



# ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

## DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

### TEMA

**“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA RECREATIVO PARA EL DESARROLLO DE LAS DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS (AS) DE 8 A 9 AÑOS DE EDAD DE CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “COSTA RICA” DE NAYÓN DE LA PROVINCIA DE PICHINCHA DEL CANTÓN QUITO. PROPUESTA ALTERNATIVA.”**

**PREVIA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.**

**ELABORADO POR:  
JUAN CARLOS LUGUAÑA LUGUAÑA**

**DIRECTOR DE TESIS  
LIC. ARACELY OBANDO**

**CODIRECTOR DE TESIS  
MSc. ORLANDO CARRASCO**

**SANGOLQUÍ ECUADOR  
2013**

**CERTIFICADO**

Que el proyecto / Tesis de grado titulado **“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA RECREATIVO PARA EL DESARROLLO DE LAS DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS(AS) DE 8 A 9 AÑOS DE EDAD DE CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “COSTA RICA” DE NAYÓN DE LA PROVINCIA DE PICHINCHA DEL CANTÓN QUITO. PROPUESTA ALTERNATIVA.”**

Realizado por el egresado **JUAN CARLOS LUGUAÑA LUGUANA**, ha sido guiado y revisado periódicamente y cumple normas estatutarias establecidas por el reglamento de estudiantes de la Universidad de las Fuerzas Armadas - ESPE.

Si recomiendo la publicación por cuanto es de interés para todos los entrenadores, estudiantes y profesionales.

**Sangolquí, Octubre del 2013.**

**LIC. ARACELY OBANDO**

**MSc. ORLANDO CARRASCO**

**AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD****JUAN CARLOS LUGUAÑA LUGUAÑA****DECLARO QUE:**

El proyecto de grado, **“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA RECREATIVO PARA EL DESARROLLO DE LAS DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS(AS) DE 8 A 9 AÑOS DE EDAD DE CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “COSTA RICA” DE NAYÓN DE LA PROVINCIA DE PICHINCHA DEL CANTÓN QUITO. PROPUESTA ALTERNATIVA”**, ha sido desarrollada con base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de terceros, conforme las citas de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance científico del proyecto de grado en mención.

**Sangolquí, Octubre del 2013.****JUAN CARLOS LUGUAÑA LUGUAÑA**

## **AUTORIZACIÓN**

Yo, **JUAN CARLOS LUGUAÑA LUGUAÑA**, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas - ESPE, la publicación en la biblioteca de la institución el proyecto titulado: **“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA RECREATIVO PARA EL DESARROLLO DE LAS DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS(AS) DE 8 A 9 AÑOS DE EDAD DE CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “COSTA RICA” DE NAYÓN DE LA PROVINCIA DE PICHINCHA DEL CANTÓN QUITO. PROPUESTA ALTERNATIVA”** cuyo contenido, ideas y análisis son de mi exclusiva responsabilidad y auditoría.

**Sangolquí, Octubre del 2013.**

**JUAN CARLOS LUGUAÑA LUGUAÑA**

## DEDICATORIA

Esta tesis se la dedico a Dios quien supo guiarme por el buen camino, darme fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento.

A mi familia quien por ellos soy lo que soy

Para mis padres por su apoyo, consejos, comprensión, amor, ayuda en los momentos difíciles, y por ayudarme con los recursos necesarios para estudiar. Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, mis principios, mi carácter, mi empeño, mi perseverancia, mi coraje para conseguir mis objetivos.

A mis hermanos por estar siempre presentes, acompañándome para poderme realizar. A mi sobrino Darwin quien ha sido y es mi motivación, inspiración y felicidad.

A mis compañeros que de una u otra manera me supieron dar los consejos necesarios para culminar con éxito mis estudios.

## **AGRADECIMIENTO**

Al culminar esta etapa de mi vida y lograr con éxito la finalización de mi carrera profesional, agradezco a Dios por guiarme y protegerme, y a las personas que formaron parte de esta formación profesional.

A la Universidad de las Fuerzas Armadas - Espe y a la Carrera de Licenciatura en Educación Física, Deportes y Recreación por las facilidades prestadas para mi formación.

A los Docentes por los conocimientos impartidos, por su orientación y paciencia.

A la Escuela Fiscal Mixta "Costa Rica", a su señor Director, personal administrativo, docente, niños(as) de Cuarto Año de Básica y a todas las personas que de una u otra manera han colaborado para ver hoy finalizado este trabajo de investigación.

A todos ellos, mi eterno agradecimiento.

**ÍNDICE DE CONTENIDO**

CERTIFICADO.....	I
AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD .....	II
AUTORIZACIÓN.....	III
DEDICATORIA .....	IV
AGRADECIMIENTO .....	V
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	VI
ÍNDICE DE TABLAS .....	XIV
INDICE DE GRÁFICOS .....	XVI
RESUMEN.....	XVIII
ABSTRAC.....	XIX
CAPITULO I.....	2
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	2
1.1 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.....	2
1.2 TEMA .....	3
1.3 EL PROBLEMA .....	3
1.4 OBJETIVOS .....	4
1.4.1. OBJETIVO GENERAL.....	4
1.4.2. OBJETIVO ESPECIFICO .....	4
1.5 JUSTIFICACIÓN .....	4
1.6 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....	6
1.6.1 DELIMITACIÓN TEMPORAL.....	6
1.6.2 DELIMITACIÓN ESPACIAL.....	6
1.6.3 DELIMITACIÓN DE LAS UNIDADES DE OBSERVACIÓN .....	7

	vii
CAPITULO II .....	8
MARCO TEÓRICO .....	8
2.1 RECREACIÓN .....	8
2.1.1 INTRODUCCIÓN .....	8
2.1.2 DEFINICIÓN DE RECREACIÓN .....	9
2.1.3 IMPORTANCIA DE LA RECREACIÓN .....	10
2.1.4 ESPACIOS Y FACTIBILIDAD DE DESARROLLO DE LA RECREACIÓN .....	13
2.1.5 CARACTERÍSTICAS DE LA RECREACIÓN .....	14
2.1.6 PRINCIPIOS DE LA RECREACIÓN .....	16
2.1.7 VALORES EDUCATIVOS DE LA RECREACIÓN .....	17
2.1.8 LA SECTORIZACIÓN DE LA RECREACIÓN .....	18
2.1.9 ÁREAS DE LA RECREACIÓN.....	21
2.1.10 BENEFICIOS DE LA RECREACIÓN .....	26
2.1.11 INSTRUMENTOS DE LA RECREACIÓN .....	28
2.1.11.1 ARTES PLÁSTICAS .....	28
2.1.11.2 ARTES ESCÉNICAS.....	29
2.1.11.3 ARTES MUSICALES .....	29
2.1.11.4 LA COMUNICACIÓN .....	29
2.1.11.5 ÁREA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS .....	30
2.1.12 FUNCIONES DE LA RECREACIÓN.....	31
2.1.13 TENDENCIAS ACTUALES DE LA RECREACIÓN.....	32
2.1.13.1 EL RECREACIONISMO.....	32
2.1.13.2 LA RECREACIÓN EDUCATIVA.....	33
2.1.13.3 EL MOVIMIENTO DE LA RECREACIÓN .....	34

2.2.14 RAZONES PARA PARTICIPAR EN ACTIVIDADES RECREATIVAS.....	35
2.1.15 INTERRELACIÓN ENTRE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN .....	35
2.1.16 LA RECREACIÓN EN LA ETAPA ESCOLAR .....	37
2.2 JUEGO.....	39
2.2.1 CONCEPTUALIZACIÓN .....	39
2.2.2 IMPORTANCIA DEL JUEGO.....	40
2.2.3 CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO .....	41
2.2.4 TIPOS DE JUEGO.....	42
2.2.4.1 JUEGOS POPULARES .....	42
2.2.4.2 JUEGOS TRADICIONALES.....	43
2.2.4.3 JUEGOS DE MESA.....	44
2.2.4.4 JUEGOS DE NAIPES .....	44
2.2.4.5 JUEGOS DE ROL.....	44
2.3 DESTREZA MOTRIZ BÁSICA.....	45
2.3.1 CONCEPTUALIZACIÓN .....	45
2.3.1.1 DIFERENCIA DESTREZA - HABILIDAD .....	48
2.3.2 EVOLUCIÓN DE LAS DESTREZAS MOTRICES.....	49
2.3.2.1 ESTRUCTURACIÓN DE LA EVOLUCIÓN DE LAS DESTREZA MOTRICES .....	52
2.3.3 CLASIFICACIÓN DE LAS DESTREZAS MOTORAS BÁSICAS .....	53
2.3.4 CARACTERÍSTICAS DE LAS DESTREZAS MOTRICES.....	55
2.3.5 DESARROLLO DE LAS DESTREZAS MOTRICES.....	55

2.3.5.1 FASES EN EL DESARROLLO Y SU IMPLICACIÓN EN LOS CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR .....	55
2.3.5.2 LA ACTIVIDAD MOTRIZ EN LA ETAPA DE LA ENSEÑANZA PRIMARIA.....	56
2.3.6 BLOQUE DE CONTENIDOS PARA EL DESARROLLO MOTRIZ (MEC) .....	59
2.3.6.1 CONTENIDOS PARA CUARTO AÑO DE BÁSICA .....	59
2.3.6.2 LAS DESTREZAS EN RELACIÓN CON EL DESARROLLO Y APRENDIZAJE .....	63
2.4 MOTRICIDAD .....	64
2.4.1 CONCEPTUALIZACIÓN .....	64
2.4.2 ETAPAS DEL DESARROLLO MOTOR .....	65
2.4.2.1 ESTADIOS DEL DESARROLLO COGNOSCITIVO SEGÚN PIAGET .....	65
2.4.2.2 MODELO DE DESARROLLO MOTOR DE AZEMAR .....	66
2.4.2.3 DESARROLLO INFANTIL SEGÚN DA FONSECA.....	67
2.4.2.4 MODELO DE DESARROLLO MOTOR DE DAVID L. GALLAHUE .....	68
2.4.3 CLASIFICACIÓN DE LA MOTRICIDAD .....	69
2.4.3.1 MOTRICIDAD GRUESA .....	69
2.4.3.2. MOTRICIDAD FINA .....	70
2.4.4 BENEFICIOS DE LA MOTRICIDAD .....	71
2.4.5 FUNCIONALIDAD MOTRIZ Y PROCESO DE DESARROLLO.....	71
CAPITULO III .....	80
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	80
3.1 METODOLOGÍA UTILIZADA PARA LA CONCRECIÓN DEL PROYECTO.....	80
3.2 TIPO DE LA INVESTIGACIÓN .....	80

	x
3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	80
3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	81
3.5 RECOLECCIÓN DE DATOS .....	82
3.6 BATERIA DE TEST DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS.....	83
3.6.1 DESTREZAS MOTORAS LOCOMOTRICES .....	83
3.6.1.1 CAMINA HACIA ATRÁS EN LÍNEA RECTA.....	83
3.6.1.2 CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS .....	84
3.6.1.3 SALTAR EN UN PIE .....	84
3.6.2 DESTREZAS MOTORAS NO LOCOMOTRICES .....	85
3.6.2.1 GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360°) .....	85
3.6.2.2 EQUILIBRIO SOBRE UN PIE .....	85
3.6.2.3 MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.....	86
3.6.3 DESTREZAS MOTORAS MANIPULATIVAS .....	86
3.6.3.1 LANZAR EL BALÓN CON DOS MANOS .....	86
3.6.3.2 BATEAR.....	87
3.6.3.3 ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.....	87
CAPITULO IV.....	88
PRUEBA DE HIPÓTESIS.....	88
4.1. HIPÓTESIS DE TRABAJO .....	88
4.2 HIPÓTESIS ALTERNATIVAS .....	88
4.3 HIPÓTESIS NULA.....	88
4.4 IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES.....	88
4.5 CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	89

	xi
CAPITULO V.....	90
ANÁLISIS Y TABULACIÓN DE RESULTADOS .....	90
5.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	90
5.2 RESULTADOS DE PRE – TEST DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS .....	91
5.2.1 DESTREZAS MOTRICES LOCOMOTORAS .....	91
5.2.1.1 CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA .....	91
5.2.1.2 CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.....	92
5.2.1.3 SALTAR EN UN PIE .....	93
5.2.2 DESTREZAS MOTORAS NO LOCOMOTRICES .....	94
5.2.2.1 GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360°).....	94
5.2.2.2 EQUILIBRIO SOBRE UN PIE .....	95
5.2.2.3 MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA. ....	96
5.2.3 DESTREZAS LOCOMOTRICES MANIPULATIVAS.....	97
5.2.3.1 LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.....	97
5.2.3.2 BATEAR.....	98
5.2.3.3 ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS .....	99
5.3 ANÁLISIS Y RESULTADOS COMPARATIVOS DE PRE – TEST Y POST – TEST DE DESTREZAS MOTRICES BASICAS.....	100
5.3.1 DESTREZA MOTRIZ LOCOMOTORA .....	100
5.3.1.1 CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA .....	100
5.3.1.2 CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.....	101
5.3.1.3 SALTAR EN UN PIE .....	102
5.3.2 DESTREZAS MOTORAS NO LOCOMOTRICES .....	103

	xii
5.3.2.1 GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360°).....	103
5.3.2.2 EQUILIBRIO SOBRE UN PIE .....	104
5.3.2.3 MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA. ....	105
5.3.3 DESTREZAS LOCOMOTRICES MANIPULATIVAS.....	106
5.3.3.1 LANZAR EL BALON CON DOS MANOS .....	106
5.3.3.2 BATEAR.....	107
5.3.3.3 ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS .....	108
5.5 ANÁLISIS DE RESULTADOS COMPARATIVOS DE LAS ÁREA DE RECREACIÓN AL INICIO Y AL FINAL.....	110
5.5.1 ÁREA FÍSICO DEPORTIVA .....	110
5.5.3 ÁREA LÚDICA.....	112
5.5.4 ÁREA MANUAL.....	113
5.5.5 ÁREA ARTÍSTICA .....	114
5.5.6 ÁREA DE LA SALUD .....	115
5.6 ANÁLISIS GENERAL DE RESULTADO DE LAS ÁREA RECREATIVAS.....	116
 CAPITULO VII.....	 117
PROPUESTA ALTERNATIVA .....	117
7.1 TITULO DE LA PROPUESTA.....	117
7.2 INTRODUCCIÓN.....	117
7.3 JUSTIFICACIÓN .....	119
7.4 OBJETIVOS .....	119
7.4.1 OBJETIVO GENERAL.....	119

7.4.2 OBJETIVO ESPECÍFICO.....	xiii
7.4.2 OBJETIVO ESPECÍFICO.....	119
7.5 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA PROPUESTA .....	120
7.5.1 ÁREAS QUE SE TRABAJARON EN LA PRESENTE INVESTIGACIÓN .....	120
7.5.2 DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS .....	122
7.5.2.1 CLASIFICACIÓN DE LAS DESTREZAS MOTORAS BÁSICAS.....	123
7.6 FACTIBILIDAD DE LA PROPUESTA .....	123
7.7 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA.....	124
CAPITULO VI.....	147
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	147
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA GENERAL .....	149
ANEXOS.....	151

**ÍNDICE DE TABLAS**

TABLA NO. 1: RESULTADOS PRE - TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA.	91
TABLA NO. 2: RESULTADOS DE PRE – TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.	92
TABLA NO. 3: RESULTADOS DE PRE – TEST DE SALTO EN UN PIE.	93
TABLA NO. 4: RESULTADOS DE PRE – TEST GIRAR UNA VUELTA COMPLETA (360°).	94
TABLA NO. 5: RESULTADOS PRE – TEST EQUILIBRIO SOBRE UN PIE.	95
TABLA NO. 6: RESULTADO DE PRE – TEST MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.	96
TABLA NO. 7: RESULTADO DE PRE – TEST LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.	97
TABLA N° 8: RESULTADO DEL PRE – TEST DE BATEAR.	98
TABLA NO. 9: RESULTADO DE PRE - TEST ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.	99
TABLA NO. 10: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE - TEST Y POS – TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA.	100
TABLA NO.11: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.	101
TABLA NO. 12: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE –TEST Y POS- TEST DE SALTO EN UN PIE.	102
TABLA NO. 13: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y	103

	xv
POS – TEST GIRAR UNA VUELTA COMPLETA (360°)	103
TABLA NO. 14: RESULTADO COMPARATIVO PRE – TEST Y	104
POS – TEST DE EQUILIBRIO SOBRE UN PIE.	104
TABLA NO. 15: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE – TEST Y	105
POS – TEST MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.	105
TABLA NO. 16: RESULTADO COMPARATIVO DEL PRES – TEST Y	106
POS – TEST LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.	106
TABLA N° 17: RESULTADO COMPARATIVO DEL PRES – TEST Y	107
POS – TEST DE BATEAR.	107
TABLA NO. 18: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE - TEST Y	108
POS – TEST DE ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.	108
TABLA NO. 19: RESULTADO GENERAL DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS.	109
TABLA NO. 20: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	110
TABLA NO. 21: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	111
TABLA NO. 22: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	112
TABLA NO. 23: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	113
TABLA NO. 24: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	114
TABLA NO. 25: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	115
TABLA NO. 26: RESULTADO GENERAL DE LAS ÁREA RECREATIVAS	116

**INDICE DE GRÁFICOS**

GRAFICO NO. 1: RESULTADO DE PRE - TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁ EN LINEA RECTA.	91
GRÁFICO NO. 2: RESULTADO DE PRE – TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.	92
GRÁFICO NO. 3: RESULTADO DE PRES - TEST DE SALTO EN UN PIE.	93
GRÁFICO NO. 4: RESULTADOS DE PRE –TEST GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360) °	94
GRÁFICO NO. 5: RESULTADOS DE PRE- TEST EQUILIBRIO EN UN PIE.	95
GRÁFICO NO. 6: RESULTADO DE PPRE – TEST DE MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.	96
GRÁFICO NO. 7: RESULTADO DE PRE – TEST DE LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.	97
GRÁFICO N° 8: RESULTADO DEL PRES – TEST DE BATEAR.	98
GRÁFICO NO. 9: RESULTADO DE PRES – TEST DE TRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.	99
GRÁFICO NO. 10: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁS EN LÍNEA RECTA.	100
GRÁFICO NO.11: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.	101
GRÁFICO NO. 12: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE - TEST Y POS – TEST DE SALTO EN UN PIE.	102

GRÁFICO NO. 13: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE –TEST Y POS – PEST DE GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360) °	103
GRÁFICO NO. 14: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE- TEST Y POS - TEST DE EQUILIBRIO EN UN PIE	104
GRÁFICO NO. 15: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.	105
GRÁFICO NO. 16: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.	106
GRÁFICO NO. 17: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS- TEST DE BATEAR.	107
GRÁFICO NO. 18: RESULTADO COMPARATIVO DE PRES – TEST Y POS – TEST DE TRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.	108
GRÁFICO NO. 19: RESULTADO GENERAL DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS.	109
GRÁFICO NO. 20: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	110
GRÁFICO NO. 21: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	111
GRÁFICO NO. 22: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	112
GRÁFICO NO. 23: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	113
GRÁFICO NO. 24: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	114
GRÁFICO NO. 25: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.	115
GRÁFICO NO. 26: RESULTADO GENERAL DE LAS ÁREA RECREATIVAS	116

## RESUMEN

El problema a solucionar, fue mejorar el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños(as) de cuarto año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de la Parroquia de Nayón, a través de la aplicación de un programa recreativo. Como variable independiente se estableció la “Recreación” y la variable dependiente fue “Destrezas Motrices Básicas”. El trabajo incluye el desarrollo de los objetivos los cuales permitieron tener una visión global sobre la Recreación en el desarrollo de las Destrezas Motrices Básicas, siendo el propósito fundamental la aplicación de un programa de recreación para el desarrollo de las destrezas motrices básicas con los niños(as) de Cuarto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de la Parroquia de Nayón. El marco teórico fundamenta conceptualmente la recreación y las destrezas motrices básicas como son el caminar, correr, saltar, girar, equilibrio, lanzar, atrapar y batear, con el fin de establecer bases científicas para una óptima aplicación. La presente investigación es de tipo Cuasi-experimental determinando la influencia que existe entre la recreación y el desarrollo de las destrezas motrices básicas y plantea una propuesta acorde a las necesidades que demanda la institución educativa. Los instrumentos de recolección de datos fueron baterías de test para medir la variable dependiente, y la ficha de observación para medir la variable independiente. La propuesta alternativa consiste en aplicar un programa recreativo que satisfaga las demandas en el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños(as) de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica”.

**Palabras clave:** recreación, destrezas motrices básicas, desarrollo, programa, aplicación.

## ABSTRAC

The problem to solve was to improve the development of basic motor skills in children (as) in the fourth year of Basic Education Joint Tax School "Costa Rica" Nayón the Parish through the implementation of a recreational program. As independent variable is established the "Recreation" and the dependent variable was "Basic Motor Skills." The work includes the development of the objectives which have allowed an overview of Recreation in the development of Basic Motor Skills, with the primary purpose of implementing a recreation program for the development of basic motor skills with children (as) of Fourth Year Basic Education School Mixed Fiscal "Costa Rica" of the Parish of Nayón. The theoretical framework conceptually based recreation and basic motor skills such as walking, running, jumping, spinning, balancing, throwing, catching and hitting, in order to establish a scientific basis for optimum application. This research is quasi-experimental type determining the influence between recreation and the development of basic motor skills and poses a proposal according to the needs demanded by the educational institution. The data collection instruments were test batteries to measure the dependent variable, and the observation sheet to measure the independent variable. The alternative is to apply a recreational program that meets the demands in the development of basic motor skills in children (as) Joint Tax School "Costa Rica".

**Keywords:** recreation, basic motor skills, development, program, implementation.

**“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA RECREATIVO PARA EL DESARROLLO DE LAS DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS (AS) DE 8 A 9 AÑOS DE EDAD DE CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “COSTA RICA” DE NAYÓN DE LA PROVINCIA DE PICHINCHA DEL CANTÓN QUITO. PROPUESTA ALTERNATIVA.”**

Una vez seleccionado el tema de investigación sobre la falta de un programa recreativo para el desarrollo de las destrezas motrices básicas en niños(as) de cuarto año de educación general básica, con un enfoque amparado en las selección de dos variables, independiente y dependiente, la investigación se desarrolló en la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” ubicada en la parroquia Nayón, Cantón Quito, provincia de Pichincha durante el periodo lectivo 2012-2013.

La importancia fundamental de este programa es buscar una propuesta que ayude a solucionar la problemática prestada en la institución mediante la investigación y lograr en los estudiantes un buen desarrollo de destrezas motrices básicas, ya que los primeros años del niño(a) se necesita el impartir una educación de calidad, pues es cuando se desarrolla la inteligencia afectiva, la cognitiva, y la psicomotriz.

La Educación Física juega un papel muy importante para el desarrollo de las destrezas motrices, por tal motivo la ley y la moral obliga a los profesionales especializados en el desarrollo físico, contribuir con investigaciones que aporten de manera significativa al mejoramiento profesional del docente del área de educación física, por tal motivo las autoridades de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” mostraron su buena predisposición durante el proceso de investigación en que se aplicaron los instrumentos investigativos y metodológicos determinados.

## CAPITULO I

### EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

#### 1.1 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

La Escuela como principal institución educativa está orientada a que mediante sus actividades logre desarrollar en el niño(a) aspecto intelectual cognoscitivo, físico-motor y social afectivo, mediante actividades recreativas, ya que su estilo de vida avanza a un ritmo bastante acelerado, lo cual se ha visto obligada a desperdiciar el tiempo en actividades nocivas. Es necesario que los niños(as) disfruten de actividades que enriquezcan su vida por medio de actividades recreativas.

Esto se realiza con el fin de elevar la calidad de vida y el autoestima del niño(a) que lo realice, e indirectamente están mejorando y perfeccionando su motricidad ya sea fina o gruesa.

En la actualidad se tiene menos tiempo para realizar actividades recreativas, que ayuden al cuerpo humano a relajarse y disminuir las tensiones acumuladas en la vida diaria del niño(a).

Este fenómeno también afecta a la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” y principalmente a los niños(as) de cuarto año, los mismos que necesitan sesiones de recreación, además que falta implementar en el currículo actividades que despierten y motiven al desarrollo de esta actividad para que se desarrollen las destrezas motrices básica.

Esta carencia de actividades recreativas ha sido perjudicial para los niños (as) en su rendimiento y bienestar corporal. El niño(a) al no tener recreación en su contenido se confunde con la de juegos, sin embargo la primera es

más amplia que la segunda, aunque desde el punto de vista de sus fundamentos, la recreación en el entorno de los adultos, miran con indiferencia sin conocer, y lo aprecian como equivalente al juego de los niños(as). Al carecer de estos programas el niño(a), ocupa su tiempo en otras actividades que muchas veces van a perjudicar a su salud y bienestar.

En la recreación se hace necesaria implementar organizadamente un programa de actividades recreativas para que se beneficie de las actividades y pueda tener alternativas de una diversión sana y saludable que acompañe a su desempeño escolar con un buen desarrollo de las destrezas motrices.

## **1.2 TEMA**

Aplicación de un Programa Recreativo para el desarrollo de las Destrezas Motrices Básicas en niños(as) de 8 a 9 años de edad de cuarto año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de Nayón de la Provincia de Pichincha del Cantón Quito. Propuesta Alternativa.

## **1.3 EL PROBLEMA**

¿Falta un programa recreativo para el desarrollo de las destrezas motrices básicas en niños(as) de 8 a 9 años de edad de cuarto año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de Nayón de la provincia de Pichincha del Cantón Quito?

### **1.3.1 SUBPROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN**

Indicadores para determinar el desarrollo de las destrezas motrices básicas de los niños(as) de 8 - 9 años.

- No hay una base de datos estadísticos que indiquen el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños(as) de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica.”

- No existe en la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” un programa recreativo pedagógico para los niños(as) de 8 - 9 años.
- No existe una metodología adecuada para el desarrollo de las destrezas motrices básicas.

## **1.4 OBJETIVOS**

### **1.4.1. OBJETIVO GENERAL**

- Aplicar un programa de recreación para el desarrollo de las destrezas motrices básicas con los niños(as) de Cuarto Año Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de Nayón de la Provincia de Pichincha del cantón Quito.

### **1.4.2. OBJETIVO ESPECIFICO**

- Determinar los niveles de desarrollo de las destrezas motrices básicas en niños(as) de Cuarto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica”.
- Análisis de resultados cómo incide la recreación en el desarrollo de las destrezas Motrices Básicas.
- Implementar un Programa Recreativo en niños(as) de Cuarto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica”.

## **1.5 JUSTIFICACIÓN**

El ser humano desde el momento de su formación está en constante movimiento, razón por la cual vemos que toda su vida se desarrolla mediante el uso del cuerpo.

En la actualidad se puede observar un gran problema motriz que están sufriendo nuestros niños, como son: caminar, correr, coordinación, equilibrio y actividades que requieren de movilidad nuestro cuerpo se

observa además posturas incorrectas, problemas físicos que a la larga se degeneran más, sin posibilidad de recuperar su posición normal y adecuada.

Esto se ha dado y aún se está dando en muchos casos en forma paulatina y desapercibida, ya que los profesores y los padres de familia están preocupados por otras situaciones que no son precisamente las que tienen relevancia en el desarrollo motriz de los niños.

Por tal razón nos hemos visto con la necesidad de realizar un programa recreativo para los niños de la Escuela Fiscal Mixta "Costa Rica" de Nayón de la provincia de Pichincha del Cantón Quito, para mejorar el desarrollo de las destrezas motrices básicas como también en las áreas afectivas, social y cognitivo.

Entonces tomaremos un pre-test al inicio para dar una valoración a las destrezas motrices básicas estudiadas en la presente investigación como caminar, correr, saltar, lanzar, girar, equilibrar, atrapar, batear, para controlar los movimientos en los niños(as) de Cuarto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta "Costa Rica". Luego se aplicará un programa recreativo. Que al terminar tomaremos un pos-test para comparar los resultados obtenidos un antes y un después.

Es un tema de enorme interés para la sociedad y especialmente para los niños(as), porque va a permitir que se desarrollen las destrezas motrices básicas, caminar, correr, saltar, lanzar, girar, equilibrar, atrapar, batear, por medio de actividades recreativas los niños(as) de 8 a 9 años mejoran la coordinación y la lateralidad en el espacio temporo-espacial.

La contribución de este trabajo es dar mayor énfasis a la recreación, para reafirmar los conocimientos que el niño obtiene aplicando un programa recreativo y obtener mejores resultados en el desarrollo motriz.

El beneficio de esta investigación será el aporte, a la niñez ecuatoriana y en especial a los niños(as) de cuarto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de Nayón, de la Provincia de Pichincha del Cantón Quito, ya que el desarrollo de las destrezas motrices básicas serán plasmadas por un programa recreativo, ya que dispondrá con los instrumentos necesarios para obtener resultados a largo plazo que serán evidente en el desarrollo integral de la niñez.

La presente investigación tiene como objetivo crear un programa recreativo con bases científicas para la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” para el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños de 8 - 9 años.

## **1.6 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.6.1 Delimitación Temporal**

La presente investigación se realizó con los niños (as) de 8 a 9 años de edad, de Cuarto Año de Educación Básica. Matriculados en el periodo escolar del 2012 – 2013 en la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica”.

### **1.6.2 Delimitación espacial**

El trabajo de investigación se efectuó en la parroquia de Nayón de la provincia de pichincha del cantón Quito en las instalaciones de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica”.

### **1.6.3 Delimitación de las unidades de observación**

El trabajo de investigación, los sujetos e instalaciones que participaron fueron:

- Docente Educación Física.
- Niños(as) de cuarto año de Educación Básica.

## CAPITULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 RECREACIÓN

##### 2.1.1 INTRODUCCIÓN

La recreación es una actividad o experiencia elegida voluntariamente por el participante ya sea por que recibe satisfacción inmediata de ella o porque percibe que puede obtener valores personales o sociales de ella, se lleva a cabo en el tiempo libre, no tiene ninguna connotación laboral, regularmente se disfruta de ella y se ofrece como parte de un programa de una institución pública. Está diseñada para satisfacer metas constructivistas y sociales para el participante, el grupo y la sociedad.

Además la Recreación es toda clase de distracciones para cualquier edad y se diferencia en lo siguiente: La una lleva a la persona a desarrollar la actividad, por gusto (recreativo),o en busca de una necesidad (actividad satisfactoria)

Por tal razón es importante determinar y desarrollar actividades recreativas constructivas en el niño(a); no sólo con la aplicación directa del juego como juego, sino por la realización de múltiples actividades agradables que dejan conocimientos de progreso para un futuro más amplio, en el que la recreación sea un arte en el mejoramiento social del ser humano.

El desarrollo del niño(a), se puede leer en (Revista Digital, 2006):

**“[...] se basa en la recreación la misma que se vea rodeada de actividades que en vez de ser obligatorios, sean de tipo recreativo-constructivo para que ellos mismos exploren sus propias capacidades usando técnicas que los divierta y permita el desarrollo de sus destrezas, para ello se necesita que los maestros propicien perfeccionar las destrezas en base a la recreación.”**

No se puede pensar que toda la responsabilidad es dependiente de la actividad escolar en razón a que la vida familiar juega un papel importante en el desarrollo del niño y, más tarde del adulto.

La Recreación, dice (Pérez, 2003, pág. 29):

**“[...] es la actitud positiva del niño porque realiza actividades que le permitan desarrollar destrezas motrices básicas trascendiendo los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida ya que la recreación es un conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento el tiempo libre mediante la cual se obtiene una felicidad satisfactoria y desarrollo de la personalidad.”**

### **2.1.2 DEFINICIÓN DE RECREACIÓN**

La Real Academia Española define a la recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo. Además encontraremos que recrear significa divertir, alegrar. En términos populares a esta diversión también se le llama entretenimiento.

El termino recreación proviene del latín *Recreatio*, que significa renovar recuperar y restaurar una situación vivida que generalmente produce una conducta satisfactoria en el ser humano. De ahí que la recreación se considere una parte esencial para mantener una buena salud.

Se entiende por recreación a todas aquellas actividades en las cuales esté puesta en marcha la diversión, como así también a través de ella la relajación y el entretenimiento. Son casi infinitas las posibilidades de recreación que existen hoy en día, especialmente porque cada persona puede descubrir y desarrollar intereses por distintas formas de recreación y divertimento.

Para (Kaplan, 2006, pág. 8):

**“El papel de la recreación en cuanto a su volver a crear, recrear sobre lo vivido, lo hecho, lo experimentado, lo posible y lo limitado, lo que**

**interés, lo que dejó enseñanza o lo que requiere profundizarlo de una manera distinta o como respuesta a demandas emergentes de una determinada realidad social”.**

Establecer a la recreación como mediadora de procesos de desarrollo humano, significa comprenderla desde sus beneficios en cada una de las dimensiones de desarrollo de los seres humanos y tener claridad sobre las condiciones que hacen estos beneficios posibles.

Las prácticas recreativas son entendidas como complementarias a los procesos de aprendizaje y desarrollo cultural y como una herramienta para romper con los círculos de pobreza, dependencia, inactividad violencia y con los sentimientos de marginación y exclusión, los cuales a su vez se encuentran asociados a la pérdida de la autoestima.

### **2.1.3 IMPORTANCIA DE LA RECREACIÓN**

- 1.- Mantiene el equilibrio entre la rutina y las actividades placenteras, para evitar la muerte prematura de la juventud.
- 2.- Enriquece la vida de la gente.
- 3.- Contribuye a la dicha humana.
- 4.- Contribuye al desarrollo y bienestar físico.
- 5.- Es disciplina.
- 6.- Es identidad y expresión.
- 7.- Como valor grupal, subordina intereses egoístas.
- 8.- Fomenta cualidades cívicas.
- 9.- Previene la delincuencia.
- 10.- Es cooperación, lealtad y compañerismo.
- 11.- Educa a la sociedad para el buen uso del tiempo libre.
- 12.- Proporciona un medio aceptable de expresión recreativa.

Las actividades que proveen experiencias recreativas toman una variedad de formas. Esto se debe a que la recreación depende de las actitudes e intereses particulares del individuo hacia la actividad. Simplemente, se trata de la selección de una variedad de actividades recreativas disponibles durante la diversión. Por ejemplo, muchas personas disfrutan la pesca, cantar, patinar, fotografía, bailar o tomar parte en un juego.

(Cepeda, 2003, pág. 18) dice:

**“Hemos dicho que la recreación es esencial en la vida de los niños. Es la forma en que logran ellos dominar su ambiente –aprehenderlo-, comprendiendo y enfrentando el mundo que los rodea. La actividad recreativa proporciona oportunidades para que cada niño se desarrolle social, emocional, intelectual y físicamente.”**

Es importante contar en el entorno social con áreas recreativas y que toda la sociedad esté consciente de lo importante que es la recreación en niños y jóvenes; que son el presente de la nación, logrando una humanidad recreativa ya que es una fuente de salud para la niñez y la juventud.

