad: De 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Explicación:

- 1.- Formar parejas para realizar este juego.
- 2.- El primer integrante por parejas va a esconder un objeto liviano en el espacio determinado para el juego.
- 3.- Mientras, la pareja espera hasta que su compañero esconda el objeto.
- 4.- Una vez realizado esto, el integrante que ha escondido el objeto va en busca de su compañero.
- 5.- Guiar de manera direccional hacia el objeto escondido diciendo caliente y frío.
- 6.- Caliente cuando está cerca y frío cuando está lejos.
- 7.- Cuando encuentra el objeto se menciona: “te quemaste”.

Figura 33



Juegos con reglas

12.- Juego de las escondidas:

Objetivo: Relacionar las reglas de juego con las actividades para mejorar la orientación espacial.

Edad: 8-10 años

Recursos: Espacio físico

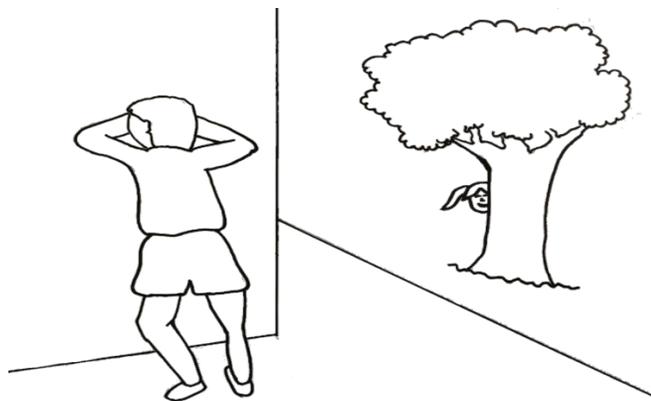
Explicación:

- 1.- Consiste en elegir una persona que realice un conteo frente a la pared y de espaldas a los participantes.
- 2.- Sin regresar a ver se realiza el conteo, mientras se esconden los jugadores.
- 3.- El niño que acaba de contar debe elevar la voz diciendo "listo todos".
- 4.- Cuando ya está dada la orden emprende la búsqueda.
- 5.- Al primero en encontrarle es el que realizará el conteo y seguirá las mismas reglas del juego.

Reglas:

- El niño que está en la pared no debe regresar a ver.
- Debe contar hasta que sus compañeros se escondan.
- Los que se esconde deben hacerlo en un lugar dentro del espacio de juego.
- Jugador encontrado pasa a ser el conteo.

Figura 34



13.- El juego del lobo:

Objetivo: Mejorar las percepciones espaciales y temporales en el área determinada para el juego.

Edad: 8-10 años

Recursos: Espacio físico

Explicación:

- 1.- Realizar dos equipos, uno de lobos y otro equipo de víctimas.
- 2.- Los lobos dirán: "ahí viene" las víctimas responderán: ¿Quién?
- 3.- Los lobos volverán a decir: "se acerca" y las víctimas volverán a preguntar: ¿Quién?
- 4.- Y en ese momento los lobos dicen: el "lobo feroz" y las víctimas deben correr hasta un determinado punto.
- 5.- Los integrantes que son víctimas, no podrán salir del espacio físico de juego y si son topados o capturados por los lobos pasan a formar parte de ellos.

Reglas:

- Los participantes que son víctimas no pueden correr fuera del espacio de juego.
- Si le capturan, pasa a formar parte del equipo contrario.
- Culmina el juego cuando ya todos sean capturados.

Figura 35



Juegos recreativos

Tabla 19

Juegos recreativos

N°	ACTIVIDAD	OBJETIVO	MATERIALES	PERIODOS		LUGAR
				MAÑANA	TARDE	
1	Juegos recreativos	Promover goce, disfrute, distracción mental y favorecer al desarrollo de las habilidades motrices.	Pañuelos, aros, pelotas.	2 horas clase (semanal)		Canchas de uso múltiple

2	Juego de integración	Crear lazos de amistad y trabajo en equipo, buen entendimiento y su correcta relación entre los participantes.	Pelotas, conos espacio físico.		2 horas clase (semanal)	Patio de formaciones
3	Juegos de motivación y estimulación al deporte	Promover el deporte y la práctica correcta del mismo.	Balones, canchas, conos, silbato, cronómetro.	2 horas clase (semanal)		Cancha de fútbol
4	Juegos de Vinculación:	Vincular las buenas relaciones en el grupo de participantes.	Aros, pañuelos pelotas de diferentes medidas.		2 horas clase (semanal)	Aula de clase
5	Juegos con reglas	Crear normas que ayuden a estabilizar el buen	Balones, aros, conos, espacio físico.	2 horas clase (semanal)	2 horas clase (semanal)	Canchas de fútbol

comportamiento
de las personas
y fortalecer el
desempeño del
aprendizaje.

