



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR DE GRADO
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TEMA:

LA CULTURA FÍSICA Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN LOS NIÑOS DE INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA ISIDRO AYORA CUEVA DE LA PARROQUIA VENTANAS.

AUTORES:

USHCA ROCHINA NANCY JOMAIRA

TUTOR:

MARTÍN GARCÍA YOEL

BABAHOYO – LOS RIOS – ECUADOR

2022



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



DEDICATORIA

Dedico este trabajo al ser supremo, a Dios el maestro de mi vida, por darme todo cuanto necesito para seguir progresando en vida personal, pues sin el nada hubiera sido posible.

A mis padres que sin limitar sus esfuerzos me han apoyado para que hoy haya hecho realidad uno de mis sueños. En especial a mi madre Delia Rochina que es pilar fundamental para mi vida, por el amor y la amistad que compartimos desde siempre. A mi hermana y a mi hijo y a todas las personas que contribuyeron a la obtención de este ideal, a ellos dedico este trabajo.

Nancy Ushca Rochina



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



AGRADECIMIENTO

En toda instancia he sentido la presencia de nuestro padre celestial, gracias a él por preservar mi vida, por vivir en mi corazón y conducir cada paso que doy, por bendecir mis logros.

A la ilustre Universidad Técnica de Babahoyo por contribuir en mi desarrollo profesional, agradezco a los licenciados y licenciadas guías de mi espíritu en los altares del saber, por su apoyo profesional, por sus nobles afectos y consideraciones.

A las personas que hicieron de este estudio una oportunidad para mi desarrollo profesional a todos los que tienen una pertenencia en mi corazón.

Nancy Ushca Rochina



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
RESUMEN	VII
ABSTRACT	VIII
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I.- DEL PROBLEMA	11
IDEA O TEMA DE INVESTIGACIÓN	11
MARCO CONTEXTUAL	11
Contexto Internacional.....	11
Contexto Nacional.....	11
Contexto Local.....	11
Contexto Institucional.....	12
SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	13
PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA.....	14
Problema General	14
Subproblemas o derivados.....	14
DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	15
JUSTIFICACIÓN	16
OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	17
Objetivo General	17
Objetivos Específicos.....	17
CAPÍTULO II.- MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL	18
MARCO TEÓRICO.....	18
MARCO CONCEPTUAL	18
Cultura física.....	18
Habilidades Motrices Básicas.....	19



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO



FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Estilo de vida	21
Actividades lúdicas.....	22
Actividades físicas	23
Recreación.....	24
Niños	25
Guía	26
MARCO REFERENCIAL SOBRE LA PROBLEMÁTICA DE LA INVESTIGACIÓN	28
Antecedentes Investigativo.....	28
Categorías de Análisis.....	30
POSTURA TEÓRICA	31
HIPÓTESIS.....	32
Hipótesis general.....	32
Subhipótesis o derivados	32
VARIABLES	33
Variable independiente:.....	33
Variable dependiente:.....	33
POBLACIÓN Y MUESTRA DE INVESTIGACIÓN.....	33
Población y Muestra.....	33
CAPÍTULO III RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	34
PRUEBA ESTADÍSTICA DE COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS	34
Tabla # 1 coordinación y agilidad	34
Tabla # 2 Capacidades motrices.....	35
Tabla # 3 comportamiento.....	36
Tabla # 4 velocidad y resistencia.....	37
Tabla # 5 cultura física.....	38
Tabla # 6 clases de cultura física	39
Tabla # 7 personal capacitado.....	40
Tabla # 8 actividades motrices	41
Tabla # 9 inclusión de profesionales	42
Tabla # 10 área fundamental	43
CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES.....	44
Específicas	44



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO

FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



General.....	44
RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES	45
Específicas	45
General.....	45
CAPÍTULO IV.- PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN.....	46
PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS.....	46
Alternativa obtenida	46
Alcance de la alternativa	46
Aspectos básicos de la alternativa	46
Antecedentes	46
Justificación	46
OBJETIVOS.....	48
General.....	48
Específico.....	48
ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA.....	49
TÍTULO:.....	49
RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA.....	54
BIBLIOGRAFIA.....	55
ANEXOS	56



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



RESUMEN

El presente objetivo de la investigación es crear e integrar una guía didáctica de actividades lúdicas para quienes elaboran en el ciclo de educación inicial y de esta manera poder practicar correctamente la cultura física en las habilidades motrices en los niños, haciendo un trabajo efectivo y dinámico evitando que existan lesiones o daños en los niños, y lo más importante dar inicio a una actividad pre-deportiva acorde al desarrollo de sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física.

Esta investigación enfatiza la importancia de la actividad física y el uso adecuado del tiempo de ocio, conociendo que tipos de ejercicios y como realizarlos correctamente mediante la cultura física.

El principal objetivo crear conciencia en los niños de inicial de la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva por ellos transmitir a los estudiantes el propósito de la educación física con las habilidades motrices básicas en el ámbito escolar y los beneficios que se obtendrán con la elaboración de una guía de ejercicios para mejorar el estilo vida y su rendimiento académico.

Para el proceso de estudio se utilizó la metodología de la investigación, compuesta por el diseño que expresa su enfoque cualitativa y transversal luego se tiene la modalidad que es documental y de campo, segundo el tipo de investigación descriptivo, los métodos que son inductivo, deductivo, y analítico-sintético, las técnicas de recolección de datos como la observación, la valoración antropometría y las encuestas aplicadas para brindar un mejor conocimiento y factibilidad al caso de estudio. La cultura física es de gran importancia la planificación para tener un adecuado desarrollo de habilidades motrices por cual conoceremos cual ejecutar y cuáles son las adecuadas para los niños.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



ABSTRACT

The present objective of the research is to create and integrate a didactic guide of ludic activities for those who elaborate in the initial education cycle and in this way to be able to correctly practice physical culture in motor skills in children, doing an effective and dynamic job avoiding that there are injuries or damages in children, and most importantly, start a pre-sports activity according to the development of their basic motor skills through physical culture.

This research emphasizes the importance of physical activity and the proper use of leisure time, knowing what types of exercises and how to perform them correctly through physical culture.

The main objective is to create awareness in the initial children of the Isidro Ayora Cueva Educational Unit by transmitting to the students the purpose of physical education with basic motor skills in the school environment and the benefits that will be obtained with the elaboration of a guide. exercises to improve lifestyle and academic performance.

For the study process, the research methodology was used, composed of the design that expresses its qualitative and transversal approach, then there is the modality that is documentary and field, second, the type of descriptive research, the methods that are inductive, deductive and analytical-synthetic, data collection techniques such as observation, anthropometric assessment and applied surveys to provide better knowledge and feasibility to the case study. Physical culture is of great importance planning to have an adequate development of motor skills by which we will know which to execute and which are appropriate for childre



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



INTRODUCCIÓN

La cultura física estudia los contextos problemas técnicas y fenómenos socio-educativos concernientes con la enseñanza aprendizaje de la Actividad Física como práctica corporal y propulsora que relaciona la acción corporal con normas sociales, valores éticos, salud, tematizando pedagógicamente los conocimientos personales del cuerpo y las prácticas corporales con sentido y significado contextualizado, bajo un enfoque de derechos basados en una educación fundada en el sistema de Educación General.

Con este proyecto es el primero en desarrollarse dentro de la institución educativa es de gran novedad y de actualidad por cuanto dará a conocer la importancia de los ejercicios y cómo influye la cultura física en la calidad de vida de los niños en tiempos de pandemia y fortalecer el rendimiento académico, con las habilidades motrices para dar a conocer nuevos ejercicios, movimientos y el desarrollando dentro de la sociedad en la unidad Educativa Isidro Ayora Cueva en el Cantón Ventanas parroquia Ventanas es de importancia y de interés conocer todas las disciplinas deportivas que utilizarán para mejor despliegue en sus vidas.

La elaboración de este trabajo de investigación existe la necesidad de desarrollar una guía de ejercicios, y habilidades motrices, actividades lúdicas que permita mejorar el estilo de vida de los niños.

El presente trabajo de investigación está establecido en tres capítulos, distribuidos de la siguiente manera:

En el primer capítulo, es la parte principal del proyecto donde se encuentra el tema general, los contextos internacionales, contextos nacionales, contextos locales y contexto institucional. En este capítulo también se encuentra la Situación problemática, el planteamiento del problema, Problema general, Subproblemas o derivados, delimitación de la investigación, Justificación, Objetivo general y Objetivos específicos.

El segundo capítulo, está compuesto por el Marco teórico, mismo que se compone de: Marco conceptual, Antecedentes investigativos, Categorías de análisis, Postura teórica, Hipótesis general, Subhipótesis o derivadas, Variables.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



En el tercer capítulo se encuentran los resultados de la investigación, en el que se denota la prueba estadística de comprobación de la Hipótesis, el análisis e interpretación de los datos de las entrevistas, las encuestas y que culmina con las conclusiones y recomendaciones tanto específicas y generales.



CAPÍTULO I.- DEL PROBLEMA

IDEA O TEMA DE INVESTIGACIÓN

La cultura física y su influencia en las habilidades motrices básicas en los niños de inicial básica de la unidad educativa Isidro Ayora Cueva de la parroquia Ventanas.

MARCO CONTEXTUAL

Contexto Internacional

En el estudio realiza Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento crearon una aplicación con QR una aplicación para los estudiantes puedan realizar actividades desde sus casas analizaron lo importante que es la actividad física, deporte, actividades lúdicas desde la casa para los niños se pueda aplicar en sus vidas diarias aparte de las diferentes actividades escolares, dando como resulta una efectividad debido a lo que el mundo está atravesando debido a una pandemia, se realiza los estudios desde las casas, además facilita acceso de aprendizaje y en cualquier momento permite la conectividad dando una efectividad hacia los educadores puedan fomentar la cultura física y el deporte. Dando a conocer lo importante que es la cultura física en la vida diaria de los niños tener una guía de deportes y actividades físicas así los futuros profesionales tener influencia en la toma decisiones sobre los procesos sociales y deportivos en los que se desarrollan.

Contexto Nacional

La universidad de Cotopaxi de la carrera de cultura física realizo un análisis de la educación física en las habilidades motrices básicas en los niños dando efectividad una guía de ejercicios de actividades lúdicas realizados en la institución con una acogida fomentar las actividades físicas, dando el impulso que la cultura física es de importancia para la mente y el cuerpo Orientar a movimiento a los niños a través de ejercicios y movimientos lúdicos se desea formar personas libres, saludables, que gocen de su estilo de vida y mejorar su nivel de salud, pero ante todo permitir a la recreación sin discriminación alguna, al impulso de competencias y capacidades para crear y trabajar en forma incorporada. tiene un impacto revelador en el desarrollo de la capacidad intelectual de los estudiantes en su nivel de autoestima y de generación de autonomía hacia el juego motriz.

Contexto Local

Dentro de los diferentes sectores del país tenemos muchos sectores del cual hablan de la cultura física y su influencia en el estilo de vida de los niños debido al COVID-19 se ha omitido las actividades físicas en las diferentes instituciones, por las actividades escolares



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



como principales actividad, con la actualidad de una pandemia se ha demostrado los niños forman parte una población importante donde se evidenciado el estrés debido al encerramiento no tener actividades y recreación, por lo tanto se demostró tanto deportista llegan caer un estrés por no tener una movimientos físico es así el estudio de caso a desarrollarse se demuestra que fomentar la cultura física en lo niños es de gran importancia en su estilo de vida para un mejor desarrollando, y poder desarrollar más sus habilidades motrices para que se pueden desplazar con mejor eficacia.