El interés por las diversas formas de recreación varía según la edad, intereses, habilidad física, capacidad intelectual y deseos del individuo por cambiar. Por otro lado, algunas actividades se pueden practicar y son disfrutables a través de toda la vida. La recreación, pues, puede incluir leer un libro, sembrar flores en el patio, observar espectáculos de titiriteros, escuchar un concierto sinfónico, crear una pintura al óleo, cuidar los nietos, acampar con la familia, jugar baloncesto con los amigos, recolectar estampillas o cartas de beisbol, ir a bailar, jugar solitario, dar la bienvenida a los amigos en una fiesta. La recreación se puede experimentar por una persona mientras se encuentre sola, con otros, o en un grupo grande. En

ciertas formas consiste de participaciones activas; en otras, de relajación silenciosa, escuchar u observar. El potencial de la recreación ahora es una vida creativa, satisfaciente y enriquecida que aumenta los límites del divertimento.

Las diferentes actividades recreativas pueden ser:

- Juegos
- Deportes
- Artesanías
- Música
- Bailes
- Literatura, Idiomática y afines.
- Drama
- Actividades recreativas de índole social.
- Actividades especiales
- Actividades de servicio a la Comunidad
- Actividades al aire libre (campamentos, pasadías, giras, etc.)
- Pasatiempos ("hobbies"): (Monografias.com, 2012)

Las actividades recreativas son técnicas que no están orientadas hacia una meta específica y que ejercen su efecto de un modo indefinido e indirecto. Entre dichas actividades se pueden mencionar la música, los juegos, las atracciones, etc., donde los grupos pueden elegir actuar con sus objetivos principales puestos en el campo de la recreación.

Con las actividades recreativas es posible aumentar la creatividad del grupo. Siempre y cuando éstas sean elegidas de acuerdo a los intereses y a las capacidades de los participantes.

## 2.1.4 ESPACIOS Y FACTIBILIDAD DE DESARROLLO DE LA RECREACIÓN

La recreación se da normalmente a través de los espacios físicos disponibles para que los individuos puedan participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias. La noción básica de la recreación permite a cada uno encontrar lo que más placer le genera, alcanzando a sentirse cómodo y+ descubriendo lo mejor de la experiencia. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica una participación más activa de la persona en las actividades a realizar.

La recreación como actividad organizada puede desarrollarse tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados. Claros ejemplos del primer caso serían todo tipo de actividades a realizar en instituciones parques, plazas o en la naturaleza. Para el segundo caso, pueden ser perfectas opciones aquellas actividades recreativas relacionadas con el arte, la música, la comunicación, el teatro, el cine y el uso de tecnologías de última generación.

De acuerdo con (Haydee, 2012):

**“La organización de espacios de recreación para una determinada institución es una tarea importante que corresponde a los gobiernos de turno ya que a través de ella los individuos pueden establecer lazos de relación más concretos, así como también pueden bajar los niveles sociales de stress, violencia e individualismo.”**

La experiencia social es fuente para el desarrollo del hombre, en particular del niño/a, la formación de su personalidad, sus valores, sus potencialidades, su desarrollo en general y corresponde a los adultos un papel decisivo en este propósito, para perfeccionar el proceso de enseñanza

aprendizaje incluyendo la participación de la familia y la comunidad. Es un imperativo del presente y el futuro en el mundo de hoy. Por ello la recreación como parte de la educación del hombre, debe tener en cuenta todas alternativas para desarrollar sus actividades en el marco social.

### **2.1.5 CARACTERÍSTICAS DE LA RECREACIÓN**

La recreación, de acuerdo con (Kaplan, 2006, pág. 29), posee las siguientes características:

Se practica principalmente en el tiempo libre. La recreación ocurre fuera de las horas de trabajo, cuando el individuo está libre para escoger su actividad deseada. Por consiguiente, la recreación se practica durante el tiempo libre (se aparta de las obligaciones diarias).

Es voluntaria la persona la elige sin compulsión de imaginación. La recreación no es obligatoria, proviene de una motivación intrínseca. La persona es libre para seleccionar el tipo de actividad que más le interesa y que le proporcione satisfacción personal.

La recreación provee goce y placer. Las actividades recreativas se disfrutan a plenitud. El individuo incurre en una actividad recreativa porque recibe satisfacción de las mismas o porque percibe valores sociales y personales. (Recreacion, 2012)

Ofrece satisfacción inmediata y directa. La única recompensa para el individuo es la satisfacción que proveen las actividades recreativas. El impulso que conduce a los participantes en las actividades recreativas proviene del disfrute y placer que se obtiene inmediatamente de la propia actividad.

Se expresa en forma espontánea y original. Es lúdica, ya que incluye expresiones espontáneas e instintivas, la cual debe ser del agrado de la persona, es decir, que de dicha actividad se obtendrá satisfacción o placer interno y externo.

Ofrece oportunidad de auto-expresión y de ella extrae la diversión. De la recreación se reciben respuestas placenteras y gratificantes.

Le da la oportunidad al niño(a) de manifestar su creatividad. La recreación ayuda a la renovación del espíritu. Proporciona un medio positivo para el mejoramiento de las dimensiones físicas, mentales y morales del individuo.

Provee un cambio de ritmo de la vida cotidiana. Al niño(a) permite mantener un equilibrio de sus dimensiones físicas, mentales, emocionales, sociales y espirituales. Contribuye a una vida satisfactoria, disfrutable y abundante.

La recreación es sana, constructiva y socialmente aceptable. Para (Kaplan, 2006, pág. 29), "En grupo, con opciones interesantes de juego, con actividades distendidas del deber de terminarlas, tratando de alcanzar el principal objetivo; la recreación y la diversión sana". Esto puede ser un área de controversia, puede lo que es sano para una cultura o país, puede ser denigrante en otro lugar del mundo. Esto implica que las normas morales locales dictan las pautas para lo que son actividades recreativas aceptables y constructivas y aquellas que no lo son. La recreación mejora y enriquece la vida personal. Incluir actividades tanto pasivas como activas. Puede ser novedosa.

### 2.1.6 PRINCIPIOS DE LA RECREACIÓN

Los principios de la recreación, según se puede leer en (Haydee, 2012), se vincula con que a todos los niños la oportunidad de realizar actividades que favorezcan su desarrollo (trepar, saltar, correr, lanzar, rodar, bailar, cantar, dramatizar, hacer manualidades, construir, modelar etc.).

- Todo niño necesita descubrir qué actividades le brindan satisfacciones personales y debe ser ayudado para adquirir destrezas de esas actividades.
- Todo hombre debe ser alentado para que tenga uno o más hobbies
- El juego feliz de la infancia es esencial para el crecimiento normal
- Una forma de satisfacción recreativa es la de cooperar como ciudadano en la construcción de una mejor forma de vida para compartirla con toda la comunidad.
- El hombre cumple adecuadamente su recreación cuando la actividad que elige crea en él espíritu de juego y encuentra constantemente placer en todos los acontecimientos de su vida.
- El descanso, el reposo y la reflexión son formas de recreación que no deben ser reemplazadas por otras formas activas.
- Toda persona debe saber algunas canciones para que pueda cantar cuando tenga deseo.
- Es necesaria la acción colectiva para dar oportunidad a niños(as) hombres y mujeres de vivir ese aspecto de la vida.
- Las formas de recreación del adulto deben ser las que le permitan emplear aquellas facultades que no utiliza en las demás esferas de su actividad.

Brindar reconocimientos especiales a los individuos que representen a la institución a nivel competitivo en el ámbito local, departamental, nacional e internacional.

### **2.1.7 VALORES EDUCATIVOS DE LA RECREACIÓN**

Para (Haydee, 2012), los valores recreativos de la recreación son:

- 1.- Establece conjuntos de valores que contribuye a la formación integral del individuo.
- 2.- Tiene un valor preventivo al ayudar al individuo a obtener una vida sana y feliz. La recreación contribuye a la estabilidad emocional al permitir el descanso, relajación y actividades recreativas. En los niños, estimula al estímulo neuromuscular y motor necesario para un desarrollo y crecimiento sano. La contribución principal de la recreación al bienestar total de la persona se fundamenta en su valor para la prevención de enfermedades al permitir una vida más saludable y feliz.
- 3.- Ubica sus recursos a favor del educando, para la correlación de diferentes áreas intelectuales y psicomotrices.
- 4.- Integra la persona a la comunidad.
- 5.- Permite la transmisión de la herencia cultural.
- 6.- Se logra a través de aficiones y la consolidación de valores intelectuales, estéticos, éticos y morales.
- 7.- Fomenta el uso constructivo del tiempo libre.
- 8.- Autodisciplina al educando.
- 9.- Da oportunidad para practicar situaciones de mando.
- 10.- Contribuye al desarrollo de la personalidad.
- 11.- Despierta la sensibilidad social.

- 12.- Da oportunidades para descubrir nuevos valores individuales.
- 13.- Da oportunidad para descubrir nuevos intereses tanto científicos como culturales.
- 14.- Mantiene el equilibrio psicofisiológico del individuo.
- 15.- Contribuye al desarrollo orgánico.

El sistema educativo se modernizara en realidad, si considerase al alumno(a) como un ser íntegro y participante de un mundo caracterizado por el cambio, lo recreativo dejaría de ser solo tiempo libre y pasaría de inmediato a incorporarse a todo tiempo real. Este autor destaca la necesidad de vincular la recreación con la educación y que la recreación se considere como una asignatura más y contribuir de esta manera al desarrollo de la personalidad del niño(a). Dice (Haydee, 2012):

**“[...] depende de la capacidad reflexiva de los sujetos para producir prácticas originales que permitan modificaciones de las propias estructuras sociales”. Es necesario que en las escuelas se implementen acciones dirigidas a la transformación de escuelas creativas, en donde se oriente al alumno a descubrir y desarrollar ampliamente sus potencialidades. Y para lograrlo es necesario poder contar con ese importante aliado como es la recreación dentro del sistema socio educativo contemporáneo.”** (Ciencia, 2006, pág. 489)

### **2.1.8 LA SECTORIZACIÓN DE LA RECREACIÓN**

*Se considera pertinente según la página (redcreacion.org), hacer algunas precisiones sobre cada sector.* (Tipos de Recreación, 2012)

**Recreación Ambiental:** La Recreación ambiental fomenta la relación de la persona con su medio ambiente en forma armónica y equilibrada, como oportunidad de encontrar valores y raíces de redimensionar su vocación humana y su sentido de trascendencia., con su entorno ambiental para su mejor comprensión y protección del medio ambiente.

Igualmente, posibilita la sensibilización y aprehensión de nuevas formas de vida comunitaria en la ciudad, que no presupongan depredación de la naturaleza.

**Recreación Comunitaria:** La recreación comunitaria actúa como metodología de participación comunitaria para que, a partir de la sensibilización y formación permanente de la comunidad que posibilita su vivencia, ésta se movilice conscientemente en pos de la realización de acciones colectivas tendientes a afrontar la situación y problemática particular que vive.

Para el desarrollo de esta actividad son fundamentales los espacios recreativos específicos como los espacios públicos que son potencialmente espacios lúdicos en la medida que ellos son elementos integradores de los miembros de la comunidad en su entorno.

**Recreación Cultural y Artística:** La recreación posibilita que las artes plásticas, escénicas y las actividades culturales que se le presentan al ciudadano simplemente como espectáculo o actividad exclusivamente de diversión, pasen a ser objeto de participación creadora.

Así la recreación cultural y artística contempla procesos, realizados con base en talleres formativos, didácticos y de manifestación grupal de capacidades creadoras, procuran para el participante en ellos la vivencia del proceso creativo con la connotación lúdica que le da el ornamentar, construir y reproducir o ejecutar una obra enraizada bien sea en la cultura universal o en los valores y tradiciones autóctonas.

**Recreación Deportiva:** Es parte de la actividad física que implícita en el deporte, procura que éste se aborde por el goce y desarrollo que permita su práctica y no por el vencer al otro.

Así, la recreación deportiva contempla los programas y actividades físicas de carácter social que le posibilitan divertirse a quienes participan cambiando de actividad, adquiriendo voluntaria el desarrollo de destrezas deportivas y físicas, sociabilizarse tomando pautas de trabajo en grupo y equipo, para mantener y vigorizar su condición orgánica y física.

**Recreación Laboral:** Agrupa los programas y eventos originados en las políticas de bienestar social de las empresas, procura alternativas de desarrollo integral de los trabajadores tal que, complementaria al proceso de trabajo, genere simultáneamente una mayor integración de los empleados y sus familiares entre sí y con la empresa y, en consecuencia, un fortalecimiento del sentido de permanencia.

**Recreación Pedagógica:** Se incorpora en el proceso de enseñanza, por actuar como metodología de educación (pedagógica lúdica) o por constituir un proceso liberador que simultáneamente educa para el tiempo libre.

La base de la demanda por servicios recreativos está dada por el nivel de educación para el ocio que tenga la persona, con la naturaleza humana que no condiciona el aprendizaje a la edad, sino que abarca todos los niveles y formas de educación.

**Recreación Terapéutica:** Se involucra como un medio en el proceso de rehabilitación, bien sea físico, social y/o mental, o como un complemento en cuanto a alternativa de utilización de tiempo libre ampliado que disponen las personas sometidas a dicho proceso.

Considerando el carácter integral del hombre, el cual como totalidad integrada por sus esferas físicas, social y mental es quien se recrea, la aplicación de la recreación en el proceso terapéutico por su contribución a la rehabilitación por la patología originaria, sino que prevendrá y solucionará posibles patologías en otras esferas. De allí su potencial no solo en procesos de rehabilitación física, sino igualmente de rehabilitación social y mental.

**Recreación Turística:** Aprovecha el desplazamiento largo o corto en el tiempo libre del que disfruta el turista, le procura la vivencia y relación con el entorno visitado.

### **2.1.9 ÁREAS DE LA RECREACIÓN**

En importancia para el desarrollo del ser humano, de acuerdo con la página (Redcreación, 2012), las áreas de la recreación son:

#### **1. Área Físico Deportiva**

En esta área se incluyen los deportes individuales, de conjunto, con o sin pelota, etc. Y se incluye: Ciclismo, Fútbol, Béisbol, Básquetbol, Voleibol, Aeróbica, Tenis, Levantamiento de pesas, Golf, Gimnasia, Triatlón, Maratón, Boliche, Artes Marciales, etc.

La forma como se programa estas actividades tiene como objetivo promover la participación por el gusto de la actividad misma es decir, se recibe gratificación personal y no se obtiene a través de una forma de premiación externa, en definitiva la propuesta llevara al reencuentro con los valores que sustentaban la práctica deportiva.

Precisamente ha sido el abuso de premiación lo que desvía la verdadera intención en la participación, ya que los individuos participan por ganar y no por la actividad misma.

## **2. Área al Aire Libre**

Entre las que contamos: carreras de orientación, escalada en roca, campismo, excursionismo, senderismo, ciclismo de montaña, carrera campo traviesa, globo aerostático etc.

Las áreas, al aire libre y acuático, han tenido un desarrollo exponencial en los últimos años, y se conoce como deportes de alto riesgo, de adrenalina, de aventura, etc.

Desgraciadamente su programación ha sido hecha de manera desordenada y sin capacitación específica, lo que ha causado accidentes incluso fatales, por la falta de personal especializado en el área.

Su promoción deberá hacerse con el debido conocimiento, ya que serán áreas de crecimiento y de gran oportunidad laboral, en los próximos años.

## **3. Área Acuática**

Incluyen actividades como: Descenso en ríos, natación, buceo, polo acuático, motonáutica, vela, remo, canotaje, ski acuático, nado sincronizado, surfing, clavados.

## **4. Área Lúdica**

El área lúdica, sin lugar a dudas es una de las áreas que más confusión ha creado en torno al fenómeno recreativo, ya que los profesionales confunden constantemente los contenidos de la recreación con los de esta área.

Coincide también a la Recreación y al área lúdica con el conocimiento de juegos de todo tipo, por lo que debe quedar claro que la recreación, va más allá del juego simple, la Recreación no es tener un completo fichero de juegos, y que el área lúdica incluye la construcción de conceptos complejos

como son por ejemplo, las ludotecas, además una amplia variedad de actividades como son: Juegos de competencia, juegos de azar, juegos de vértigo, juegos prehispánicos, grandes juegos, ludotecas, juegos acuáticos, juegos de iniciación deportiva, juegos de mesa, juegos intelectuales, etc.

## **5. Área Manual**

Las destrezas manuales y artísticas son un recurso enriquecedor en los programas de recreación, ya que fomentan la creatividad en los niños.

No existen otras áreas en las que el participante reciba tanta gratificación por haber realizado su obra, ejemplos: Escultura en metal, escultura en madera, escultura en piedra, pintura de acuarela, pintura al óleo, joyería, pintado de cerámica, modelaje, papiroflexia, talavera, tejido en telares, pirograbado, repujado, emplomado, etc.

## **6. Área Artística**

Importante en el desarrollo de destrezas para la participación y el disfrute de: Música, drama, danza clásica, jazz, comedia, pantomima, teatro experimental, teatro clásico, teatro infantil, canto, opera, música popular, marionetas, etc.

## **7. Área Conmemorativa**

Las áreas conmemorativa y social, representa un área donde se necesita saber cómo organizar, sin embargo es del conocimiento de todos, el pensar que una reunión, sólo requiere de la presencia de los asistentes y la alimentación, situación que ha conducido a que estas reuniones, desencadenen molestias entre los asistentes. Hoy las grandes empresas, suelen organizar para ocasiones de este tipo, grandes fiestas con su comunidad.

Por lo que es conveniente considerar que la animación y organización de los eventos de estas áreas debe de ser hecha por especialistas. Tales como; carnavales, rodeos, fiestas de herencias étnicas, mascaradas, parrilladas, mayordomía, pastorelas, posadas, día del trabajador, etc.

### **8. Área Social**

Este aspecto tan necesario de promocionar hoy día, para buscar los encuentros entre las personas, se destacan; banquetes, baile social, noche de talentos, juegos de mesa, club de lectura, club de cuenta cuentos, él danzante, velada cultural, etc.

### **9. Área Literaria**

Considerada muchas veces por los participantes como un área solo para expertos, es necesario brindar la oportunidad de crear, apreciar y convivir en ambientes y eventos que nos permitan ampliar nuestra cultura y nuestra visión del mundo de la cultura, ejemplos: Club de literatura, taller de narración, rompecabezas, radio clubs, acertijos, juegos mentales, etc.

### **10. Área de Entretenimientos**

Considerada hoy, como un pasatiempo de escolares, son pocos los adultos que dedican su esfuerzo en el tiempo libre a cultivar actividades de esta área, que sin duda tiene la característica de reunirse en clubes u organismos con participantes del mismo interés. Sin embargo grupos de la tercera edad hoy generan espacios, sobre esta área: Colección de: timbres postales, monedas y billetes, llaves, postales, aerodelismo, modelismo, etc.

## **11. Área Técnica**

En muchas ocasiones es confundida con el área de capacitación para el empleo, ya que provee la posibilidad de un segundo empleo, lo que no necesariamente es negativo o contradictorio, ya que mientras la gente siga haciendo estas actividades por el placer que recibe de participar en ellas y no por afán de lucro, estamos en el mismo barco de la recreación. Por lo que encontramos entre estas actividades: electricidad, electrónica, plomería, albañilería, mecánica, jardinería, carpintería, repostería, alta cocina, etc.

## **12. Área Comunitaria**

Esta área genera esfuerzos comunitarios por la mejora de sus condiciones de vida, por lo que la participación voluntaria en el tiempo libre de las personas en estas actividades debe de fomentarse, poniendo especial énfasis en la autogestión, ya que la presencia del profesional no siempre se puede garantizar. Jornadas deportivas, campañas de vacunación, talleres sobre pre jubilación, talleres ecológicos, etc.

## **13. Área de Mantenimiento de la Salud**

Área de reciente crecimiento y promoción, debido a la importancia que se da cada día al mantener la salud desde el punto de vista corporal. Jornadas de salud, programas de nutrición, asesoría para acondicionamiento físico, campañas de activación física, ejemplo rafa, etc.

Según la página web (Carlos Alberto Rico (Argentina), 2012) Consecuentemente, la gran tarea de los profesionales del área es proveer a los participantes a realizar actividades recreativas durante su tiempo libre, ya que ejercerá una decidida influencia en su salud mental, reduciendo los riesgos de sufrir ansiedad y depresión, incrementando sus sentimientos de

autoestima y fortificando sus capacidades para enfrentar el cotidiano estrés psicosocial.

### **2.1.10 BENEFICIOS DE LA RECREACIÓN**

Para el (Carlos Alberto Rico (Argentina), Funlibre.org, 2012), son:

El mejoramiento de una condición: La cual puede resultar para un individuo o un grupo tal como la familia, el grupo de trabajo, el vecindario o la sociedad, o de una entidad tal como el medio ambiente físico. Este tipo de beneficios se orienta a la salud, la cohesión grupal, el hacer de una comunidad un entorno más rico, la calidad del agua o del aire, hacia el mejoramiento de un grupo de beneficiarios.

(Monografias.com, 2012) dice: Prevención para que una condición empeore: Se relaciona con el intentar mantener una condición deseada como un medio de prevenir que las condiciones empeoren. Por ejemplo, mantener un espacio cultural abierto para mantener la comunidad o región como un lugar adecuado o atractivo para los visitantes o para que el comercio se desarrolle, los programas de jornada complementaria para ofrecer alternativas de entretenimiento para los jóvenes en condiciones de vulnerabilidad.

Realización de una experiencia psicológica: Se refiere a la categoría de beneficios donde los participantes seleccionan cierto tipo de alternativas de diversión con el propósito específico de realizar una experiencia psicológica particular. Por ejemplo para reducir el estrés, el disfrute estético y la auto realización.

Por otra parte, las cualidades utilizadas en el movimiento de beneficios son:

**Beneficios individuales:** Se refiere a las oportunidades para vivir, aprender y llevar una vida satisfactoria y productiva para experimentar sus propósitos, placer, salud y bienestar.

Entre los más específicos se encuentran: Una vida plena y significativa, balance entre trabajo y juego, satisfacción con la vida, calidad de vida, desarrollo y crecimiento personal, autoestima y sentido de acompañamiento, creatividad y adaptabilidad, solución de problemas y toma de decisiones, salud y mantenimiento físico, apreciación y satisfacción personal.

**Beneficios comunitarios:** Se refiere a las oportunidades para vivir e interactuar con la familia, los grupos de trabajo, las comunidades y el mundo. Ninguna persona es una isla, vivimos e interactuamos con otros, el ocio y la recreación, y parques juegan un rol integral en la provisión de oportunidades para estos tipos de interacciones.

Beneficios más específicos que incluyen: Comunidades vitales, fuertes e integradas, integración familiar, tolerancia y comprensión étnica y cultural, apoyo para los jóvenes, condiciones adecuadas para los adultos mayores, más autonomía y menos alienación, reducción de la delincuencia, comprensión y tolerancia entre otras.

**Beneficios ambientales:** Provee y preserva parques y espacios abiertos mejora la protección de un área así como contribuye a la seguridad y salud de sus habitantes, beneficios más específicos incluyen: Salud y protección ambiental, salud física y bienestar, reducción del estrés, recursos para la comunidad, incremento de los valores de la propiedad, limpieza del aire y del agua, protección del ecosistema.

**Beneficios económicos:** Los parques y la recreación son más que servicios que se venden, contribuyen al bienestar de los individuos para la continuidad y viabilidad de las comunidades y el mundo.

Otros beneficios incluyen: estímulo económico, reduce los costos de salud, reduce el vandalismo y el crimen, cataliza el turismo, mantiene una fuerza de trabajo productivo.

### **2.1.11 INSTRUMENTOS DE LA RECREACIÓN**

- Artes plásticas
- Artes escénicas
- Artes musicales
- La comunicación
- Educación Física y Deportes

#### **2.1.11.1 Artes Plásticas**

Las Artes Plásticas contribuyen al desarrollo integral del niño(a) por cuanto despiertan en él, el aprecio por el arte, la capacidad de análisis, la crítica constructiva; y al mismo tiempo desarrollan el gusto estético a través de la observación y provocan la recreación de sus sentidos sobre un tema que sienta y viva.

El papel del maestro consiste en estimular la observación, proveer de experiencias enriquecedoras, no enseñar técnicas, no imponer modelos, recordar que toda expresión gráfica representa la individualidad de su autor.

Un niño(a) creativo que ha desarrollado su propia forma de expresión, será al mismo tiempo un individuo analítico, capaz de juzgar sus propios trabajos y los de sus compañeros, en forma sana.

### 2.1.11.2 Artes Escénicas

Por su carácter **Mágico**, los títeres deben ser un eslabón del mundo lúdico del niño(a). Dice (Haydee, 2012), que “por su carácter Didáctico, los títeres deben ser una herramienta pedagógica en el aula, en el patio de recreo y en todo el Proceso Enseñanza Aprendizaje”.

Este trabajo muestra algunos conceptos y pasos a seguir indispensables para el buen uso de los títeres y el teatro en la Recreación y en general en la Pedagogía. Se quiere resaltar la diferencia que existe para el niño, entre el títere elaborado por el maestro con el objetivo de transmitir conocimientos, fabulas o lecciones y el títere hecho por el niño para su goce lúdico o para sus juegos dramáticos.

### 2.1.11.3 Artes Musicales

- **Ambientación:** efectos sonoros, voces, cantos.
- **Las artes literarias:** Guión, Textos.
- **Las artes del movimiento:** Danzas, coreografía, títeres, actuación.

### 2.1.11.4 La Comunicación

La comunicación es una solución al problema humano de supervivir. La emisión y recepción de conceptos es a la vez tan simple y tan compleja que se ha convertido en ciencia. Como ciencia es aplicable en forma efectiva y universal en la educación.

Una de las tendencias modernas es la de hacer de la comunicación un espectáculo (show) que sensibiliza al hombre influyendo su capacidad de retención y decisión sobre el mensaje mismo.

En la educación la efectividad de la comunicación diversificada en forma genérica es palpable por sus resultados y porque además de amenizar ahorra esfuerzos.

Dramatizaciones, representaciones, versos, poesías, lecturas metódicas, gesticulaciones, etc., son muy usuales en medios rurales a diferencia de los recursos disponibles en algunos sectores urbanos.

#### **2.1.11.5 Área de las Actividades Físicas y Deportivas**

Parte del movimiento como necesidad de supervivencia en el hombre primitivo y sucesivamente pasa por etapas que señalan caminos diferentes: preparación para la guerra, expresión del propio ser, juego, competencia, espectáculo, uso del tiempo libre, preparación para la vida... llegando hoy a la concepción científica.

Dentro del área de la recreación encontramos una serie de actividades físicas que permiten que el individuo se exprese en forma natural como ser humano en cuanto al movimiento libre y creativo; el movimiento como acción "expresa algo" o sea que comunica una necesidad que se tiene, como por ejemplo, la imitación de un caballo referente a su forma de actuar al correr, galopar o caminar. Se sabe que la comunicación tiene un centro de expresión que es el lenguaje que puede ser oral, escrito o expresivo corporal y de acuerdo al área de las actividades físicas. Básicamente nosotros usaremos un lenguaje expresivo-corporal.

Las actividades como los juegos o deportes de conjunto en pequeños grupos pueden ser desarrollados tanto en los salones de clase, como en campo abierto al aire libre para promover de esta forma la interrelación

individuo-naturaleza en la ejecución de actividades de contacto físico formal o contacto creativo haciendo uso de los elementos del medio.

### 2.1.12 FUNCIONES DE LA RECREACIÓN

Expresa (Brinnitzer, 2008, pág. 9), que las funciones de la recreación son:

**Actitud positiva:** La recreación trae como consecuencia que las personas cambien la actitud negativa y se trace metas con esta actitud para poder llegar a cumplir, el crecimiento personal del que se está recreando.

**Actividades para el Tiempo:** “Una recreación entendida como un tiempo de aprendizaje, de creatividad, de participación y cooperación seguramente quedará en nuestra memoria para ser transferida a múltiples situaciones de nuestra vida cotidiana” la recreación permite que el ser humano siempre tenga momento para todo y que siempre encuentre el momento preciso para recrearse.

**El Equilibrio Biológico y Social:** La recreación proporciona equilibrio integral al individuo.

**Mejor Calidad de Vida:** La práctica recreativa siempre ayuda al mejoramiento de la calidad de vida. Las actividades que dañan la persona no son recreación.

- Depurar bienestar.
- Transmitir de mayor capacidad de expresión.
- Desarrollar la creatividad.
- Motivar y disponer para el Ocio.
- Expandir horizontes personales.
- Responder a necesidades individuales.
- Facilitar experiencias positiva.

## 2.1.13 TENDENCIAS ACTUALES DE LA RECREACIÓN

### 2.1.13.1 El Recreacionismo

Enfatiza el carácter netamente compensatorio de la recreación en cuanto permite singular importancia a las actividades desarrolladas en el tiempo, las cuales hacen las veces de factor re-equilibrante y regenerativo del estado anímico y físico de las personas involucradas. Dicen (López & R, 2003, pág. 100).

**“Por recreacionismo nos referimos a la tendencia cada vez más marcada entre el profesorado a tener como finalidad y como metodología principal el juego y el divertimento. La convicción del objetivo fundamental de la educación física es que los alumnos se diviertan que lo pasen bien, lo cual implica entender la práctica de la educación física como un sumatorio de juegos que el profesor va proponiendo a los alumnos”.**

El recreacionismo es una ideología que tienen mucho peso en el ámbito de la educación física y que busca, como lo principal y más importante, la diversión, el pasárselo bien.

La clase de educación física, para muchos es recreacionismo, se lo pasa superbién en ella. Pero esta ideología, no solo se da con los alumnos, sino que también se da en profesores e incluso con las instituciones porque por ejemplo, un director de escuela lo que pretende al fin y al cabo es que los profesores entretengan a sus alumnos. (El Recreacionismo, 2012)

De lo que se trata en últimas es de ocupar el tiempo no ocupado laboralmente, trátase de los momentos después de la jornada, el día libre o las vacaciones.- Por ello, quienes dirigen desde afuera este tipo de actividades son “oficiantes” del ejercicio físico o recreadores empíricos que, si bien es cierto, en ocasiones planean sus programas y rutinas, ellas están lejos de cumplir con las funciones que definimos con anterioridad.

### 2.1.13.2 La Recreación Educativa

La Recreación, expresa (García, 2009, pág. 143),

**“Como Educación en el tiempo libre intenta generar aprendizajes más que instrumentales y modificar al hombre y su modo de participar en la realidad; procura modificar conductas, hábitos, actitudes; así mismo, en un tiempo liberado de obligaciones exteriores, lo que la convierte en optativa; procura generar una necesidad de participación al profundizar en el trabajo grupal y la auto-gestión.”**

Y resalta dicha autora, “Por un lado, el dinamizador debe adaptarse a cualquier situación educativa y, por otro, ha de intervenir activa y creativamente en dicha situación, dando lugar a momentos únicos recreativamente hablando”.

En síntesis, pretende generar un individuo consciente y comprometido; actor y protagonista de su propio hacer, de su historia, lo que la diferencia propiamente de la escuela.

La finalidad de la educación, en sentido general, es la formación del individuo en todas sus dimensiones, intelectual, físico, social, cultural, afectivo, tal que pueda integrarse adecuadamente a la vida futura.

Muy pocas son las instituciones educativas que pretenden modificar el sistema a partir de la toma de conciencia de los participantes posibilitando el surgimiento de protagonistas de dicho cambio; las políticas educativas en nuestro medio actual lo hacen casi imposible y, la educación así vista, carece del carácter liberador que debe poseer y pierde su fundamento original, dando cada vez menos respuesta al desarrollo social, a los cambios tecnológicos del hombre.

Si la educación pretende fomentar en el individuo la intencionalidad crítica y modificadora de la realidad, deberá replantear sus estrategias brindando

los espacios necesarios para la reflexión, la creación y el compromiso. Es allí donde la recreación encuentra su razón de ser.

Si bien es cierto que algunos docentes emplean estrategias lúdicas para adelantar su labor académica, dice (Vargas, Tesis en Opción al Título Académico de Master Actividad Física en la Comunidad, 2003) (Vargas, Test de Desarrollo Motor Grueso de Ulrich, 2009), “valdría la pena conocer si su uso es simplemente didáctico o pedagógico: Educación Recreativa o Recreación Educativa.

En la primera, la recreación es entendida como el recurso didáctico que posibilita la fijación de conceptos ya definidos, de manera entretenida; así, hablaremos de Matemática recreativa, Química recreativa, etc. En el segundo caso, entendemos que a partir del ejercicio lúdico se fomentan la construcción conceptual y de actitudes, la búsqueda del conocimiento, la creatividad y el desarrollo de valores. El medio es el mismo, pero se diferencian en cuanto a la finalidad. La primera hace énfasis en la enseñanza mientras que la segunda lo hace en el aprendizaje.

Retomando el concepto de Erich Fromm, la libertad existe en tanto contemple “libertad de...” y ‘libertad para...’, aspectos no inseparables al individuo, sino que implican un proceso de aprendizaje y por tanto un agente que lo instrumente, que sugiera, que oriente, que motive los modos de liberar el tiempo.

### **2.1.13.3 El movimiento de la Recreación**

(Vargas, 2013) dice: La recreación fortalece al espíritu, ayuda a formar la personalidad, hace creer al hombre en ideales, amar a la naturaleza y encontrar satisfacción en lo que hace. La recreación alcanza en el mundo el

rol que le corresponde como profesión porque, "El niño que se le niega la libre expresión del juego, será un hombre infeliz toda su vida y una carga para la sociedad."

#### **2.2.14 RAZONES PARA PARTICIPAR EN ACTIVIDADES RECREATIVAS**

Las personas se involucran en experiencias recreativas por las siguientes razones:

- Relacionarse con otros informal y abiertamente.
- Intereses comunes.
- Competir en deportes, juego o arte.
- Interés por explorar y descubrir nuevas dimensiones.
- El placer de observar algo.
- Búsqueda de experiencias sensoriales hacia un fin.
- Expresión física sin enfatizar la competencia.

Las horas destinadas a la recreación son aquellas que deberíamos vivir más integradamente, pero muchas veces las perdemos en actividades que emplean comportamiento de riesgo (ejemplo ingerir alcohol). Por tal motivo el gobierno y un gran número de instituciones privadas organizan diversas actividades que permiten aprovechar al máximo las vacaciones y días festivos.

#### **2.1.15 INTERRELACIÓN ENTRE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN**

La Educación Física y Recreación, tiene como propósito ofrecer al educando los conocimientos, habilidades, destrezas y aptitudes que le permitan, mediante la realización de las actividades físicas planificadas, promover cambios persistentes de conductas propias, tanto en el ámbito

afectivo como cognoscitivos y, primordialmente psicomotor, para el logro de un individuo físicamente apto, plenamente desarrollado y totalmente integrado a la sociedad donde se desenvuelve. Dice (Pila, 2009, pág. 285):

**“La educación física es un área especializada de las ciencias de la educación y cada vez más se relaciona con las ciencias de la salud. Procura el desarrollo integral de la persona mediante la mejora de las condiciones motrices y por medio específico de la actividad corporal.”**

En este sentido la Educación Física y la Recreación es el área del conocimiento que constituye uno de los aspectos indispensables comprendidos en el término de Educación Integral, ya que mediante un proceso sistemático se educa a la persona, mediante el movimientos y sus peculiaridades, poniendo en práctica una serie de actividades y estrategias metodológicas dirigidas por la inteligencia y la creatividad, que tienden a la conservación, perfeccionamiento y dominio del espíritu.