Conclusiones:

La presente investigación y análisis de la psicomotricidad gruesa en los niños y niñas de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario” de 8 a 10 años mediante la utilización del test J. Litwin y G. Fernández para la evaluación y con los resultados obtenidos se presentó la propuesta de los juegos recreativos en el desarrollo motor grueso llegando a las conclusiones:

- Existe poca aplicación de los juegos recreativos para los niños de 8 a 10 años en la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario” por desconocimiento de los docentes en las nuevas técnicas y propuestas de la Recreación para apoyar y potencializar el desarrollo motor grueso de manera lúdica y recreativa, por lo tanto los resultados que se obtuvieron en un inicio fueron por debajo de los hitos requeridos.
- Hay desconocimiento de los docentes de Cultura Física sobre las bondades y fundamentos teóricos que ofrece la Recreación y el buen uso del Tiempo libre como estrategia metodológica para lograr desarrollar todos los ámbitos de la motricidad gruesa en los niños.
- Con la aplicación de las actividades lúdicas y recreativas para el desarrollo motor grueso de los niños, se demostró más eficiencia mejorando los resultados del test de comprobación en el equilibrio estático y dinámico, coordinación general global, esquema e imagen corporal, en potencia, mayor comprensión en el sentido rítmico, en el sentido kinestésico y lateralidad.
- El Diseño y aplicación de una propuesta de juegos recreativos que se base en el desarrollo de la motricidad gruesa para los niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario” fue de gran ayuda y demostró que el sentido rítmico de los niños y la motricidad gruesa alcanzaron el nivel máximo del test

luego de haber trabajado los juegos y las actividades recreativas, superando los niveles en los que se inició la presente investigación.

Recomendaciones:

- Se recomienda compartir con los docentes del Área de Educación Física de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario” la sistemática de esta investigación y la bibliografía de la Psicomotricidad Gruesa y la Recreación
- Se sugiere socializar las metodologías y el adecuado uso de esta propuesta con los docentes de cultura física ya que contribuirá con el desarrollo motor grueso de los niños y niñas de la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”.
- Difundir en la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario” la aplicación de la Recreación como parte del trabajo docente, siendo una propuesta teórica y metodológica que ayuda a los niños en su aprendizaje dinámico, desarrollando su psicomotricidad gruesa con éxito, motivación y alegría.
- Se recomienda el uso de la Propuesta de juegos recreativo que se base en el desarrollo de la motricidad gruesa para los niños de 8 a 10 años en la Unidad Educativa Milenio “Bicentenario”, como una herramienta de trabajo para que los niños alcancen niveles óptimos de desarrollo motor grueso.

Referencias

- Alfonsina, G. (Diciembre de 2008). *La reacción en la niñez*. Obtenido de http://nulan.mdp.edu.ar/1811/1/gregorio_ag_2008.pdf
- Alfonso, L. (2010). *El equilibrio humano: un fenómeno complejo*. Obtenido de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-equino/el_equilibrio_humano.pdf
- Andrade, M. (2014). *Lateralidad y rendimiento deportivo*.
- Arias, I. (2015). *Incidencia de las condiciones de vida en el desarrollo deportivo-motriz de los niños de 8 a 12 años de las Escuelas Unidocentes de Frontera Norte de la Provincia de Esmeraldas durante el 2013*. Quito: ESPE.
- Arias, M., & Salgado, F. (2014). *Incidencia del juego dirigido en el desarrollo motor en niños/as de educación inicial del Sector Rural de la Provincia de Pichincha. Tesis de Maestría. Universidad de las Fuerzas Armadas (ESPE)*. Quito: ESPE.
- Asamblea Nacional Constituyente Ecuador. (2008). *Constitución de la República del Ecuador*. Montecristi.
- Baena, A. (2005). *Juego Motor*, editorial Instituto de Educación Física. Córdoba: Ipef.
- Cabezuelo, G., & Frontera, P. (2017). *El desarrollo psicomotor*. Obtenido de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=lvekDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=desarrollo+psicomotor&ots=DHu7hRI8ZA&sig=mwtHeaMM0aoAdRsMlyHzFJSs5ew#v=onepage&q=desarrollo%20psicomotor&f=false>
- Calero, S., & González, S. (2014). *Teoría y Metodología de la Educación Física*. Quito: ESPE.
- Colectivo de Autores. (2004). *La investigación científica en la Actividad Física*. La Habana: Deportes.