Contexto Institucional

En la unidad educativa Isidro Ayora Cueva del Cantón Ventanas ante el notorio avance tecnológico se da la necesidad de utilizar estos medios informáticos a fin de brindar un mejorar cercamiento en los estudios, y el notario cambio drástico que se dio acerca de las clases virtuales los niños llegan a tener problemas de estrés, poniendo en consideración la investigación realizada se demuestra que en la institución aún queda mucho por hacer en materia, por ello es tiempo de trabajar y contribuir para que la cultura de la información y del conocimiento, actividad física, y actividades lúdicas ,habilidad motrices se traduzca en desarrollo y progreso para la Unidad Educativa.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
SITUACIÓN PROBLEMÁTICA



Esta investigación se llevará a cabo en la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva de la parroquia Ventanas del Cantón Ventanas. Considerando a los estudiantes de la unidad educativa el cual se analizará, La cultura física y su influencia en las habilidades motrices básicas en los niños de inicial, en el desarrollo de los movimientos físicos y destrezas en los estudiantes.

En la trama de la pandemia la cultura física en el Ecuador al igual que las demás asignaturas han trabajado por proyectos disciplinarios el objetivo es verificar en qué medida los juegos motrices en la cultura física remota, influyen en el desarrollo de la inteligencia de los escolares de la institución educativa.

Es necesario destacar que en la actualidad contamos con nuevas tecnologías informáticas para poder desarrollar actividades físicas, La cultura física son todas las actividades en la que se enseña, aprende o se obtiene algo en forma intencional por medio del movimiento, se concibe cambios o mejoramiento en las capacidades, habilidades motrices básicas, afectos o motivaciones y conocimientos, existen diferentes formas y caminos para alcanzar una meta, pero también se debe respetar sus capacidades y limitaciones, la cultura física, está orientada esencialmente al desarrollo integral del educando.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA



Esta investigación se realizará en la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva cuyo propósito es evaluar las actividades físicas y determinar las habilidades motrices básicas de los estudiantes. Cualquier ejercicio es bueno para la salud y en la etapa de desarrollo de los niños aporta beneficios que los acompañaran el resto de sus vidas, Sin embargo, vivimos en un mundo que cada vez tiene más al sedentarismo. Las consolas, los teléfonos móviles, la amplia oferta televisiva y a veces el exceso de carga curricular, hace que niños y niñas sacrifiquen el ejercicio por cualquiera de estas actividades. Por la misma que los niños padezcan de enfermedades de estrés sin realizar ninguna actividad lúdica.

Problema General

¿Cómo incide la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Isidro Ayora Cueva?

Subproblemas o derivados

¿Se debería implementar metodologías activas de cultura física?

¿Qué actividades se deberían realizar para las habilidades motrices básicas?

¿Se debería implementar una propuesta de cultura física para desarrollar las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial?



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.



Línea de investigación de la universidad: Educación y Desarrollo Social.

Línea de investigación de facultad: Talento Humano Educación y Docencia.

Línea de investigación de la carrera: Actividad Física y Salud.

Sub-línea de investigación: Entrenamiento Deportivo.

Campo de Acción: **Estudiantes**

Lugar: **Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva**

Tiempo: 2022



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo de investigación es de gran interés para dar a conocer la importancia que tiene la cultura física o habilidades motrices, actividades lúdicas en los niños como método de prevención y de enfermedades, la falta continua de ejercicios genera problema de salud como el estrés cuyas consecuencias pueden llegar a extenderse de por vida, es difícil que los niños entiendan la importancia del deporte en el desarrollo de la infancia, por eso el papel de los padres es fundamental.

Los especialistas recomiendan hacer ejercicios todos los días para el mejor desarrollo físico y mental, para estar sanos y relacionarse también de una forma saludable, lograr desarrollar la creatividad y la imaginación disminuyendo el sedentarismo y sobre todo sintiéndose bien consigo mismo y mejorando su integración y estilo vida.

Es factible este trabajo investigativo debido a que este tipo de actividad no requiere de materiales muy costosos además se contara con el apoyo de las autoridades de la institución y sobre todo con los niños para la realización de la práctica.

Las actividades lúdicas son de gran utilidad en mejorar su estilo de vida de los niños es por esta razón que las autoridades de la unidad de educativa Isidro Ayora Cueva quieren incluir este tipo de práctica debido a los beneficios que brindan a los niños.

En esta investigación los beneficiarios directos son los niños porque son ellos quien realizaran la práctica para mejorar su estado de salud y su estilo de vida como beneficiarios indirectos serán los padres de los niños, debido a que notaran una mejoría en el estado de los niños realizando las habilidades son pequeños movimientos diarios que realizamos correr caminar entre otros. Al desplegar las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial mediante la cultura física, los cambios y avances en el desarrollo de los estudiantes que esto accionaría produciría un gran impacto dentro del nivel de educación inicial y su desarrollo motriz, accediendo desarrollar diferentes aspectos tanto físicos como morales en los niños de educación inicial.

La carrera de cultura física se constituye en el ente generador de cambios con pensamientos críticos, reflexivo, creativo y competitivo, es por eso tiene relación con las habilidades motrices, actividades lúdicas en la mejora del estilo de vida de los niños.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN



Objetivo General

Determinar la influencia de la cultura física en las habilidades motrices básicas en los niños y niñas de educación inicial de la unidad educativa Isidro Ayora Cueva.

Objetivos Específicos

Establecer metodologías activas de la cultura física para su trabajo en los niños de educación inicial de la unidad educativa Isidro Ayora Cueva.

Desarrollar actividades para el mejoramiento de las habilidades motrices básicas en los niños de inicial de la unidad educativa Isidro Ayora Cueva.

Diseñar una propuesta para la cultura física en las habilidades motrices básicas de los estudiantes de inicial de la unidad de educativa Isidro Ayora Cueva.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
CAPÍTULO II.- MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL



MARCO TEÓRICO

MARCO CONCEPTUAL

En cuanto al proceso de enseñanza-aprendizaje, la incorporación de los dispositivos móviles a la educación ha considerables beneficios y un enorme potencial. Permite la colaboración entre alumnos, información búsqueda, creación de conocimiento y mejora de la interacción y comunicación entre los distintos agentes educativos. Además, facilita el acceso al aprendizaje en cualquier momento y en cualquier lugar al permitir conectividad y uso de múltiples aplicaciones con fines educativos (Fundación Telefónica, 2013) A diferencia del aprendizaje tradicional, que se centra en la figura del docente como faro de conocimiento estándar, el uso de tecnologías en el aula fomenta un aprendizaje más activo, dinámico e interactivo. (Meritxell Monguillot, 2014)

La efectividad de este perfeccionamiento que deviene en transformaciones, está relacionada con la recogida de un conjunto de datos resultantes de las variables y mediciones planificadas. Estas, a su vez, describen la situación real del objeto de estudio a partir de la implementación de técnicas estadística como instrumentos investigativos. El hecho de realizar análisis de los resultados obtenidos con la aplicación de estas técnicas, es de vital importancia para los futuros profesionales de Cultura Física y el Deporte, por su influencia en la toma de decisiones sobre los procesos sociales y deportivos en los que se desarrollan. (Fuente, 2021).

Ushca N (2022). Estos autores hablan del nuevo giro que dio al mundo debido una pandemia que vivimos, pasamos a estar más conectados desde nuestras casas tanto como el trabajo y a la escuela pues así estamos hasta la actualidad modificamos nuestras vidas diarias y la educación vivió un gran giro, pues niños y jóvenes tienen clases virtuales, así ellos logran indagar acerca de la falta de actividad física en los niños y jóvenes produciendo enfermedades de estrés, los expertos en la materia dicen hacer diez minutos de actividad física y actividades lúdicas, habilidades motrices ayuda liberar estrés en los niños debido realizan otras actividades diferentes.

Cultura física

Desde la misma fundamentación del programa de Cultura Física, Deporte y Recreación, se asume que el deporte es una parte integral de la sociedad y de la cultura, que afecta de formas muy variadas y en ocasiones, importantes a las vidas de los individuos y de los grupos sociales. Sin embargo, es evidente que en el contexto colombiano la reflexión



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



epistemológica y social sobre conceptos como Cultura física, deporte y salud, Recreación y Deporte, Actividad física es incipiente y ha permeado básicamente los escenarios académicos. Es así que, si se asume que la cultura física, el deporte, la recreación son aspectos hoy reconocidos como potenciadores de salud y bienestar, es necesario que desde los mismos programas que forman a los futuros profesionales, se identifiquen las relaciones estructurales existentes entre estos conceptos, y fenómenos como las políticas públicas, la educación deportiva, la promoción de la salud y el bienestar, entre otros. (Diana Alexandra Camargo Rojas, 2013)

En este temprano trabajo, sugerí que la cultura física era una fuente de producción y reproducción del discurso corporal, re riéndose el mismo a una selección completa de sistemas de símbolos interconectados que tenían que ver con la búsqueda de significados centrados en el cuerpo humano (Kirk, 1993, p. 34). Siguiendo una atenta lectura de Mauss, estoy incitado a sugerir que su noción de técnicas del cuerpo y la noción de discurso corporal se re eren efectivamente al mismo fenómeno, en la medida en que las prácticas o técnicas satisfacen las condiciones de Mauss de ser efectivas y tradicionales. Si el discurso corporal y las técnicas del cuerpo son (a grandes rasgos) conceptos equivalentes, entonces el término cultura física puede ser utilizado en el sentido más específico para aplicarlo a las técnicas del cuerpo relacionadas concretamente con formas del movimiento humano. Sin embargo, la demostración de Mauss de que todas las técnicas del cuerpo son aprendidas sugiere que la cultura física necesita tener un campo de acción más amplio que las altamente institucionalizadas prácticas del deporte, la recreación física y el ejercicio que he empleado con anterioridad. El adoptar esta perspectiva, por tanto, nos permite considerar técnicas del cuerpo que no parecen necesitar una instrucción formal o explícita y técnicas que han surgido recientemente como aspectos de la cultura física que podríamos desear transmitir, reproducir y posiblemente transformar en y a través de la educación física escolar. (Kirk, 2008)

Ushca N (2022). Los diferentes trabajos de investigación dan a conocer el alcance que tiene la cultura física en la actualidad los niños y jóvenes realizan actividades físicas dando interés a la cultura física en la actualidad el progreso del movimiento físico se está fomentado grande mente para una mejor salud mental, las actividades lúdicas en los niños generan diferencia de actividades para su mejora de estilo de vida. Dando a la cultura física importancia que tiene en la sociedad y los beneficios que tiene en la salud corporal y mental.

Habilidades Motrices Básicas

Son un conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



hereditaria (genética). Las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las capacidades perceptivo motrices, evolucionando con ellas. Son decisivas para el desarrollo de la motricidad humana, justifica nuestro interés por ellas y su presencia dentro de la Educación Física básica.

Concepto. Las habilidades motrices básicas se consideran como comportamientos motores fundamentales que evolucionan a partir de los patrones motrices elementales. Recogemos la definición de:

Trigueros y Rivera (1991) “Pautas motrices o movimientos fundamentales, que no tienen en cuenta la precisión, ni la eficiencia”.