Se caracteriza por ser espontánea, organizada, sistemática y formativa, a través de normas y reglas para la formación de hábitos de disciplina, respeto y amor por el país, utilizando el tiempo libre y el mejoramiento de la salud integral del educando. Permite la utilización de recursos materiales de fácil obtención y altamente creativos, desarrolla las valencias físicas, utiliza el juego como herramienta de aprendizaje y despierta el espíritu de competencia.

Se concibe la Educación Física y la Recreación como un proceso de enseñanza y aprendizaje por medio del cual se aprende haciendo (en forma vivencial), en contacto directo con el medio ambiente circundante, en un clima de alegría, entusiasmo y felicidad.

De esta manera, la Educación Física y la Recreación, así entendida, es un socializador y comunicador entre las relaciones: docente-alumno,

alumno–alumno, alumno–comunidad, docente-comunidad, al convertirse en el enlace o puente de trabajo entre.

Es un hecho que la recreación y educación física no son iguales, pues la educación física solo forma una parte del programa general de la recreación. La recreación da más importancia al placer y satisfacción personal de diferentes personas, y la educación física busca mejorar la destreza motriz básica del niño(a).

### **2.1.16 LA RECREACIÓN EN LA ETAPA ESCOLAR**

Históricamente la recreación tiende a expresarse en dos tendencias: La primera, considera que la recreación es una práctica institucionalizada de la recreación cuyas funciones principales son el goce, el placer y el descanso y sus prácticas se circunscriben a ésta esfera horaria.

De ahí que en la educación formal otorgue a la recreación un lugar como actividad extracurricular (juegos, dinámicas y prácticas que relajen o que permiten a los estudiantes salir de la rutina escolar). Para (Duque, 2000, pág. 55), “La recreación se convierte así en un instrumento pedagógico para transitar y producir actitudes. Por lo tanto es evidente su valor como multiplicador de cultura”.

Para la segunda tendencia, se le asigna a la recreación funciones de desarrollo, en la medida que se atribuye a las prácticas recreativas un valor pedagógico que se articula a procesos educativos de transformación socio cultural. Más que plantear diferencias entre estas dos posturas –y otras- lo que se busca es identificar los puntos de convergencia en los cuales es evidente la necesidad de proveer de sentidos y significados las prácticas recreativas escolares de cara a las realidades sociales, es decir, espacios de

encuentro para la reconstrucción del tejido social y para la creación de vínculos sociales en los contextos escolares mediante la actividad recreativa.

Entre las actuaciones del maestro y de los estudiantes en un proceso de enseñanza-aprendizaje en torno a unos contenidos recreativos, debe comprender no sólo la puesta en escena de unas técnicas recreativas, sino en el cómo consolidarlas como mecanismos y mediaciones semióticas de tal modo que movilicen una actividad mental constructiva y para ello, los contenidos de las prácticas recreativas deben estar articulados a proyectos pedagógicos concretos.

Proyectos pedagógicos de formación en valores, proyectos de educación ambiental y ecoturismo, proyectos de organización participativa de fiestas y festivales, entre otros. Los contenidos recreativos deben estar también articulados de manera transversal con las diferentes áreas de enseñanza obligatoria.

Estas técnicas recreativas que denominamos lenguajes lúdico-creativos, se constituyen en mediaciones para la internalización de conceptos, valores, afectividades, etc., y para la externalización de esos mismos conocimientos, sensibilidades, emociones provenientes del mundo interior de los estudiantes en situaciones de enseñanza aprendizaje, es decir estos lenguajes lúdicos, junto con el discurso educativo y el uso cotidiano de la lengua, permiten en los procesos de investigación dar cuenta de la actividad mental constructiva de los estudiantes en la construcción compartida de significados y sentidos.

## 2.2 JUEGO

### 2.2.1 CONCEPTUALIZACIÓN

El juego es una actividad inherente al ser humano. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego. Se trata de un concepto muy rico, amplio, versátil que implica una difícil categorización. Etimológicamente, los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: *iocum* y *ludus-ludere* ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica. Explica (Moyles, 1999, pág. 34):

**“A través del juego libre y exploratorio, los niños aprenden algo sobre situaciones, personas, actitudes y respuestas, materiales, propiedades, texturas, estructuras y atributos visuales auditivos y cenestésicos, dependientes de la actividad lúdica.”**

Lo que verdaderamente necesitan los niños(as) es campo libre y tiempo libre. Jugar es jugar. Es bueno permitir a los niños que se diviertan a su manera mientras los padres observan, de cerca o de lejos, sus aventuras.

En la recreación los juegos tienen un rol importante en los niños, lo cuales se reflejan su vida circundante. (Domínguez, 2001) dice que:

**“El juego esta orgánicamente relacionado con las condiciones de la vida sociedad. Su lugar en la vida de los niños, así como su contenido y forma, están determinados por el contenido y forma de actividad y modo de vida de los adultos. Los juegos infantiles tienen una importancia definida para hacerle llegar la experiencia, para inculcar determinados hábitos y reglas de conducta a la joven generación que comienza actuar en la vida.”**

El juego más que una actividad recreativa es una forma de educar, de integrar al niño en la sociedad de hacerlo más independiente y seguro de sí mismo. El juego permite establecer reglas y normas de convivencia

### 2.2.2 IMPORTANCIA DEL JUEGO

En el niño(a), el juego constituye una actividad importante, ya que por medio de éste, reproduce e imita las actividades del diario vivir. Por medio del juego, los niños(as) adquieren conocimiento de sí mismos, del ambiente y comunicación por ejemplo:

- Conocer sobre su propio cuerpo
- Descubrir sus sentidos
- Respetar su propio cuerpo
- Cuidar de su cuerpo
- Adquirir las nociones espacio-temporal
- Estimular su curiosidad
- Coordinar, corroborar con sus compañeros y adultos
- Propiedades y naturaleza de los materiales
- Establecer la correspondencia de semejanzas y diferencias
- Expresar lo que siente y necesita
- Aspectos básicos de tiempo
- Desarrollar su lengua oral y escrita.

Se sabe que el juego del niño(a) crea una base para el aprendizaje y el éxito académico. A través del este, el niño aprende a interactuar con los demás, desarrolla las aptitudes del lenguaje, reconoce y resuelve problemas y descubre su potencial humano. En resumen, el juego ayuda a encontrarse y encontrar su lugar en el mundo.

Otro de los factores por los que algunos padres prefieren apartar o limitar el juego de sus hijos(as) es el afán por protegerlos de todo, sin embargo, el juego activo, con su rudeza y caídas, facilita el desarrollo sensoriomotor del

niño(a), es una forma natural de prevenir la obesidad y según las investigaciones los recreos también contribuyen a lograr un mejor rendimiento académico de los niños.

### 2.2.3 CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO

Existen una serie de características generales y comunes a las conductas de juego, dice (Omeñaca, 2005, pág. 5), que interesa conocer, como son:

**“Es un recurso creador, tanto en el sentido físico (desarrollo sensorial, motor, muscular, coordinación psicomotriz), como mental, el juego constituye una actividad libre, produce satisfacción y alegría, representa una actuación llena de sentido, transcurre dentro de sí mismo, está llena de armonía”, porque el niño durante su desarrollo pone todo el ingenio e inventiva que posee, la originalidad, la capacidad intelectual e imaginación.”**

Tiene un claro valor social, puesto que contribuye a la formación de hábitos de cooperación y ayuda, de enfrentamiento con situaciones vitales y, por tanto, a un conocimiento más realista del mundo.

Es un medio de expresión afectivo-evolutiva, lo que hace de él una técnica proyectiva de gran utilidad al psicólogo y educador, sobre todo a la hora de conocer los problemas que afectan al niño.

El juego tiene además un valor “substitutivo”, pues durante la primera y segunda infancia es tránsito de situaciones adultas: por ejemplo, al jugar a las muñecas, a las tiendas, etc.

El juego proporciona el contexto apropiado en el que se puede satisfacer las necesidades educativas básicas del aprendizaje infantil. Puede y debe considerarse como instrumento mediador dada una serie de condiciones que facilitan el aprendizaje.

Su carácter motivador estimula al niño o niña y facilita su participación en las actividades que pueden resultarle poco atractivas, convirtiéndose en la alternativa para aquellas actividades poco estimulantes o rutinarias.

A través del juego el niño descubre el valor del "otro" por oposición a sí mismo, e interioriza actitudes, valores y normas que contribuyen a su desarrollo afectivo-social y a la consecución del proceso socializador que inicia.

## **2.2.4 TIPOS DE JUEGO**

### **2.2.4.1 Juegos populares**

Los juegos populares están muy ligados a las actividades del pueblo, y a lo largo del tiempo han pasado de padres a hijos. De la mayoría de ellos no se conoce el origen: simplemente nacieron de la necesidad que tiene el hombre de jugar, es decir, se trata de actividades espontáneas, creativas y muy motivadoras.

Su reglamento es muy variable, y puede cambiar de una zona geográfica a otra con facilidad; incluso pueden ser conocidos con nombres diferentes según donde se practique.

Los juegos populares suelen tener pocas reglas, y en ellos se utiliza todo tipo de materiales, sin que tengan que ser específicos del propio juego. Todos ellos tienen sus objetivos y un modo determinado de llevarlos a cabo: perseguir, lanzar un objeto a un sitio determinado, conquistar un territorio, conservar o ganar un objeto, etc. Su práctica no tiene una trascendencia más allá del propio juego, no está institucionalizado, y el gran objetivo del mismo es divertirse.

Con el tiempo, algunos se han ido convirtiendo en un apoyo muy importante dentro de las clases de Educación Física, para desarrollar las distintas capacidades físicas y cualidades motrices, o servir como base de otros juegos y deportes.

Los juegos populares pueden servir como herramienta educativa en el aula en diversas materias ya que en sus retallas, canciones o letras se observa características de cada una de las épocas. Esta tipología puede ser una estrategia divertida en la que las personas que los realizan aprenden al mismo tiempo que se divierten.

#### **2.2.4.2 Juegos tradicionales**

Son juegos más solemnes que también han sido transmitidos de generación en generación, pero su origen se remonta a tiempos muy lejanos.

No solamente han pasado de padres a hijos, sino que en su conservación y divulgación han tenido que ver mucho las instituciones y entidades que se han preocupado de que no se perdieran con el paso del tiempo. Están muy ligados a la historia, cultura y tradiciones de un país, un territorio o una nación. Sus reglamentos son similares, independientemente de donde se desarrollen.

El material de los juegos es específico de los mismos, y está muy ligado a la zona, a las costumbres e incluso a las clases de trabajo que se desarrollaban en el lugar.

Sus practicantes suelen estar organizados en clubes, asociaciones y federaciones. Existen campeonatos oficiales y competiciones más o menos regladas.

Algunos de estos juegos tradicionales con el tiempo se convirtieron en deportes, denominados tradicionales, de modo que la popularidad que tienen entre los habitantes de un territorio o país compite con la popularidad de otros deportes convencionales. Algunos ejemplos: la petanca, los bolos, la rana, etc.

Entre éstos, dice (Icarito, Juegos, 2012),

**“Podríamos encontrar juegos que con el tiempo se han convertido en verdaderos deportes ligados a una región, y que sólo se practican en ella, llegando a formar parte de las tradiciones culturales. El origen de los juegos y deportes tradicionales está ligado al propio origen de ese pueblo, por ello, los denominan juegos o deportes autóctonos. Algunos ejemplos son: el palo encebado, la cuerda, la pelota de mano, etc.”**

#### **2.2.4.3 Juegos de mesa**

El parchís es la versión occidental de un juego indio. Los juegos con tablero que utilizan como herramienta central un tablero en donde se sigue el estado, los recursos y el progreso de los jugadores usando símbolos físicos. Muchos también implican dados o naipes la mayoría de los juegos que simulan batallas son de tablero, y éste puede representar un mapa en el cual se mueven de forma simbólica los contendientes. Algunos juegos, como el ajedrez son enteramente deterministas, basados solamente en la estrategia.

#### **2.2.4.4 Juegos de naipes**

Los juegos de naipes utilizan como herramienta central una baraja. Esta puede ser española, de 40 ó 48 naipes o francesa de 52 cartas, y depende del juego el uso de una u otra. También hay algunos juegos de magia que utilizan naipes.

#### **2.2.4.5 Juegos de rol**

Los juegos de rol son un tipo de juego en el que los participantes asumen el papel de los personajes del juego. Dice (Ryan, 2004, pág. 366) “En su

origen el juego se desarrollaba entre un grupo de participantes que inventaban un guion con lápiz y papel.” Unidos, los jugadores pueden colaborar en la historia que implica a sus personajes, creando, desarrollando y explorando el escenario, en una aventura fuera de los límites de la vida diaria. Uno de los primeros juegos de rol en ser comercializados fue Dungeons & Dragons, cuyas traducciones oficiales en castellano siempre conservaron el título original en inglés, aunque los jugadores lo conozcan también por el título con el que se tradujo la serie animada derivada del juego.

## **2.3 DESTREZA MOTRIZ BÁSICA**

### **2.3.1 CONCEPTUALIZACIÓN**

Las destrezas motoras básicas son aquellas que nos permiten cambiar y desarrollar el comportamiento motriz del ser humano a través la de práctica. Es necesario reforzar el desenvolvimiento y crecimiento de las destrezas motoras gruesas para un mejor desplazamiento del cuerpo y a futuro se obtendrá un mejor desarrollo de las destrezas motoras finas. Para (Maestros, 2006, pág. 254),

**“La destreza motrices básicas son aquellas de carácter innato adquirido que constituyen el soporte práctico de la motricidad humana. Cualquier movimiento por complejo que sea, resulta por combinación de las habilidades y destrezas básicas”.**

Todos los movimientos del cuerpo humano pueden ser considerados como variaciones por combinación de unos movimientos básicos: los desplazamientos, los saltos, los giros, los equilibrios, los lanzamientos y las recepciones. Estos movimientos a los que genéricamente se llaman destrezas motrices básicas, son adquisiciones de determinados patrones motores que, partiendo de la propia motricidad natural para facilitar su

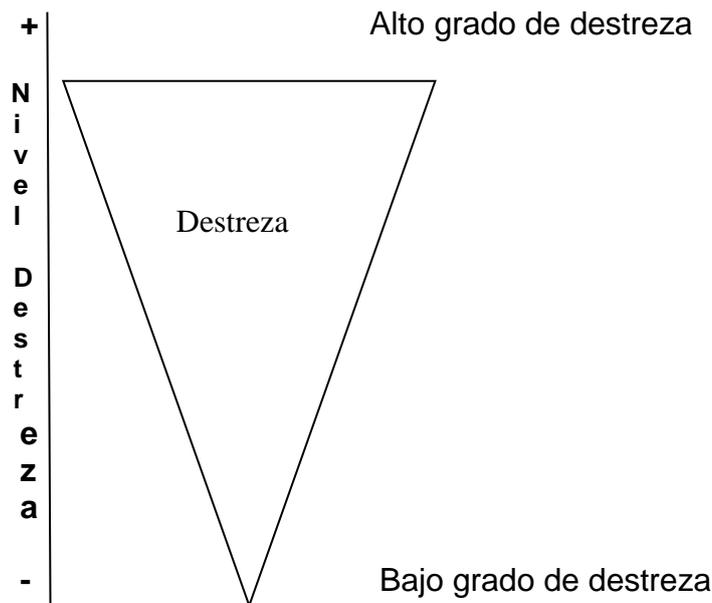
utilización en condiciones cuantitativa y cualitativamente diferentes, permiten la incorporación de nuevos aprendizajes.

Las destrezas motrices básicas son fundamentales, en primer lugar, para sobrevivir, y después para relacionarse. Correr, saltar, lanzar y recibir son algunas de las actividades motoras generales que constituirán la base para desarrollar en el futuro otras más avanzadas como las de carácter deportivo.

La enseñanza de estas tareas motrices básicas pueden ser consideradas, en relación al movimiento, análogas a la del alfabeto y los números con respecto al lenguaje y la aritmética, respectivamente su adquisición asegura que el individuo está capacitado para resolver las situaciones específicas de tipo motor que se le presenten.

Entre las clases de destrezas el ámbito de análisis de la motricidad se puede considerar tres categorías de destrezas motrices básicas: aquella cuya característica principal es la locomoción (andar, correr, etc.). Aquellas cuya propiedad principal es el manejo y el dominio del cuerpo y el espacio, sin una locomoción verificable (estirarse, equilibrarse, etc.). Aquellas que se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos (lanzar y golpear).

También el grado de desarrollo de una destreza no puede medirse, en la mayoría de los casos, por la perfección en la ejecución de los movimientos, sino por el índice de eficacia a la hora de alcanzar los objetivos propuestos.



**Elaborado por:** Investigador

**Fuente:** Díaz, Jordi. (1999). Enseñanza aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Inde publicaciones. Barcelona p. 53.

La destreza está implícita en la ejecución de la habilidad. En el caso de Durand, la definición de destreza encierra muchos aspectos que hay que tener en cuenta en el proceso de enseñanza y aprendizaje, y en la evaluación. Así, plantea la destreza como la competencia adquirida por un individuo en una tarea particular. Se trata de una capacidad para resolver un problema motor específico, para elaborar y dar una respuesta eficaz y económica con el fin de alcanzar un objetivo preciso. Esa capacidad se adquiere, Es el resultado de un aprendizaje a menudo largo que depende del conjunto de recursos de que se dispone el individuo.

Es importante una serie de características que según Ruiz Pérez deberían estar incluidas en las definiciones del término:

- Relación directa con la idea de competencia para dar solución a un problema motor.
- Carácter finalista.

- Carácter organizativo.
- Su necesidad de ser aprendidas.
- Su carácter de eficiencia.
- Característica de flexibilidad y adaptabilidad.

### **2.3.1.1 DIFERENCIA DESTREZA - HABILIDAD**

Aunque se consideren como dos realidades distintas, no están perfectamente delimitadas. No se puede asegurar con exactitud donde acaban las habilidades y donde comienzan las destrezas. Si bien es aceptado la premisa de que las destrezas se montan a partir de las habilidades.

**Destreza:** Es la eficiencia para ejecutar una tarea. Es la economía de esfuerzo efectuada por el sujeto cuando realiza el movimiento. Es el grado de eficiencia en la ejecución de una conducta motriz específica y razonablemente compleja. Suponen la intervención de diferentes elementos: Integración de habilidades. Finalidad específica. Eficiencia. Complejidad. Economía de esfuerzo. Búsqueda de la perfección en la ejecución. Capacidad manipulativa. Dice (Diaz Lucea, 1999, pág. 52): “Algunos estudiosos establecen una diferenciación entre ambos conceptos a partir de la idea de la implicación de segmentos corporales en mayor o menor cuantía y de la existencia de desplazamientos en la acción”.

**Habilidad:** es la capacidad de ejecución aceptable de un movimiento, donde sólo el propio movimiento es importante. No se tiene en consideración el resultado o efectividad.

Por lo tanto, se debe comenzar el desarrollo de las habilidades y destrezas básicas a partir de la etapa pre-escolar, en donde el niño pueda

empezar a conocer y desarrollar sus habilidades y capacidades motrices y así poder realizar la ejecución de movimientos básicos y en donde los docentes de educación física, deporte y recreación deben cumplir un rol protagónico esencial para el desarrollo armónico y global de todas las habilidades y capacidades físicas e innatas de los niños, en especial las destrezas coordinativas que constituyen un eje fundamental para el aprendizaje y perfeccionamiento de las destrezas básicas.

Pero no obstante, el aprendizaje de las destrezas básicas en las diferentes disciplinas deportivas que se desarrollan en los programas de educación física en la tercera etapa de educación básica, se ve interferida, por las carencias de desarrollo de destrezas motoras finas y gruesas tales como caminar, correr, saltar, trepar, lanzar, manipular, los impactos, las recepciones, entre otros, lo que evidencia, que en la ejecución técnica de destrezas, se obtienen resultados insignificativo a la hora de la ejecución de las pruebas iniciales.

### **2.3.2 EVOLUCIÓN DE LAS DESTREZAS MOTRICES**

Desde el momento del nacimiento, el desarrollo motor sigue una secuencia determinada. Los movimientos del recién nacido, provocados por el medio, son en gran medida reflejos e involuntarios. A medida que progresa el desarrollo y madura el sistema nervioso, el niño consigue control voluntario sobre su musculatura, y de este modo los movimientos reflejos pueden ser suprimidos o inhibidos. Los primeros intentos de movimiento *voluntario son imprecisos y groseros. Parecen producirse al azar y sin intención o finalidad, pero representan en realidad un movimiento crucial en la captación de la información. Con el tiempo el niño en desarrollo comienza*

a integrar estos movimientos imprecisos a su repertorio de destrezas siempre en expansión. Expresa (Batallas, 2000, pág. 27):

**“El desarrollo motor humano parte de las conductas motoras innatas (nacemos con una serie de movimientos y actos reflejos “inscritos” en nuestros genes) generalizadas (comunes a la mayoría de individuos, poco especializadas y rudimentarias para generar conductas motoras aprendidas cada vez más complejas, especializadas y propias de cada entorno físico-social-cultural”.**

Estos movimientos se van tornando más complejos en la medida en que el niño aprende a combinar una serie de acciones individuales de su cuerpo en un acto coordinado o intencional, o patrón motor. Con la práctica y la experiencia estos patrones se tornan más perfectos, y el niño comienza a utilizarlos para realizar habilidades con el deporte. Luego el adolescente concentrará sus esfuerzos en lograr las destrezas necesarias para realizar algunas actividades específicas sobre una base recreativa o competitiva.

Con ello queremos decir que las destrezas motrices básicas tienen gran importancia a lo largo de la madurez o crecimiento del niño e incluso a lo largo de toda la vida. Tienen mucha importancia, en primer lugar, para sobrevivir y relacionarse. Correr, saltar, lanzar, coger son actividades motoras incluidas en la categoría de habilidades básicas que constituirán la base de actividades motoras más avanzadas y específicas como deportivas.

Las destrezas motoras se dan por medio de una secuencia de movimientos que van desde los simples a los más complejos. Las seis fases del desarrollo motor indican donde están la mayoría de los niños y niñas en el desarrollo de sus destrezas, lo cual no significa que todos pasan por dichas fases en la secuencia exacta. No obstante, el conocerlas ayuda a enfatizar en el desarrollo de diferentes grados de destreza, según las necesidades, intereses y capacidades.

**Movimiento reflejo (útero - 5 meses):**

Son movimientos involuntarios del cuerpo producidos subcortical mente. Algunos de estos se les llama reflejos primitivos (buscar mamar como mecanismo de sobrevivencia).

**Destrezas motoras (primeros 2 años de vida):**

El desarrollo de formas eficientes y efectivas del movimiento ayuda a formar la estructura básica para las tareas motoras posteriores. (Estimulación temprana - natación).

**Patrones básicos de movimiento (de 2 a 7 años):**

El niño(a) explora o experimenta con el potencial motor de su cuerpo mientras corre, salta, lanza, y hace equilibrio. Aquí se enfatiza la generalidad del movimiento en lugar de lo específico, así como también el sentido del logro en lugar del fracaso y la variedad de movimientos en lugar de un número limitado de destrezas ejecutadas con precisión.

**Destrezas motoras generales (de 8 a 10 años):**

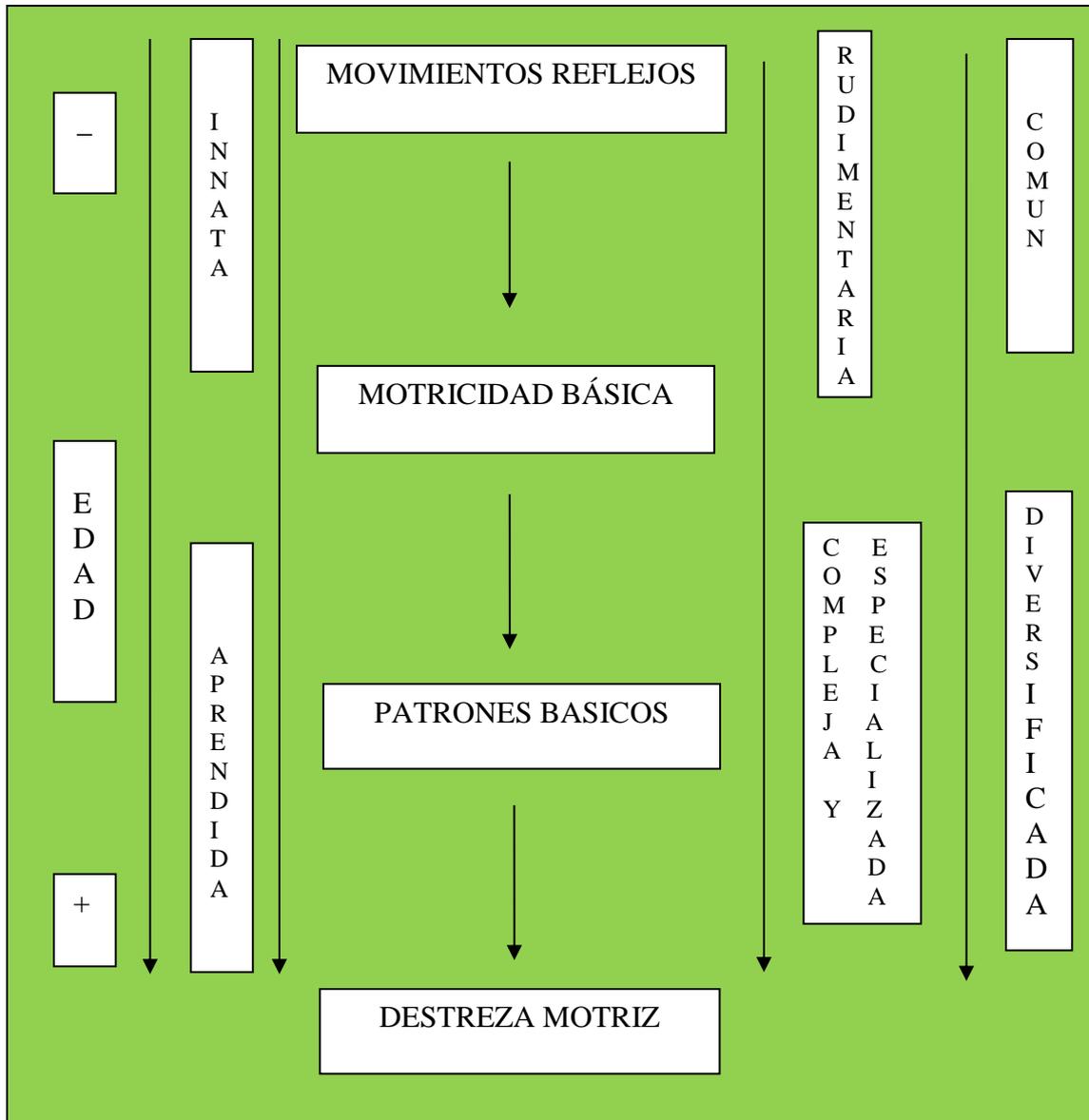
Según (Dougherty, 2005, pág. 23):

**“En la escuela la mayoría de los estudiantes pueden realizar diversidad de actividades motoras diarias y poseer cierta destreza en muchos deportes específicos. Cada uno de ellos probablemente puede atrapar y lanzar una pelota, saltar, driblar y tirar una bola al canasto, del mismo modo que poseerá muchas otras destrezas deportivas”.**

Se observan elementos vistos en la ejecución básica, pero ahora con énfasis en la precisión, forma y ejecución diestra. Los niños(as) comienzan a involucrarse en una gran variedad de destrezas deportivas. Las destrezas deportivas son los movimientos básicos pero en formas más complejas y específicas.

### 2.3.2.1 ESTRUCTURACIÓN DE LA EVOLUCIÓN DE LAS DESTREZA

#### MOTRICES



**Fuente:** Batalla Flores, 2000.

Como se puede observar en el cuadro anterior, a menor edad los movimientos que aparecen son los reflejos o poco intencionados de cualidad innata. Son muy rudimentarios y comunes a todos los niños. Según avanzan los años los movimientos pasan a dejar de ser más aprendidos.

Le caracteriza la motricidad básica más compleja y especializada que los anteriores. Ya deja de ser tan común a todos para ser un poco diversificada.

Y por último, aparece la motricidad específica que corresponde se podría decir al último curso de primaria y al primer ciclo de la educación secundaria. Es totalmente aprendida, compleja y especializada. Llega a ser muy diversificada.

### **2.3.3 CLASIFICACIÓN DE LAS DESTREZAS MOTORAS BÁSICAS**

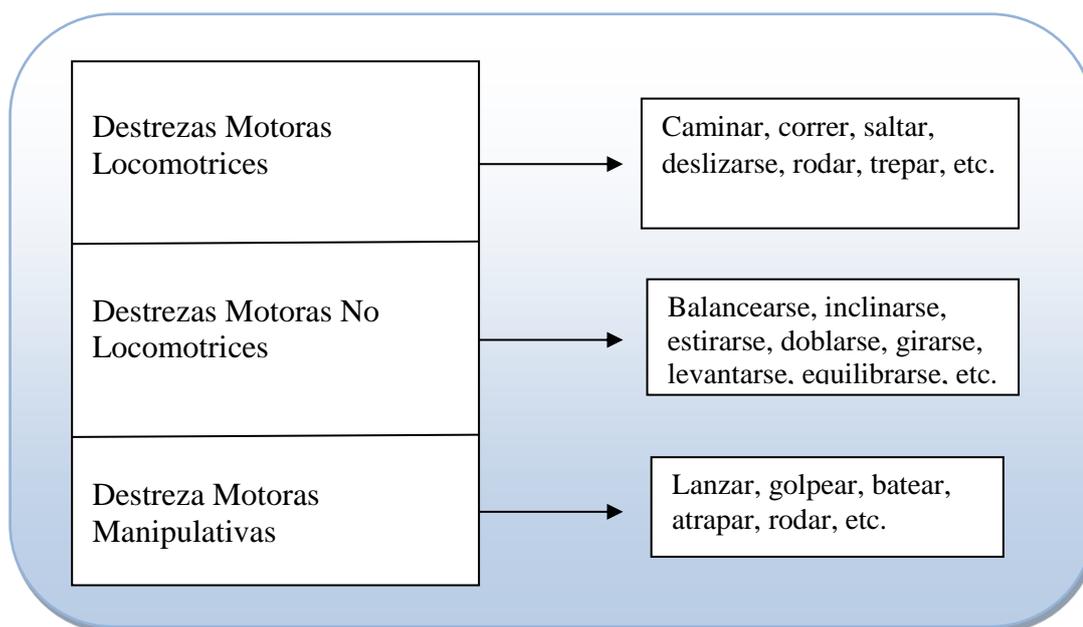
Todos los movimientos del cuerpo humano, dice (Icarito, 2010)), “Pueden ser considerados como variantes por combinación de unos movimientos básicos: desplazamientos, saltos, giros, equilibrios, lanzamientos y recepciones.” Estos movimientos, a los que llamamos destrezas motrices básicas son adquisiciones de determinados patrones motores que parten de la propia motricidad natural. Dentro del análisis de motricidad, las destrezas motrices básicas se clasifican en: Locomotrices, no locomotrices y manipulativas.

**Destrezas Motoras Locomotrices:** son movimientos que tienen como objetivo principal llevar al cuerpo de un lado a otro del espacio. Como por ejemplo: caminar, correr, saltar, deslizarse, rodar, trepar, etc.

**Destrezas Motoras No locomotrices:** su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Como por ejemplo: balancearse, inclinarse, estirarse, doblarse, girarse, retorcerse, empujarse, levantarse, colgarse, equilibrarse, etc.

**Destrezas Motoras Manipulativas** (Icarito, Última Actualización, 2010) dice: se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Como por ejemplo: lanzar, golpear, batear, atrapar, rodar, etc.

Cuadro N° 1



**Elaborado:** Por investigador.

**Caminar:** Es una acción alternativa y progresiva de las piernas y el contacto continuo con la superficie de apoyo.

**Correr:** Desplazarse de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial.

**Saltar:** Levantarse de una superficie con un impulso para caer en el mismo lugar o en otro.

**Giros:** Movimiento corporal que implica una rotación a través de los ejes ideales que atraviesan el ser humano, vertical, transversal y sagital.

**Equilibrio:** Capacidad de nuestro cuerpo de mantener una posición (de pie, cuclillas, sentado, etc.) sin caerse.

**Lanzar:** Acción de arrojar o impulsar un objeto con una o dos manos.

**Atrapar:** Controlar objetos con una o dos manos.

**Batear:** Dar a un objeto con un bate.

### **2.3.4 CARACTERÍSTICAS DE LAS DESTREZAS MOTRICES**

- Se alcanza con éxito una meta del entorno.
- Involucra movimiento.
- Se ejecuta con seguridad o certeza máxima.
- Economía metabólica ( ahorra energía).
- El esfuerzo psicológico es mínimo.
- Se logra la meta en el menor tiempo posible.
- Elementos Mentales y motores
- Percibir: Las características relevantes del ambiente.
- Decidir: Qué hacer, dónde hacerlo y cuándo hacerlo.
- Producir: Actividades musculares organizadas para generar movimientos.

### **2.3.5 DESARROLLO DE LAS DESTREZAS MOTRICES**

#### **2.3.5.1 Fases en el Desarrollo y su Implicación en los Contenidos de la Educación Física Escolar**

Una fase se trata de un periodo de tiempo definido del proceso de desarrollo, caracterizado por unas manifestaciones concretas en la conducta, e idóneo para la adquisición de ciertos aprendizajes.

En el caso de los contenidos de la educación física escolar, estas fases son los diferentes periodos de tiempo en el proceso de desarrollo que tienen unas características específicas y que propician aprendizajes motores concretos. El aprendizaje de cada uno de los diferentes contenidos de la educación física, de acuerdo con (Hernández, 2004, 141), se materializa en las diferentes fases:

- Desarrollo de las destrezas perceptivas de las tareas motrices habituales: desde los cuatro a los seis años, corresponde al último ciclo de la educación infantil y primer curso de primaria. En esta primera fase se busca una mejora de las diferentes destrezas perceptivas mediante la utilización de tareas motrices habituales cuya finalidad es la mejora de los aspectos perceptivos implicados en la ejecución motriz.
- Desarrollo de las destrezas motrices básicas: de siete a nueve años, coincide con los ciclos inicial y medio de la educación primaria. Los niños y niñas inician la escuela primaria con unos esquemas de movimiento relativamente estructurados y consolidados, lo que permite un cierto grado de autonomía motriz y unas posibilidades relativas de interacción con su entorno. Esta segunda fase se caracteriza por la estabilización, la fijación y refinamiento de los esquemas motores para el desarrollo de las destrezas motrices básicas. (Hernández, Velásquez, & otros., 2004, pág. 141)

### **2.3.5.2 La Actividad Motriz en la Etapa de la Enseñanza Primaria**

A partir del análisis de la motricidad innata y espontánea y de sus características surge una idea directriz, la cual guiará la selección y el desarrollo de los contenidos más propicios para incentivar los procesos de desarrollo motor de cada fase.