Corona, O. (2010). *Juegos creativos y dinámicos para los niños y niñas de cuatro y cinco años de edad vinculados al Programa "Educa a tu hijo"*. La Habana: Universidad de Ciencias.

Cratty, B. (1975). *Juegos escolares que desarrollan la conducta*. New Jersey: Prentice-Hall. Obtenido de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ZqtCAQjd_70C&oi=fnd&pg=PA1&dq=juegos+escolares&ots=S-UuyhRkAm&sig=dpa3Crg4zLYs_J9WaSbIH3IGmt0#v=onepage&q=juegos%20escolares&f=false

Creciendo sanos. (27 de Junio de 2018). *Actividades físicas para niños que odian los deportes*. Obtenido de <https://www.educo.org/Blog/actividades-fisicas-para-ninos-que-odian-los-deportes>

Díaz, E., & Díaz, H. (1975). *Juegos menores*. La Habana: Pueblo y Educación.

Döbler, E., & Döbler, H. (1980). *Juegos menores*. La Habana: Pueblo y Educación.

Dumazedier, J. (1971). *Realidades del ocio e ideologías*. La Habana.

Fonseca, V. (1998). *Estudio y Génesis de la Psicomotricidad*. Zaragoza: INDE.

Fonseca, V. (1998). *Manual de observación psicomotriz*. Barcelona: INDE.

Gallardo, F. (2009). *Esquema corporal e imagen corporal*.

García, F. (1982). *El juego pre-deportivo en la Educación Física*. Madrid: Pila teleña.

García, V. (2015). *Actividades físico-recreativas para el desarrollo motriz en niños de 8-10 años de la Escuela Rural "Ciudad de Riobamba"*. Quito: ESPE.

Giraldo, J. (2013 de Diciembre). *Blog de recreación*. Obtenido de <http://jeygiraldo.blogspot.com/>

Goicochea, A. (1991). *El valor del juego*. Córdoba: Instituto de Educación Física.

Guts, M. (1980). *Juegos menores*. La Habana.

Hernandez, K. (2014). *Eficacia de la aplicación de actividades físico-recreativas, en el desarrollo motriz en los niños de 10-12 años*. Quito: ESPE.

Jaimes, E. (2006). *El juego como estrategia metodológica para el desarrollo psicomotor*. Maturin: UPEL.

Lema, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Madrid: INDE.

Moreno, J. (1999). *Motricidad infantil*. Murcia: DM.

Paredes, V. (2002). *Aproximación teórica a la realidad del juego*. Madrid.

Pérez, A. (2003). *Recreación, fundamentos técnicos metodológicos*. La Habana: ISCF.

Revista Hedusport. (Enero de 2005). *Evolución del concepto recreación*.

Obtenido de https://revistaheduca.files.wordpress.com/2015/03/3_-articulo-quino-benitez.pdf

Rosales, A. (2011). *Alternativa de juegos tradicionales y pre-deportivos para mejorar la habilidad motriz básica correr en infantes 8-9 años del sector Vuelta el Cacho parroquia sabanita de Ciudad Bolívar*. La Habana: Universidad de Ciencias.

Sampieri, H., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. D.F. México: MacGraw-Hill.

SENPLADES. (2016). *Plan Nacional del Buen Vivir*. Quito.

Techachal, E. (2010). *El juego*. D.F. México.

Turpin, B. (1999). *Aspectos psicomotrices*. Barcelona: Hispano europea.

UNICEF. (Junio de 2019). *Actividades físicas para niños, niñas y adolescentes*.

Obtenido de

<https://www.unicef.org/chile/media/3086/file/La%20actividad%20F%C3%ADsica.pdf>

Vigotsky, L. (1991). *El papel del juego en el desarrollo del niño*, en “*El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores*”. Barcelona: Ed crítica.

Waichman, P. (1993). *Tiempo libre y recreación*. Buenos Aires: Desafíos.

Anexos