Son características de las habilidades motrices básicas, entre otras: ser comunes a todos los individuos, decisivas para el desarrollo motriz y el ser el fundamento de todos los aprendizajes motores posteriores.

Clasificación. Existen diferentes clasificaciones de las habilidades motrices básicas, todas parecidas y procedentes de la Escuela Americana.

Sánchez Bañuelos (1984) siguiendo a Godfrey y Kephard (1969) agrupa las habilidades básicas en dos categorías:

Locomotrices: movimientos que implican el manejo del propio cuerpo (desplazamientos, saltos y giros) (Bascon, 2010)

Cuando trabajamos las Habilidades Motrices Básicas, no podemos incidir sólo en el desarrollo físico, sino que tenemos que desarrollar todos y cada uno de los aspectos de la persona: emocionales y expresivos, físicos o mecánicos, intelectuales o motores, afectivos o espirituales, pero no como compartimentos estancos, sino como unidad.

Algunos objetivos de la investigación son los siguientes: 1. Comprobar si los Profesores de Educación Física de Primaria conocen las Habilidades Motrices Básicas y en qué medida las están trabajando.

2. Valorar la conciencia que tienen los profesores de la influencia que el aprendizaje de las Habilidades Motrices Básicas tiene en la formación de la persona y en el posterior aprendizaje de las Habilidades Específicas.

3. Averiguar si los profesores de Educación Física de Primaria conocen la Educación Personalizada y si llevan a cabo sus principios fundamentales.

4. Detectar en qué medida el trabajo de las Habilidades Motrices Básicas se lleva a cabo teniendo en cuenta aquellos aspectos de la Educación Personalizada susceptibles de ser aplicados y desarrollados en este tipo de tareas.

5. Valorar si durante su formación adquirieron los conocimientos fundamentales sobre las Habilidades Motrices Básicas para su posterior desarrollo con los alumnos, así como otros



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



conocimientos que van unidos y hacen referencia a la formación integral de la persona (Educación Personalizada). (García, 2011)

Ushca N (2022). En nuestra vida diaria realizamos diferentes habilidades a diario como: correr, saltar, caminar, girar, subir, bajar, tirar, requieren de aprendizaje y de dominarlo bien este es el inicio de nuevos deportes, juegos ah estos movimientos se lo llaman habilidades motrices básicas, en esta etapa preescolar es de importancia en los niños se desarrolla su personalidad al estar haciendo estas actividades y el comportamiento con las demás personas.

Estilo de vida

Aborda el tema de la calidad en el deporte y su relación con la sociedad significa a mi entender, examinar a mi modo como el deporte puede contribuir al bienestar de las personas. Desde una perspectiva sociológica el bienestar es un concepto que varía según las sociedades, de acuerdo con los grados de desarrollo este puede consistir en tener vivienda y alimentación asegurada. En otros casos esto se interpreta como vivir con lo mínimo considerando que para hablar de bienestar es preciso que las personas no solo satisfagan sus necesidades básicas si no que puedan dar curso a sus ambiciones individuales, cultivar el espíritu desarrollar ficciones, no hay duda que el hablar de la calidad de vida, deporte y sociedad. En el campo del deporte la adhesión se hace efectiva en las modalidades deportivas, y no en el plano de su experimentación sensorio-motriz, sino también en el plano de la experiencia cognitiva, expresada en emociones necesidades de información sentimientos de afiliación, necesidades de información y sentimientos de afiliación necesidades de esparcimiento. (Castillo, 1998).

Actividad físico-deportiva puede tener una influencia, directa o indirecta, sobre la calidad de vida en un doble sentido: por todo lo que puede aportar (mejorar la condición física, facilitar relaciones interpersonales, disfrute,) y por lo que puede evitar (prevenir deterioros físicos, soledad, alteraciones emocionales,...).Desde la psicología de la actividad física y el deporte, podemos contribuir a que se produzcan estos efectos, tanto actuando sobre las personas que la practican como sobre todos aquellos de quienes depende la organización y dirección de la actividad, e incluso con propuestas de modificación de las condiciones físicas o reglamentarias de la práctica. Nuestro objetivo sería conseguir mejoras en los niveles de calidad de vida, y el criterio básico para comprobar nuestra eficacia, el grado de bienestar promovido, fundamentalmente en el terreno emocional, ya que son precisamente los estados emocionales los que mejor pueden indicar si la actividad físico-



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



deportiva de cada persona está cumpliendo una labor positiva, independientemente de la condición socioeconómica o incluso física de cada uno. (Chirivella, 2001).

Ushca N (2022), se ha demostrado que hacer deporte puede cambiar nuestro estilo de vida, tener una buena alimentación, dando un giro a nuestras vidas y en los niños implementar deporte en sus vidas para un buen vivir según los estudios expertos sabemos en nuestro país sufre de depresión infantil desnutrición, obesidad, implementando actividades físicas en nuestras vidas podemos tener un cambio saludable y mejorar estilo de vida.

Actividades lúdicas

Con las actividades lúdicas, los niños y niñas desarrollan cualidades como son responsabilidad, compromiso y a su vez adquieren conocimientos manteniendo su rol de niños; disfrutando y gozando así mismo de las diferentes actividades encaminadas al desarrollo, no obstante la mayor parte de las veces los docentes no utilizan estas actividades para estimular, descubrir y explorar el entorno que los rodea, limitando el uso de esta estrategia natural y su valioso valor pedagógico para desarrollar las capacidades tanto físicas como intelectuales y a la vez favorecer el proceso de formación integral. (Castellar Arrieta, 2015).

La presente investigación tiene como propósito fundamental encontrar herramientas para estimular el desarrollo de la coordinación, lateralidad y el equilibrio a través del juego por medio del cual cada una de las actividades están encaminadas a motivar y estimular activamente todo el sistema motriz grueso del niño de transición, de hecho se entregan materiales a los docentes para lograr las metas descritas, porque es conocido que en las instituciones educativas las maestras de preescolar realizan muchas actividades lúdicas con los niños, procurando desarrollar la motricidad gruesa de tal forma que los prepare física y mentalmente para su proceso de aprendizaje, Del mismo modo se pretende estimular la motricidad gruesa a través de las actividades lúdicas en los niños y niñas del primer año de educación básica de la Unidad Educativa Fiscomisional Santa María del Fiat, pues cada una de las actividades están encaminadas a motivar activamente todo el sistema de motricidad gruesa del niño de transición y para esto se pretende recurrir a las actividades lúdicas para mejorar la coordinación, el equilibrio y lateralidad. (Paula Chica, 2014).

Ushca N (2022). Las actividades Lúdicas son un mecanismo dinámico que desliga la potencialidad descomunal de todas sus formas. Es una actividad que fortalece el desarrollo de todos los sentidos: vista, olfato, tacto, audición, quienes precisan de una motivación y ejercicio para su progreso. Así mismo, en la disposición en que el niño y la niña reciben y son sometidos constantemente a un aumento extraordinario de estímulos y presiones para la



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



ganancia de información se fortifican en cuanto a formación práctica, motora y desarrollo intelectual.

Actividades físicas

Este aspecto común del aprendizaje está bien fundamentado desde las ciencias pedagógicas a través del llamado principio de asequibilidad, del cual se sustenta el progreso biológico común para determinar que el proceso de enseñanza-aprendizaje debe ir de lo sencillo a lo complejo, de lo fácil a lo difícil, no solo en el aprendizaje de contenidos intelectuales, sino que incluye el aprendizaje de habilidades motrices básicas y específicas. donde se establecen acciones de trabajo que repercuten en los programas educativos. Los juegos recreativos son todos aquellos que brindan satisfacción inmediata, es una acción libre ejecutada, situada fuera de la vida corriente, que se realiza dentro de un determinado tiempo y espacio, pudiendo absorber por completo al jugador por su alta carga emotiva. (Caicedo, 2016).

Rutinas y hábitos.- La actividad física en los hábitos de niños con TDAH, tiene un efecto positivo en el proceso de aprendizaje pues permite establecer una mejora en los procesos de atención, concentración y memoria, además de promover un progreso en el funcionamiento cognitivo, A través del uso de técnicas no invasivas de imagen a nivel cerebral, se han descubierto los mecanismos por los que el ejercicio físico induce la neuroplasticidad; según los estudios de Colcombe S.J., Erickson KI., Scalf P.E., Kim J.S., Prakash R. y McAuley E. (2006), se ha probado que después de realizar actividad física en forma de ejercicios, en el cerebro se llegó a producir un incremento en la masa de materia gris, en regiones cerebrales frontales .y años más tarde Erickson KI., junto a Voss M.W., Prakash R.S., Basak C., Szabo A. y Chaddock L., (2008) constataron que el mismo fenómeno también tenía lugar en el hipocampo, esta áreas implican las funciones ejecutivas, en el caso de la primera investigación referida en este párrafo, así como el control de impulsos y emociones, correspondiente al segundo estudio aquí presentado; esto demuestra que la presencia de actividad física es capaz de mejorar los procesos de maduración cerebral; a la vez para un propicio desarrollo de estas capacidades, es también necesaria la implementación de hábitos relacionados con el orden y la adquisición de rutinas para asimismo posibilitar el desarrollo de un aprendizaje significativo para la niñez con TDAH. - Rutinas en casa. - los niños que se acostumbran a tener una rutina en casa, tienen una mayor capacidad de organización y planificación a nivel conductual, además de mejorar el procesamiento de la memoria a largo plazo. Ejemplo: desayunar y almorzar a cierta hora, hora de hacer tareas, hora de jugar y realizar actividades recreativas, pintar, bailar, escuchar música o tiempo de calidad (comunicación con padres de familia). (Veronica Valda Paz, 2018)



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



Ushca N (2022). El deporte ayuda a los niños a integrarse socialmente realizar actividades en conjunto ayuda a los niños y niñas implementar reglas y respeto para el prójimo debido a la socialización, los deportes ayudan a que ellos puedan palpar el esfuerzo, la constancia y la dedicación, los deportes no solo actividad física es desarrollar músculos y la coordinación actividad en su cerebro, también prevenir dolencias futuras llevar una vida saludable.