Al llegar a la etapa de primaria los estudiantes y estudiantes han experimentados vivencias corporales a través de tres grandes áreas de la educación infantil: descubrimiento de sí mismo; intercomunicación y lenguaje; y descubrimiento del entorno natural y social. Esto representa que

ya tienen un bagaje motriz importante poseyendo, al iniciar esta etapa, unos esquemas motores globales.

Debe tenerse presente que la capacidad motriz que se pretende conseguir a lo largo de esta etapa es aquella que permita al niño(a) aumentar su capacidad de aprendizajes motores nuevos y aplicar soluciones motrices válidas para situaciones nuevas. Debe prevalecer la enseñanza de aquellas destrezas que suponen una aplicación funcional o la adaptación a una situación que no suponen un problema de aprendizaje motor, pero que probablemente no se producirían si la escuela no planteara situaciones en las que se den estas respuestas motrices.

#### **Explorar el cuerpo y la motricidad:**

(Díaz Lucea, 1999): “Se orienta al ciclo inicial de primaria y se fundamenta en la necesidad que el niño(a) tiene de descubrir su cuerpo y sus posibilidades de movimiento.” Para la consecución de esta finalidad este trabajo se fundamenta en los contenidos referentes a la imagen y percepción corporal, en la expresión y en las habilidades y destrezas motrices básicas, dándole mayor relevancia a los aspectos perceptivos.

#### **Establecer la motricidad básica:**

La finalidad del ciclo medio de primaria debe ser la creación de una amplia base motriz inespecífica sobre la cual se irá construyendo el resto de la motricidad. Los contenidos que permitirán y sobre los que girarán las actividades en este ciclo serán las destrezas motrices básicas. (Motricidad, 2012)

La capacidad motriz también incluye la mayor eficacia en las actividades que desarrollan las destrezas básicas que son la base de adquisiciones

posteriores. Estas destrezas deben trabajarse tanto desde el aspecto cuantitativo como desde el aspecto cualitativo. El trabajo de condición física no debe plantearse como finalidad en este ciclo ya que éste estará implícito en el desarrollo de los demás contenidos.

**Introducir la motricidad específica:**

Se corresponde con el ciclo superior de primaria y el trabajo se orientara a la consolidación de las destrezas motrices básicas y a la introducción de algunas destrezas específicas de forma adaptada o modificada.

Continúa con los planteamientos globales de la motricidad y se intentara evitar el trabajo de condición física desde actividades o ejercicios específicos, repetitivos o progresivos, encaminados a la mejora de los factores de ejecución, sino que el desarrollo de la condición física se producirá globalmente, mediante la realización de diferentes tipos de juegos o tareas jugadas.

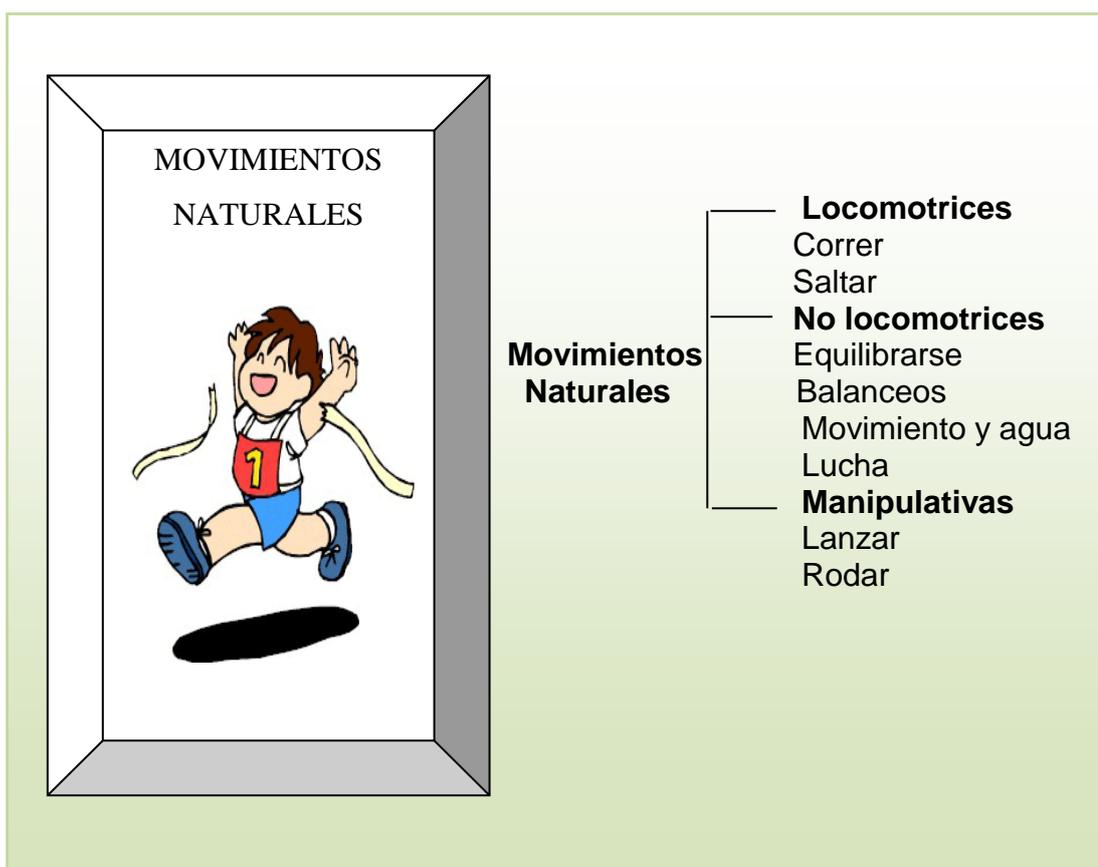
Estas actividades deben plantearse en forma de juegos de destreza en los que se tengan que poner en práctica repertorios diferentes de movimientos.

## 2.3.6 BLOQUE DE CONTENIDOS PARA EL DESARROLLO MOTRIZ (MEC)

### 2.3.6.1 Contenidos para Cuarto Año de Básica

#### MOVIMIENTOS NATURALES

Cuadro 2

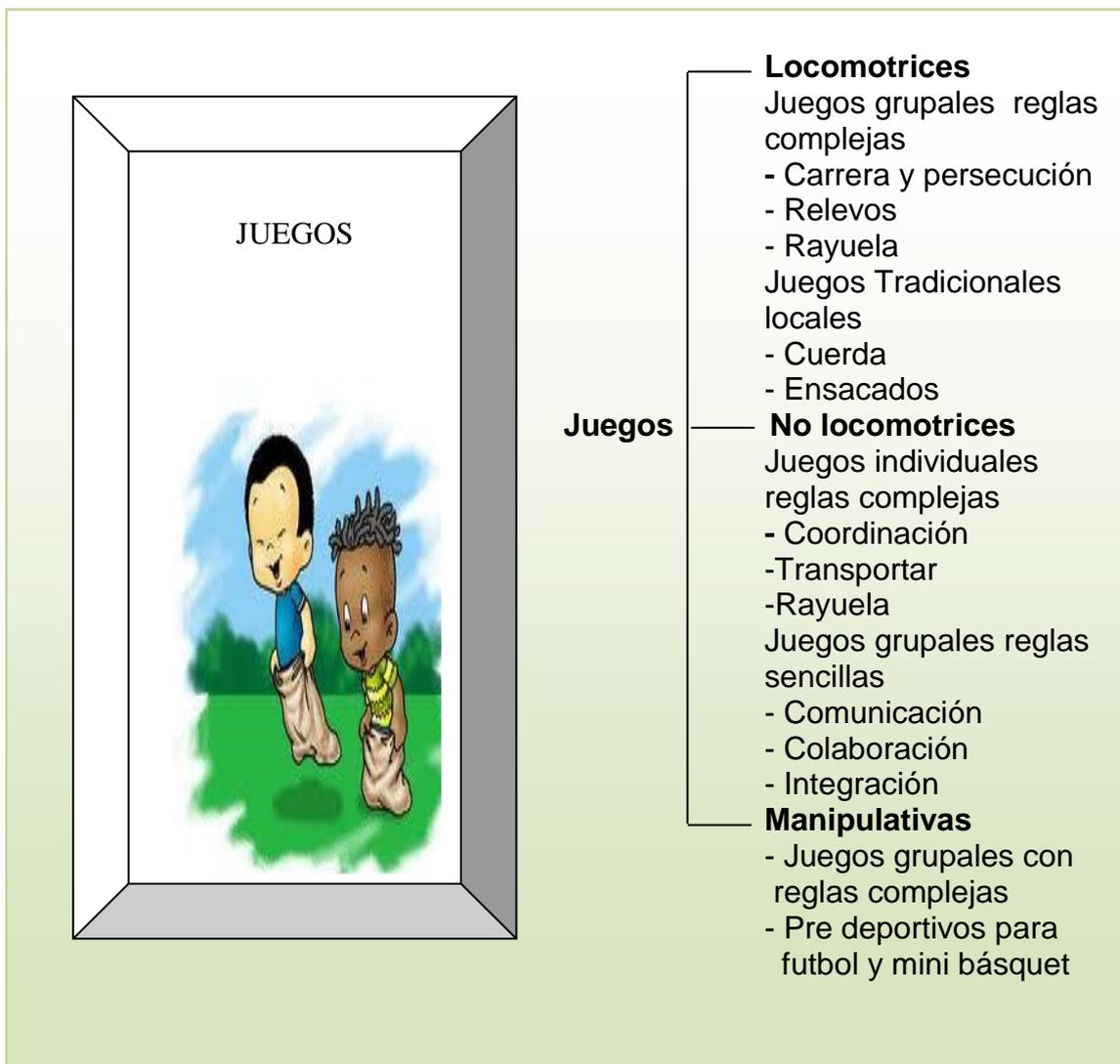


**Elaborad por:** Investigador

**Fuente:** Actualización y Fortalecimiento curricular DE Educación General Básica y Bachillerato Educación Física 2012.

## JUEGOS

Cuadro 3

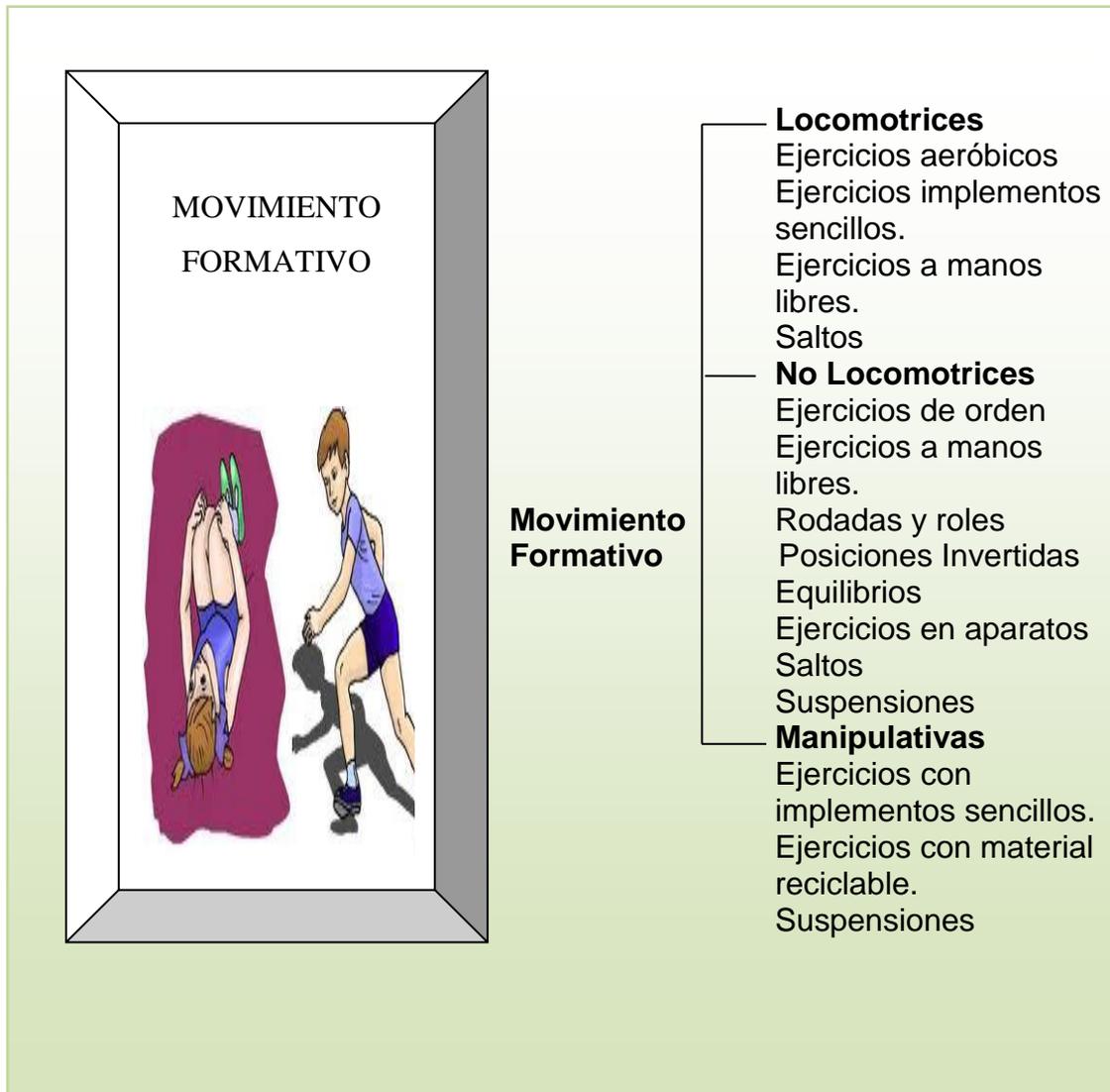


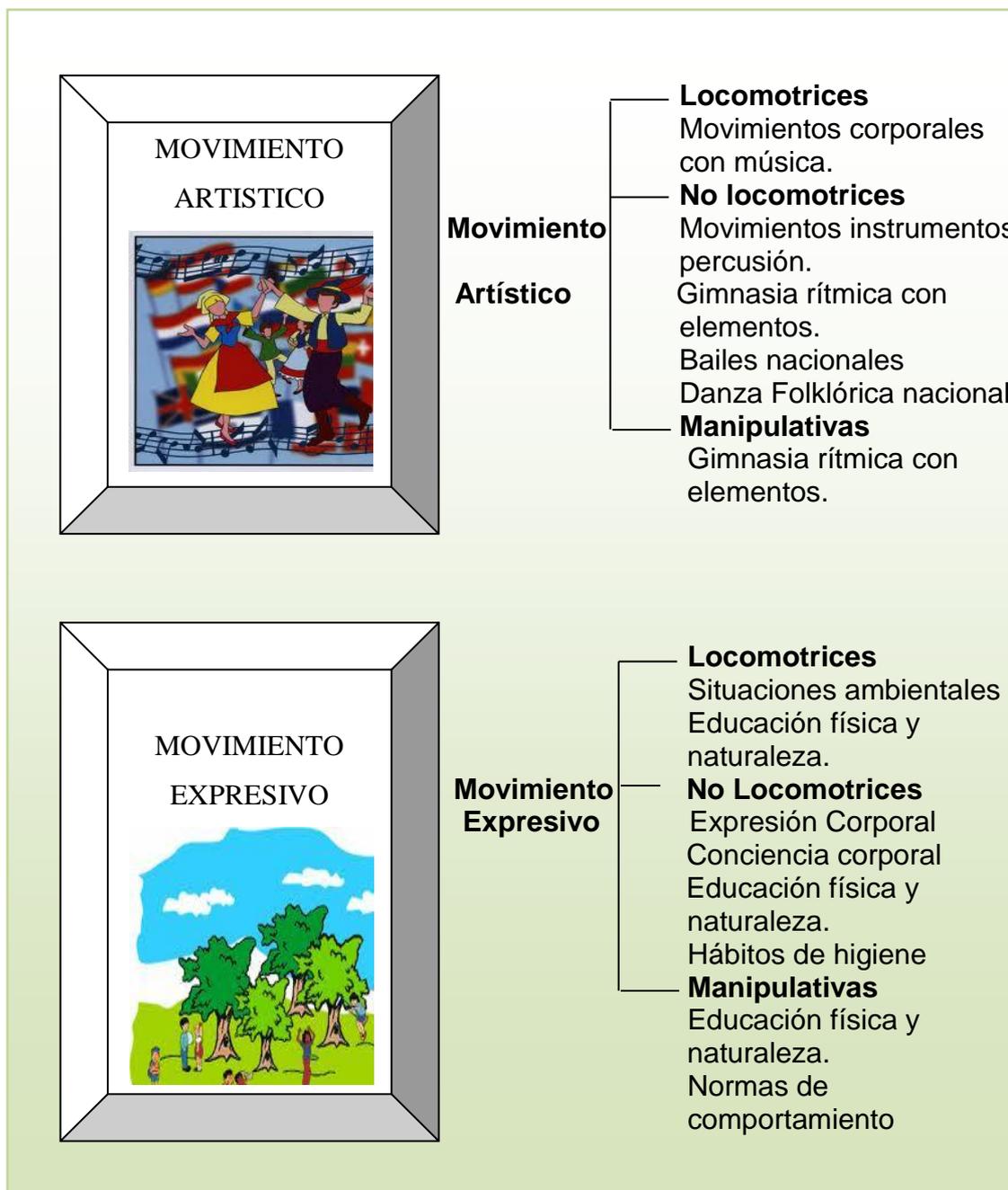
**Elaborado por:** Investigador

**Fuente:** Actualización y Fortalecimiento curricular DE Educación General Básica y Bachillerato Educación Física 2012.

## MOVIMIENTO FORMATIVO, ARTÍSTICO Y EXPRESIVO

### Cuadro 4





**Elaborado por:** Investigador

**Fuente:** Actualización y Fortalecimiento curricular DE Educación General Básica y Bachillerato Educación Física 2012.

### **2.3.6.2 Las Destrezas en Relación con el Desarrollo y Aprendizaje**

Desde una interpretación madurativa del desarrollo podemos apreciar dos hechos importantes. El primero consiste en que siempre se ha hablado de desarrollo como algo evolutivo y progresivo hacia espacios superiores y, pocas veces, se han considerado o tenido en cuenta los aspectos involuntarios del mismo. Actualmente se empieza a considerar no sólo los procesos de desarrollo sino también aquéllos que, de forma involutiva, y degenerativa se producen a partir de ciertas edades.

El otro hecho importante radica en que los procesos de desarrollo se producirán de forma innata y espontánea en el individuo y siempre condicionados por el medio en donde éste viva y se desenvuelva. Evidentemente los niveles de desarrollo en individuos con un potencial similar variarán a partir de las influencias que éstos reciban del medio o del entorno.

Podemos considerar el aprendizaje en general y el aprendizaje y la práctica de actividades físico-deportivas como elementos positivos y activadores de los procesos de desarrollo, partiendo, pues, de que el aprendizaje favorece los procesos de desarrollo, podemos observar que van apareciendo y desarrollándose entre los cero y cinco-seis años de vida del niño todo un repertorio de acciones motrices denominadas esquemas motrices.

La combinación de estos esquemas de movimientos hace que aparezcan y se desarrollen entre los seis a los doce años toda otra serie de conductas motrices, destrezas básicas. Si la educación física trata de contribuir a la educación del individuo a través del movimiento, podríamos considerar en un

principio que es responsabilidad del profesor de educación física la incentivación del desarrollo de todas esas conductas a través del aprendizaje motor y de la actividad física.

Las conductas de percepción motriz que interesan al profesor y que ha de trabajar y desarrollar. De seis a doce años se concretan las habilidades y destrezas motrices básicas, que se logran con el trabajo de actividades de desplazamientos, saltos, giros, manejo de objetos, equilibrio, etc.

## **2.4 MOTRICIDAD**

### **2.4.1 CONCEPTUALIZACIÓN**

Es el conjunto de funciones nerviosas y musculares que permiten la movilidad y coordinación de los segmentos corporales.

Para entender qué es la motricidad, hay que empezar por definir al movimiento y conocer qué son los patrones de movimiento, así como los patrones fundamentales o básicos de movimiento. A partir de los años ochenta, en donde señala que el término “movimiento”, está referido a los cambios observables de la posición de alguna de las partes del cuerpo; en cambio, un patrón de movimiento o patrón motor, es una serie de movimientos relacionados entre sí, pero que por su simplicidad no llegan a ser considerados como patrones básicos de movimiento, como levantar y bajar un brazo o una pierna. En cambio, los patrones fundamentales o básicos, son más complejos porque encierran una combinación de patrones de movimiento de uno o más segmentos del cuerpo como los que entran en juego al caminar, correr, saltar, lanzar, rodar etc.

Los patrones básicos de movimiento han sido divididos en general por los estudiosos del tema en cuatro grandes grupos: desplazamientos, saltos,

giros y manipulaciones. Otros, insertan a los desplazamientos y saltos en una sola categoría o grupo al que le denominan de locomoción, y al equilibrio en el grupo de los giros, por lo que dividen a los patrones básicos de movimiento en: locomociones (desplazamientos y saltos); estabilizaciones (giros y equilibrios); y manipulaciones (lanzamientos, recepciones, golpes con pies y con manos). Al final, ambas clasificaciones trabajan lo mismo.

## **2.4.2 ETAPAS DEL DESARROLLO MOTOR**

En este punto expondremos los tipos de estadios, etapas, periodos, fases... en las que los estudiosos del desarrollo motor clasifican los primeros años de vida.

### **2.4.2.1 Estadios del desarrollo cognoscitivo según Piaget**

Los estudios realizados por Piaget, dice (Shaffer, 2007), clasifican el desarrollo cognoscitivo en varios estadios, estos dividen el proceso de desarrollo en 4 periodos que son:

- **Periodo Sensomotriz.** Abarca desde el nacimiento a los 2 años. En él aparecen las capacidades, sensomotoras, perceptivas y lingüísticas además de las habilidades locomotoras y manipulativas, cuando aprende a organizar hábilmente la información sensorial. También en este periodo adquiere una primitiva noción de yo, espacio, tiempo y causalidad.
- **Periodo Preoperacional.** Comprendido entre las edades de 2 a 7 años. Aquí es donde operan por primera vez los procesos cognoscitivos y de conceptualización. Asimismo aparece la imitación, el lenguaje y el juego simbólico como elementos característicos.

- **Periodo de Operaciones Concretas.** “durante esta etapa el niño aprende rápidamente las operaciones cognoscitivas y las aplica al pensar en objetos y acontecimientos que ha experimentado”. Desde los 7 a los 11 años. La aparición del pensamiento abstracto predispone al niño para la realización de operaciones lógicas elementales y agrupamientos elementales de clases y relaciones. (Shaffer & Kipp, 2007, pág. 266)

#### **2.4.2.2 Modelo de Desarrollo Motor de Azemar**

Este investigador concluyó que el desarrollo motor infantil atraviesa por diversas etapas:

**1.- Etapa.** Abarca desde el nacimiento a los 5 años. La exploración, el ensayo y error, la acción son característicos de esta etapa. Predominan las Holocinesias. Los movimientos se perfeccionan mientras el niño crece además el control y corrección consciente de sus propios movimientos permite una motricidad más elevada.

**2.- Etapa.** Desde los 6 años en adelante. La motricidad es el medio que tiene el niño para conocer lo que le rodea. Los aprendizajes se van haciendo más complejos, aparecen las Ideocinesias. En las edades comprendidas entre los 5 y los 7 años se sitúan nuevos procedimientos de control del movimiento lo que hace que se observe una relativa torpeza en ciertas tareas de precisión, este es un periodo crítico. En el periodo comprendido entre los 7 y 10 años el movimiento ilustra el pleno empleo de la guía visual. Teniendo en cuenta mejor la forma de sus movimientos, el niño tiene ahora acceso a modelos morfocinéticos. A partir de los 9-10 años la maduración

madurativa del neocórtex del niño, le permite aumentar sus performances motrices.

#### **2.4.2.3 Desarrollo infantil según Da Fonseca**

Este autor dice que el desarrollo psicomotor infantil es el elemento base para alcanzar los procesos superiores del pensamiento. El desarrollo se produce en un mundo sociocultural y en una civilización determinada en la que tiende a adaptarse y a apropiarse de la experiencia sociohistórica. Para Da Fonseca el niño atraviesa las siguientes fases denominadas inteligencias:

- **Inteligencia Neuromotora.** Para este autor la ontogénesis de la motricidad comienza aquí. La característica principal de esta fase es la existencia de conductas innatas y la organización tónico-emocional.
- **Inteligencia Sensomotriz.** Desde los 2 a los 6 años. En esta fase encontramos las actividades de locomoción, aprehensión y suspensión, tales como correr, balancearse, rodar, botar, balancearse...
- **Inteligencia Perceptivo motriz.** Abarca las edades comprendidas entre los 6 y los 12 años. Está relacionada con la lateralidad, orientación en el espacio y en el tiempo y la noción del cuerpo; así identificamos en esta etapa la disociación, direccionalidad, auto identificación, localización corporal...
- **Inteligencia Psicomotriz.** Está en la última etapa. En ella se integran y superan las tres anteriores permitiendo así una acción en el mundo.

#### 2.4.2.4 Modelo de Desarrollo Motor de David L. Gallahue

Para Gallahue la evolución de la motricidad atraviesa distintas fases caracterizadas por una serie de conductas motrices. Sobre el desarrollo del niño afectan tanto factores físicos como mecánicos. A continuación se expone las fases en las que divide el desarrollo motor del niño con una pequeña descripción de lo que acontece en ellas:

- **Fase de movimientos reflejos.** Fase que abarca el espacio de tiempo anterior al nacimiento. A su vez dentro de ella encontramos los estadios de captación de información, primero, y de procesamiento, después. En esta etapa se observa una abundancia y variación de patrones de movimiento, tales como: rotaciones de la cabeza, succiones, contactos de las manos con la boca, movimientos de manos, de extremidades, respiratorios... (El Deporte, 2012)
- **Fase de movimientos rudimentarios.** Desde el nacimiento hasta el segundo año. Hasta el primer año estaría comprendido el estadio de inhibición refleja y hasta el segundo año el de pre-control. En esta fase encontramos un gran número de reflejos muchos de ellos ya presentes desde antes desde el nacimiento (reflejo de succión, moro, tónico cervical...). También advertimos la presencia de movimientos espontáneos con un patrón rítmico entre los 4 y los 11 meses. A partir del año se pone de pie para luego comenzar a andar.
- **Fase de Destrezas Motrices Básicas.** Compuesta por tres estadios, inicial 2-3 años, elemental 4-5 años y maduro 6-7 años. En el primer estadio la rigidez es característica y evolucionará hasta llegar a la

fluidez del movimiento en el último estadio siendo. Las habilidades adquiridas aquí son la base para que más tarde se vaya a aprender.

- **Fase de Destrezas Motrices Específicas.** Abarca dos estadios, transicional 7-10 años y específico 11-13 años. En este periodo se producen mejoras en el rendimiento motor. Es aquí donde se deberían consolidar las destrezas básicas adquiridas en la fase anterior.

### **2.4.3 CLASIFICACIÓN DE LA MOTRICIDAD**

- Motricidad Gruesa.

- Motricidad Fina.

#### **2.4.3.1 Motricidad Gruesa**

Según (Miller, 2005, pág. 89): Se refiere al 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, Correr, Saltar, Lanzar una pelota. Rodar, Trepas, Equilibrar, Coordinar). Dice (Miller, 2005, 189): "El desarrollo de la motricidad gruesa es decir de los grandes músculos del cuerpo brazos piernas y tronco, es el aspecto más visible del crecimiento de un niño".

Sin embargo, para que el niño esté en condiciones de realizar algún patrón de movimiento básico como el correr, debe haber pasado por las etapas previas de desarrollo del movimiento: iniciando con los movimientos reflejos (movimientos involuntarios realizados durante los primeros meses de vida); posteriormente y alrededor de los dos años, le fue posible llevar a cabo movimientos conscientes pero poco estructurados llamados

movimientos rudimentarios (alcanzar, apretar y soltar objetos; controlar sus manos y su cuello y aprender a erguirse y sostenerse en pie).

Más adelante (de los tres a los seis años aproximadamente), comenzó a desarrollar patrones de movimiento (subir y bajar una pierna o un brazo; mover el tronco hacia delante y hacia atrás, hacia un lado y al otro), los cuales a través de la maduración, la ejercitación y la coordinación combinada de estos movimientos, pudo convertir finalmente en patrones básicos de movimiento (caminar, correr, saltar, lanzar, rodar, equilibrarse).

Cabe señalar que mediante la práctica, es posible mejorar y afinar el movimiento, para llegar a transformarlo en una destreza motriz.

Para efectos de trabajo práctico, en el área de educación física, las destrezas motrices han sido clasificadas en: básicas o fundamentales, específicas y especializadas, aunque algunos autores insertan a las específicas y especializadas en la misma categoría.

#### **2.4.3.2. Motricidad Fina**

Comprende todas aquellas actividades del niño que necesitan de una precisión y un elevado nivel de coordinación. Esta motricidad se refiere a los movimientos realizados por una o varias partes del cuerpo, que no tiene una amplitud sino que son movimientos de más precisión. Se cree que la motricidad fina se inicia al año y medio, sin ningún aprendizaje, empieza a poner objetos pequeños en un bote. La motricidad fina implica un nivel elevado de maduración ya que hay diferentes niveles de dificultad y precisión.

#### **2.4.4 BENEFICIOS DE LA MOTRICIDAD**

Para (Gomez, 2000), contribuyen al fortalecimiento de su organismo y su desarrollo intelectual y educativo en general:

- Mejora el rendimiento escolar, favorable para un mejor ambiente familiar que a largo plazo repercute en las emociones y acciones positivas de cada uno de los integrantes de un hogar.
- Aumenta los niveles de percepción auditiva, importante para la comunicación ya que permite decodificar y codificar la información recibida, a la vez que tiene mayor capacidad de exteriorizar sus ideas y sentimientos a otros.
- Evita efectos negativos en el aprendizaje de la lectura produciendo inversiones y confusiones de palabras e ideas.
- Incrementa los parámetros de coordinación dinámica y estática, positivo para la ejecución de técnicas deportivas, artísticas, técnicas de manipulación instrumental.
- Desarrolla la orientación témporo-espacial fundamental para la lecto-escritura.

#### **2.4.5 FUNCIONALIDAD MOTRIZ Y PROCESO DE DESARROLLO**

Desde el punto similar de partida, a los 8 años de edad se incrementa la capacidad aeróbica (VO<sub>2</sub>), aumenta alrededor de un 150% en niños y en un 80% en niñas, según (Welsman, 2000).

##### **Escolar.**

La edad escolar que se extiende entre los 6 y 11-12 años, es una etapa en que el niño aprende sobre el mundo exterior y donde se hace cada vez más independiente de sus padres.

Desarrolla una conciencia sobre temas que a ellos les parecen importantes. Es un periodo donde entra en contacto con la cultura de su sociedad, especialmente por medio de la incorporación al mundo del colegio. En el principio de la etapa; están más cariñosos, conservan características de preescolares y luego ya se incorporan a los grupos de su edad.

### **Crecimiento y desarrollo físico.**

El crecimiento y desarrollo físico es tan particular en este período que existen grandes diferencias entre niños de igual edad; sin embargo, una de las características generales, es que la velocidad de crecimiento, continua siendo lento y gradual en casi todas las partes del cuerpo.

La coordinación y el control muscular aumentan a medida que se van perfeccionando las destrezas motoras y finas. Sin embargo, el crecimiento de los músculos grandes, antes que los finos determinan una ineptitud esperable para la edad.

El peso y talla durante los años escolares va mostrando una diferencia relacionada directamente con el sexo. Los varones tienden a aumentar de peso hasta los 12 años y la ganancia en altura, es similar en varones y niñas.

El incremento de peso es de alrededor de 2,0 a 2,5. Kilos en el año y de talla, alrededor de 5 a 6 cm. en el año. A partir de los 9 años ocurre en las niñas el "estirón" y en los niños ocurre a partir de los 10,5.

### **Proporciones corporales.**

Respecto a las proporciones corporales, tanto niñas como niños, tienen piernas y brazos largos, predominio del tejido muscular por sobre el adiposo, antes de los 12 años, adelgazando generalmente.

**La cabeza.**

Alcanza el tamaño adulto, a expensas del incremento del tejido cerebral ya que se produce un gran desarrollo de la corteza. En términos de velocidad de crecimiento, a partir de esta edad, el cerebro experimenta una desaceleración que se traduce en casi nulo crecimiento del perímetro craneano en las etapas siguientes.

**La cara.**

La dentadura en este periodo se inicia con 20 piezas dentarias aparecen el 1º y 2º molar a los 6 y 12 años respectivamente; además, el cambio de la dentadura de leche se inicia alrededor de los 6 a 7 años finalizando después de los 12 años.

La dentición permanente en este período consta de 28 piezas: 8 incisivos, 4 caninos, 8 pre-molares y 8 molares. Sin embargo, existe variación individual considerable en el cambio de piezas. Hay un crecimiento de los huesos de la cara en sentido longitudinal, debido a la aparición de la dentición definitiva.

Desde el punto de vista del desarrollo los ojos ya han alcanzado el tamaño adulto. Se puede observar que a los 7 años la agudeza visual es de 5 / 5 y 5/7,5 lo que significa que el niño es capaz de ver a una distancia de 5 metros lo que debería ver a una distancia de 5 o 7,5 metros, según sea el caso. La percepción de profundidad aún no está desarrollada. La medición y evaluación de la agudeza visual, No se debe olvidar que entre los 6-7 años está completamente desarrollada la visión lateral (periférica) y la exactitud de ella. (Agudeza). El cuello en comparación a etapas anteriores se hace más esbelto y fuerte.

**Tórax.**

Las costillas aparecen oblicuas y el diámetro posterior del tórax es menor en comparación al diámetro lateral. El crecimiento de los pechos en las niñas se produce a partir de los 8 años.

El tórax del niño presenta un buen desarrollo muscular de los pectorales en ambos sexos.

La respiración es torácica idéntica a la del adulto en frecuencia y profundidad: 17 a 20 respiraciones por minuto. Ha aumentado considerablemente la capacidad pulmonar.

A nivel del aparato circulatorio, el corazón alcanza el tamaño adulto y su frecuencia cardiaca entre los 6 y 12 años fluctúa entre 95 y 85 latidos por minuto. La presión normal de este período es de 100 /60 a 118/60 mmhg. Manteniéndose constante la presión mínima o diastólica.

**Abdomen.**

El abdomen es plano debido al desarrollo alcanzado por músculos rectos anteriores y oblicuos. El proceso de crecimiento y desarrollo del aparato digestivo y renal ha alcanzado su máxima plenitud y la secreción diaria media de orina, a partir de los 8 años, es de 700 cc a 1500 cc en 24 horas. La capacidad gástrica es de 500 cc.

**Sistema endocrino.**

Para cuando llega la pubertad los órganos reproductores están iniciando su funcionamiento, pero aún no han alcanzado el desarrollo y capacidad del adulto. Es un período donde también se inicia de manera incipiente el funcionamiento de las glándulas sudoríparas y sebáceas.

