

RESUMEN

Esta investigación determina la incidencia de las actividades físicas y recreativas como alternativa para fortalecer la convivencia, la muestra de estudio corresponde a 12 niños/as de (10-12 años) del club deportivo “Los Arupos” ubicado en Sangolquí. Para la aplicación del programa físico recreativo se procedió al estudio de factores que inciden en los intereses para el fortalecimiento de la convivencia de los infantes por medio de tres cuestionarios, el GPAQ, Recreación y Convivencia, estructurando un programa con alto grado de motivación y satisfacción para los niños. Se plantearon actividades para el desarrollo de convivencia considerando el enorme interés en la comunicación asertiva, creatividad y trabajo en equipo, con énfasis en sus vínculos sociales sin descuidar su rendimiento deportivo. Se realizó en conjunto con algunas áreas de recreación con promedio de 30 minutos. En el programa se consideró actividades adecuados a su faja etaria, tomando en cuenta sus capacidades y preferencias asimilando la enseñanza bajo métodos de aprendizaje especialmente con el juego. Se concluyó y se determinó una vez aplicado los cuestionarios, que las actividades físicas y recreativas promueven el fortalecimiento de la convivencia, así como sus valiosos aportes en el mejoramiento de su salud mental y física.

Palabras Claves:

- **CONVIVENCIA**
- **RECREACIÓN**
- **ACTIVIDADES RECREATIVAS**
- **ACTIVIDAD FÍSICA**
- **CATEGORÍA ALEVÍN**

ABSTRACT

This investigation determines the incidence of physical and recreational activities as an alternative to strengthen coexistence; the study sample corresponds to 12 children (10-12 years) of the sports club "Los Arupos" located in Sangolquí. For the application of the recreational physical program, we studied the factors that affect the interests for strengthening the coexistence of infants through three questionnaires, the GPAQ, Recreation and Coexistence, structuring a program with a high degree of motivation and satisfaction for the children. Activities for the development of coexistence were considered considering the enormous interest in assertive communication, creativity and teamwork, with emphasis on their social ties without neglecting their sports performance. It was done in conjunction with some recreation areas with an average of 30 minutes. In the program, activities appropriate to their age group were considered, taking into account their abilities and preferences, assimilating teaching under learning methods, especially with play. It was concluded and determined once applied the questionnaires, that physical and recreational activities promote the strengthening of coexistence, as well as their valuable contributions in improving their mental and physical health.

Keywords:

- **COEXISTENCE**
- **RECREATION**
- **RECREATIONAL ACTIVITIES**
- **PHYSICAL ACTIVITY**
- **ALEVÍN CATEGORY**