Recreación

En todos los países del mundo, el deporte y la recreación y el juego influyen positivamente en la salud física y mental. Esas actividades enseñan importantes lecciones sobre el respeto, la capacidad de liderazgo y la colaboración. El UNICEF aprovecha el potencial del deporte, la recreación y el juego dentro de sus programas en diversos países. En la actualidad, está formando alianzas con todos los sectores de la sociedad desde los gobiernos hasta el mundo deportivo y la sociedad civil, con el fin de promover el acceso de los niños y las niñas en los campos deportivos y darle a conocer tanto a ellos como a su familia los beneficios de la cultura física. Con nuestros aliados, estamos alentando a los gobiernos a desarrollar estrategias tanto para garantizar que se haga realidad el derecho de todos los niños a jugar, como para brindarles las oportunidades de hacerlo. Esto implica instar a los ministerios a trabajar conjuntamente y a generar recursos, y lograr que la sociedad civil y las organizaciones deportivas nacionales se comprometan a apoyar activamente estas iniciativas. (UNICEF, 2004)

La pandemia por COVID-19, originada en diciembre de 2019 en Wuhan, China, obligó a los países, incluido Chile, a un confinamiento masivo para evitar la propagación de SARS-CoV2. Desde marzo de 2020 en Chile, también se afectó la realización de actividad física y deporte en los niños, niñas y adolescentes (NNA). En un esfuerzo por reunir la escasa evidencia disponible sobre el retorno a la práctica de ejercicio en NNA post pandemia COVID-19 y la opinión de expertos de 4 sociedades científicas y académicas (Sociedad Chilena de Medicina del Deporte, Sociedad Chilena de Pediatría, Sociedad Chilena de Kinesiología Deportiva y la Consejo Académico Nacional de Educación Física) se han generado recomendaciones para un retorno seguro a la actividad para el ramo Educación Física y Salud, deporte escolar y federado tanto para disminuir los riesgos asociados a los efectos del confinamiento como para evitar la propagación de COVID-19. Adicionalmente, se incluyen una guía de recomendación para padres y profesores y otra para médicos sobre



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



la vigilancia y evaluación de los pacientes NNA que sostendrán enfermedad COVID-19 y deseen volver al deporte y ejercicio. (Kalazich Rosales, 2020)

Ushca N (2022). La recreación se puede reducir como esas actividades de diversión que se efectúan durante el tiempo autónomo. Según algunos autores académicos, esto puede ser estimado como una recreación de los desplazamientos humanos mediante actividades lúdicas que permitan el avance de las mismas para los niños.

Se revelan como un instrumento ventajoso para desarrollar habilidades y cualidades provechosas para los niños. Dependiendo la orientación de la actividad recreativa y con la validez que esta sea realizara, pueden guardar muchos beneficios para los niños.

Niños

El juego ha acompañado al ser humano y a otras especies, fundamentalmente aves y mamíferos a lo largo de los años. Se piensa que el origen del juego estuvo en la curiosidad de los reptiles (Burghardt, 1984), que más tarde evolucionaron hacia otras especies en un proceso de unos 70 millones de años de duración (Pérmico Medio y Jurásico Medio). Sin embargo, la diferencia fundamental entre el juego humano y el juego animal radica en que para el animal el juego simbólico no existe, tampoco establece normas ni una organización. El juego simbólico, que suele estar presente en los niños a partir de los dos años de edad, hace que una rama caída pueda representar por ejemplo una varita mágica o una espada. Por tanto, el juego está fomentando en el niño el desarrollo de la creatividad. La importancia del juego y más concretamente del juego motor radica, entre otros, en los siguientes puntos:

- Supone una herramienta idónea para la educación.
- Facilita el desarrollo de las habilidades motrices básicas y posteriormente las específicas y deportivas.
- Supone un aprendizaje constante.
- Facilita la socialización y el respeto a unas normas.
- Es una opción saludable para el aprovechamiento del tiempo libre.
- Permite la expresión de emociones positivas y la oportunidad para canalizar y controlar las negativas, en lo que se denomina aprendizaje social y emocional (Lantieri, 2010).
- Nos integra en la cultura y nos hace partícipe de la misma y sus tradiciones.
- El juego permite explorar, conocer, entender y respetar el entorno que nos rodea. (Tendero, 2011)



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



- El deporte ya no es sólo una actividad escolar o recreativa, sino una profesión. Y es también un espectáculo que atrae a grandes masas y ocupa un importante lugar en los medios de comunicación.
- Se ha convertido en un fenómeno de masas. Sin diferencias de edad, sexo o grupo social.
- Existen nuevas motivaciones: superarse, esparcimiento, mejora física, amor al riesgo, refinamiento estético, deseo de integración, contacto humano, etc.
- Las concepciones también han aumentado: expresión de sí mismo, profesionalización, diversión.
- En la organización deportiva, además del estado y de las asociaciones, han aparecido multitud de sociedades y organizadores diferentes, o se practica de forma informal.
- Puede suponer una acción beneficiosa, pero también entraña aspectos y efectos negativos, como la exclusión, sentimiento nacional, agresión, degradación del medio ambiente.
- Es necesario que el estado garantice el acceso al deporte. Como componente importante de la calidad de vida y de la cultura.
- El deporte es un medio más de socialización. Es un fenómeno complejo, que sólo puede concebirse como tal socialización si adquiere dimensiones morales. Aunque es interesante ya que afecta tanto a la mente como al cuerpo, contribuye al aprendizaje de los papeles del individuo y de las reglas sociales, refuerza la autoestima y el sentimiento de identidad y solidaridad. (I., 205)

Ushca N (2022). El deporte contribuye al bienestar emocional y a la integridad social de los niños los estudios confirman los médicos incitan siempre el deporte es beneficioso para la salud proteger contra el desarrollo de enfermedades, pues lo adultos toman el principal papel ellos enseñan a los niños sus propios hábitos pues según los resultados de los médico, así como obesidad en los adultos, existe en los niños, pues no le ponen importancia, algunos deportes requieren sus inicios de edades muy tempranas, en la actualidad se ha fomentado muchos deporte para que desde temprana edad se puedan realizar salir de ese hábito monótono de los niños.

Guía

Por ello es tan importante el papel que tienen los docentes que trabajan con los niños de edades tempranas. Estas cogniciones y sentimientos pueden limitar seriamente la calidad de las relaciones sociales que establezca con los demás (compañeros de aula, vecinos de barrio), y ayudar a fomentar, una concepción estereotipada de los niños. Sin embargo, para que la docencia sea considerada de calidad debe, además, satisfacer las demandas sociales en cuanto a formación profesional, lo cual debe incorporar un proceso de aprendizaje constante que expanda las potencialidades del individuo y que logren en la flexibilidad cognoscitiva



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



necesaria para su transferencia al complejo entorno social. Por consiguiente, para lograr estos ideales siempre y cuando se obre con la suficiente responsabilidad de asumir el reto que la educación necesita en este mundo moderno y globalizado. (Collantes Díaz, 2013).

En la infancia la actividad física en el niño contribuye a mantener un estado de ánimo alegre y dinámico, al realizar actividades y relacionarse con los adultos y niños que lo rodean, al formar conexiones con objetos reales considerando su cuerpo en movimiento como punto de partida, comprendiendo y realizando las indicaciones de la persona adulta, con movimientos corporales, estimularlo con música entre otros, todos encaminados a la realización de una actividad física planificada y controlada relacionados con los logros motores aprendidos acordes con la edad y el desarrollo psicomotor obtenido. (Ariopaja Andrade, 2016).

Ushca N (2022). El cuerpo humano ha sido delineado para moverse, por ello requiere ejecutar ejercicio de forma habitual. Esto se convierte en que llevar una vida activa sea muy saludable, produciendo cuantiosos beneficios tanto físicos como psicológicos. Algo que, evidentemente, también vale para los niños, que precisan de la práctica deportiva no sólo para divertirse, sino también para una mejor formación física. Hablamos de actividad física cuando nos referimos a cualquier movimiento ejecutado por músculos, que origina un gasto de energía agregado al que nuestro organismo necesita para conservar las funciones vitales respiración, entre otras. Por tanto, podemos pensar como una actividad física, jugar al fútbol, bailar, limpiar la casa. Cuando la actividad física se planea, se constituye y se repite con el objetivo de conservar o mejorar la forma física le llamamos ejercicio físico, realizar una guía de ejercicios actividades lúdicas para los niños puede ser de gran aporte dentro de las escuelas para un mejor estilo de vida de los niños.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
MARCO REFERENCIAL SOBRE LA PROBLEMÁTICA DE LA
INVESTIGACIÓN



Antecedentes Investigativo

La presente investigación fue realizada con el propósito crear conciencia en los niños de inicial de Educación Básica General, por medio de ello transmitir a los estudiantes la importancia de la Cultura Física en el ámbito escolar y los beneficios que se obtendrán con la elaboración de una Guía de Ejercicios para mejorar la calidad de vida con la habilidades motriz básicas y su rendimiento académico, cabe señalar que la presente guía de ejercicios servirá como una herramienta de enseñanza-aprendizaje a la maestra y a los estudiantes de la Escuela “Eugenio Espejo-Diez de Agosto”. Esta investigación se realizó pensando concienciar a los estudiantes de cómo cuidar sus hábitos de salud y de cómo ayuda las actividades físicas a la formación integral del niño ya se puede considerar como un instrumento que permita mejorar el rendimiento académico posibilitando un eje de aprendizaje para la vida adulta del estudiante, con ello contribuyendo al buen desarrollo cognitivo. La guía de ejercicios es una necesidad básica que servirá como un documento de apoyo para docentes, estudiantes, alumnos, y autoridades de la Escuela Eugenio Espejo Diez de Agosto, que les permitirá revisar procedimientos, metodologías estrategias, permitiendo planificar una hora clase mediante ejercicios que ayuden al estudiante a conocer la importancia de la educación física. (Anabel, 2015).

El presente estudio se fundamenta sobre el desinterés en los niños en la práctica de actividad física y es una de las causas que contribuyen al quebrantamiento de la salud. El propósito de esta investigación es aportar conocimientos y beneficios como un mecanismo de protección para la salud. La actividad física son elementos claves que definen nuestras habilidades, la investigación se diseñará basándose en los fundamentos utilizados que son teórico, pedagógico, psicológico y sociológico que hacen relación directa entre la práctica de la actividad física y los efectos beneficiosos que proporciona para la salud, y dar paso a la elaboración y validación de la propuesta. La investigación fue llevada cabo con el fin de analizar y presentar los resultados para la realización de una guía de actividad física para los niños de 5 a 7 años tratando de mejorar su desarrollo integral y con solo sus habilidades básicas podrían tener una mejor calidad de vida. (Rodríguez Heras, 2021).

Por lo tanto, desde la planificación de las clases, de las sesiones, las deberemos llevar a cabo de tal modo que los niños en su conjunto puedan desarrollar la totalidad de los aspectos de su personalidad. Esto implica que en los ejercicios no deben primar unos aspectos por encima de otros, sino que se les ha de conceder a todo el mismo valor, pues la práctica de la cultura física conlleva la conjunción armónica de los tres aspectos descritos, los cuales componen la personalidad. Sin duda, la praxis en este ámbito curricular, atravesado y