**Sistema inmunológico.**

A partir de los 7 años se produce un aumento de la capacidad inmunitaria lo que hace al niño más resistente a las enfermedades. Los niños presentan un aumento de tamaño de los ganglios, que tienen participación importante en la defensa del organismo. Estos son posibles de palpar al examinarlos.

**Desarrollo óseo.**

El desarrollo óseo se produce a expensas de la aparición de los núcleos de osificación que dan origen al crecimiento del tejido definitivo. La variación normal de la maduración ósea puede ser grande y debe ser tomada en cuenta cuando se valora al niño. Hay variaciones definidas por el sexo. La maduración ósea en las niñas, por varios meses, es más rápida a la madurez ósea de los niños durante la primera década de la vida. En la segunda década, puede haber una diferencia mayor en los niños que en las niñas, la edad ósea puede variar de la edad cronológica en un año sin que esto sea anormal.

**Desarrollo sexual.**

En la Niñez avanzada, 10 a 11 años los cambios físicos en las niñas se hacen más notorios que en los varones.

Se produce secreción de hormonas femeninas: Estrógeno y Progesterona las cuáles preparan al organismo a los cambios que luego se desarrollarán rápidamente al inicio de la pubertad.

Como consecuencia de este funcionamiento hormonal, en las niñas el crecimiento de los pechos se produce algunas veces, a partir de los 8 y la menarquía a partir de los 10 años.

En los niños, el desarrollo sexual es dos años después que el de las niñas, en ellos se observa que los testículos aumentan de tamaño a partir de los 9 años y medio y con él, aparecimiento discreto de caracteres sexuales secundarios como: vello facial, cambios en el tono de la voz y funcionamiento de glándulas sudoríparas y sebáceas.

### **Desarrollo cognitivo.**

A partir de los 7 años se produce un cambio cualitativo, a veces muy marcado, que va desde un pensamiento prelógico a uno lógico, donde el niño es capaz de razonar frente a diversas situaciones.

Los estudios del desarrollo cognitivo de J. Piaget, describen que este es un período en que se desarrolla la capacidad del niño de pensar, en forma concreta; el desarrollo alcanzado también le permite una flexibilidad del pensamiento, manifestada por la posibilidad de que las operaciones mentales sean reversibles, lo que facilita, por ejemplo, el aprendizaje de las matemáticas.

En este período el pensamiento es lógico, y la percepción de la realidad es objetiva, por ello es concreto. Podrá fijar su atención para obtener información, descubrir y conocer el mundo que le rodea.

La relación que establece con su entorno y el grado de madurez alcanzado le permiten ampliación del sentido de sí mismo como entidad separada, como ser activo y pensante con relación a otro. Dejan atrás el egocentrismo de la etapa anterior.

Estos procesos se van consolidando durante los años escolares, permitiendo que el niño logre comprender los principios de:

- Conservación, es decir comprende que un elemento no pierde su esencia aunque cambie su condición física.
- Reversibilidad, es capaz de comprender que cada uno de los elementos de un grupo hay un elemento y solo uno llamado inverso, que cuando es cambiado por el primero da como resultado el elemento de identidad. Esto les permite entender procesos matemáticos por ejemplo es lo mismo  $2+3$  que  $3+2$ , etc.
- Clasificación, Puede agrupar los objetos según sus diferentes características, color, forma, tamaño.

### **Desarrollo afectivo.**

Los niños van logrando independencia de sus padres, pero siguen siendo dependientes en algunos aspectos cotidianos.

Dos hechos importantes caracterizan el desarrollo afectivo del escolar. El primero, la desaparición del egocentrismo, propio del preescolar. Ahora ya, el escolar es capaz de pertenecer a grupos de diferentes características, de compartir y lo más importante saber colocarse en el lugar de las otras personas.

Otro de los hechos importantes es la aparición de los sentimientos superiores. Dentro de ellos, aparecen aquellos como la solidaridad, la bondad, el cooperativismo, la lealtad, la religiosidad, entre otros que le dan al escolar su característica propia. A pesar de esto, los niños pueden llegar a ser poco sensibles con los defectos de los demás y poder herir al otro sin una mayor intencionalidad.

Los escolares en general, suelen ser personas extrovertidas, positivas, y adaptadas a diversas situaciones. El escolar desarrolla algunas capacidades

como: confianza en sí mismo, independencia, habilidades sociales, aceptación y autoestima.

### **Desarrollo Psicosocial.**

Según (M., 2009), la etapa que vive el escolar es la versus la Inferioridad. “Esta tarea es importante de lograr para que el niño adquiriera seguridad, y confianza en sus capacidades creativas.”

Los grupos en esta etapa se caracterizan por ser heterogéneos en relación a la edad, se reúnen por afinidad, y separados por sexos. Tienen normas claras e inquebrantables y generalmente están conformados fuera de la familia.

El juego, en esta etapa, es importante en el desarrollo de roles; el escolar juega con normas claras y establecidas por el grupo. Esto constituye un elemento importante para la tipificación sexual, por ejemplo, la niña desarrolla su rol de mujer, jugando a las muñecas, a la peluquería, a la modista, etc. Y el varón juega a la pelota, a los policías y ladrones, etc.

Los escolares a través de la imitación de padres, profesores y personas significativas van formando esquemas que le darán las bases para el comportamiento futuro.

### **Desarrollo moral.**

La aparición del juicio moral está relacionada con el desarrollo del pensamiento operacional, los sentimientos superiores y la desaparición del egocentrismo.

No hay una edad precisa de juicio moral sino niveles por orden que se presentan de la siguiente forma en la etapa escolar:

Si se encuentra en la moral pre convencional, el escolar, seguirá reglas sólo cuando sea por el propio interés inmediato. Actuará para cumplir los propios intereses y necesidades dejando a otros hacer lo mismo. Cuando él esté en un estado más avanzado, va a vivir de acuerdo con lo que espera la gente cercana de él. Si los que le rodean esperan que sea un buen hijo, hermano, amigo, etc. "Ser bueno" para él, será importante a la vez esto quiere decir que en su comportamiento deberá mantener relaciones mutuas de confianza, lealtad, respeto y gratitud.

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 METODOLOGÍA UTILIZADA PARA LA CONCRECIÓN DEL PROYECTO**

La presente investigación se orienta a la aplicación de un programa recreativo. Estudio que nos proporcionara la información que nos permitirá diagnosticar, para ello seguimos los siguientes pasos.

Se toma un test inicial pres - test el cual nos da valores iniciales que nos permitirá aplicar el programa recreativo, para posteriormente tomar un test final post – test en el desarrollo motriz.

#### **3.2 TIPO DE LA INVESTIGACIÓN**

Esta investigación que se realiza por sus características y su enfoque es de tipo Cuasi-Experimental que nos permite estudiar la relación causa efecto de la investigación, porque se va realizar la toma de pre-test lo cual nos da unos resultados iniciales para elaborar dicho programa para luego aplicar un pos- test el cual nos va indicar el porcentaje mejorado de las destrezas motrices básicas en los niños(as) de 8 - 9 años de edad de cuarto Educación Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica”.

#### **3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA**

La población a ser investigada será de un total 86 niños(as) pertenecientes a dicha institución en la edad comprendida de 8-9 años para desarrollar las destrezas motrices básicas.

Población por Nivel	Niños(as)
Cuarto Año de Educación Básica	86
<b>Total</b>	<b>86</b>

### 3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

#### Técnica

Las técnicas utilizada en la investigación será empleada la observación directa y la recolección de datos de la fuente misma para ello utilizaremos los siguientes instrumentos.

#### Instrumentos

El instrumento que se utilizara para el desarrollo de la investigación son la guía de observación, que nos permite hacer el análisis de las destrezas motrices básicas al inicio prest – test y al final post – test, utilizando para los test realizados una escala cualitativa de 3 niveles que son: sin dificultad, poca dificultad y con dificultad.

DESTREZAS MOTORAS	TEST	CALIFICACIÓN		
		3	2	1
<b>Locomotorices</b>	Camina hacia atrás en línea recta	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
	Correr coordinando brazos y piernas	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
	Saltar en un pie	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
<b>No locomotrices</b>	Giro completo de cuerpo(360°)	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
	Equilibrio sobre un pie	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
<b>Manipulativas</b>	Mantiene el equilibrio al desplazar objetos con la cabeza	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
	Lanzar el balón con dos manos	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
	Batear	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad
	Atrapar la pelota con dos manos	Sin Dificultad	Poca Dificultad	Con Dificultad

**Elaborado:** Por el investigador

### **3.5 RECOLECCIÓN DE DATOS**

Para efectuar una adecuada recolección de la información, que permita diagnosticar apropiadamente, es necesario llevar a cabo el siguiente procedimiento.

Inicialmente, se elaborarán los instrumentos de investigación, tomando en cuenta su grado de validez y confiabilidad, que el caso amerite, de acuerdo al diseño planteado en esta investigación.

### 3.6 BATERIA DE TEST DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS

#### 3.6.1 DESTREZAS MOTORAS LOCOMOTRICES

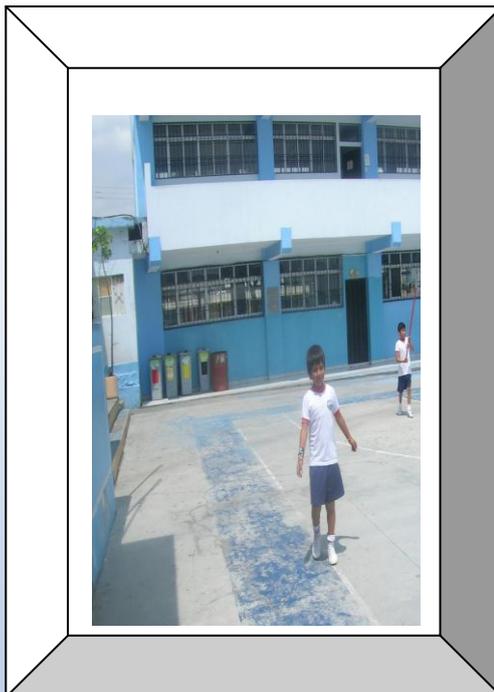
##### 3.6.1.1 Camina hacia atrás en línea recta

Objetivo: Desarrolla la coordinación de los diferentes segmentos corporales.

Recursos:

- Conos
- Estacas
- Pito
- Lista de cotejos

**Desarrollo:** La prueba es individual, el niño(a) se ubica detrás de la línea en posición básica, a la orden del profesor camina hacia atrás por la línea blanca hasta el lugar determinado.



### 3.6.1.2 Correr coordinando brazos y piernas

Objetivo: Desarrollar las diferentes formas de correr.

Recursos:

- Conos
- Estacas
- Pito
- Lista de cotejos

**Desarrollo.**- La prueba es individual, el niño(a) se ubica detrás de la línea de partida en una posición básica, a la orden del profesor corre, coordinando brazos y piernas.



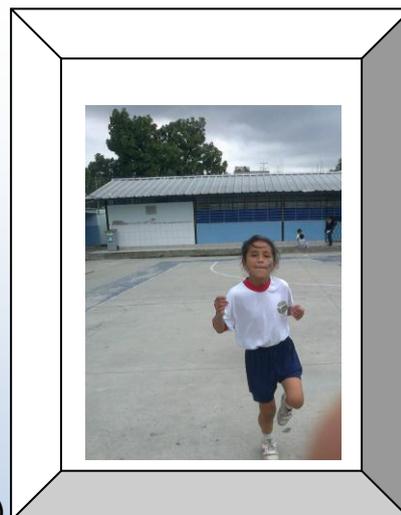
### 3.6.1.3 Saltar en un pie

Objetivo: Desarrollar la destreza de saltar en un solo pie.

Recursos:

- Conos
- Estacas
- Pito
- Lista de cotejos

**Desarrollo:** La prueba es individual, el niño(a) se ubica en el espacio definido en posición básica, a la orden del profesor realiza los saltos indicados.



### 3.6.2 DESTREZAS MOTORAS NO LOCOMOTRICES

#### 3.6.2.1 Girar una vuelta completa el cuerpo (360°)

Objetivo: Mantener el equilibrio completo del cuerpo.

Recursos:

- Pito
- Lista de cotejos

**Desarrollo:** El niño(a) se coloca en la posición de pie, con pies paralelos y ligeramente separados, a la orden del profesor ejecuta un giro sobre el talón del pie más diestro.



#### 3.6.2.2 Equilibrio sobre un pie

Objetivo: Mantener el equilibrio en un solo pie.

Recursos:

- Bordes
- Gradadas
- Llantas
- Lista de cotejos

**Desarrollo:** El niño(a) en la posición de pie con las piernas separadas, y a la orden del profesor levanta el un pie y con el otro mantiene el equilibrio durante un tiempo determinado.



### 3.6.2.3 Mantiene el equilibrio al desplazar objetos con la cabeza

**Objetivo:** Desarrollo y estimulación del equilibrio

**Recursos:**

- Conos
- Fresbee
- Lista de cotejos

**Desarrollo:** El niño(a) se ubica detrás de la línea de partida en posición básica, a la orden del profesor se coloca sobre su cabeza un objeto y camina hasta un sitio determinado sin hacer caer el objeto.



## 3.6.3 DESTREZAS MOTORAS MANIPULATIVAS

### 3.6.3.1 Lanzar el balón con dos manos

**Objetivo:** Mejorar el lanzamiento del balón con dos manos.

**Recursos:**

- Pelotas de diferente tamaño
- Ulas
- Conos

**Desarrollo:** El participante se para con las piernas paralelas, sobre una línea delimitada, a la orden del profesor lanza la pelota con dos manos hacia el aro.



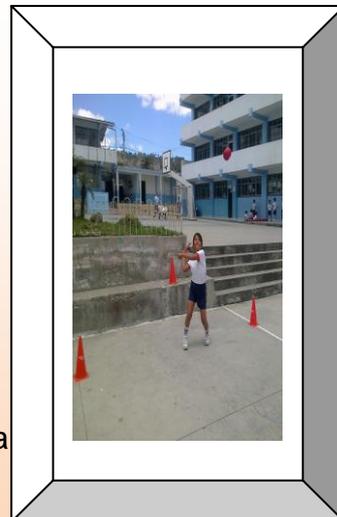
### 3.6.3.2 Batear

**Objetivo:** Desarrollo la destreza básica de batear.

**Recursos:**

- Pelota de tenis
- Tablero
- Conos
- Lista de cotejos

**Desarrollo:** En parejas frente a frente el uno lanza la pelota y el otro participante con las piernas paralelas da un medio giro para batear.



### 3.6.3.3 Atrapar la pelota con dos manos

**Objetivo:** Mejorar la destreza de atrapar la pelota, utilizando las dos manos.

**Recursos:**

- Pelota de diferente tamaño
- Conos
- Lista de cotejos.

**Desarrollo:** El niño(a) se coloca detrás de línea de partida con una pelota en sus manos, a orden del profesor sale lanzando la pelota hacia arriba y atrapa con ambas manos, lo realiza hasta un espacio establecido.



## CAPITULO IV

### PRUEBA DE HIPÓTESIS

#### 4.1. HIPÓTESIS DE TRABAJO

##### H1:

La aplicación de un programa recreativo **si** incide en el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños de 8 -9 años.

#### 4.2 HIPÓTESIS ALTERNATIVAS

##### Ha1:

La aplicación de un programa recreativo en la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” mejora las destrezas motrices básicas en los niños(as) de 8 - 9 años

##### Ha2:

El programa recreativo aplicado no desarrolla las destrezas motrices básicas en los niños (as) de 8 a 9 años.

#### 4.3 HIPÓTESIS NULA

##### Ho:

La aplicación de un programa recreativo pedagógico **no** incide en el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños de 8 -9 años.

#### 4.4 IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES

- Variable independiente: Recreación.
- Variable dependiente: destrezas motrices básicas

#### 4.5 CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS
V.I. Recreación	La recreación consiste en una actividad física y deportiva elegida voluntariamente por el participante ya sea por que recibe satisfacción inmediata de ella o percibe que puede obtener valores personales o sociales, se lleva a cabo en el tiempo libre, regularmente se disfruta de ella por medio de juegos y se ofrece como parte de un programa de una institución ya sea pública o privada. Está diseñada para satisfacer metas constructivistas y sociales para los estudiantes. .	Recreación Pedagógica	<b>Área Físico Deportiva</b>  <b>Área Aire Libre</b>  <b>Área Lúdica</b>  <b>Área Manual</b>  <b>Área Artística</b>  <b>Área de Salud</b>	Ficha de Observación
V.D. Destrezas motrices básicas	<p>Movimiento a relacionarse con el entorno a través de manipulación de objetos, movimientos más finos y manuales. Puede ser aprendida por medio del entrenamiento o puede ser innata.</p> <p>Las destrezas motrices básicas se clasifican en: Locomotrices, no locomotrices y manipulativas.</p>	<p>Locomotrices.</p> <p>No locomotrices</p> <p>Manipulativas</p>	<p>Ejecución</p> <p>Ejecución</p> <p>Ejecución</p>	<p><b>Test Locomotrices</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminar hacia atrás en línea recta</li> <li>- Correr coordinando brazos y piernas.</li> <li>- Saltar en un pie.</li> </ul> <p><b>Test No Locomotrices</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Girar completo el cuerpo (360°).</li> <li>- Equilibrio sobre un pie.</li> <li>- Mantiene el equilibrio al desplazar objetos con la cabeza.</li> </ul> <p><b>Test Manipulativas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanzar el balón con dos manos.</li> <li>- Batear</li> <li>- Atrapar la pelota con ambas manos.</li> </ul>

## CAPITULO V

### ANÁLISIS Y TABULACIÓN DE RESULTADOS

#### 5.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

El análisis y la interpretación de los resultados obtenidos en las pruebas efectuadas de Destrezas Motrices Básicas Locomotrices (Caminar hacia atrás en línea recta, Correr coordinando brazos y piernas, Saltar en un pie, ) Destrezas Motrices Básicas no Locomotrices (Girar una vuelta completa el cuerpo (360°), Equilibrio sobre un pie, Mantiene el equilibrio al desplazar objetos con la cabeza) Destrezas Motrices Básicas Manipulativas (Lanzar el balón con dos manos, Batear, Atrapar la pelota con dos manos), estudiadas en función de los objetivos propuestos para esta investigación debido a que en el país no existen normas que ofrezcan cifras comparativas, el autor de esta investigación determinó estructurar los parámetros que califiquen las valoraciones de cada una de ellas que a continuación se detallan:

## 5.2 RESULTADOS DE PRE - TEST DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS

### 5.2.1 DESTREZAS MOTRICES LOCOMOTORAS

#### 5.2.1.1 CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA

Para analizar el Test de Caminar, los rangos de las calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
Sin Dificultad	Camina hacia atrás en línea recta
Poca Dificultad	Camina con poca dificultad hacia atrás en línea recta
Con Dificultad	Camina con dificultad hacia atrás en línea recta

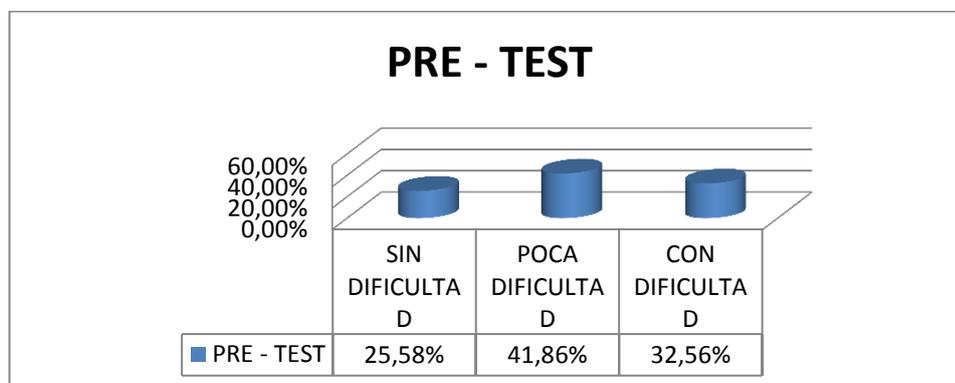
Elaborado por: Investigador

**TABLA No. 1: RESULTADOS PRE - TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	22	25,58%
<b>Poca Dificultad</b>	36	41,86%
<b>Con Dificultad</b>	28	32,56%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRAFICO No. 1: RESULTADO DE PRE - TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA.**



Fuente: Prueba de campo

### 5.2.1.2 CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS

Para analizar el Test de Correr, los rangos de las calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
Sin Dificultad	Coordina brazos y piernas
Poca Dificultad	Falta Coordinar brazos y piernas
Con Dificultad	No coordina brazos y piernas

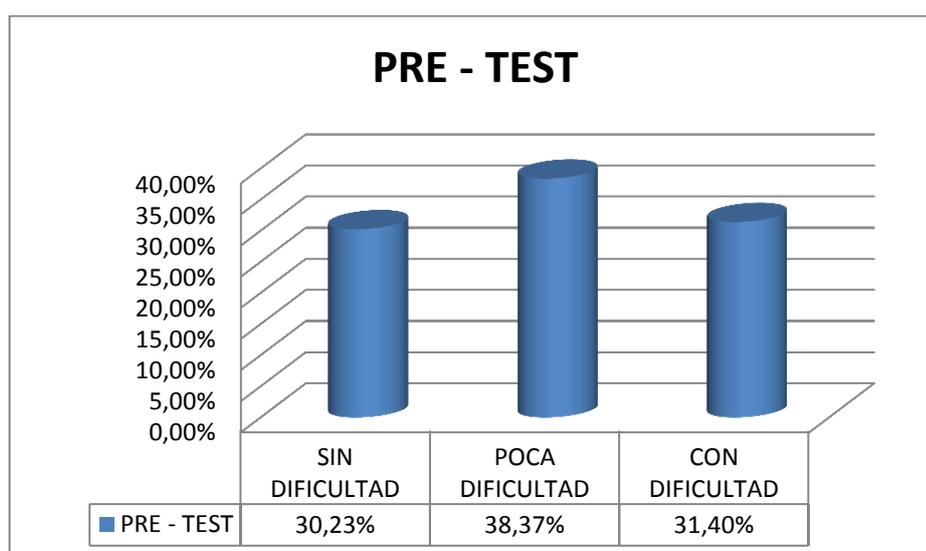
Elaborado por: Investigador

**TABLA No. 2: RESULTADOS DE PRE - TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.**

	Cantidad PRE- TEST	PORCENTAJE
Sin Dificultad	26	30,23%
Poca Dificultad	33	38,37%
Con Dificultad	27	31,40%
<b>TOTALES</b>	<b>86</b>	<b>100,00%</b>

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 2: RESULTADO DE PRE - TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.**



Fuente: Prueba de campo

### 5.2.1.3 SALTAR EN UN PIE

Para analizar el Test de saltar en un pie, los rangos de las calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
Sin Dificultad	Coordina saltos con un pie
Poca Dificultad	Desequilibrio entre los saltos
Con Dificultad	No realiza el salto con un pie

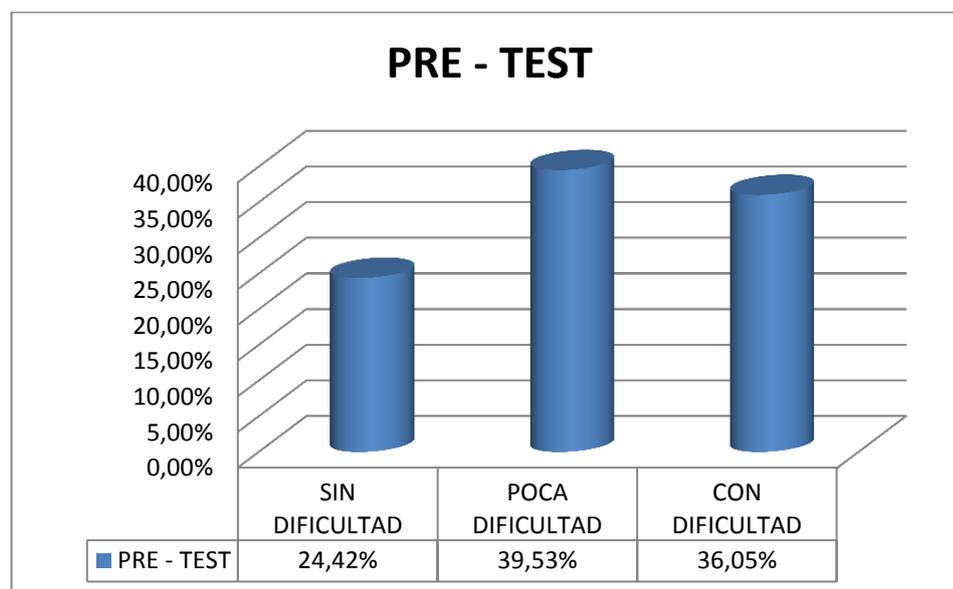
Elaborado por: Investigador

**TABLA No. 3: RESULTADOS DE PREST – TEST DE SALTO EN UN PIE.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
Sin Dificultad	21	24,42%
Poca Dificultad	34	39,53%
Con Dificultad	31	36,05%
<b>TOTALES</b>	<b>86</b>	<b>100,00%</b>

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 3: RESULTADO DE PRES - TEST DE SALTO EN UN PIE.**



Fuente: Prueba de campo

## 5.2.2 DESTREZAS MOTORAS NO LOCOMOTRICES

### 5.2.2.1 GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360°)

Para analizar el test de una vuelta completa, los rangos de calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
Sin Dificultad	Girar una vuelta completa el cuerpo (360°)
Poca Dificultad	Desequilibrio al girar una vuelta completa el cuerpo (360°)
Con Dificultad	Girar sin rotación una vuelta completa el cuerpo (360°)

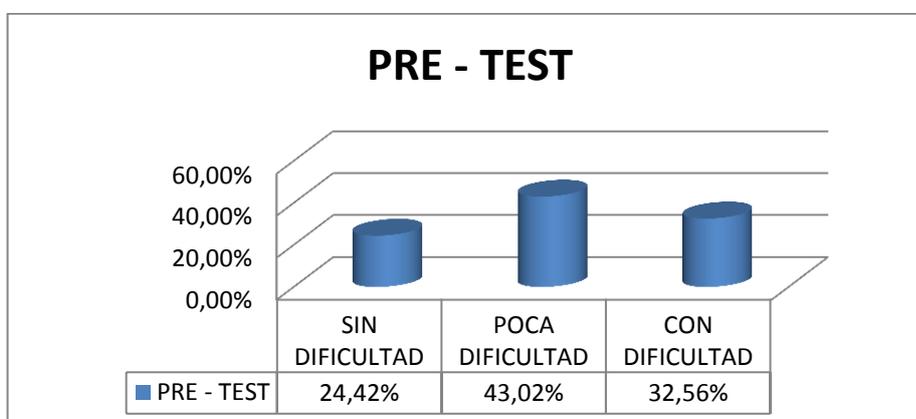
Elaborado por: Investigador

**TABLA No. 4: RESULTADOS DE PRES - TEST GIRAR UNA VUELTA COMPLETA (360°).**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
Sin Dificultad	21	24,42%
Poca Dificultad	37	43,02%
Con Dificultad	28	32,56%
<b>TOTALES</b>	<b>86</b>	<b>100,00%</b>

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 4: RESULTADOS DE PRE -TEST GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360) °**



Fuente: Prueba de campo

### 5.2.2.2 EQUILIBRIO SOBRE UN PIE

Para analizar el test de equilibrio sobre un pie, los rangos de calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
Sin Dificultad	Mantiene 10seg el equilibrio sobre un pie
Poca Dificultad	No mantiene 5seg el equilibrio sobre un pie
Con Dificultad	No tiene equilibrio sobre un pie

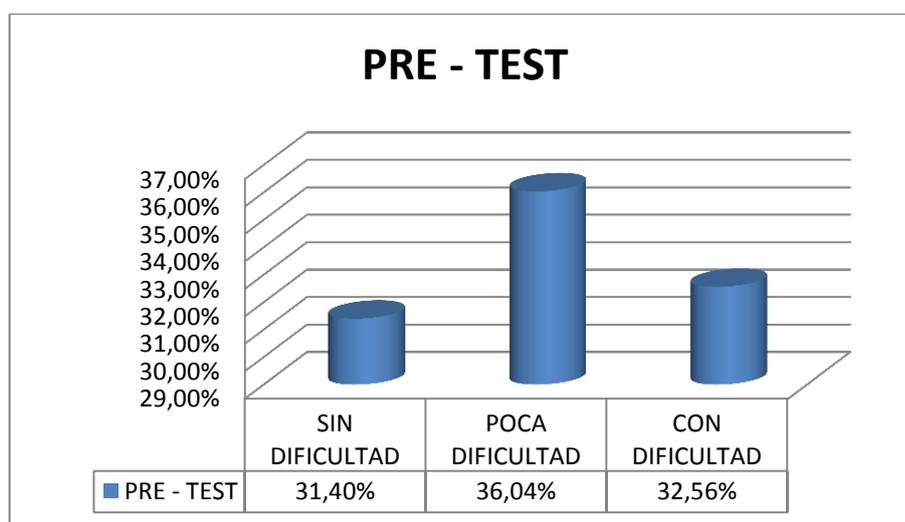
Elaborado por: Investigador

**TABLA No. 5: RESULTADOS PREST - TEST EQUILIBRIO SOBRE UN PIE.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
Sin Dificultad	27	31,40%
Poca Dificultad	31	36,04%
Con Dificultad	28	32,56%
<b>TOTALES</b>	<b>86</b>	<b>100,00%</b>

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 5: RESULTADOS DE PRE- TEST EQUILIBRIO EN UN PIE.**



Fuente: Prueba de campo

### 5.2.2.3 MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.

Para analizar el Test de mantiene el equilibrio al desplazar objetos en la cabeza, los rangos de las calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
<b>Sin Dificultad</b>	Mantiene el equilibrio al desplazar objetos en la cabeza
<b>Poca Dificultad</b>	Falta equilibrio al desplazar objetos en la cabeza
<b>Con Dificultad</b>	No mantiene el equilibrio al desplazar objetos en la cabeza

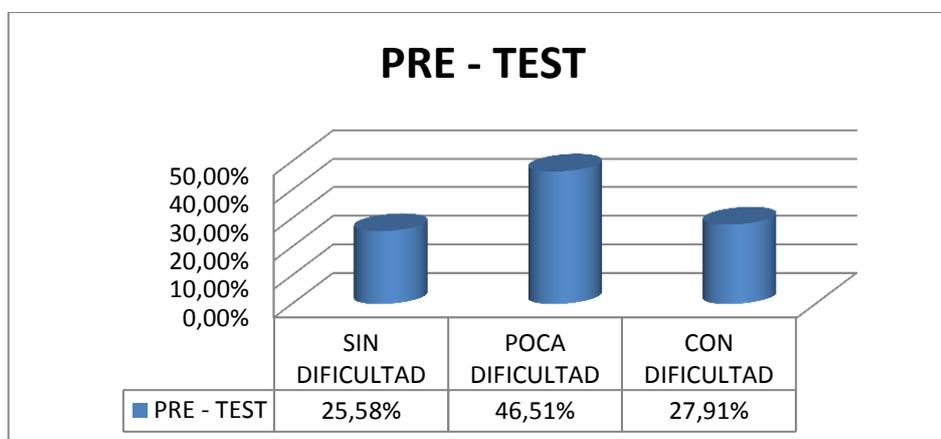
Elaborado por: Investigador

### TABLA No. 6: RESULTADO DE PRE – TEST MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	22	25,58%
<b>Poca Dificultad</b>	40	46,51%
<b>Sin Dificultad</b>	24	27,91%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

### GRÁFICO No. 6: RESULTADO DE PPRE – TEST DE MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.



Fuente: Prueba de campo

### 5.2.3 DESTREZAS LOCOMOTRICES MANIPULATIVAS

#### 5.2.3.1 LANZAR EL BALON CON DOS MANOS

Para analizar el Test de Lanzar el balón con dos manos, los rangos de calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
Sin Dificultad	Extiende los brazos hacia arriba y adelante
Poca Dificultad	No participa las piernas
Con Dificultad	Deja caer el balón en frente de él

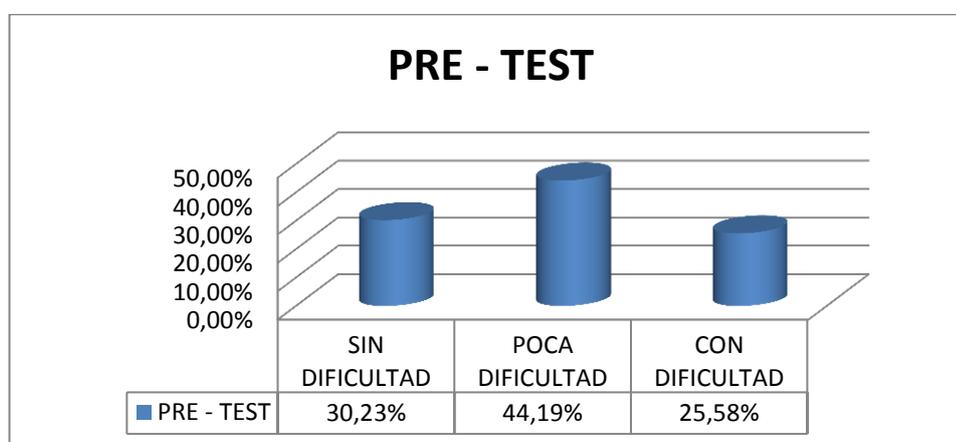
Elaborado por: Investigador

**TABLA No. 7: RESULTADO DE PRES – TEST LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
Sin Dificultad	26	30,23%
Poca Dificultad	38	44,19%
Con Dificultad	22	25,58%
<b>TOTALES</b>	<b>86</b>	<b>100,00%</b>

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 7: RESULTADO DE PRE – TEST DE LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.**



Fuente: Prueba de campo

### 5.2.3.2 BATEAR

Para analizar el test de Batear, los rangos de calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
Sin Dificultad	Extensión de los brazos hacia atrás y adelante
Poca Dificultad	No participan las piernas
Con Dificultad	Deja caer la pelota en frente de él

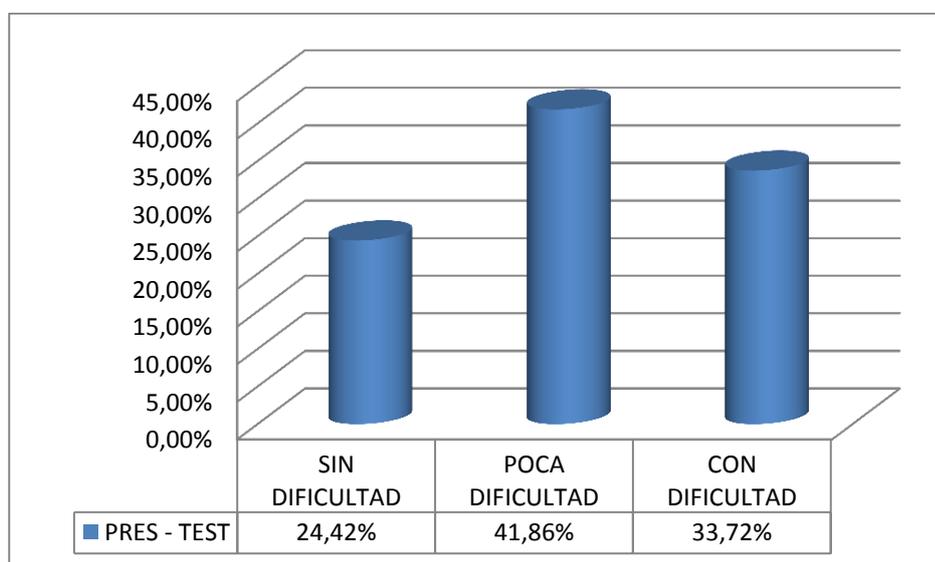
Elaborado por: Investigador

**TABLA N° 8: RESULTADO DEL PRE – TEST DE BATEAR.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
Sin Dificultad	21	24,42%
Poca Dificultad	36	41,86%
Con Dificultad	29	33,72%
<b>TOTALES</b>	<b>86</b>	<b>100,00%</b>

Elaborado por: Investigador.