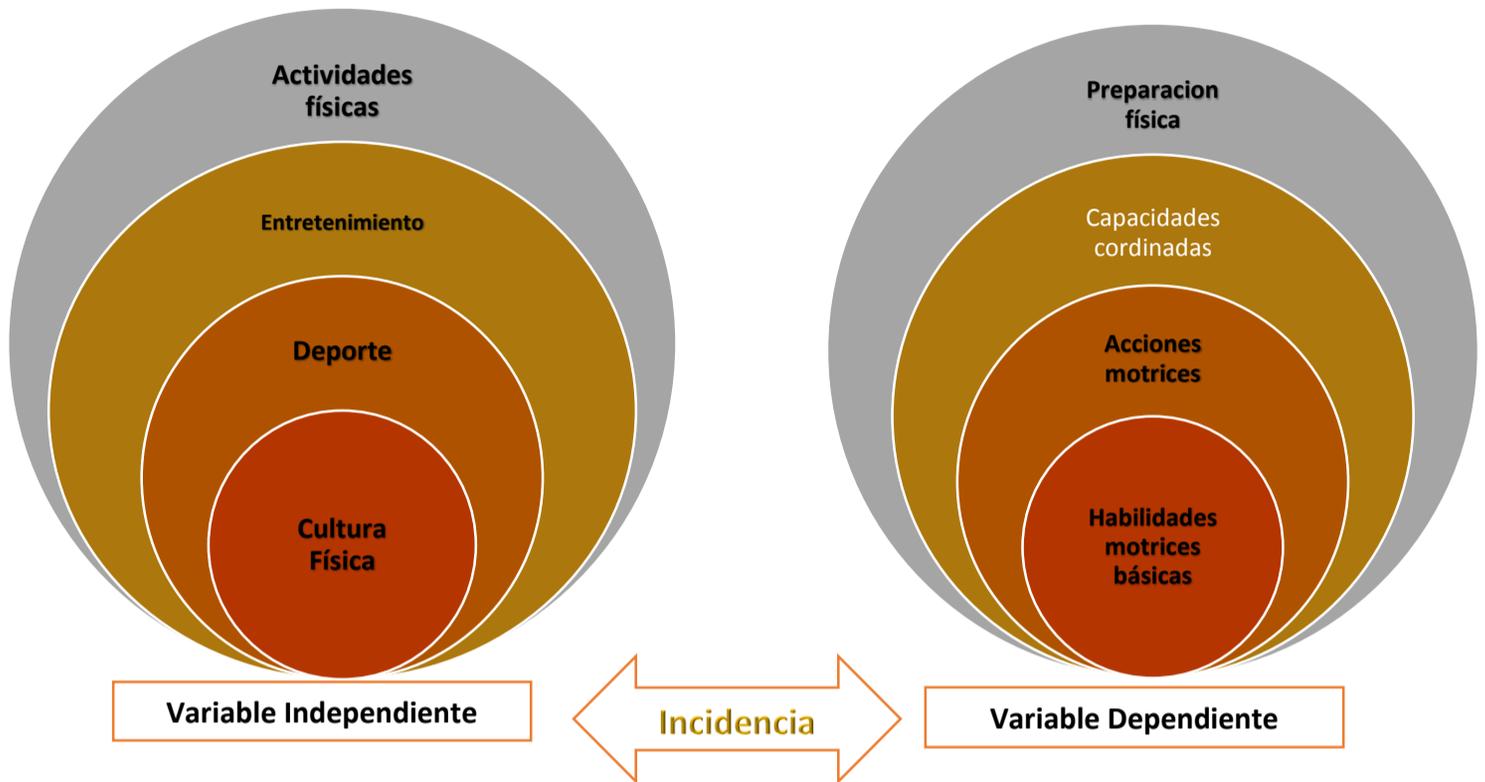


UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



complementado por la que se desarrolla en las otras áreas, conseguirá el enriquecimiento personal de los niños en todas sus capacidades, no solo en el aspecto cognitivo o instrumental. Y con ello, la escuela infantil realiza su principal aportación: establecer el primer marco, diseñar la apertura a un proyecto personal de vida interesante y acorde con lo que serán las opciones y condiciones básicas del futuro próximo. Ya que, sin duda, el gran compromiso de la educación infantil es posibilitar que los niños pequeños inicien su recorrido vital en mejores condiciones, con una mejor puesta a punto de sus capacidades básicas y con un más amplio y variado registro de experiencias, que les ponga en situación de aprender cada vez más y con mayor satisfacción. Es nuestro deseo apasionado que, entre todos, podamos lograrlo. (Gil-Madrona, 2008)

Categorías de Análisis



Elaborado por: Ushca Nancy



POSTURA TEÓRICA

Esta investigación se basa fundamentalmente en la idea de que los niños y niñas puedan desenvolver con una misma sucesión, tomando como referencia la filosofía decreto de Dewey John quien sostiene que el proceso educativo debe enriquecer la interacción natural del niño con su medio ambiente, y lo que lo rodea. La orientación de la cultura física en estos períodos, estará dirigido hacia las actividades físicas en lo que es el desarrollo las habilidades motrices básicas, admitir mediante el respeto y solidaridad, proponiendo actividades lúdicas de colectividad e individualidad donde se plantee valores de honestidad y compañerismo.

Por tanto, es primordial que en el plan de estudios sea asumida en cuenta como un área importante y no como una materia más, por consiguiente la UNICEF afirma que “los gobiernos deben reconocer la importancia de la cultura física y mostrar su apoyo a dicha asignatura, aumentando la asignación de recursos y de personal capacitado y dando suficiente tiempo en el horario escolar a la cultura física” (UNICEF, 2003); por lo cual es transcendental que lo anterior sea tenido en cuenta en todas las instituciones educativas, jardines y hogares infantiles a nivel general para que así se le certifique a los niños una educación integral.

Accediendo plantear así un enfoque flamante a sus diferentes acciones de cooperación y de integración, antes que lo competitivo, encaminándonos a lo que se llamaría actividades pre deportivas, mediante sus propias vivencias y acciones dentro de las actividades realizadas. Conjuntamente, es importante obtener buenos hábitos saludables, practicar actividades físicas a edades tempranas como la niñez, adolescencia para que de esta manera se pueda llegar a la adultez y tercera edad de la mejor forma, previniendo así las enfermedades degenerativas que con la vejez aparecen, así teniendo en cuenta desde un comienzo las actividades deportivas son de ayuda a nuestra salud desde pequeña edad y así tener un mejor estilo de vida favorable para nuestro entorno.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



HIPÓTESIS

Hipótesis general

La cultura física incide en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva.

Subhipótesis o derivados

Determinar actividades lúdicas que contribuiría a las habilidades motrices básicas el esto físico de los estudiantes de la unidad educativa “Isidro Ayora Cueva”.

Fomentar actividades recreativas complementarias que sirvan de base Para aprender sobre las habilidades motrices básicas.

Identificando el estado físico de los niños mediante una encuesta se determinará la frecuencia de actividades físicas.

Elaborar una guía didáctica de actividades físicas para el mejoramiento de los niños de inicial de la unidad educativa “Isidro Ayora Cueva”.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



VARIABLES

Variable independiente:

Cultura física

Variable dependiente:

Habilidades motrices básicas

POBLACIÓN Y MUESTRA DE INVESTIGACIÓN

Población y Muestra

La población de estudio está constituida por: 30 niños 5 padres de familia 5 docentes de la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva de la parroquia ventanas de la provincia de los Ríos.

Por ser el universo pequeño no es necesario trabajar con muestra.

POBLACIÓN	NO
DOCENTES	5
PADRES DE FAMILIAS	5
NIÑOS	30
TOTAL	40

TABLA N° 1 población
FUENTE: la investigación
ELAVORADO POR: Nancy Uscha

PRUEBA ESTADÍSTICA DE COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS

1.- ¿Cree usted como docente que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial?

Tabla # 1 coordinación y agilidad

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 1



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realizada el 100% de los docentes pudieron dar a conocer que la cultura física en los niños mejoraría la coordinación y agilidad.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes pueden realizar cultura física tienen un buen desenvolvimiento y agilidad, entre los diferentes ejercicios de coordinación.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



2.- ¿Cree usted como docente de la institución que la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices?

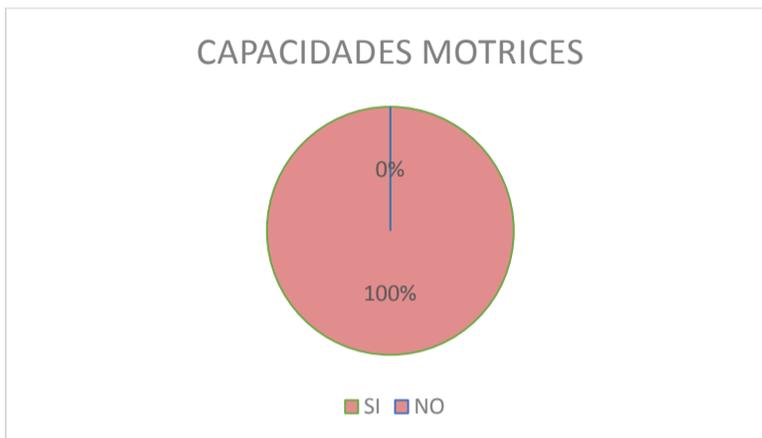
Tabla # 2 Capacidades motrices

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 2



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

El 100% de los docentes de la institución dijeron que la cultura física en los niños de inicial mejorara sus capacidades motrices.

Interpretación

Se pudo demostrar que con la cultura física en los niños de la institución mejorarán sus capacidades motrices y una mejora sus habilidades y conocimientos.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



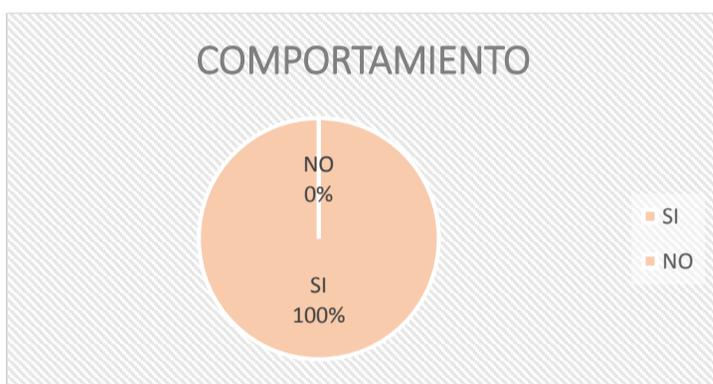
3.- ¿Cree usted como docente de la institución que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial?

Tabla # 3 comportamiento

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta
Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 3



Fuente: Encuesta
Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realiza 100% de los docentes contestaron si realizarían el ejercicio cambiaría el comportamiento en los niños.

Interpretación

Se pudo demostró que los estudiantes lograrían hacer los ejercicios con facilidad efectividad.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



4.- ¿Piensa usted como docente de la institución que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial?

Tabla # 4 velocidad y resistencia

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta
Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 4



Fuente: Encuesta
Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

Se observó 100% que un correcto manejo de las habilidades motrices básicas en los niños mejorar su velocidad y resistencia.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes logaran realizar la actividad con confianza.

5.- ¿Piensa usted como docente de la institución que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física?

Tabla # 5 cultura física

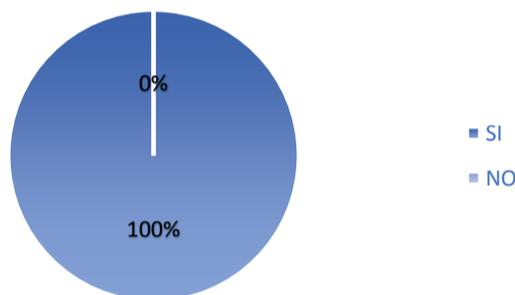
CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 5

CULTURA FÍSICA



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realizada 100% los docentes afirmaron que si la cultura física es importante en los niños.

Interpretación

Sin embargo, se pudo reflejar que los niños no realizan aquella actividad en estos momentos.

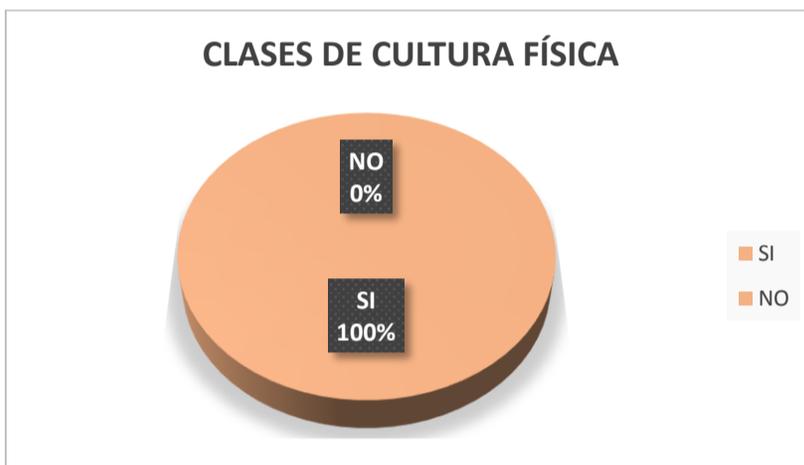
6.- ¿Usted como docente de la institución está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual?