**GRÁFICO N° 8: RESULTADO DEL PRES – TEST DE BATEAR.**



Fuente: Prueba de Campo.

### 5.2.3.3 ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS

Para analizar el test de equilibrio sobre un pie, los rangos de calificaciones fueron:

CALIFICACIÓN	PARÁMETROS
<b>Sin Dificultad</b>	Ajusta a la trayectoria del balón: brazos doblados.
<b>Poca Dificultad</b>	Brazos extendidos hacia adelante, aprieta el balón al pecho.
<b>Con Dificultad</b>	El balón pasa entre los brazos

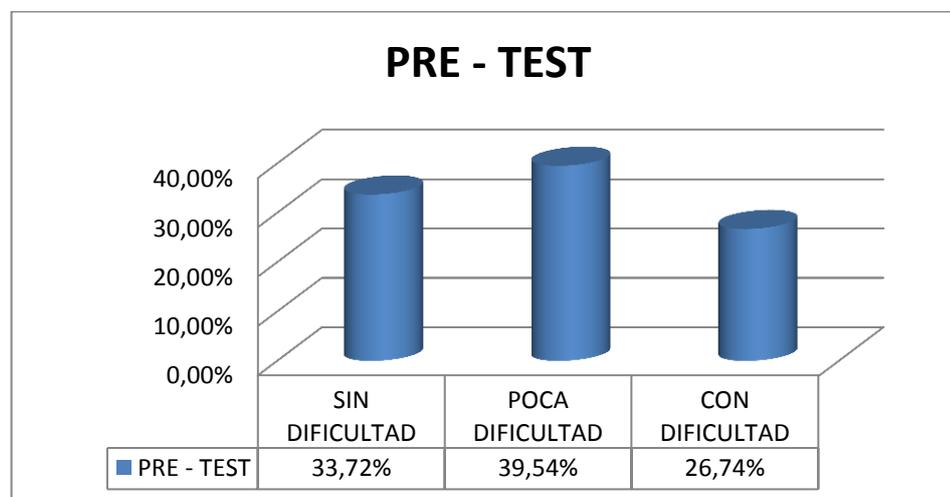
Elaborado por: Investigador

**TABLA No. 9: RESULTADO DE PRE - TEST ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	29	33,72%
<b>Poca Dificultad</b>	34	39,54%
<b>Con Dificultad</b>	23	26,74%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 9: RESULTADO DE PRES - TEST DE ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.**



Fuente: Prueba de campo

### 5.3 ANÁLISIS Y RESULTADOS COMPARATIVOS DE PRE – TEST Y POST – TEST DE DESTREZAS MOTRICES BASICAS

#### 5.3.1 DESTREZA MOTRIZ LOCOMOTORA

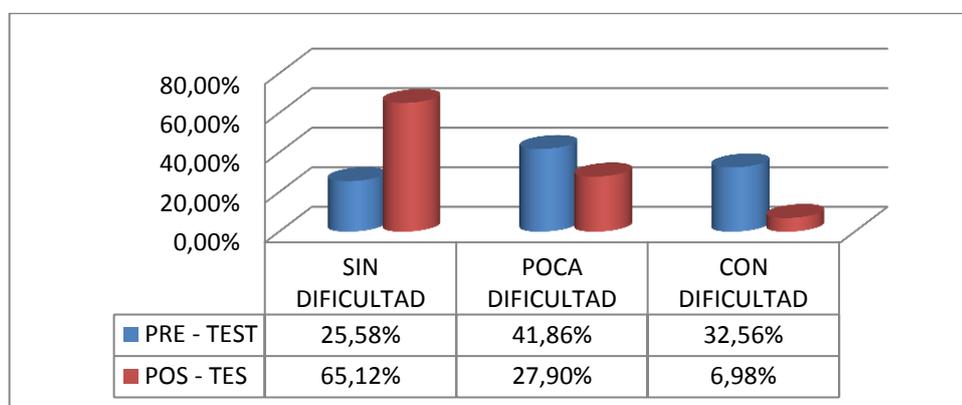
##### 5.3.1.1 CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA

**TABLA No. 10: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE - TEST Y POS – TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	22	25,58%	56	65,12%
<b>Poca Dificultad</b>	36	41,86%	24	27,90%
<b>Con Dificultad</b>	28	32,56%	6	6,98%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 10: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST DE CAMINAR HACIA ATRÁS EN LINEA RECTA.**



Fuente: Prueba de campo

**ANÁLISIS:** En el test de “Caminar hacia atrás en línea recta” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 39,54%, los de poca dificultad disminuyeron 13,96%, y los con dificultad disminuyeron el 25,58%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

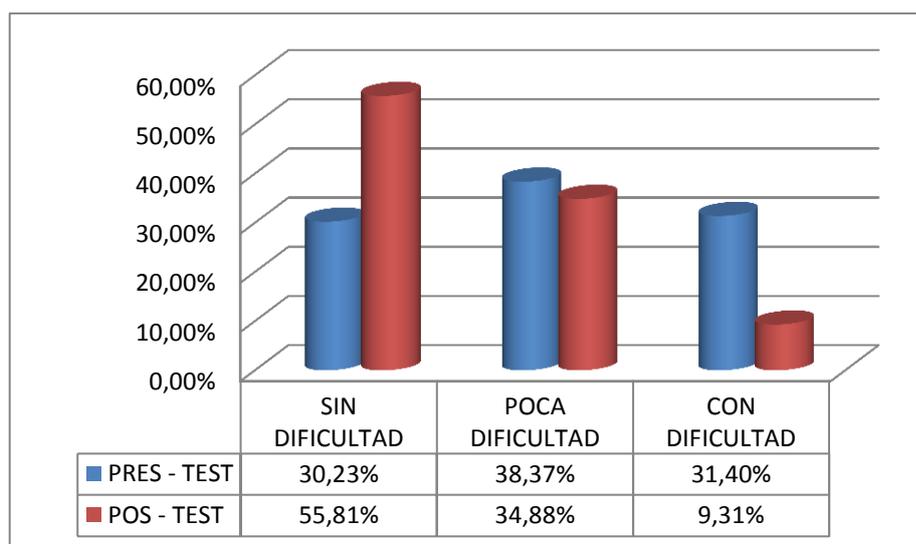
### 5.3.1.2 CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS

**TABLA No.11: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	26	30,23%	48	55,81%
<b>Poca Dificultad</b>	33	38,37%	30	34,88%
<b>Con Dificultad</b>	27	31,40%	8	9,31%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No.11: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS TEST DE CORRER COORDINANDO BRAZOS Y PIERNAS.**



Fuente: Prueba de campo

**ANÁLISIS:** En el test de “Correr coordinando brazos y piernas” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 25,58%, los de poca dificultad disminuyeron 3,49%, y los con dificultad disminuyeron el 22,09%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

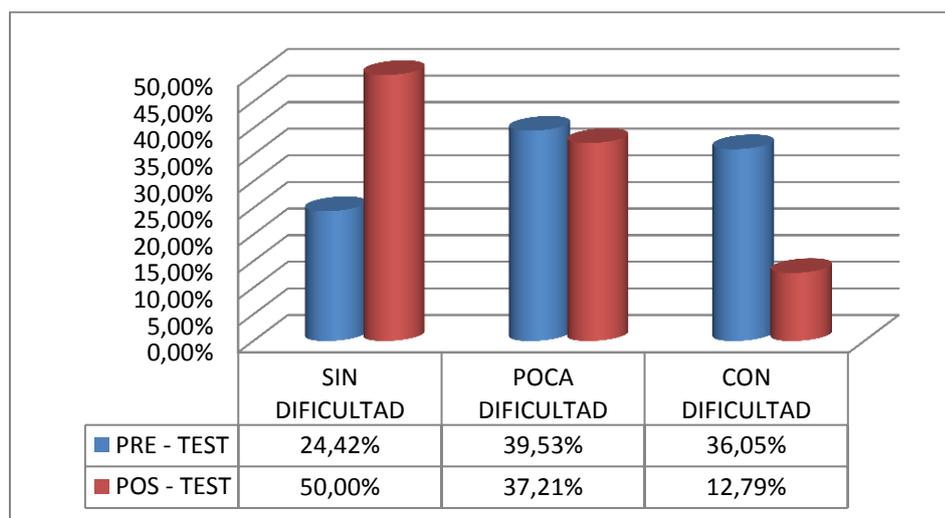
### 5.3.1.3 SALTAR EN UN PIE

**TABLA No. 12: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE –TEST Y POS- TEST DE SALTO EN UN PIE.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POS-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	21	24,42%	43	50,00%
<b>Poca Dificultad</b>	34	39,53%	32	37,21%
<b>Con Dificultad</b>	31	36,05%	11	12,79%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 12: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE - TEST Y POS – TEST DE SALTO EN UN PIE.**



Fuente: Prueba de campo

**ANÁLISIS:** En el test de “Salto en un pie” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 25,58%, los de poca dificultad disminuyeron 2,32%, y los con dificultad disminuyeron el 23,26%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

### 5.3.2 DESTREZAS MOTORAS NO LOCOMOTRICES

#### 5.3.2.1 GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360°)

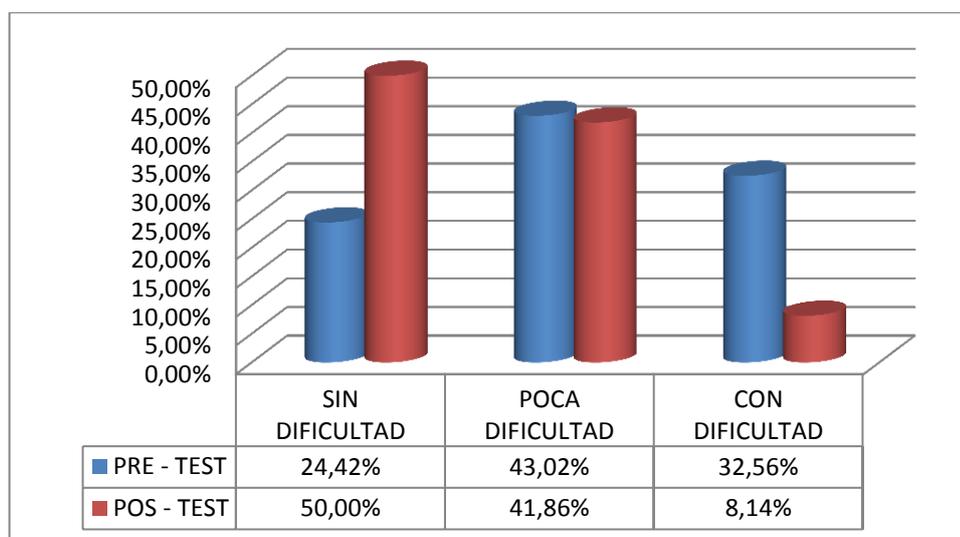
**TABLA No. 13: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST GIRAR UNA VUELTA COMPLETA (360°)**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	21	24,42%	43	50,00%
<b>Poca Dificultad</b>	37	43,02%	36	41,86%
<b>Con Dificultad</b>	28	32,56%	7	8,14%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

#### GRÁFICO No. 13: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE –TEST Y

#### POS – PEST DE GIRAR UNA VUELTA COMPLETA EL CUERPO (360) °



Fuente: Prueba de campo

**ANÁLISIS:** En el test de “Girar una vuelta completa el cuerpo” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 25,58%, los de poca dificultad disminuyeron 1,16%, y los con dificultad disminuyeron el 24,42%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

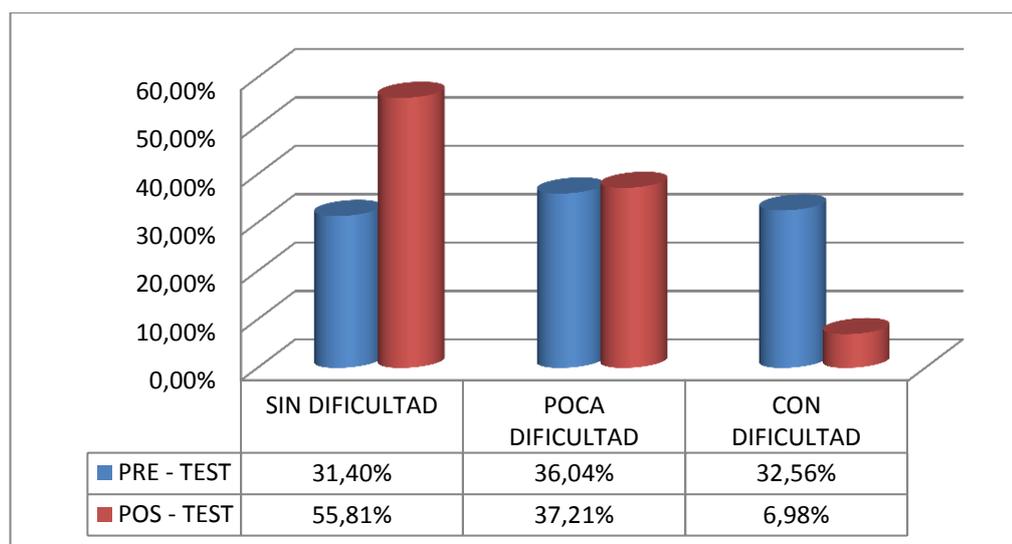
### 5.3.2.2 EQUILIBRIO SOBRE UN PIE

**TABLA No. 14: RESULTADO COMPARATIVO PRE – TEST Y POS – TEST DE EQUILIBRIO SOBRE UN PIE.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	27	31,40%	48	55,81%
<b>Poca Dificultad</b>	31	36,04%	36	37,21%
<b>Con Dificultad</b>	28	32,56%	6	6,98%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 14: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE- TEST Y POS - TEST DE EQUILIBRIO EN UN PIE**



**Fuente:** Prueba de campo

**ANÁLISIS:** En el test de “Equilibrio en un pie” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 24,41%, los de poca dificultad disminuyeron 1,17%, y los con dificultad disminuyeron el 25,58%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

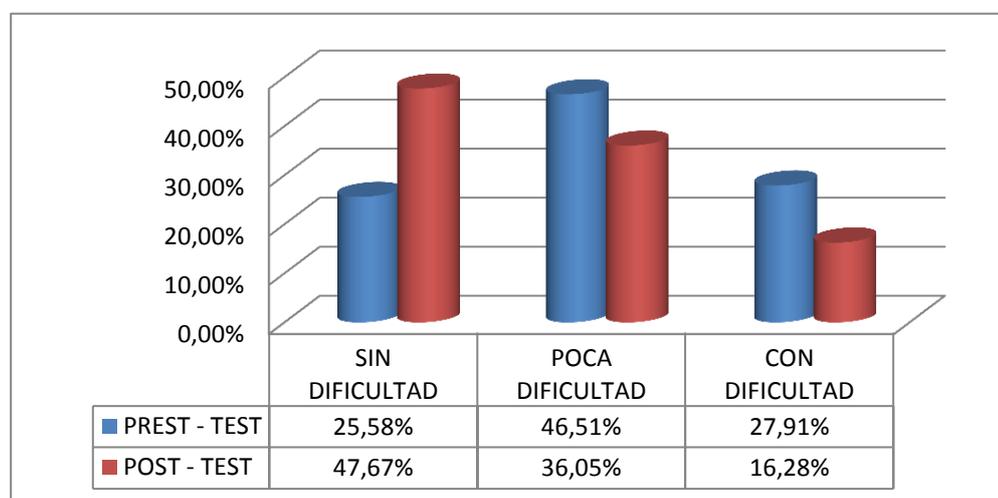
### 5.3.2.3 MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.

**TABLA No. 15: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	22	25,58%	41	47,67%
<b>Poca Dificultad</b>	40	46,51%	31	36,05%
<b>Sin Dificultad</b>	24	27,91%	14	16,28%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 15: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST MANTIENE EL EQUILIBRIO AL DESPLAZAR OBJETOS CON LA CABEZA.**



Fuente: Prueba de campo

**ANÁLISIS:** En el test de “Mantiene el equilibrio al desplazar objetos en la cabeza” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 22,09%, los de poca dificultad disminuyeron 10,46%, y los con dificultad disminuyeron el 11,63%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

### 5.3.3 DESTREZAS LOCOMOTRICES MANIPULATIVAS

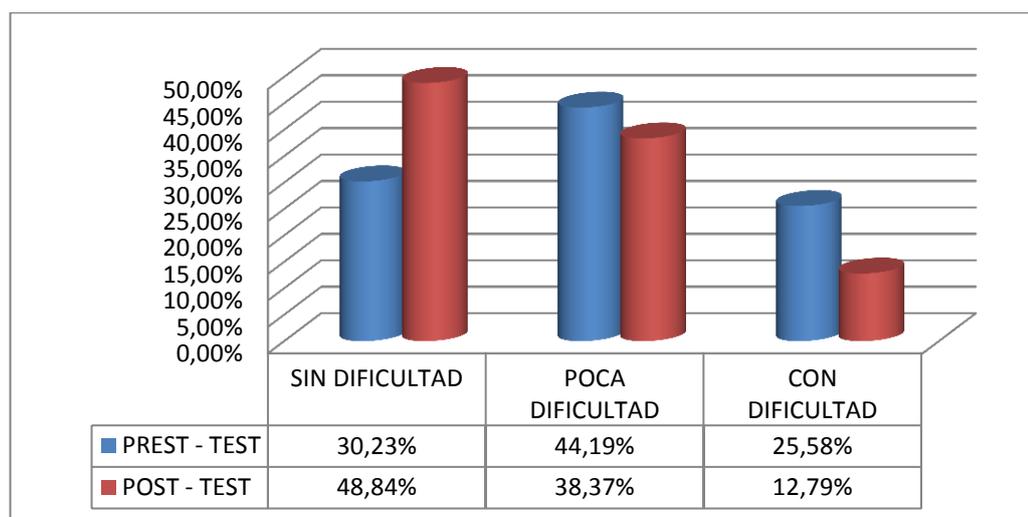
#### 5.3.3.1 LANZAR EL BALON CON DOS MANOS

**TABLA No. 16: RESULTADO COMPARATIVO DEL PRES – TEST Y POS – TEST LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	26	30,23%	42	48,84%
<b>Poca Dificultad</b>	38	44,19%	33	38,37%
<b>Con Dificultad</b>	22	25,58%	11	12,79%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 16: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS – TEST LANZAR EL BALON CON DOS MANOS.**



Fuente: Prueba de campo

**ANÁLISIS:** En el test de “Lanzar el balón con dos manos” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 18,61%, los de poca dificultad disminuyeron 5,82%, y los con dificultad disminuyeron el 12,79%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

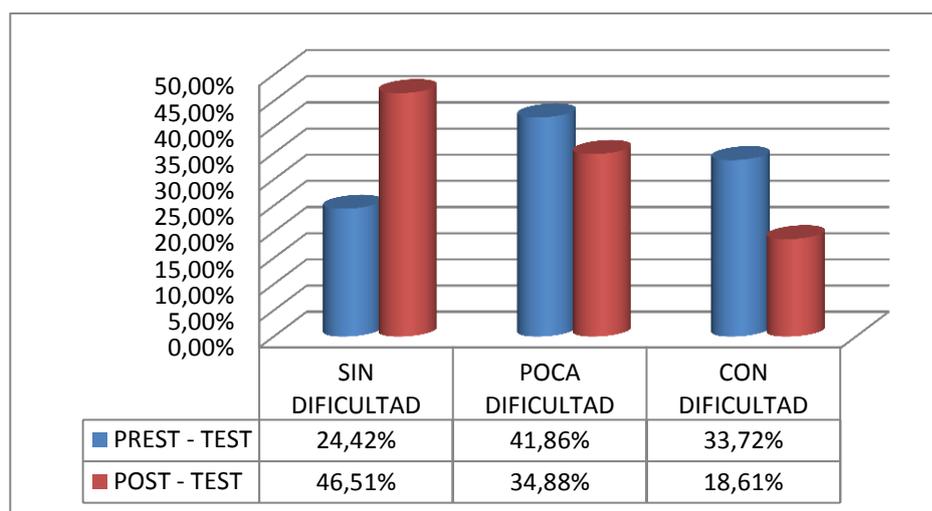
### 5.3.3.2 BATEAR

**TABLA N° 17: RESULTADO COMPARATIVO DEL PRES – TEST Y POS – TEST DE BATEAR.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	21	24,42%	40	46,51%
<b>Poca Dificultad</b>	36	41,86%	30	34,88%
<b>Con Dificultad</b>	29	33,72%	16	18,61%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 17: RESULTADO COMPARATIVO DE PRE – TEST Y POS- TEST DE BATEAR.**



Fuente: Investigación de Campo.

**ANÁLISIS:** En el test de “Batear” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 22,09%, los de poca dificultad disminuyeron 6,98%, y los con dificultad disminuyeron el 15,11%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

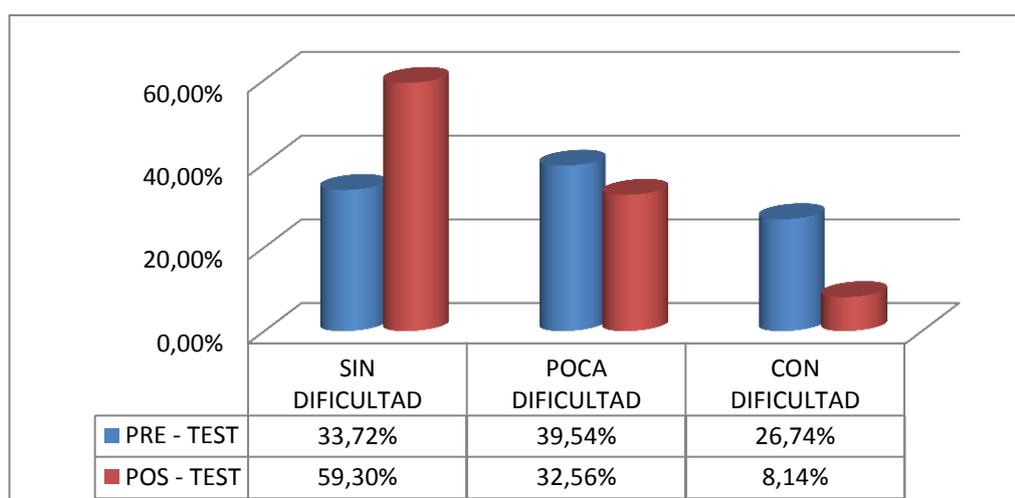
### 5.3.3.3 ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS

**TABLA No. 18: RESULTADOS COMPARATIVO DE PRE - TEST Y POS – TEST DE ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.**

	Cantidad PRE-TEST	PORCENTAJE	Cantidad POST-TEST	PORCENTAJE
<b>Sin Dificultad</b>	29	33,72%	51	59,30%
<b>Poca Dificultad</b>	34	39,54%	28	32,56%
<b>Con Dificultad</b>	23	26,74%	7	8,14%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 18: RESULTADO COMPARATIVO DE PRES – TEST Y POS – TEST DE ATRAPAR LA PELOTA CON DOS MANOS.**



Fuente: Prueba de campo

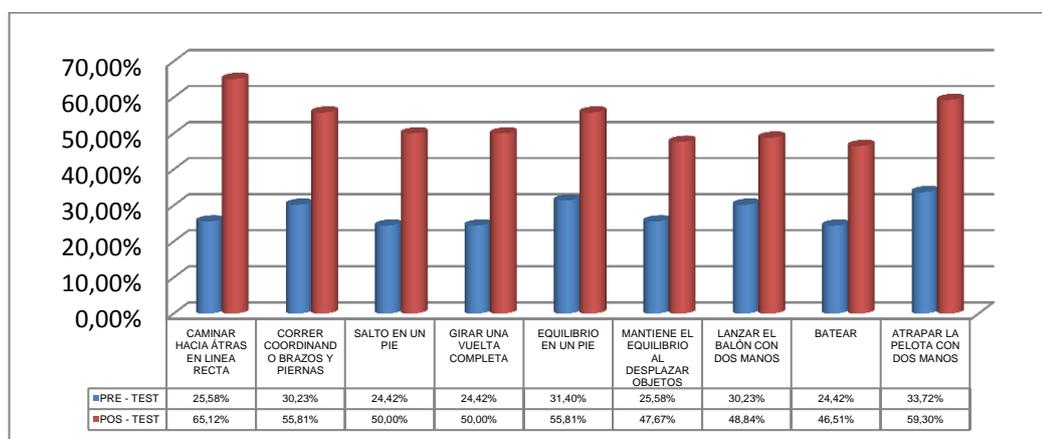
**ANÁLISIS:** En el test de “Atrapar la pelota con dos mano” se observa que hubo una mejoría en Sin Dificultad del 25,58%, los de poca dificultad disminuyeron 6,98%, y los con dificultad disminuyeron el 18,60%, tomando en cuenta que la disminución de los Con Poca Dificultad y con dificultad se debe al resultados favorable en los Sin Dificultad.

## 5.4 ANÁLISIS GENERAL DE RESULTADO DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS.

**TABLA No. 19: RESULTADO GENERAL DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS.**

ÁREAS	PORCENTAJE PRE-TEST	PORCENTAJE POS-TEST
<b>Caminar</b>	25,58%	65,12%
<b>Correr</b>	30,23%	55,81%
<b>Saltar</b>	24,42%	50,00%
<b>Girar una vuelta</b>	24,42%	50,00%
<b>Equilibrio un pie</b>	31,40%	55,81%
<b>Mantiene el equilibrio</b>	25,58%	47,67%
<b>Lanzar</b>	30,23%	48,84%
<b>Batear</b>	24,42%	46,51%
<b>Atrapar</b>	33,72%	59,30%

**GRÁFICO No. 19: RESULTADO GENERAL DE DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS.**



**Fuente:** Prueba de campo

**ANÁLISIS:** Las destrezas que alcanzaron mayor aceptación fueron la de caminar con el 39,54%, la de correr, saltar, girar y atrapar con el 25,58%, mientras que las destrezas que obtuvieron menor aceptación fueron la de equilibrio sobre un pie con el 24,41%, mantiene el equilibrio y batear con el 22,09%, y lanzar el balón con el 18,61%.

## 5.5 ANÁLISIS DE RESULTADOS COMPARATIVOS DE LAS ÁREA DE RECREACIÓN AL INICIO Y AL FINAL.

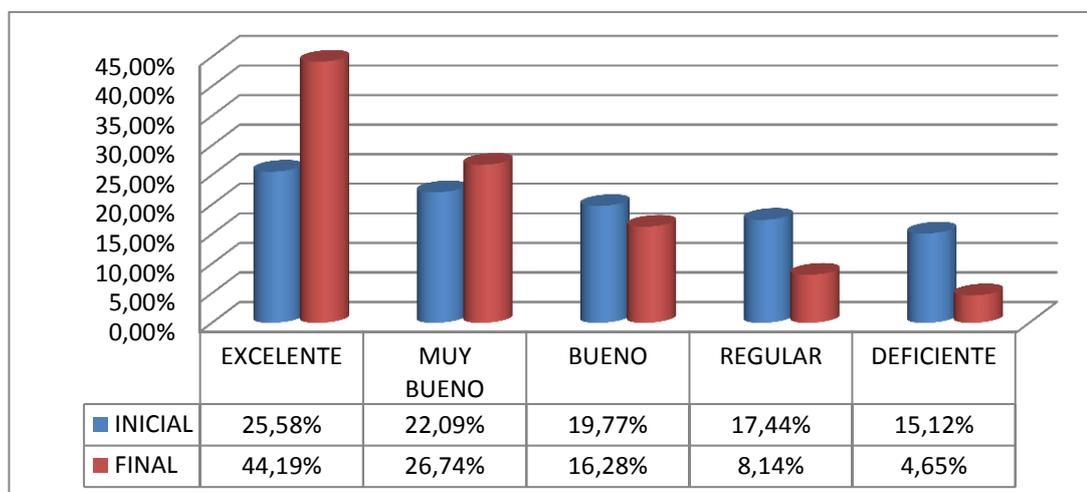
### 5.5.1 ÁREA FÍSICO DEPORTIVA

**TABLA No. 20: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**

	CANTIDAD INICIAL	PORCENTAJE	CANTIDAD FINAL	PORCENTAJE
<b>Excelente</b>	22	25,58%	38	44,19%
<b>Muy Bueno</b>	19	22,09%	23	26,74%
<b>Bueno</b>	17	19,77%	14	16,28%
<b>Regular</b>	15	17,44%	7	8,14%
<b>Deficiente</b>	13	15,12%	4	4,65%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 20: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**



**Fuente:** Actividades Recreativas

**ANÁLISIS:** En la Área Físico Deportiva se observa una mejoría en Excelente del 18,61%, Muy Bueno mejoraron el 4,65%, Bueno disminuyeron el 3,43%, Regular disminuyeron 9,30%, y Deficiente disminuyeron el 10,47%, tomando en cuenta que la disminución de Bueno, Regular y Deficiente se debe al resultado favorable de Excelente y Muy Bueno.

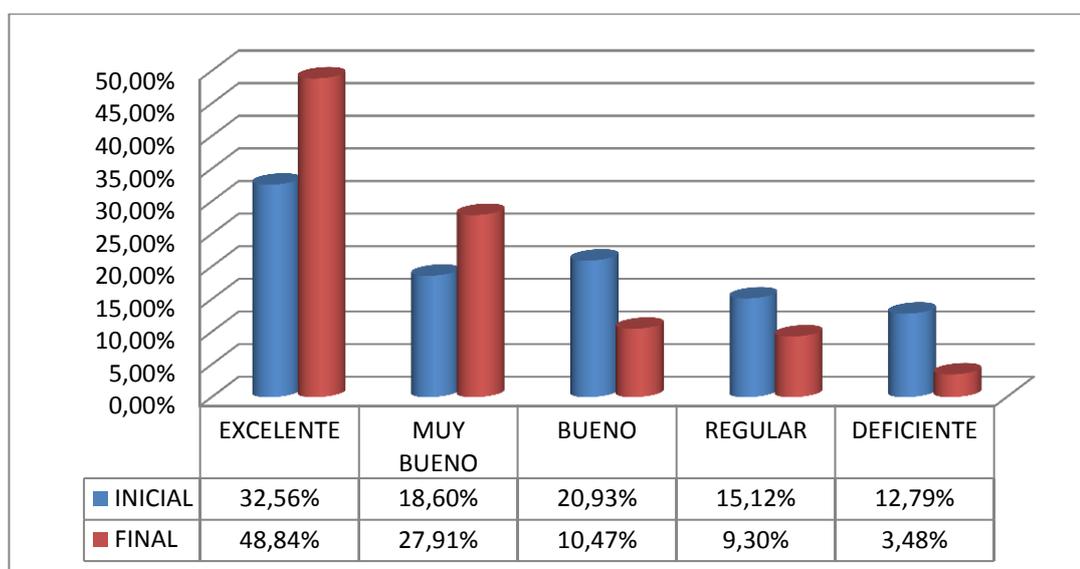
## 5.5.2 ÁREA AIRE LIBRE

**TABLA No. 21: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**

	CANTIDAD INICIAL	PORCENTAJE	CANTIDAD FINAL	PORCENTAJE
<b>Excelente</b>	28	32,56%	42	48,84%
<b>Muy Bueno</b>	16	18,60%	24	27,91%
<b>Bueno</b>	18	20,93%	9	10,47%
<b>Regular</b>	13	15,12%	8	9,30%
<b>Deficiente</b>	11	12,79%	3	3,48%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 21: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**



**Fuente:** Actividades Recreativas

**ANÁLISIS:** En el Área Aire Libre se observa una mejoría en Excelente del 16,28%, Muy Bueno mejoraron el 9,31%, Bueno disminuyeron el 10,46%, Regular disminuyeron 5,82%, y Deficiente disminuyeron el 9,31%, tomando en cuenta que la disminución de Bueno, Regular y Deficiente se debe al resultado favorable de Excelente y Muy Bueno.

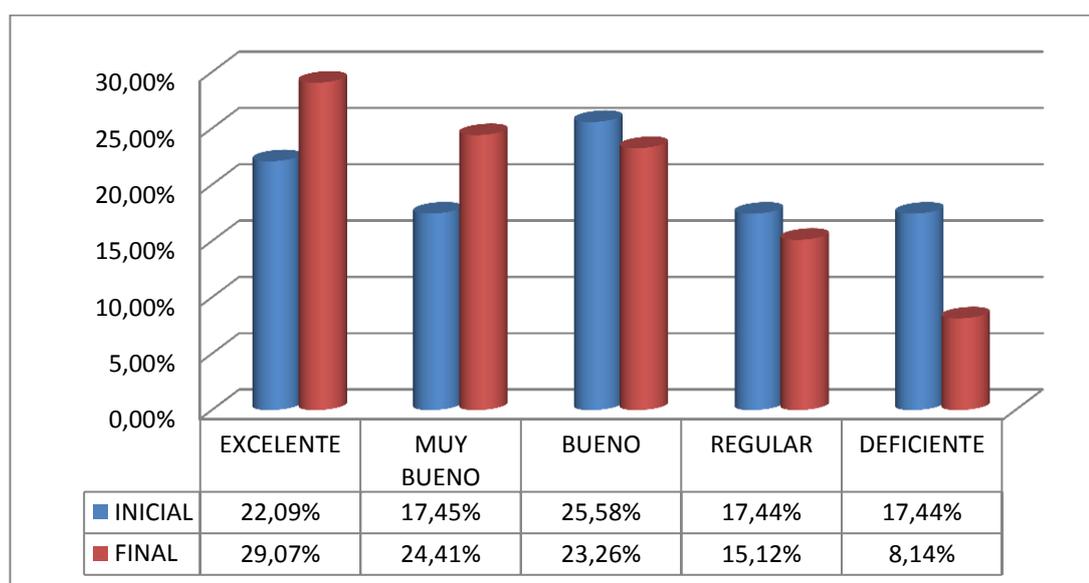
### 5.5.3 ÁREA LÚDICA

**TABLA No. 22: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**

	CANTIDAD INICIAL	PORCENTAJE	CANTIDAD FINAL	PORCENTAJE
<b>Excelente</b>	19	22,09%	25	29,07%
<b>Muy Bueno</b>	15	17,45%	21	24,41%
<b>Bueno</b>	22	25,58%	20	23,26%
<b>Regular</b>	15	17,44%	13	15,12%
<b>Deficiente</b>	15	17,44%	7	8,14%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 22: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**



Fuente: Actividades Recreativas

**ANÁLISIS:** En el Área Lúdica se observa una mejoría en Excelente del 6,98%, Muy Bueno mejoraron el 6,96%, Bueno disminuyeron el 5,82%, Regular disminuyeron 2,32%, y Deficiente disminuyeron el 9,30%, tomando en cuenta que la disminución de Bueno, Regular y Deficiente se debe al resultado favorable de Excelente y Muy Bueno.

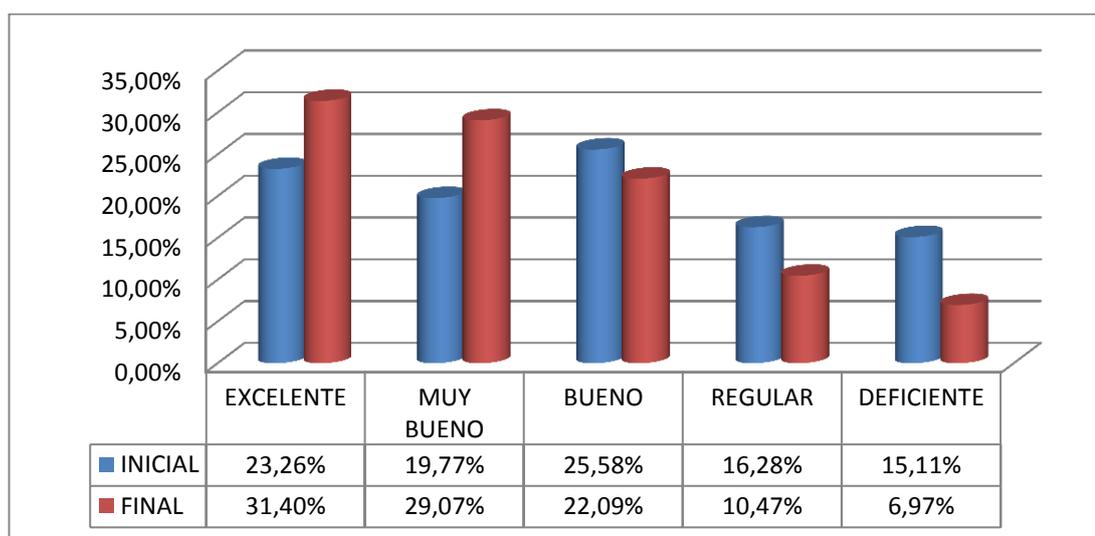
### 5.5.4 ÁREA MANUAL

**TABLA No. 23: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**

	CANTIDAD INICIAL	PORCENTAJE	CANTIDAD FINAL	PORCENTAJE
<b>Excelente</b>	20	23,26%	27	31,40%
<b>Muy Bueno</b>	17	19,77%	25	29,07%
<b>Bueno</b>	22	25,58%	19	22,09%
<b>Regular</b>	14	16,28%	9	10,47%
<b>Deficiente</b>	13	15,11%	6	6,97%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 23: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**



Fuente: Actividades Recreativas

**ANÁLISIS:** En el área Manual se observa una mejoría en Excelente del 8,14%, Muy Bueno mejoraron el 9,30%, Bueno disminuyeron el 3,49%, Regular disminuyeron 5,81%, y Deficiente disminuyeron el 8,14%, tomando en cuenta que la disminución de Bueno, Regular y Deficiente se debe al resultado favorable de Excelente y Muy Bueno.

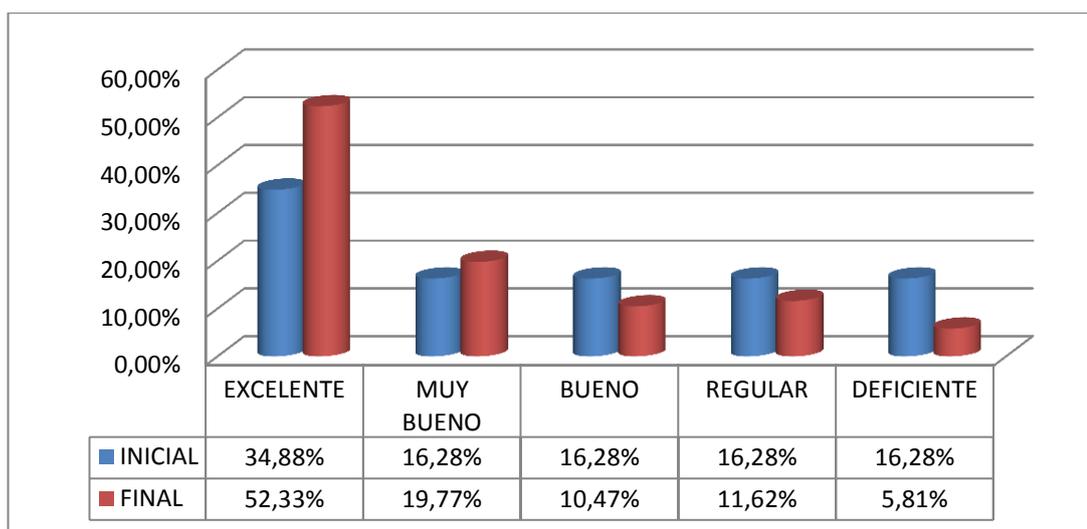
### 5.5.5 ÁREA ARTÍSTICA

**TABLA No. 24: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**

	CANTIDAD INICIAL	PORCENTAJE	CANTIDAD FINAL	PORCENTAJE
<b>Excelente</b>	30	34,88%	45	52,33%
<b>Muy Bueno</b>	14	16,28%	17	19,77%
<b>Bueno</b>	14	16,28%	9	10,47%
<b>Regular</b>	14	16,28%	10	11,62%
<b>Deficiente</b>	14	16,28%	5	5,81%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 24: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**



Fuente: Actividades Recreativas

**ANÁLISIS:** En el Área Artística se observa una mejoría en Excelente del 17,45%, Muy Bueno mejoraron el 3,49%, Bueno disminuyeron el 5,81%, Regular disminuyeron 4,66%, y Deficiente disminuyeron el 10,47%, tomando en cuenta que la disminución de Bueno, Regular y Deficiente se debe al resultado favorable de Excelente y Muy Bueno.

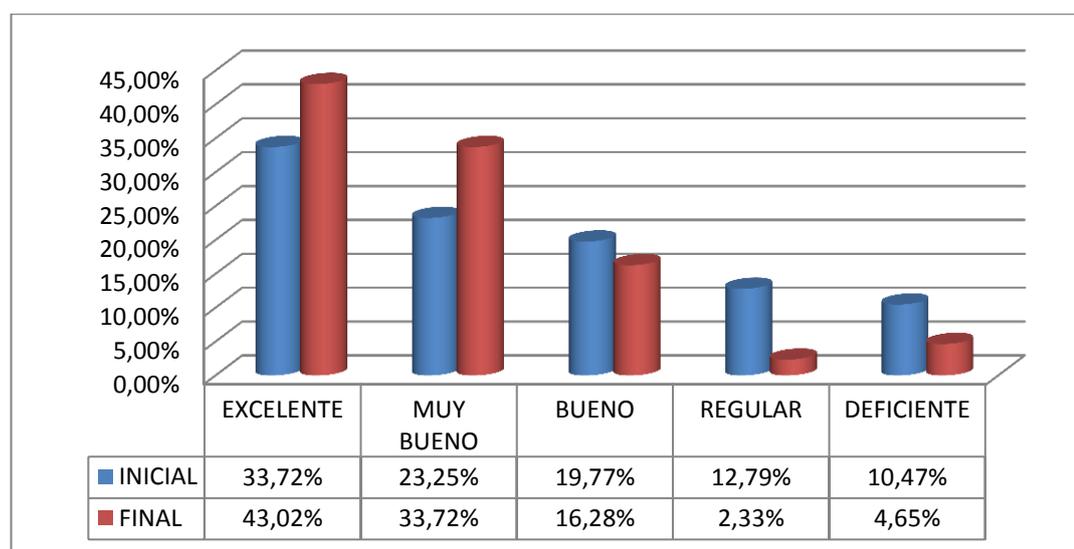
### 5.5.6 ÁREA DE LA SALUD

**TABLA No. 25: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**

	CANTIDAD INICIAL	PORCENTAJE	CANTIDAD FINAL	PORCENTAJE
<b>Excelente</b>	29	33,72%	37	43,02%
<b>Muy Bueno</b>	20	23,25%	29	33,72%
<b>Bueno</b>	17	19,77%	14	16,28%
<b>Regular</b>	11	12,79%	2	2,33%
<b>Deficiente</b>	9	10,47%	4	4,65%
<b>TOTALES</b>	86	100,00%	86	100,00%

Elaborado por: Investigador

**GRÁFICO No. 25: RESULTADO COMPARATIVO AL INICIO Y FINAL.**



Fuente: Actividades Recreativas

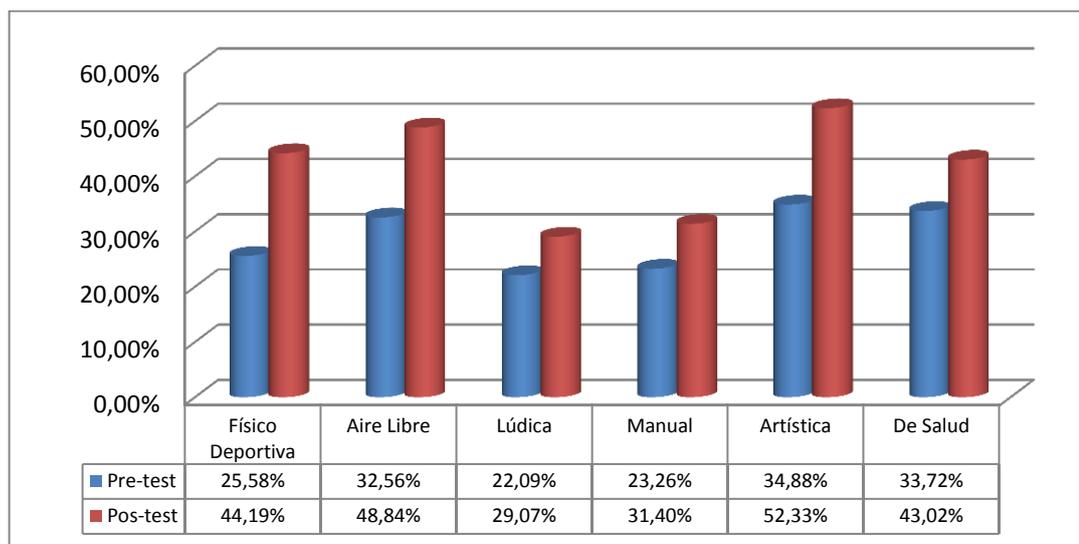
**ANÁLISIS:** En el área de la Salud se observa una mejoría en Excelente del 9,30%, Muy Bueno mejoraron el 10,47%, Bueno disminuyeron el 3,49%, Regular disminuyeron 10,46%, y Deficiente disminuyeron el 5,82%, tomando en cuenta que la disminución de Bueno, Regular y Deficiente se debe al resultado favorable de Excelente y Muy Bueno.

## 5.6 ANÁLISIS GENERAL DE RESULTADO DE LAS ÁREA RECREATIVAS.

**TABLA No. 26: RESULTADO GENERAL DE LAS ÁREA RECREATIVAS**

ÁREAS	PORCENTAJE PRE-TEST	PORCENTAJE POS-TEST
<b>Físico Deportiva</b>	25,58%	44,19%
<b>Aire Libre</b>	32,56%	48,84%
<b>Lúdica</b>	22,09%	29,07%
<b>Manual</b>	23,26%	31,40%
<b>Artística</b>	34,88%	52,33%
<b>De la Salud</b>	33,72%	43,02%

**GRÁFICO No. 26: RESULTADO GENERAL DE LAS ÁREA RECREATIVAS**



**Fuente:** Actividades Recreativas

**ANÁLISIS:** Las áreas que aumentaron con mayor porcentaje fueron: Físico Deportiva con el 18,61%, Artística con el 17,45%, Aire Libre con el 16,28%, las áreas que aumentaron en menor número fueron; De Salud con el 9,3%, manual con el 8,14% y la Lúdica con el 6,98%.

## CAPITULO VII

### PROPUESTA ALTERNATIVA

#### 7.1 TITULO DE LA PROPUESTA

**“PROGRAMA RECREATIVO PARA DESARROLLAR LAS DESTREZAS MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS(AS) DE 8 A 9 AÑOS DE EDAD DE CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “COSTA RICA” DE NAYON”**

#### 7.2 INTRODUCCIÓN

- La recreación es un proceso: de expresión; esparcimiento, integración personal y sentido de pertenencia a un grupo o una cultura.

- Mediante la pedagogía desarrollamos bases de integración, repercutiendo positivamente en la calidad educativa dentro de la institución, ningún otro contenido como la recreación posibilita cumplir las necesidades de una educación integral, desarrollando la psicomotricidad, satisfaciendo necesidades sociales y afectivas.

- En el marco de la Educación la Recreación Pedagógica está incluida en el área de educación Física la cual nos ayuda a encontrar métodos o técnicas necesarias para el desarrollo de las actividades recreativas aplicadas a través de las áreas: Física Deportiva, Aire libre, Manual, Artística, Lúdica y Salud.

Además permite el desarrollo del niño(a) a través del dominio de conocimientos y competencias al respecto de lo expresivo, lo sensible y lo creativo y como un factor determinante de carácter social y cultural.

Involucrando múltiples actividades que se pueden realizar en el tiempo libre, para potenciar el estilo de vida idóneo.

La recreación en las escuelas contribuye al respeto hacia uno mismo y hacia los demás, y esto se extiende al contexto social, ya que al lograr una convivencia armónica dentro del ámbito escolar se está fomentando no solamente aspectos motores sino valores respeto, tolerancia, solidaridad, etc., también el aspecto cognitivo y emocional de los niños. Cumpliendo de esta manera parte de su función educativa.

De allí, que las actividades recreativas han resultado una necesidad de la sociedad actual, por lo que se puede afirmar que desde tiempos remotos ha tenido diversas formas de manifestarse por la especie humana, la que ha venido transformándose y logrando cada vez de una forma organizada y aglutinadora de las clases sociales. De acuerdo a (Ramos, 2008, 10):

**“Es evidente que mediante la recreación, el hombre obtiene satisfacciones por los adelantos que la creatividad humana produce; cualidad ésta que tiene la particularidad de producir lo que no existe a través de la inventiva del cerebro humano. La recreación es un factor de bienestar social que contribuye a mejorar la calidad de vida mediante el autoconocimiento, interacción y comunicación con su contexto social.”**

La recreación en la Ley del Deporte, Educación física y recreación en el Artículo 89, 90, 91 manifiesta que comprenderán todas las actividades 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.- Es la obligación del estado programar en todos los niveles, planificar, ejecutar e incentivar las prácticas deportivas y recreativas.

Para (Sajón, 2006), la recreación se define como:

**"[...] experiencias humanas, cuya vivencia hace posible la satisfacción, es una dimensión superior y permanente de las necesidades de manifestación plena y armoniosa de su ser biológico, psicosocial y**

**cultural, a la vez que contribuyen a su educación permanente e integral, a su descanso dinámico y renovador de energías físicas, intelectuales y espirituales; y al fortalecimiento y desarrollo.”**

### **7.3 JUSTIFICACIÓN**

El Programa Recreativo tuvo por objetivo desarrollar las destrezas motrices básicas para cuarto año de básica y se aplicó en las clases de Educación Física.- Además de fortalecer la integración, valores y crear el interés de los niños, su práctica nos permite en un futuro, crear hábitos de vida saludable.

Es importante señalar que no existen programas recreativos en nuestro país, en el ámbito social para la utilización del tiempo libre, evitando los tiempos prolongados frente a la televisión, juegos de videos produce inmovilidad mental y física, lo que hoy conocemos el sedentarismo.

Lo que hace imperiosa la necesidad de elaborar y aplicar dicho programa dentro de la institución logrando que nuestros niños utilicen adecuadamente su tiempo, en una forma diferente y divertida.

### **7.4 OBJETIVOS**

#### **7.4.1 Objetivo General**

Desarrollar las destrezas motrices básicas en niños y niñas de 8-9 años de la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de Nayón de la Provincia de Pichincha del Cantón Quito, a través del programa recreativo para mejorar el estilo de vida.

#### **7.4.2 Objetivo específico**

- Determinar las actividades recreativas que se va a realizar con los niños(as) de 8 a 9 años de la escuela para que desarrollen las destrezas motrices básicas a través del programa recreativo.

- Mejorar las destrezas motrices básicas con las diferentes actividades recreativa en los niños (as) de 8 a 9 años, para desarrollar el aspecto intelectual-cognitivo, físico-motor y social afectivo para su utilización en la escuela
- Evaluar la participación de las actividades recreativas utilizando fichas de observación.

## **7.5 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA PROPUESTA**

### **7.5.1 Áreas que se trabajaron en la presente investigación**

En la presente investigación se trabajó las siguientes áreas de la recreación: Físico deportiva, Lúdica, Aire libre, Manual, Artística, salud para mejorar el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños.

#### **Área Físico Deportiva**

En esta área se incluyen los deportes individuales, y en conjunto, etc.- Mencionaremos algunos como: Ciclismo, fútbol, básquetbol, voleibol, aeróbica, tenis, levantamiento de pesas, golf, gimnasia, triatlón, maratón, boliche, artes marciales, etc.

La forma cómo se programan estas actividades tiene como objetivo promover la participación por el gusto de la actividad misma es decir, se recibe gratificación personal y no se obtiene a través de una forma de premiación externa, en definitiva la propuesta llevara al reencuentro con los valores que sustentaban la práctica deportiva. Precisamente ha sido el abuso de premiación lo que desvía la verdadera intención en la participación.

### **Área al Aire Libre**

Son aquellas actividades en las que se entra en relación con el medio ambiente. Este tipo de recreación estimula la integración. Algunos ejemplos podrían ser visita a parques y reservas naturales, campamentos, excursiones, etc.

Su promoción deberá hacerse con el debido conocimiento, ya que serán áreas de crecimiento y de gran oportunidad laboral, en los próximos años.

### **Área Lúdica**

El área lúdica, es una de las áreas que más confusión ha creado en torno al fenómeno recreativo, ya que los profesionales confunden constantemente los contenidos de la recreación con los de esta área.

Coincide también con que reducen a la Recreación y al área lúdica con el conocimiento de juegos de todo tipo, por lo que debe quedar claro que la recreación, va más allá del juego simple, la Recreación no es tener un buen y completo fichero de juegos, y que el área lúdica incluye la construcción de conceptos complejos como son por ejemplo, las ludotecas, Juegos de competencia, juegos de azar, juegos de vértigo, juegos prehispánicos, grandes juegos, juegos acuáticos, juegos de iniciación deportiva, juegos de mesa, juegos intelectuales, etc.

### **Área Manual**

Las habilidades manuales y artísticas son un recurso enriquecedor en los Programas de Recreación, ya que fomentan la creatividad, tan necesaria en esta época.

No existen otras áreas en las que el participante reciba tanta gratificación por haber realizado su obra, ejemplos: Escultura en metal, en madera, en

piedra, pintura de acuarela, pintura al óleo, joyería, pintado de cerámica, modelaje, tejido en telares, pirograbado, repujado, emplomado, etc.

### **Área Artística**

Importante en el desarrollo de destrezas para la participación y el disfrute de: Música, drama, danza clásica, jazz, comedia, pantomima, teatro experimental, teatro clásico, teatro infantil, canto, opera, música popular, marionetas, etc.

### **Área de la Salud**

Área de reciente crecimiento y promoción, debido a la importancia que se da cada día al mantener la salud desde el punto de vista corporal. Jornadas de salud, programas de nutrición, asesoría para acondicionamiento físico, campañas de activación física, etc.

Consecuentemente, la gran tarea de los profesionales es proveer a los participantes a realizar actividades recreativas durante su tiempo libre, ya que ejercerá una decidida influencia en su salud mental, reduciendo los riesgos de sufrir ansiedad y depresión, incrementando sus sentimientos de autoestima y fortificando sus capacidades para enfrentar el cotidiano estrés psicosocial.

#### **7.5.2 Destrezas motrices básicas**

Las destrezas motrices básicas son aquellas de carácter innato que constituyen el soporte práctico de la motricidad humana. Cualquier movimiento por complejo que sea, resulta por combinación de las habilidades y destrezas básicas.

### 7.5.2.1 Clasificación de las Destrezas Motoras Básicas

Todos los movimientos del cuerpo humano pueden ser considerados como variantes por combinación de unos movimientos básicos: desplazamientos, saltos, giros, equilibrios, lanzamientos y recepciones. Estos movimientos, a los que llamamos habilidades motrices básicas son adquisiciones de determinados patrones motores que parten de la propia motricidad natural.

Dentro del análisis de motricidad, las destrezas motrices básicas se clasifican en: Locomotrices, no locomotrices y manipulativas.

**Destrezas Motoras Locomotrices:** son movimientos que tienen como objetivo principal llevar al cuerpo de un lado a otro del espacio. Como por ejemplo: caminar, correr, saltar, deslizarse, rodar, trepar, etc.

**Destrezas Motoras No locomotrices:** su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Como por ejemplo: balancearse, inclinarse, estirarse, doblarse, girarse, retorcerse, empujarse, levantarse, colgarse, equilibrarse, etc.

**Destrezas Motoras Manipulativas:** se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Como por ejemplo: lanzar, golpear, batear, atrapar, rodar, etc.

## 7.6 FACTIBILIDAD DE LA PROPUESTA

La presente investigación fue factible realizar por el apoyo de las autoridades de la institución, que facilitaron en el desarrollo y aplicación del programa recreativo.

El programa implantado en la Escuela Fiscal Mixta “Costa Rica” de Nayón de Provincia de la Pichincha del Cantón Quito, será una prueba piloto la cual

se la puede adaptar a otras instituciones educativas, creando una cultura del uso del tiempo libre y de evitar graves consecuencias y hábitos nocivos para la salud para mejorar el estilo de vida de la niñez Ecuatoriana.

Los padres de familia están conscientes de que estas actividades fortalecerán el desarrollo integral de los estudiantes y así se lograr un buen desarrollo motriz y alcanzar un mejor estilo de vida.

### **7.7 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA**

La presente propuesta está encaminada a utilizar de manera adecuada el tiempo libre en las actividades recreativas que disponen los niños de cuarto año de educación básica, para realizar actividades recreativas variadas y de esta manera tener un desarrollo motriz apropiado, que motiven a la práctica continua de la educación física.

El programa recreativo se desarrolló en el transcurso del año lectivo con una duración de cuatro meses, los mismos que fueron de nueve a diez de la mañana una vez por semana durante las clases de educación física, para desarrollar las destrezas motrices básicas, creando hábitos motores para mejorar el estilo de vida. De tal manera el niño será su propio creador de juego y se volverá un multiplicador emocional en su aprendizaje.

#### **Metas**

- Incrementar la participación de los niños y niñas en las actividades recreativas.
- Establecer un plan de trabajo semanal para contribuir en el desarrollo de las destrezas motrices básicas.
- Fomentar la recreación con una alternativa de aprendizaje y disfrute.

- Desarrollar los aspectos intelectual-cognitivo, físico-motor y social afectivo para mejorar la calidad de vida.
- Contribuir al desarrollo de la personalidad.
- Educar a la sociedad para el buen uso del tiempo libre.
- Crear un programa recreativo que permita evaluar el desarrollo de las destrezas motrices básicas

PROGRAMA GENERAL PARA EL DESARROLLO DE DESTREZA BASICAS CON MEDIOS DIDACTICOS								
<b>SEPTIEMBRE</b>	SEMANA 1		SEMANA 2		SEMANA 3		SEMANA 4	
Día	Miercoles		Miercoles		Miercoles		Miercoles	
EJECUCIÓN CORRELACIONAL DE LA DESTREZA Y LA ACTIVIDAD RECREATIVA	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área
	Locomotriz	Físico Deportiva	Manipulativas	Manual	No Locomotriz	Artística	Locomotriz	Lúdica
	Correr	Carrera de Relevos	Lanzar	Aviones de papel	Equilibrio	Baile de sillas	Saltar	Ensacados
		Carrera de obstáculos		Pelotas de papel		baile del tomate		Pelea de gallos
Carrera de circuito		Pelotas de trapo		Baile del palo		Salto del canguros		
<b>OCTUBRE</b>	SEMANA 1		SEMANA 2		SEMANA 3		SEMANA 4	
Día	Miercoles		Miercoles		Miercoles		Miercoles	
EJECUCIÓN CORRELACIONAL DE LA DESTREZA Y LA ACTIVIDAD RECREATIVA	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área
	No Locomotriz	Físico Deportiva	Manipulativas	Lúdica	Locomotriz	Aire Libre	No Locomotriz	Artística
	Equilibrio	El malabarista	Atrapar	Pasar la pelota	Caminar	Caminata	Giros	Baile de la escoba
		Postas de equilibrio		Las congeladas		Múltiples actividades		Danza Folclórica
Carrera de bastones		Atrapando colores		Carrera de orientación		Baile de globos		
<b>NOVIEMBRE</b>	SEMANA 1		SEMANA 2		SEMANA 3		SEMANA 4	
Día	Miercoles		Miercoles		Miercoles		Miercoles	
EJECUCIÓN CORRELACIONAL DE LA DESTREZA Y LA ACTIVIDAD RECREATIVA	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área
	Manipulativa	Físico Deportiva	No Locomotriz	Lúdica	Manipulativas	Manual	Locomotriz	Físico deportiva
	Atrapar	Pelota al aire	Giros	Gallinita ciega	Equilibrio	Sombrero de papel	Correr	Carrera de números
		Atrapa , lanza		Ruédala		Banderines		El Túnel
Basquet		Baile con cintas		La carretilla		Postas de ida y vuelta		
<b>DICIEMBRE</b>	SEMANA 1		SEMANA 2		SEMANA 3		SEMANA 4	
Día	Miercoles		Miercoles		Miercoles		Miercoles	
EJECUCIÓN CORRELACIONAL DE LA DESTREZA Y LA ACTIVIDAD RECREATIVA	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área	Destreza	Área
	No Locomotriz	Lúdica	Manipulativas	Físico Deportiva	No Locomotriz	Salud	Locomotriz	Lúdica
	Lanzar	Lanzadas	Batear	Beisbol	Equilibrio	Alimentación	Saltar	El reloj
		La diana		Relevo de zonas		Habitos de aseo		Carrera de saltos
Las quemadas		Vóley		Elaborar Carteles		Carrera de conejos		

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 1**  
**ÁREA** : FÍSICO DEPORTIVA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE CORRER MEDIANTE EL ÁREA FÍSICO DEPORTIVA PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN QUE LE PERMITA UN ÓPTIMO BIENESTAR PERSONAL Y SOCIAL.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	-Y si no hay oposición Y si tienes muchas ganas de reír, ¡ja! ¡ja! Y si tienes la ocasión, y si no hay oposición, no te quedes con las ganas de reír, ¡ja! ¡ja! Se continúa remplazando la acción: cantar, aplaudir, silbar, zapatear.	10'	Técnica Recreativa -Formar 4 grupos homogéneos de 22 niños(as) para realizar la actividad establecida.	- Pito. - Cronometro	Parámetros - Excelente
Principal	Destreza Motriz Básica - Correr	Carrera de relevos: Sobre un recorrido en forma cuadrada. Se coloca un miembro en cada equipo en cada uno de los vértices. Consiste en una carrera de relevos, haciendo el recorrido y llegando al punto de partida en el menor tiempo posible.	30'	-Realizar tarjetas para cada participante.  -Iniciar al dar una palmada el profesor.	- Tarjetas - Conos.	- Muy Bueno - Bueno
	Físico Deportiva - Carrera de relevos. - Carrera de obstáculos - Carrera de Circuito	Carrera de Obstáculos: Se ubica todo el obstáculo disponible en el espacio determinado. Luego se forman columnas por grupos para pasar por todos los obstáculos. Durante su turno cada niño deberá atravesar lo más rápido posible. Si un niño toca un obstáculo debe salir y volver a comenzar desde el principio. Carrera de circuito: Se ubican en cada esquina de la cancha, en grupos, que al dar inicio realizan la actividad establecida, y así sucesivamente hasta pasar todos los grupos.		- Realizar variantes. Adelante, atrás, laterales, cruzado	- Bastones - Jabas - Vallas - Llantas	- Regular - Deficiente
Final		vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 2**  
**ÁREA** : MANUAL. **DOCENTE: JUAN CARLOS LUGUAÑA**  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS: A Y B**  
**OBJETIVO** : MEJORAR LA DESTREZA DE LANZAR POR MEDIO DEL ÁREA MANUAL PARA MEJORAR LA FUERZA, PRESICIÓN PARA APLICAR EN LA VIDA COTIDIANA.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIASMETODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	- Pelota caliente: En círculo, sentados o de pie. El animador/a explica que la persona que reciba la pelota tiene que darse a conocer, diciendo: El nombre con el que le gusta que la llamen. Su lugar de procedencia, algunos gustos, deseos. Todo eso hay que hacerlo rápido para no quemarse. Inmediatamente terminada la presentación se lanza la pelota a otra persona que continúa con el juego.	10'	Técnica Recreativa - Formar 4 grupos homogéneos de 22 niños(as) para realizar la actividad establecida.  - Iniciar a orden del profesor.  -Realizar variantes	- Papel Periódico  - Papel cometa a colores  - Pelotas de trapo  - Ropa usada  - Pito.	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Principa l	Destreza Motriz Básica - Lanzar  Área Manual - Aviones de papel - Pelotas de papel - Pelotas de trapo	- Aviones de papel: Los niños(as) elaboran un avión de papel en grupos y al terminar forman columnas y lanzan lo más alto posible desde un sitio determinado. - Pelotas de papel: Los niños(as) elaboran una pelota de papel según lo requerido, forma columnas y lanza a los blancos establecidos. - Pelotas de trapo: El niño(a) elabora una pelota con material reciclado y luego en grupo se traslada lanzando la pelota sin hacer caer hasta un sitio determinado.	30'		- Conos.  - Cronometro	
Final		Vuelta a la calma Feddback de las actividades realizadas.	5'			

**Elaborado por:** Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 3**  
**ÁREA** : ARTISTICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR EL EQUILIBRIO POR MEDIO DEL ÁREA ARTÍSTICA PARA MEJORAR EL ESQUEMA CORPORAL.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	- Baile de un cristiano: Cuando un cristiano baila, baila, baila, baila. (Bis) Pies, pies, pies,... Cuando un cristiano baila, baila, baila, baila (Bis) rodilla, rodilla, rodilla,...pies, pies, pies,... Cuando un cristiano baila, baila, baila, baila (Bis) cintura, cintura, cintura,...rodilla, rodilla, rodilla,...pies, pies, pies, y así sucesivamente con otras partes del cuerpo.	10'	Técnica Recreativa -Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para realizar las diferentes actividades.  - En el baile de la silla el niño que trata de tomar asiento antes de la música se le descalifica.	- Pito. -Cronometro. -Conos. -grabadora.	Parámetros - Excelente - Muy Bueno
Principal	Destreza Motriz Básica - Equilibrio  Área Artística - El baile de las sillas - El baile del tomate - El baile del palo	- Baile de las sillas: Bailar alrededor de las sillas la música establecida, se detiene la música y debe tomar asiento, el niño que no tiene silla sigue saliendo hasta terminar y quede una sola persona al final del baile. - Baile de tomate: Establecer el espacio para el baile, en parejas bailar el baile del tomate entre sus frentes, el niño(a) que hace caer el tomate sigue saliendo. - El baile del palo: Hay que hacer una fila con todos los participante, dos personas sostienen un palo delgado en cada extremo, al comenzar la música los participantes deben pasar bailando por debajo del palo sin tocar el mismo y sin caerse, una vez que pasen todos los participantes, los que sostienen el palo deben bajar un poco más y así sucesivamente hasta que los participantes se vayan eliminando uno por uno hasta que quede solamente un jugador.	30'	- En el baile del palo el niño tiene que pasar sin tocar por debajo del palo.  - Respetar las reglas establecidas	- CD - Sillas - Tomates - Palo de escoba	- Bueno - Regular - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 4**  
**ÁREA** : LÚDICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE SALTAR POR MEDIO DEL ÁREA LUDICA PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN MOTORA.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	- Me pica: En grupo uno a uno van diciendo su nombre y lo que les pica, y el nombre y lo que le picaba a cada persona que ha hablado antes de ellos.  - Ensacados: Es una carrera en la cual los participantes cubren sus piernas con unos sacos que deben sostener con sus manos. Para avanzar solo es válido saltar, sin soltar el saco.	10'	Técnica Recreativa -Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para realizar las actividades establecidas.  -Salir a orden del profesor.  - Iniciar al dar una palmada.	- Pito  - Sacos.  - Cronometro.	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno
Principal	Destreza Motriz Básica - Saltar  Área Lúdica - Ensacados - Pelea de gallos - Carrera de canguros	- Pelea de gallos: En parejas se enfrentan en cuclillas, colocando las palmas de las manos al frente, comienzan a empujarse entre compañeros y tratan de hacerse caer uno al otro. Pueden dar saltitos y esquivar y esquivar los empujones, pero no levantarse ni tomarse de las manos. - Carrera de canguros: Los niños forman filas de 8, ponen entre sus piernas una pelota mediana y a la señal van saltando los aros que se ubican en el piso. - La Soga: Se toman los extremos y se bate, cada una de las personas debe ingresar saltando, quienes baten cantan en coro: Monja, viuda, soltera, casada... hasta cuando la persona pierde por no saltar debidamente.	30'	- Realizar variantes	- Conos  - Colchonetas  - Globos  - Soga de cabuya	- Regular  - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 5**  
**ÁREA** : ARTÍSTICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR EQUILIBRIO A TRAVÉS DEL ÁREA FÍSICO DEPORTIVA PARA MEJORAR LOS DIFERENTES SEGMENTOS CORPORALES.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	Limón, Medio Limón, Limón: En grupos forman un círculo y se enumeran, el primero Repite un limón, medio limón y cualquier limón (número) que este dentro del grupo, el que se equivoca o se demora en repetir sigue saliendo	10'	Técnica Recreativa - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para realizar la actividad establecida.  - Iniciar al ritmo de la música.  - Salir a orden del profesor  - Realizar variantes	- Pito. - Grabadora - C D. - Tomates. - Libros - Objetos - Bastones	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Principal	Destreza Motriz Básica - Equilibrio  Área Físico Deportiva - El malabarista - Postas de equilibrio - Carrera de bastones	- El malabarista: Avanza con el bastón en equilibrio con una mano, hasta un sitio determinado, al regresar realiza con la otra mano, así sucesivamente hasta pasar todo el grupo. Colocar horizontalmente sobre la cabeza el bastón y tratar de mantenerlo. - Posta de equilibrio: Ubicados en columnas tras la línea de salida, los primeros corren con varios objetos sobre la cabeza con dirección al extremo contrario del espacio delimitado, para luego regresar y entregar al siguiente compañero, el que realizara el mismo recorrido, continúa hasta pasar que todos hayan realizado. - Carrera de bastones: Forma columnas detrás de la línea de salida, a la señal los niños situados en el primer lugar deben dirigirse corriendo hacia la línea de llegada, llevando el bastón en equilibrio sobre la mano sin que caiga, cada vez que el bastón toque el suelo el niño debe volver a la línea de salida, cuando cruza la línea de llegada el niño debe regresar a toda velocidad y entregar el bastón al siguiente integrante hasta pasar todo el grupo.	30'			
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 6**  
**ÁREA** : LÚDICA. **DOCENTE: JUAN CARLOS LUGUAÑA**  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS: A Y B**  
**OBJETIVO** : MEJORAR LA DESTREZA DE ATRAPAR POR MEDIO DEL ÁREA LÚDICA PARA UN ADECUADO CONTROL POSTURAL.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	Pedro llama a Pablo Forman un círculo los participantes, todos sentados. El jugador que está a la cabeza comienza diciendo su nombre y llamando a otro jugador, ejemplo: "Pedro llama a María", etc.	10'	Técnica Recreativa - Formar 4 grupos homogéneos de 22 niños(as) para las actividades establecidas.  - Respetar las reglas establecidas	- Pito.  - Cronometro  - Conos.	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno
Principal	Destreza Motriz Básica - Atrapar  Área Lúdica - Lanzadas - Las congeladas - Atrapando colores	Pasar la Pelota - Establecer un espacio determinado y formar filas e ir pasando la pelota por sobre la cabeza, al regreso ir pasando por las entre las piernas. Las congeladas - Un niño del grupo congela con la pelota, el que es tocado pasa a congelar. No se deben salir del espacio determinado. Atrapando colores: - Establecer el espacio para la actividad, niño que sale del área determinado queda eliminado Se colocan en el centro del terreno representando a cada color, un representante lanza el cuadrado y según el color que caiga trataran de capturar al mayor número de niños.	30'	- Se da inicio a la orden del profesor . -Realizar variantes	- Pelotas de tennis, de plástico y elaboradas.  - Pelotas de diferentes tamaños  - Semillas  - Cuadrado elaborado de colores	- Regular  - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 7**  
**ÁREA** : AIRE LIBRE. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE CAMINAR POR MEDIO DEL ÁREA AL AIRE LIBRE PARA LOGRAR MANTENER UNA RELACIÓN CONSCIENTE ENTRE EL NIÑO Y EL MEDIO QUE LO RODEA.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	En grupos pasar la pelota diciendo una palabra: Forman un círculo y comienzan a pasar una pelota diciendo cada uno una palabra el niño, que no dice una palabra mientras pasa la pelota o repite sale y al final paga penitencia, baile, canto...etc.	10'	Técnica Recreativa -Formar 4 grupos homogéneos de 22 niños(as) para realizar las actividades establecidas.	- Pito - Bosque.	Parámetros - Excelente
Principal	Destreza Motriz Básica - Caminar	- Caminar libremente por el espacio - Caminar a la señal del profesor y agruparse de 2, 4, 6 etc. - Caminar en línea recta partiendo de un lugar determinado y regresan. - Caminar en hileras zigzagueando entre compañeros - Camina una distancia establecida en grupos y regresan, todo el grupo al sitio de partida.	3h	- Salir en grupo con un profesor de guía. - En grupos realizar diferentes actividades. - Realizar variantes	- Campo traviesa. - Palos	- Muy Bueno - Bueno - Regular
	Área Aire Libre - Caminata - Correr - Lanzar - Equilibrio - Giros	- Caminar por bordes: Los niños caminan por los bordes una distancia establecida y regresan, si cae vuelve al inicio y así sucesivamente todo el grupo. - Correr por diferentes obstáculos sin toparlos - Realiza diferentes actividades de saltos - carreras de orientación: Aprovechando la naturaleza: La estrella: Salir de un punto central para resolver varias tareas, siempre regresando al punto central donde el profesor da nueva tarea. Recoger puntos: Distribuir señales en un terreno limitado y marcarlos en un mapa. Determinar el tiempo, quien localiza más puntos - Actividades múltiples.		- Juegos en la naturaleza	- Múltiples canchas - Pelotas fútbol y básquet - Sacos - Mapas	- Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	20'			