Tabla # 6 clases de cultura física

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 6



Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realizada 100% se observó que los docentes manifestaron que si debe implementar la cultura física como materia.

Interpretación

Refleja un gran porcentaje pueden tener éxito de la materia de cultura física se implemente anual mente en la institución.

7.- ¿cree usted que los niños de inicial deberían contar con personal capacitado en cultura física?

Tabla # 7 personal capacitado

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 7



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realizada 100% si es una importante tener profesionales en la institución que imparta la cultura física, se deba desarrollar mejor las habilidades motrices en los niños.

Interpretación

Este tema fue de gran interés debido que aporta una magnitud importante en los niños así se puedan desplazar mejor a los estudiantes desarrollen mejor sus habilidades.

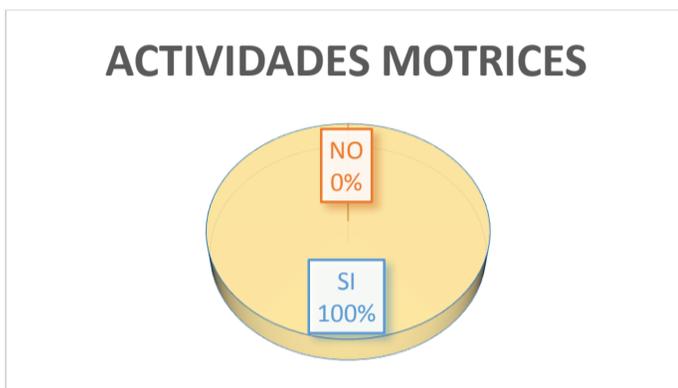
8.- ¿considera usted las actividades motrices son importantes en el desarrollo del niño?

Tabla # 8 actividades motrices

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 8



Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realizada 100% se observó que los niños y niñas de inicial muestran interés en las actividades motrices realizadas.

Interpretación

Se demostró con porcentaje mayor que los estudiantes de un interés en las actividades realizadas.

9.- ¿promovería usted la inclusión de profesionales en el área de cultura física?

Tabla # 9 inclusión de profesionales

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 9



Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realizada 100% los docentes dijeron si debería implementar profesionales de cultura física para mejor conocimiento de las actividades físicas.

Interpretación

Se demostró que los profesionales son de gran importancia en la institución para que se pueda desarrollar las habilidades de los estudiantes.

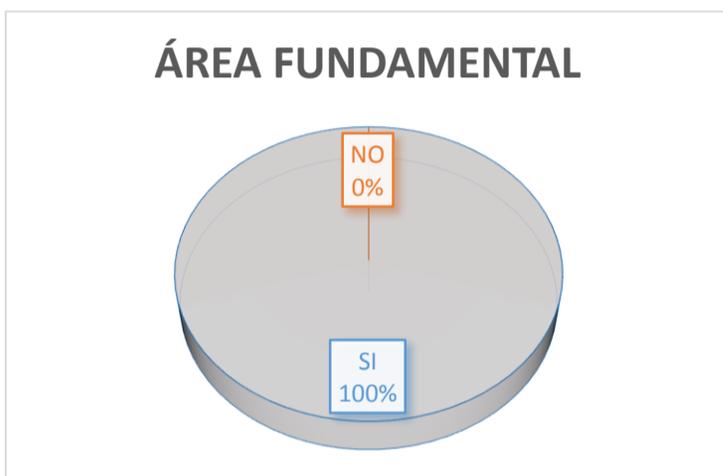
10.- ¿estaría usted de acuerdo con la implementación de la cultura física como área fundamental?

Tabla # 10 área fundamental

CODIGO	CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	SI	5	100%
2	NO	0	0%
TOTAL		5	100%

Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Grafico # 10



Fuente: Encuesta
 Elaborado por: Nancy Uscha

Análisis

De la investigación realizada 100% los docentes señalaron se debe implementar como materia la cultura física como mejor desarrollo en los niños y beneficios en ellos y mejor salud.

Interpretación

Se demostró que la cultura física tiene beneficios en los niños y desarrollo en las habilidades motrices, pues se demostró es importancia y aporte para un mejor estilo de vida en los estudiantes.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES



Específicas

Al hablar del estilo de vida que tiene los niños en la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva se pudo evidenciar al inicio de la investigación varias consecuencias debido a la inactividad q tenían la mayoría de los niños como sensación de cansancio y pesadez, desanimo, baja autoestima, y depresión. Para lo cual fue necesario generar un mejor estilo de vida en los niños mediante varias actividades lúdicas las cuales brindarían beneficios como mejorar el estado de ánimo, incrementar los niveles de autoestimas, fomentar la creatividad, y mejorar la movilidad articular y la más importante de todas aumentar la ilusión o ganas de vivir.

De acuerdo al porcentaje favorable que sea obtenido en las encuestas realizadas a los docentes de la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva se puede evidenciar claramente que en la mayoría afirman y están de acuerdo que la cultura física si beneficia en el desarrollo de las habilidades motriz básicas, actividades lúdicas de los niños de educación inicial.

Los docentes de la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva no tienen el mayor entendimiento como ejecutar ejercicios físicos dentro del ámbito escolar, por esta razón muchos de ellos desconocen aquella actividad.

General

La actividad física que realizan los estudiantes contribuye a su estilo de vida.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES



Específicas

Trabajar sin ningún temor en la que demanda la cultura física haciendo de esta actividad algo diferente, dinámico y productivo para los estudiantes tanto físicamente como intelectual, utilizando una metodología activa y lúdica para el desempeño armónico y correcto de los niños de educación inicial.

Incentivar al estudiante en cada una de las actividades físicas a realizar sin temor alguno de una manera segura y espontanea para que se integren en un trabajo dinámico en el desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante la cultura física.

Es importante desarrollar juegos individuales y grupales de fácil captación y asimilación con reglas no muy complejas acorde a cada edad para que el niño pueda realizarlo de manera adecuada.

Implementar charlas motivacionales acerca del cuidado y mantenimiento de la vida y bienestar físico, además de esto realizar actividades recreativas evitando caer en la monotonía.

General

Las actividades físicas que realizan los estudiantes deben contribuir a su estilo de vida.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
CAPÍTULO IV.- PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN



PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS

Alternativa obtenida

Luego de realizada la investigación se evidencia que los docentes y padres de familia no cuentan con un plan de ejercicios para sus hijos para que los estudiantes lo apliquen de forma normal, siendo necesario la elaboración de un Programa de entrenamiento encaminado al desarrollo de la actividad física asociado al estado de vida de los estudiantes de la Unidad Educativa “Isidro Ayora Cueva”.

Alcance de la alternativa

Con la elaboración de la propuesta alternativa se imagina que los estudiantes desarrollaran actividad física conforme a sus necesidades y esto ayudará a su normal desarrollo y a su formación integral, se perfeccionara las condiciones físicas y el estado nutricional y su estilo de vida de los estudiantes involucrados.

Aspectos básicos de la alternativa

Antecedentes

Con la elaboración de la investigación y una vez aplicado la encuesta se determinó que los estudiantes no siguen un plan actividades lúdicas, y ni tienen un programa de ejercicios que mantenga sus condiciones físicas en optimo estado, sin embargo, estos no han presentado problemas en su desarrollo de sus otras actividades debido a que sus docentes hacen lo que pueden para tener actividades más dinámicas, y de la actividad física para asegurar su formación integral, es de gran importancia desarrollar todas estas actividades.

Justificación

Como estudiante de la Universidad Técnica de Babahoyo de la Carrera de Cultura Física, se ha visto la necesidad de elaborar una Guía de Ejercicios en los niños y niñas de la Unidad Educativa “Isidro Ayora Cueva” de la Parroquia Ventanas, Cantón ventanas, Provincia de Los Ríos.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



Con la estudio de esta propuesta se pretende darle a la clase de Cultura Física un sentido emprendedor de difundirse los límites de la comprobación, de lo repetitivo y lo mecánico así generar el desarrollo creciente y sistemático de la Cultura Física como un medio de desarrollo social y expresión de la vida cotidiana, valorar las diversas manifestaciones es uno de los objetivos que se ha trazado con el cambio del sistema curricular y con ello se quiere fortalecer la defensa de la salud, al ejercer apropiadamente el deporte en función del autoestima y promover el estilo de vida de los estudiantes.

Con esta propuesta se pretende es incentivar a los niños a fomentar la Cultura Física en su institución educativa y a formar hábitos de salud para mejorar su estilo de vida por medio de las habilidades motrices básicas, se logra algo en forma deliberada por medio del movimiento. La destreza de actividades físicas permite al niño un espacio de entretenimiento y goce, también se convierte en un medio de convivencia sana. Además de permitir mejorar su estado físico permite concebir cambios o mejoramiento en las capacidades físicas, destrezas, motivación y conocimiento de estudiante.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



OBJETIVOS

General

Implementar una guía de ejercicios que promueva a los niños de la Unidad Educativa “Isidro Ayora Cueva” a ejecutar actividad física, para regenerar un estilo de vida.

Específico

- Socializar la importancia de la práctica de la cultura física en los niños y niñas de inicial.

- Aplicar la guía para que los estudiantes realicen ejercicios permanentemente con el fin de conservar mejor salud.

- Valorar las expectativas de los niños y niñas tomando en cuenta sus capacidades y limitaciones.

TITULO: Plan de una guía de actividades físicas y recreativas para el desarrollo de las habilidades motrices de los niños de inicial de la Unidad Educativa Isidro Ayora Cueva.

La propuesta es posible y aplicable que consta de ejercicios básicos que ayudaran a los niños y niñas a desarrollar sus habilidades, destrezas y a su formación integral siendo necesario conocer la parte del cuerpo humano para donde se emplearan los ejercicios también se debe conocer las capacidades físicas con las cuales trabajara:

- Fuerza

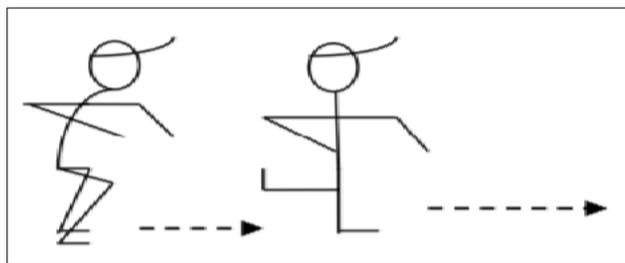
EJERCICIO N.- 1

Saltar en dos pies por todo el espacio físico; a señal del profesor, cambiar a un pie tanto izquierdo como derecho y luego a pies juntos.

RECURSOS: Cancha - Pito

GRAFICO DE EJERCICIO

Figura 1



EJERCICIO N.- 2

Saltar en un solo pie, tratando de mantener el equilibrio el mayor tiempo posible sin apoyar el otro pie.