**Elaborado por:** Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 8**  
**ÁREA** : ARTÍSTICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR GIROS POR MEDIO DEL ÁREA ARTÍSTICA PARA MEJORAR LA LATERALIDAD.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	- El espejo: En parejas, desde la posición de sentados uno dirige y el otro hace de espejo, primero a nivel facial, después con el tronco y los brazos. Luego desde la posición de pie con todo el cuerpo, luego Cambian los papeles.	10'	Técnica Recreativa - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para actividades establecidas.  - Dar inicio a orden del profesor.  - Realiza variantes	- Cronometro.  - Grabadora  -Cds.  -Escobas  - Palo  - Cordeles  - Globos	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Principal	Destreza Motriz Básica - Giros  Área Artística - Baile de la escoba - Baile de globos	Baile de la escoba: Establecer un sitio determinado. Todos bailan en parejas a excepción de uno, que lo hace con la escoba, cuando este la deja caer, los otros deben cambiar de pareja. Danza Folclórica: Determinar el espacio donde se va a realizar. Bailar música folclórica en grupos de las diferentes regiones del país. Baile de globos: Los jugadores se colocan por parejas, cada uno lleva atado un globo a su tobillo izquierdo con un cordel. Cuando empieza a sonar la música se inicia el baile. Mientras se baila hay que ir explotando los globos de las demás parejas. Cuando una pareja ya no tiene sus dos globos queda eliminada.	30'			
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 9**  
**ÁREA** : FÍSICO DEPORTIVA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE ATRAPAR MEDIANTE EL ÁREA FÍSICA DEPORTIVA PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	-¡Pisa la Sombra! Se elige un niño, dentro del grupo, el cual trata de pisar la sombra de algunos de sus compañeros. Aquel que se deje pisa, sale para alcanzar la sombra de otro de sus compañeros y así sucesivamente.	10'	Técnica Recreativa - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para realizar las diferentes actividades.  - Iniciar al dar una palmada el profesor.	- Pito.  -Balones	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno
Principal	Destreza Motriz Básica - Atrapar  Físico Deportiva - Pelota al aire - Atrapar, Lanza y Bota - Básquet	Pelota al aire: En un espacio delimitado se colocan pelotas y otros objetos que deben llevar realizando 10 pases entre todo el grupo hacia un lugar determinado y luego regresan al lugar de salida. Atrapa, Lanza y Bota: En parejas, cada uno con balón en el lateral del patio, uno lanza rodando la pelota, el otro corre a atraparla antes de que llegue al extremo contrario. Cuando la alcanza, la lanza al otro que ha de recepcionarla sin que caiga al suelo. Luego se dirige a su compañero, reuniéndose en el extremo contrario, donde comenzamos de nuevo pero cambiando de rol. Básquet: En grupos juegan realizan 10 pases y al aro el equipo que hace aro en los pases establecidos sigue jugando con el equipo ganador del otro grupos y el equipo que hace menos aros sigue jugando con el equipo que hizo menos aros.	30'	- Salir y llegar hacia el lugar determinado.  - Realizar variantes	- Pelotas de plásticos, elaboradas.  - Pelotas de basquet  - Conos	- Bueno  - Regular  - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 10**  
**ÁREA** : LÚDICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR GIROS A TRAVÉS DEL ÁREA LÚDICA PARA MEJORAR EL MANEJO Y CONTROL DEL CUERPO EN EL ESPACIO.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	Pedro llama a Pablo Forman un círculo los participantes, todos sentados. El jugador que está a la cabeza comienza diciendo su nombre y llamando a otro jugador, ejemplo: "Pedro llama a María", etc.	10'	Técnica Recreativa - Realizar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para realizar las actividades establecidas.	- Cronometro - Pañuelo - Camiseta	Parámetros - Excelente - Muy Bueno - Bueno
Principal	Destreza Motriz Básica - Giros Área Lúdica - Gallinita ciega - Ruédala - Baile con cintas	La gallinita ciega: - Los niños(as) forman un círculo uno es la "gallinita ciega", en el centro con los ojos vendados. Los niños que forman el círculo cambian de posición para distraer a la gallinita ciega, esta intenta identificarlos, caso de adivinar, este pasa a ocupar su lugar. Ruédala: Se establece un sitio determinado donde se va a realizar la actividad A la orden del profesor salen los primeros jugadores conduciendo el aro por diferentes obstáculos y regresan a entregar al segundo competidor hasta pasar todo el grupo. Baile con cintas: Los niños(as) realizaran ejercicios previos de girar a la derecha e izquierda, con movimientos de: serpentinas y horizontales con cinta al ritmo de la música (lento/rápido). El profesor da la orden para que los estudiantes giren su cuerpo moviendo la cinta en la dirección y con el movimiento indicado de cintas.	30'	- Iniciar a orden del profesor.  - Realizar variantes	- Ulas - Llantas - Conos. - Palitos de 3 60cm de largo - Cintas de 2m	- Regular - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 11**  
**ÁREA** : MANUAL. **DOCENTE**: JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS**: A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR EQUILIBRIO A TRAVES DEL ÁREA MANUAL PARA MEJORAR LA COORDINACION Y CREATIVIDAD.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación,	- Pelota caliente: En círculo, sentados o de pie. El animador/a explica que la persona que reciba la pelota tiene que darse a conocer, diciendo: El nombre con el que le gusta que la llamen. Su lugar de procedencia, algunos gustos, deseos. Todo eso hay que hacerlo rápido para no quemarse. Inmediatamente terminada la presentación se lanza la pelota a otra persona que continúa con el juego.	10'	Técnica Recreativa - Formar 4 grupos homogéneos de 22 niños(as) para realizar las actividades establecidas.  - Salir y llegar hacia el lugar determinado.  - Realizar variantes	- Pito.  -Papel periódico  - Papel crepe  - Cronometro  - Conos  - Palillos de 40cm	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Principal	Destreza Motriz Básica - Equilibrio  Área Manual - Sombrero de papel - Banderines - La carretilla	Sombrero de papel - Caminar llevando el sombrero de papel elaborado sobre la cabeza hacia una distancia determinada, y luego volver al sitio de salida, y así sucesivamente hasta pasar todo el grupo. Banderines - Los niños(as) elaboran banderines, luego trasladan de un lugar determinado a otro sitio llevando en la mano sin dejar caer, si el niño(a) hace caer regresa al inicio y así sucesivamente hasta pasar todo el grupo. La carretilla: - En parejas un compañero agarrado de las rodillas, para evitar que se golpee, traslada hasta el sitio determinado, mientras la otra pareja se prepara para salir y así sucesivamente hasta pasar todo el grupo.	30'			
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 12**  
**ÁREA** : FÍSICO DEPORTIVA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE CORRER A TRAVES DEL ÁREA FÍSICO DEPORTIVA PARA DESPLAZARSE TEMPORO – ESPACIAL.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIASMETODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	En grupos pasar la pelota diciendo una palabra: Forman un circulo y comienzan a pasar una pelota diciendo cada uno una palabra el niño, que no dice una palabra mientras pasa la pelota o repite sale y al final paga penitencia , baile, canto...etc.	10'	Técnica Recreativa -Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para realizar las actividades establecidas.  - Iniciar a orden del profesor.	- Pito.  - Conos  - Tarjetas	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno
Principal	Destreza Motriz Básica - Correr  Físico Deportiva - Carrera de números - El Túnel - Postas de ida y vuelta	Carrera de números: Salir corriendo desde un sitio determinado - Correr en grupos numerados el profesor dice un número y el alumno gira y corre por detrás de grupo. - Cada estudiante tiene su número al momento que el profesor dice un numero el estudiante de cada grupo corre una distancia determinada y regresa a su puesto. El Túnel: Ubicarse en fila con las piernas abiertas, separados unos de otros 1m. El primero de la fila lanza el balón rodando por el suelo entre las piernas de todos y cuando llegue al último de la fila, este lo coge y corre a ponerse primero y realiza lo mismo hasta que todos lo realicen. Postas de ida y vuelta: Forma 4 columnas tras la línea de salida, los primeros de cada columna cogen un objeto y se desplazan en carrera hasta la línea de llegada, donde cambia con un objeto diferente, el mismo que al llegar a la línea de partida será entregada al siguiente compañero, así sucesivamente hasta que todos hayan participado. Los objetos serán transportados con dos manos	30'	-Realizar variantes	- Pelotas de diferentes tamaños  - Cronometro  - Bastones 20 cm	- Regular  - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feddback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 13**  
**ÁREA** : FÍSICO DEPORTIVA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE LANZAR POR MEDIO DEL ÁREA LÚDICA PARA MEJORAR LOS SEGMENTOS CORPORALES.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	- Los países: Con una pelota el niño elige un país, y el primer jugador debe lanzar la pelota hacia arriba y grita el nombre de un país que este entre los participantes. El jugador que representa a dicho país, debe correr a buscar la pelota mientras los demás corren. Al coger la pelota, el jugador grita "alto ahí" y todos los participantes se quedan parados en el lugar, el jugador que tiene la pelota, da 3 pasos y se acerca al jugador y lanza la pelota, si es alcanzado, es el turno del jugador golpeado y así hasta pasar todo el grupo	10'	Técnica Recreativa - Formar 4 grupos de 22 niños(as) para realizar las actividades establecidas.  - Iniciar a orden del profesor.  - Lanzar de una distancia determinada  - Realizar variantes	- Pito  - Pelotas elaboradas de trapo o papel  - Cuadrado elaborado de colores  - Cronometro.  - Conos.	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Principal	Destreza Motriz Básica - Lanzar  Área Lúdica - Lanzadas - La diana - Las quemadas	Lanzadas - Se delimita la cancha para que participen todos los grupos. Se organiza en grupos para jugar, y cada equipo en un extremo de la cancha, los dos equipos pueden establecer reglas antes de iniciar el juego. La Diana - Se determina el espacio y se pinta con una tiza una diana en la pared, desde una distancia determinada se lanzan trozos de tiza intentando dar en el blanco (la tiza deja una señal al impactarse). Las Quemadas - Un niño de grupo quema con la pelota elaborada el que es tocado paga penitencia, baile, adivinanza, etc. No deben salir del espacio determinado porque si no pierde.	30'			
Final		Vuelta a la calma Feddback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 14**  
**ÁREA** : MANIPULATIVA. **DOCENTE: JUAN CARLOS LUGUAÑA**  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS: A Y B**  
**OBJETIVO** : MEJORAR LA DESTREZA DE BATEAR POR MEDIO DEL ÁREA FÍSICO DEPORTIVA PARA MEJORAR LA PRESISCIÓN Y SU RELACIÓN INTERPERSONAL.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	Me pica En grupo uno a uno van diciendo su nombre y lo que les pica, y el nombre y lo que le picaba a cada persona que ha hablado antes de ellos.	10'	Técnica Recreativa - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para las actividades establecidas.	-Pito  - Cronometro	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno
Principal	Destreza Motriz Básica - Batear  Físico Deportiva - Beisbol - Relevos de Zonas	Beisbol En grupos señalan un espacio para juegan un tiempo determinado el equipo que pierde sale y entra otro grupo hasta pasar todos los grupos. Relevo de zonas Uno del equipo hace de pasador. Una pelota por equipo. Se marcan cinco zonas. A la señal, el primero de cada equipo lanza el balón a su pasador y corre a la zona 1, allí recibe el balón de su pasador y sin salir de ella lanza nuevamente y se desplaza a la zona 2, donde realizará la misma acción, pasando por todas las zonas hasta traspasar la línea de llegada. Vóley - Forman grupos y juegan hasta los 10 puntos dos set el equipo que perdió los 2 set debe pagar penitencia realizando una activada como cantar, bailar.	30'	- Señalar el espacio disponible.  - Dar inicio a orden del profesor  - Realizar variante	- Pelota elaborada o adquirida.  - Pelotas de tennis  - Palo  - Tiza  - Pelotas de vóley  - Conos	- Bueno  - Regular  - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feddback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 15**  
**ÁREA** : SALUD. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : ACRECENTAR EL EQUILIBRIO A TRAVES DEL ÁREA DE LA SALUD PARA ESTABLECER ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación,	Canasta revuelta Todos los participantes forman en círculo con sus respectivas sillas. El coordinador señala a cualquiera diciendo ¡piña!, éste debe responder el nombre del compañero que este a su derecha. Si le dice: ¡naranja!, debe decir el nombre del que está a su izquierda. Si se equivoca o tarda más de 3 segundos, en responder, pasa al centro y el coordinador ocupa su puesto. En el momento que se diga ¡canasta revuelta! todos se cambian de asiento. (El que está al centro, deberá aprovechar esto para ocupar uno y dejar a otro compañero en el centro).	10'	Técnica Recreativa - Formar 4 grupos homogéneos de 22 niños(as) para elaborar cartel sobre la alimentación, hábitos de aseo.  - Charla sobre la importancia de la alimentación, hábitos de aseo.  - Observar videos sobre la alimentación y hábitos de aseo.	- Carteles  - Laminas  - Videos  - Charlas  - Marcadores  - Cartulinas	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Principal	Destreza Motriz Básica - Equilibrio  Área de la Salud - Alimentación - Hábitos de aseo - Elaborar carteles	Alimentación Charlas sobre la importancia de la alimentación para mantener el equilibrio corporal. - Importancia de los diferentes alimentos (frutas cereales) Hábitos de aseo: Indicar sobre la importancia del aseo personal, antes y después de realizar actividades recreativas. Lavarse las manos antes de cada comida, bañarse antes y después de realizar cualquier actividad física o recreativa. Elaborar carteles: - De la pirámide alimenticias para tener una alimentación equilibrada y saludable. - De los hábitos de aseo para prevenir enfermedades - ver videos relacionados a la alimentación y hábitos de aseo - Importancia de la actividad recreativa para mejora la calidad de vida, y no estar expuestos a enfermedades crónicas (obesidad, sedentarismo).	30'			
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 16**  
**ÁREA** : LÚDICA. **DOCENTE: JUAN CARLOS LUGUAÑA**  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS: A Y B**  
**OBJETIVO** : MEJORAR LA DESTREZA DE SALTAR POR MEDIO DEL ÁREA LÚDICA PARA CONTRIBUIR EN EL PROCESO FORMATIVO DEL NIÑO.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIASMETODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	-Y si no hay oposición Y si tienes muchas ganas de reír, ¡ja! ¡ja! Y si tienes la ocasión, y si no hay oposición, no te quedes con las ganas de reír, ¡ja! ¡ja! Se continúa reemplazando la acción: cantar, aplaudir, silbar, zapatear.	10'	Técnica Recreativa - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para participar en las actividades establecidas.  - Se da inicio al momento que gire 5 veces la cuerda.	- Pito.  - Conos.  - Tarjetas	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular
Principal	Destreza Motriz Básica - Saltar  Área Lúdica - El reloj - Carrera de saltos Carrera de conejos	Al reloj -Un niño en el centro y los demás forman un círculo, el niño del centro comienza hacer girar la cuerda y los demás deben saltar para no pisar, el que pisa va saliendo. Carrera de saltos -Se ubican por grupos y a orden de profesor salen saltando con dos pie hacia un sitio determinado y así sucesivamente todo el grupo. Carrera de conejos - Forman 4 filas detrás de una línea y a la orden del profesor salen corriendo imitando a los conejos hasta el lugar establecido y regresan y así sucesivamente hasta pasar todo el grupo.	30'	- Cumplir las reglas establecidas -Realizar variantes	- Cuerdas	- Regular  - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 17**  
**ÁREA** : ARTISTICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : MEJORAR EL EQUILIBRIO POR MEDIO DEL ÁREA ARTÍSTICA PARA LOGRAR MANTENER EL CONTROL POSTURAL DEL CUERPO.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	- El espejo: En parejas, desde la posición de sentados uno dirige y el otro hace de espejo, primero a nivel facial, después con el tronco y los brazos. Luego desde la posición de pie con todo el cuerpo, luego Cambian los papeles.	10'	Técnica Recreativa -Formar 8 grupos de 11 niños(as) para bailar las actividades establecidas.  -Iniciar al compás de la música.	- Tiza  -Cronometro.  -CD	Parámetros - Excelente
Principal	Destreza Motriz Básica - Equilibrio  Área Artística - Baile Nacional - El baile del sombrero - Carrera de huevo y cuchara	Baile Nacional: En grupos bailan diferentes ritmos de música nacional el grupo que baila más canciones es el ganador. El baile del sombrero: Se colocan en parejas y empiezan a bailar cuando suene la música, uno de los componentes de una pareja lleva el sombrero, al empezar el baile se lo pasara a otro jugador, y éste a otro, así hasta que acabe la canción, el jugador que en ese momento lleve el sombrero deberá hacer algo que le ordenen los demás: imitar a alguien, contar un chiste, cantar una canción. Etc. Carrera de huevo y cuchara: Se determina el espacio donde se va realizar la actividad, los participantes se ubican en una línea establecida para la salida. Sujetan una cuchara con la boca y colocan un huevo duro en la parte ancha. A la señal, todos los jugadores se dirigen a la meta llevando el huevo con la cuchar, si cae tiene que volver a la salida y empezar de nuevo.	30'	- Establecer el espacio disponible para realizar cada actividad.  -Realizar variantes	- Grabadora  - Sombrero  - Cuchara  - Huevo  - Conos.	- Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Final		Vuelta a la calma Feddback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 18**  
**ÁREA** : LÚDICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE CORRER A TRAVEZ DEL ÁREA LÚDICA PARA MEJORAR EL SENTIDO RÍTMICO.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	-¡Pisa la Sombra! Se elige un niño, dentro del grupo, el cual trata de pisar la sombra de algunos de sus compañeros. Aquel que se deje pisa, sale para alcanzar la sombra de otro de sus compañeros y así sucesivamente.	10'	Técnica Recreativa - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para jugar a las quemadas.  - Iniciar al dar una palmada el profesor.  -Realizar variantes	- Pito.  -Pelotas elaboradas de trapo o papel.  - Cuerdas  - Trozo de papel  - Conos.  - Cronometro	Parámetros - Excelente  - Muy Bueno  - Bueno  - Regular  - Deficiente
Principal	Destreza Motriz Básica - Correr Área Lúdica - Las Quemadas - Pisar la cola - Policías y ladrones	Las quemadas: Un niño de grupo quema con la pelota elaborada el que es tocado paga penitencia, baile, adivinanza, etc. No deben salir del espacio determinado durante el juego. Pisar la cola: Determinar el terreno, los niños(as) una cuerda larga se atan a la cintura de los jugadores quienes se colocan en la parte posterior un trozo de papel (cola). Cada jugador intenta desgarrar la cola de los demás colocando el pie encima del pedazo de papel que llevan atado. El jugador que arranca la cola utilizando manos sale eliminado Policías y ladrones: Forman grupos de policías y ladrones, los policías deben perseguir a los ladrones que salen corriendo, los ladrones atrapados se meten en la cárcel, que será un lugar determinado por todos, como sentar en las gradas, espacio determinado. El juego se termina cuando no quedan ladrones libres. Se inicia el juego de nuevo, pero se cambian los papeles. Los policías harán de ladrones y los ladrones, de policías.	30'			
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'			

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 19**  
**ÁREA** : LÚDICA. **DOCENTE:** JUAN CARLOS LUGUAÑA  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS:** A Y B  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE SALTAR A TRAVES DEL ÁREA LÚDICA PARA MEJOR EL CONTROL DEL CUERPO.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	Limón, Medio Limón, Limón: En grupos forman un círculo y se enumeran, el primero Repite un limón, medio limón y cualquier limón (número) que este dentro del grupo, el que se equivoca o se demora en repetir sigue saliendo	10'	Técnica Recreativa - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para realizar las actividades establecidas.	- Pito.	Parámetros - Excelente
Principal	Destreza Motriz Básica - Equilibrio	Rayuela: Se realiza en el suelo cuatro formas de rayuela y cada grupo debe tener una ficha, el primero de cada grupo da inicio, lanza la ficha al primer cuadro hasta culminar en la casilla número 12, así sucesivamente hasta terminar.	30'	- Dibujar 4 rayuelas en el suelo con 12 cuadros cada uno, Ej. Del avión, del gato, del caracol, del reloj, etc.	- Fichas.	- Muy Bueno
	Área Lúdica - La rayuela - Saltar la cuerda - La pata coja	Saltar la cuerda: Cada niño va saltando la cuerda hasta un sitio determinado, un pie, dos pies, alternados, cruzado, también va corriendo hasta pasar todo el grupo. La pata coja: Un niño toma al otro del tobillo; en posición de paloma este debe girar hacia uno y otro lado saltando sobre un pie, en el espacio delimitado y así sucesivamente hasta realizar todo el grupo.		- Iniciar al dar una palmada el profesor.	- Diferentes objetos.	- Bueno
Final		Vuelta a la calma Feedback de las actividades realizadas.	5'	-Realizar variantes a los juegos	- Cronometro - Cuerda	- Regular - Deficiente

Elaborado por: Investigador

**MODELO DE PLAN DIARIO RECREATIVO DE DESTREZA MOTRIZ BÁSICA  
PARA LOS NIÑOS(AS) DE CUARTO AÑO DE BÁSICA**

**ESCUELA** : FISCAL MIXTA "COSTA RICA"  
**TÍTULO DEL PROGRAMA** : ME GUSTA APRENDER JUGANDO. **SEMANA No 20**  
**ÁREA** : FÍSICO DEPORTIVA. **DOCENTE: JUAN CARLOS LUGUAÑA**  
**TEMA** : PROGRAMA RECREATIVO.  
**AÑO DE BÁSICA** : CUARTO DE BÁSICA **PARALELOS: A Y B**  
**OBJETIVO** : DESARROLLAR LA DESTREZA DE LANZAR POR MEDIO DEL ÁREA FÍSICO DEPORTIVA PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN.

FASES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Inicial	Dinámica de presentación	<p>Pelota caliente:            En círculo, sentados o de pie. El animador/a explica que la persona que reciba la pelota tiene que darse a conocer, diciendo:            El nombre con el que le gusta que la llamen. Su lugar de procedencia, algunos gustos, deseos.            Todo eso hay que hacerlo rápido para no quemarse.            Inmediatamente terminada la presentación se lanza la pelota a otra persona que continúa con el juego.</p>	10'	<p>Técnica Recreativa            - Formar 8 grupos homogéneos de 11 niños(as) para las actividades establecidas.            - Se da inicio a la orden del profesor.            -Realizar variantes a los juegos</p>	<p>- Pito.            -Conos.            - Balones            -Pelotas de plástico y elaboradas.            - Semillas</p>	<p>Parámetros            - Excelente            - Muy Bueno            - Bueno            - Regular            - Deficiente</p>
Principal	<p>Destreza Motriz Básica            - Lanzar</p> <p>Físico Deportiva            - Los países            - De precisión            - Pase sin pique</p>	<p>Los países:            - Con una pelota el primer jugador lanza la pelota hacia arriba y grita el nombre de un país que este entre los participantes. El jugador que representa a dicho país, corre a buscar la pelota mientras los demás corren. Al coger la pelota, el jugador grita "alto ahí" y todos los participantes se quedan parados en el lugar, el jugador que tiene la pelota, da 3 pasos y se acerca al jugador y lanza la pelota, si es alcanzado, es el turno del jugador golpeado y así hasta pasar todo el grupo</p> <p>De precisión:            - Determinar el espacio disponible y a la señal del profesor comienzan a lanzar la pelota hacia un objeto determinado (balde o saco) tratando ingresarlo.</p> <p>Pase sin pique:            - Se delimita el espacio, luego en grupos juegan a pasar la pelota por encima de la red, sin que pique en el suelo, no vale agarrar la pelota, deben empujar hacia arriba tan pronto como la reciban. El grupo que deja caer, recibe un punto en contra.</p>	30'			
Final		<p>Vuelta a la calma            Feddback de las actividades realizadas.</p>	5'			

Elaborado por: Investigado

## CAPITULO VI

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 6.1 CONCLUSIONES

- En el diagnóstico del desarrollo de los niveles de destrezas motoras básicas en los niños estudiados, las de mayor desarrollo fueron: atrapar la pelota con ambas manos, equilibrio sobre un pie, correr y lanzar el balón.
- Las destrezas que mostraron un menor nivel de desarrollo en este diagnóstico fueron: salto sobre un pie, batear y caminar hacia atrás en línea recta.
- Los niveles de desarrollo de las destrezas motoras básicas, que obtuvieron un mayor resultado después de aplicado el programa recreativo fueron caminar, atrapar, equilibrio y correr.
- Las áreas que mejor contribuyeron al desarrollo de las destrezas motrices básicas fueron: la artística, aire libre, físico deportiva, de salud, manual y lúdica.
- El programa recreativo aplicado incide positivamente en el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños(as) objeto de estudio, confirmando la hipótesis principal de que la aplicación de un programa recreativo incide en el desarrollo de las Destrezas Motrices Básicas de los niños de 8 a 9 años.

## 6.2 RECOMENDACIONES

- Aplicar un programa recreativo como vía para influir en el mejoramiento de las destrezas motrices básicas en niños(as), de 8 a 9 años de edad.
- Impartir charlas a los padres de familia, profesores y autoridades sobre la importancia de un programa recreativo para el desarrollo de destrezas motrices básicas en los niños (as).
- Considerar en la elaboración de un programa recreativo para niños (as) de 8 a 9 años las actividades artísticas, al aire libre y las físicas deportivas.
- Divulgar del programa recreativo propuesto en esta investigación para que constituya un referente para otros docentes en su trabajo por el desarrollo de las destrezas motrices básicas en los niños(as) y su formación integral.
- Promover valores por medio de las actividades recreativas.
- Incrementar actividades recreativas a través de campeonatos deportivos, paseos, caminatas; creando hábitos hacia el movimiento.
- Realizar estudios sobre las influencias de la actividad recreativa en el desarrollo de las destrezas motrices en otros grupos poblacionales.

**BIBLIOGRAFÍA**

*Revista Digital.* (11 de Septiembre de 2006). Obtenido de Buenos Aires-Año 11 - Nº 100: <http://www.efdeportes.com/>

*El Deporte.* (3 de Abril de 2012). Obtenido de [www.eldeporte.com](http://www.eldeporte.com)

*El Recreacionismo.* (12 de 04 de 2012). Obtenido de [www.monografias.com/usuario/perfiles/Freddy\\_tipa\\_n](http://www.monografias.com/usuario/perfiles/Freddy_tipa_n)

*Monografias.com.* (Marzo de 30 de 2012). Obtenido de [www.monografias.com/usuario/perfiles/haydee\\_mayora](http://www.monografias.com/usuario/perfiles/haydee_mayora)

*Motricidad.* (14 de 05 de 2012). Obtenido de <http://www.redcreacion.org/revista/reto0.html>

*Recreacion.* (13 de 03 de 2012). Obtenido de [www.monografias.com/usuario/perfiles/Haydee\\_mayora](http://www.monografias.com/usuario/perfiles/Haydee_mayora)

*Redcreación.* (16 de Enero de 2012). Obtenido de Vol. I: [www.redcreacion.org/revista/retoO.html](http://www.redcreacion.org/revista/retoO.html)

*Tipos de Recreación.* (26 de 13 de 2012). Obtenido de <http://www.tiposde.org/cotidianos/574-tipos-de-recreacion/#ixzz2a17fQ7Ae>

Batallas. (2000). *Habilidades motrices.* Barcelona: Inde Publicaciones.

Brinnitzer. (2008). *Juegos y Técnicas de Recreación* (4 ed.). Buenos Aires: Bonum.

Carlos Alberto Rico (Argentina), H. G. (24 de Marzo de 2012). *Coordinación Internacional Área de Recreación.* Obtenido de [www.sportsalut.ar](http://www.sportsalut.ar)

Carlos Alberto Rico (Argentina), H. G. (24 de Marzo de 2012). *Funlibre.org.* Obtenido de [www.funlibre.org](http://www.funlibre.org)

Cepeda, E. (2003). *Principios y Tecnicas Recreativas para Expresion Artística del Niño.* San José: EUNED.

- Ciencia, M. d. (2006). *Innovación, cultura y poder en las instituciones educativas*. Madrid: Secretaria General Tecnica.
- Diaz Lucea, J. (1999). *La Enseñanza y Aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Motrices Basicas*. Barcelona, España.
- Domínguez. (27 de Marzo de 2001). *Monografías*. Obtenido de [www.monografias.com/usuario/perfiles/idania\\_dominguez\\_dominguez](http://www.monografias.com/usuario/perfiles/idania_dominguez_dominguez)
- Dougherty. (2005). *Educacion Fisica y Deportes*. Barcelona, España: Reverte S.A.
- Duque, H. (2000). *Pedagogo del Tiempo Libre*. Bogotá: San Pablo.
- García, M. E. (2009). *Dinamicas y Estrategias de Recreación*. Murcia: Graó.
- Gomez, R. (2000). *El Aprtendizaje de las Habilidades y Esquemas Motrices en el Niño y El Joven*. Buenos Aires: Stadiun.
- Haydee. (13 de Marzo de 2012). *Monografias.com*. Obtenido de [www.monografias.com/usuario/perfiles/Haydee\\_mayora](http://www.monografias.com/usuario/perfiles/Haydee_mayora)
- Hernández, J., Velásquez, R., & otros., y. (2004). *La evaluación en educación física*. Barcelona: Graó.
- Icarito. (2010).
- Icarito. (2010). *Última Actualizacion*.
- Icarito. (2012). *Juegos*. Obtenido de [www.icarito.cl/.../articulo/.../recreacion/.../68-8666-9-los-juegos-shtm](http://www.icarito.cl/.../articulo/.../recreacion/.../68-8666-9-los-juegos-shtm)
- Kaplan, B. (2006). *Recreacion. Jugar y Aprender Cuando Terminan las Clases*. Buenos Aires: Ediciones Educativas.
- López, V., & R, y. o. (2003). *Buscando Alternativas a la Forma de Entender Y Practicar la Educación Fisica Escolar*. Barcelona: Inde Publicaciones.
- M., E. (2009). *GUIA-EDU.PREESCOLAR*. Obtenido de [www.conafe.gob.mx/educacioncomunitaria/](http://www.conafe.gob.mx/educacioncomunitaria/)

- Maestros, C. d. (2006). *Educacion Fisica*. Madrid: Mad, Sevilla.
- Miller, K. (2005). *Paso a paso*. Barcelona: Ceac.
- Moyles, J. (1999). *El Juego en la Educacion Infantil y Primaria*. Madrid: Morata.
- Omeñaca, R. R. (2005). *Juegos Cooperativos y Educacio Fisica* (3ra. ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Pérez. (2003). *Cordinación Aereas de Recreación*. Buenos Aires: Educativa.
- Pila, M. (2009). *Fundamentos Teoricos de la Educacion Fisica*. Madrid: Pila, Teleña.
- Ryan, M. (2004). *La Narracion como Realidad Virtual*. Barcelona: Paidós.
- Shaffer. (2007).
- Shaffer, D., & Kipp, K. (2007). *Psicología del desarrollo*. . Mexico: Thomson .
- Vargas. (26 de Marzo de 2013). *Monografias*. Obtenido de [www.monografias.com/usuario/perfiles/migdalys\\_vargas](http://www.monografias.com/usuario/perfiles/migdalys_vargas)
- Vargas, C. M. (2003). *Tesis en Opcion al Titulo Academico de Master Actividad Fisica en la Comunidad*.
- Vargas, C. M. (2009). *Test de Desarrollo Motor Grueso de Ulrich*.
- Welsman. (2000).