RECURSOS: Cancha - Pito

GRAFICO DE EJERCICIO

Figura 2



- Velocidad

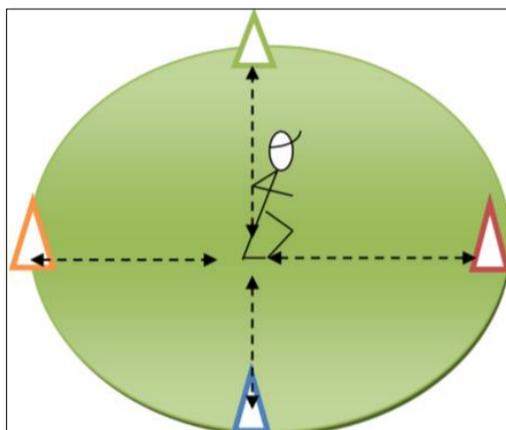
EJERCICIO N.- 1

Determinar en el patio cuatro espacios y asignar un color a cada uno (rojo, verde, amarillo, azul). A una señal, los estudiantes deben dirigirse hacia el otro color indicando sin dejar su ritmo de velocidad. (Tiempo de 3 minutos)

RECURSOS: Cancha –Conos- Silbato- Cronometro

GRAFICO DE EJERCICIO

Figura 3

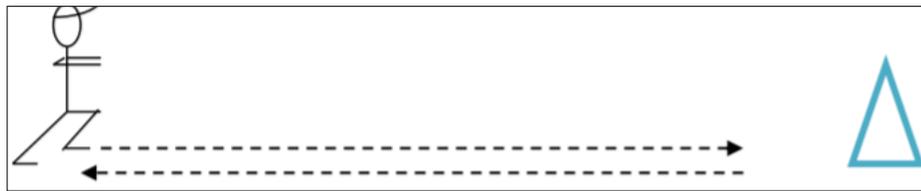


EJERCICIO N.- 2

Colocar a los estudiantes en una línea, a una señal sale a tocar un objeto y regresa en el menor tiempo posible. (Tiempo de 4 minutos)

RECURSOS: Conos –Cancha- Cronometro

Figura 4



- Resistencia

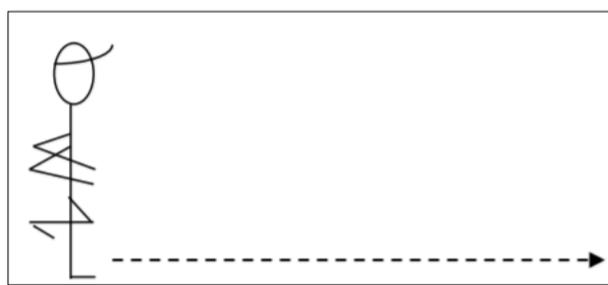
EJERCICIO N.- 1

Ubicar unos conos a una distancia de 9 metros, a una señal, el niño corre la distancia a máxima velocidad y dar vueltas alrededor de los conos. Esta actividad se realiza en tiempo de 8 minutos.

RECURSOS: Conos –Silbato-Cancha

GRAFICO DE EJERCICIO

Figura 5



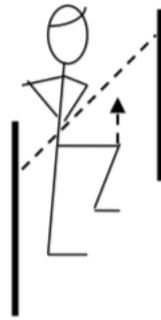
EJERCICIO N.- 2

Ubicar una soga a la altura de la cintura. Correr en el mismo lugar, tratando de elevar las rodillas hasta tocar la cuerda, contar las veces que toca la cuerda en un lapso de 4 a 5 minutos.

RECURSOS: Cuerdas –Estacas- Silbato- Cancha

GRAFICO DE EJERCICIO

Figura 6



- Flexibilidad

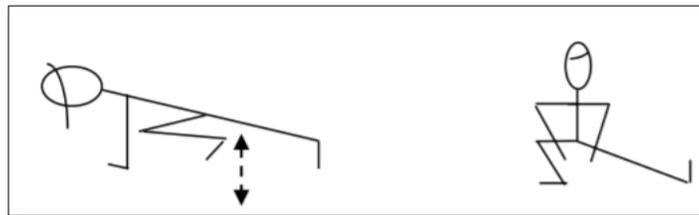
EJERCICIO N.- 1

Doblar la pierna izquierda y después la pierna derecha en dirección lateral y frontal, en ocho tiempos. (30 derecha 30 izquierda).

RECURSOS: Colchonetas- Galletas

GRAFICO DE EJERCICIO

Figura 7



EJERCICIO N.- 2

Flexionar la pierna hacia el pecho y luego estirla, en posición cubito dorsal, en ocho tiempos. (30 repeticiones)

RECURSOS: Colchonetas- Galletas

Figura 8



Esta guía de ejercicios básicos, para fomentar la educación física, es una herramienta útil que servirá para realizar actividades físicas para mejorar su calidad de vida en los niños y niñas de la Unidad Educativa “Isidro Ayora Cueva”.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA



Una vez elaborada la propuesta alternativa se tiene la expectativa que los estudiantes se motiven por la actividad física, mejoren sus medidas estrés y cansancio, esto es reducir los riesgos en su nutrición y su salud de forma integral, lo que contribuirá a mantener un estilo de vida saludable, mejore su estado de ánimo tener otras actividades y salir de la monotonía.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



BIBLIOGRAFIA

- Anabel, Y. C. (2015). "LA EDUCACIÓN FÍSICA Y SU INFLUENCIA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS NIÑOS DE QUINTO A SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA EUGENIO ESPEJO DIEZ DE AGOSTO, DE LA PARROQUIA GUAYTACAMA, CANTÓN LATACUNGA AÑO LECTIVO 2013-2014.". Latacunga : Bachelor's thesis, LATACUNGA/UTC/2015.
- Ariopaja Andrade, J. J. (2016). *Guía de juegos recreativos para desarrollar las habilidades de saltar y correr en niños de 5-6 años de la unidad educativa Young Living Academy en Guayaquil 2016*. Guayaquil : Universidad de Guayaquil. Facultad de Educación Deporte y Recreación.
- Bascon, M. A. (2010). *Educación Física*. España : <http://jorgegarciagomez.org/documentos/hmbasicas>. .
- Caicedo, V. V. (2016). *Actividades físicorecreativas para el desarrollo motriz en niños de 8-10 años de la escuela rural "ciudad de Riobamba", recinto santa lucía parroquia camarones del canton Esmeralda*. Riobamba: EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires.
- Castellar Arrieta, G. G. (2015). *Las actividades lúdicas en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños de preescolar del instituto madre Teresa de Calcuta*. . Cartagena : Universidad Cartagena .
- Castillo, J. M. (1998). *Deporte y Calidad de Vida*. España : Librerías Deportiva Esteban Sanz S.L .
- Chirivella, E. C. (2001). *Deporte, salud, bienestar y calidad de vida*. Valencia : Cuadernos de psicología del deporte.
- Collantes Díaz, C. Y. (2013). *Pedagogía liberadora desde la cultura física para el desarrollo de la inteligencia corporal en el primer año de educación general básica*. Guayaquil: Universidad de Guayaquil Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación.
- Diana Alexandra Camargo Rojas, J. O. (2013). Cultura física concepto en construcción: visiones y abordajes desde la academia. *revista UdeA*, 50.
- Fuente, F. E. (2021). PODIUM. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 453-454.
- García, M. D.-J. (2011). *Análisis de las habilidades motrices básicas desarrolladas por el profesor de primaria en el modelo de la educación personalizada y su incidencia en la formación del profesorado*. Madrid : © 2001-2022 Fundación Dialnet .
- Gil-Madrona, P. C.-J.-V.-B. (2008). Justificación de la educación física en la educación infantil. Educación y educadores. *Sistema de Información Científica Redalyc* ®, 173-174.
- I., G. P. (2015). EL DESARROLLO DE LA CONCIENCIA DE REGLA EN LOS JUEGOS DEPORTIVOS . *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 5, 243.
- Kalazich Rosales, C. V. (2020). Orientaciones Deporte y COVID-19: Recomendaciones sobre el retorno a la actividad física y deportes de niños niñas y adolescentes. . *Revista chilena de pediatría*, 76.
- Kirk, D. (2008). Los futuros de la educación física: la importancia de la cultura física y de la "idea de la idea" de educación física*. *Innovación en la cultura física* , 5.
- Merixell Monguillot, C. G. (2014). Mobile Learning a Collaborative Experience Using QR Codes . *Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento* , 7 .
- Morales, S. &. (2014). *TEORÍA Y METODOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA*. QUITO : COMISIÓN EDITORIAL DE LA UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS -ESPE.
- Paula Chica, J. V. (2014). *Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños y niñas de primer año de educación básica de la unidad educativa Fiscomisional Santa María*



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



del Fiat, parroquia Manglaralto, provincia de Santa Elena. Santa Elena : La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2013.

- Rodríguez Heras, R. J. (2021). *Guía didáctica de actividades físicas para el mejoramiento de la calidad de vida en niños de 5-7 años en la Escuela de Educación Básica Fiscal Benjamín Rosales Azpiazu*. Guayaquil: Universidad de Guayaquil, Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación.
- Sanchez, D. B. (2016). *La educación física*. España : INO Reproducciones S.A.
- Tendero, G. R. (2011). Hábitos de práctica lúdica y deportiva en niños y niñas en edad escolar: un estudio transversal. *revista digital de educación física*, 18.
- UNICEF. (2004). *Deporte, Recreación, juego*. NEW YORK: fondo de las naciones unidas para la infancia (UNICEF).
- Veronica Valda Paz, R. S. (2018). Estrategias de intervención para niños y niñas con TDAH en edad escolar . *SciELO Analytics*, 128.
- Gudiño, M. (1993). *Materiales para la enseñanza de la Cultura Física* (Vol. 13). Editorial Abya Yala.
- Rodríguez González, R. (2018). El proceso de formación humanista de los profesionales de Cultura Física. *Revista Educación*, 42(2), 828-843.
- Flores Fernández, Z. (2019). La cultura física y la práctica del deporte en México. Un derecho social complejo. *Cuestiones constitucionales*, (40), 185-220.
- Valdés, A. M. M., Bandomo, R. U. A., & Cáceres, M. E. F. (2020). Validación del perfil de competencias investigativas para estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(3).
- Araujo, M. I. N. (2016). *FACULTAD DE FILOSOFÍA LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CARRERA DE CULTURA FISICA "APLICACIÓN DE IMPLEMENTOS DEPORTIVOS ELABORADOS CON MATERIALES RECICLABLES PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE NIÑAS Y NIÑOS DE PRIMERO Y* (Doctoral dissertation, UNIVERSIDAD DE CUENCA).
- Alarcón Fabre, I. Y. (2015). *Análisis de los juegos recreativos y su influencia en las habilidades motoras básicas de los niños de inicial I y II de educación básica en el Jardín de Infantes" Manuel Córdova Galarza"* año lectivo 2014-2015 (Bachelor's thesis, Quito: UCE).
- Pilicita Quishpe, C. G. (2017). *Los juegos recreativos y su aporte para el desarrollo de las habilidades motoras básicas de los niños de educación general básica en la escuela Rebeca Jarrín* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Maestría en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo).
- Burgos Ángulo, D. J., & Rugel Véliz, S. R. (2017). *Estrategia didáctica para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en Educación Física del subnivel básico elemental* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil, Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación).



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



Marín, P. G., & López, N. F. (2020). Asociación de la competencia en las habilidades motrices básicas con las actividades físico-deportivas extracurriculares y el índice de masa corporal en preescolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 33-39.

Osorio Castellano, C. M. (2020). *Las actividades recreativas y el desarrollo de habilidades motrices básicas de los niños de segundo grado de la Unidad Educativa Juan Abel Echeverría* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Carrera de Cultura Física).

Brito, M. E. P. (2015). *PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES MOTORAS PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS DEL NIVEL INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTANA* (Doctoral dissertation, UNIVERSIDAD DE CUENCA).

Gavilanes Bautista, L. G. (2022). *Los juegos populares en el desarrollo de habilidades motrices básicas en escolares* (Bachelor's thesis, Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte).

Vásquez Farinango, J. F. (2021). *Aplicación de juegos recreativos en tiempos de pandemia para fortalecer las habilidades motrices básicas a estudiantes de los octavos años en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez* (Master's thesis).

Vásquez Farinango, J. F. (2021). *Aplicación de juegos recreativos en tiempos de pandemia para fortalecer las habilidades motrices básicas a estudiantes de los octavos años en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez* (Master's thesis).

Jarrin Pilozo, M. S. (2018). *Actividades lúdicas para desarrollar la habilidad motriz básica saltos en niños de 7-8 años* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil, Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación).

Rivera, Y. S. (2010). ¿Cómo se pueden aplicar los distintos paradigmas de la investigación científica a La Cultura Física y El Deporte? *PODIUM-Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 5(1), 1-10.

Pol-Rondón, Y., Durruthy-Rivera, R., & Robert-Gómez, D. A. (2021). Juegos motrices y habilidades motrices básicas. *Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 18(49), 143-151.

Alarcón Fabre, I. Y. (2015). *Análisis de los juegos recreativos y su influencia en las habilidades motoras básicas de los niños de inicial I y II de educación básica en el Jardín de Infantes " Manuel Córdova Galarza" año lectivo 2014-2015* (Bachelor's thesis, Quito: UCE).



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



Gusqui Arroba, F. G. (2016). *La cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Carrera de Cultura Física).

Benavides Vallejos, O. P. (2015). *La actividad física y su influencia en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los niños de los séptimos años de Educación General Básica, de la Unidad Educativa Sucre nº 1 de la ciudad de Tulcán en el año 2015-2015* (Bachelor's thesis).

Pilacúan Piaun, C. A. (2018). *Análisis de las habilidades y destrezas motrices básicas y su influencia en los fundamentos del baloncesto en los estudiantes del ciclo del bachillerato unificado del Colegio 28 De septiembre en el año 2012-2013* (Bachelor's thesis).

FLORES GARCÍA, J. C. (2018). *ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS NIÑOS DEL SEGUNDO AÑO DE BÁSICA DE LA ESCUELA FE Y ALEGRÍA# 1" LA DOLOROSA", MANTA AÑO 2017* (Doctoral dissertation).

García-Montes, A. D., & Ciro-Ocampo, W. D. (2020). *Estimulación de la Habilidad Motriz Básica del Salto por Medio de los Juegos Tradicionales en el Centro de Desarrollo Infantil" Arcoíris de Sueños" del Municipio de la Unión* (Bachelor's thesis, Universidad Católica de Oriente



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



ANEXOS



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



PRESUPUESTO

PRESUPUESTO			
DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
ALQUILER DE EQUIPO	1	\$25	\$25
PAGO DE INTERNET	2	\$20	\$20
IMPRESIONES	1	\$20	\$20
VIÁTICOS	2	\$10	\$10
VALOR TOTAL			\$75

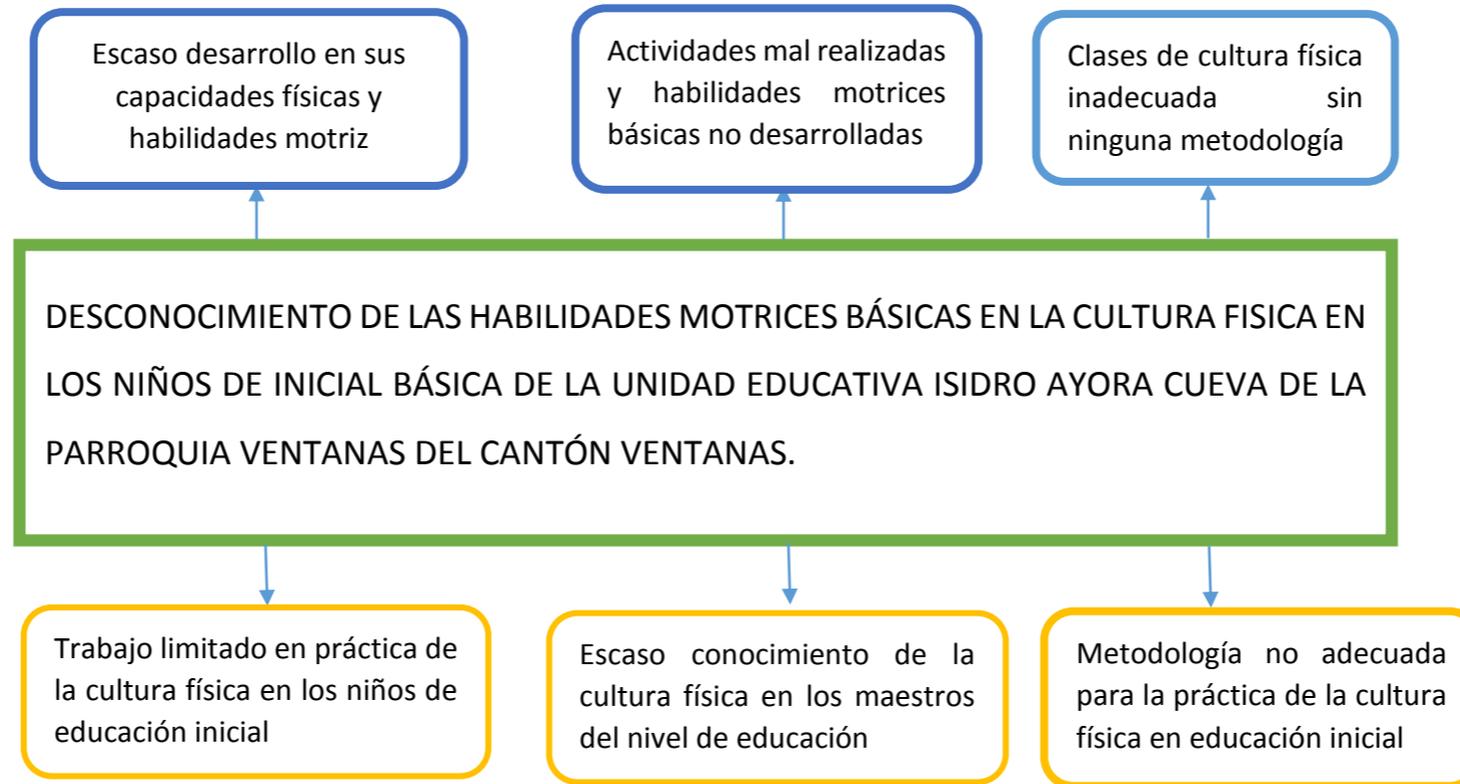
CRONOGRAMA DEL PROYECTO

CRONOGRAMA DEL PROYECTO	ABRIL				MAYO				JUNIO			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Selección del tema	✗	✗										
Aprobación del tema		✗										
Elaboración del perfil del proyecto		✗	✗									
Presentación del perfil del proyecto para revisión	✗			✗								
Elaboración del capítulo I. El problema				✗	✗							
Presentación del capítulo I. El problema para revisión			✗		✗							
Elaboración del capítulo II. Marco teórico o referencial							✗	✗	✗			
Presentación del capítulo II. Marco teórico o referencial para revisión								✗	✗	✗		
Elaboración del capítulo III. Metodología de la investigación						✗				✗	✗	
Presentación del capítulo III. Metodología de la investigación para revisión											✗	✗
Sustentación												✗



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

ÁRBOL DE PROBLEMAS





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO



FACULTAD DE CIENCIAS JURIDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

FICHA DE OBSERVACIÓN

Está dirigida a los estudiantes del ciclo de educación inicial de la unidad educativa "Isidro Ayora Cueva"

Fecha:

Edad:

Genero:

Objetivo: obtener información de primera mano

1.- ¿pueden los niños de educación inicial caminar y correr en línea recta manteniendo el equilibrio.?

Sí No

2.- ¿pueden los niños de educación inicial caminar de espaldas manteniendo el equilibrio.?

Sí No

3.- ¿Los niños de educación inicial pueden saltar de un pie a otro alternadamente de manera autónoma?

Sí No

4.- ¿Los niños de educación inicial pueden saltar en dos pies manteniendo el equilibrio?

Sí No

5.- ¿pueden los niños de educación inicial controlar su fuerza al ejecutar lanzamientos.?

Sí No

6.- ¿Los niños de educación inicial controlan sus posturas de equilibrio en posiciones estáticas?

Sí No



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



7.- ¿pueden los niños de educación inicial subir y bajar escaleras alternando los dos pies.?

Sí No

8.- ¿Los niños de educación inicial demuestran interés en las actividades realizadas?

Sí No

9.- ¿Los niños de educación inicial demuestran respeto en las actividades realizadas?

Sí No

10.- ¿pueden los niños de educación inicial identificar situaciones de riesgo y cuidarse?

Sí No



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



Entrevista está dirigida a los padres de la unidad educativa “Isidro Ayora Cueva”

Fecha:

Edad:

Genero:

Objetivo: conocer la opinión de los padres de familia de la unidad educativa “Isidro Ayora Cueva” de la parroquia ventanas sobre la cultura física y su influencia en el bienestar físico en los niños de inicial.

1.- ¿piensa usted que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices.?

Sí No

2.- ¿cree usted que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial.?

Sí No

3.- ¿piensa usted que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar actividades lúdicas?

Sí No

4.- ¿usted como padre de familia está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas de clase de cultura física dentro de sus planificaciones.?

Sí No

5.- ¿cree usted que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentaran sus capacidades y habilidades físicas mejore su bienestar físico.?

Sí No



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



Encuesta está dirigida a los docentes de la unidad educativa "Isidro Ayora Cueva"

Fecha:

Edad:

Genero:

Objetivo: conocer la opinión de los docentes de la unidad educativa "Isidro Ayora Cueva" de la parroquia ventanas sobre la cultura física y su influencia al bienestar físico en los niños de inicial.

1.- ¿Cree usted como docente que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial?

Sí No

2.- ¿Cree usted como docente de la institución que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices?

Sí No

3.- ¿Cree usted como docente de la institución que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial?

Sí No

4.- ¿Piensa usted como docente de la institución que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial?

Sí No

5.- ¿Piensa usted como docente de la institución que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física?

Sí No

6.- ¿Usted como docente de la institución está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual?

Sí No

7.- ¿cree usted que los niños de inicial deberían contar con personal capacitado en cultura física?



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



Sí No

8.- ¿considera usted las actividades motrices son importantes en el desarrollo del niño?

Sí No

9.- ¿promovería usted la inclusión de profesionales en el área de cultura física?

Sí No

10.- ¿estaría usted de acuerdo con la implementación de la cultura física como área fundamental?

Sí No



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

