



Universidad  
Nacional  
de Loja

# Universidad Nacional de Loja

## Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación

### Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

#### Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, 2023

Trabajo de Integración Curricular ,  
previo a la obtención del título de  
Licenciado en Pedagogía de la  
Actividad Física y Deporte.

#### **AUTOR:**

Romel Javier González Lozano

#### **DIRECTOR:**

Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg Sc.

Loja – Ecuador

2024

## Certificación

Loja, 27 de marzo de 2023

Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg. Sc. RTL

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

### **CERTIFICO:**

Que he revisado y orientado todo proceso de la elaboración del Trabajo de Integración Curricular denominado: **Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, 2023**, previo a la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, de la autoría del estudiante **Romel Javier González Lozano** con **cédula de identidad número 1950055861**. Una vez que el trabajo cumple con todos los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja para el efecto, autorizo la presentación para la respectiva sustentación y defensa.

Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg. Sc. RTL

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

## **Autoría**

Yo, **Romel Javier González Lozano**, declaro ser autor del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mí del trabajo de integración curricular o de titulación en el Repositorio Digital Institucional – Biblioteca Virtual.



**Firma:**

**Cédula de Identidad:** 1950055861

**Fecha:** 27 de marzo de 2024

**Correo electrónico:** [romel.gonzález@unl.edu.ec](mailto:romel.gonzález@unl.edu.ec)

**Teléfono:** 0989563903

**Carta de autorización del Trabajo de Integración Curricular por parte del autor, para la consulta, reproducción parcial o total y/o publicación electrónica del texto completo.**

Yo, **Romel Javier González Lozano** declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular titulado: **Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, 2023**, como requisito para optar el título de **Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los veintisiete días del mes de marzo del dos mil veinticuatro



**Firma:**

**Autor:** Romel Javier González Lozano

**Cédula:** 1950055861

**Dirección:** Loja, Anton Philips y Teodoro Wolf

**Correo electrónico:** [romel.gonzález@unl.edu.ec](mailto:romel.gonzález@unl.edu.ec)

**Teléfono:** 0989563903

**DATOS COMPLEMENTARIOS:**

**Director del Trabajo de Integración Curricular:** Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg Sc.

## **Dedicatoria**

El presente trabajo de Integración Curricular, representa un esfuerzo arduo, un camino lleno de aprendizaje y crecimiento personal. En este momento especial, deseo expresar mi agradecimiento a quienes han sido pilares fundamentales en mi vida.

A Dios, fuente de sabiduría y fortaleza, mi eterna gratitud. Tu guía y protección han sido mi luz en los momentos más oscuros, permitiéndome avanzar con fe y esperanza hacia mis metas.

A ti, mamá, María Lozano, mi apoyo inquebrantable y mi inspiración. Tu motivación y sacrificio, son las razones por las cuales yo deseo salir adelante, ya que me han ayudado a superar obstáculos y a convertirme en la persona que soy hoy en día.

A mis amados hermanos y hermanas, compañeros de risas y lágrimas, juntos hemos compartido momentos inolvidables y hemos sido un apoyo mutuo en cada desafío que la vida nos ha presentado. Gracias a su amor, motivación y apoyo me han ayudado a cumplir mis objetivos.

Cada uno de ustedes ha dejado una huella imborrable en mi corazón y en este trabajo. Sin su apoyo, no habría sido posible alcanzar este logro. Esta investigación es un tributo a su amor y dedico este trabajo con cariño a cada uno de ustedes.

Con amor y gratitud

***Romel Javier González Lozano***

## **Agradecimiento**

Primeramente, es grato agradecer a la Universidad Nacional de Loja, a la Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación, a la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, al personal administrativo y a todos los docentes de la carrera por brindarme su apoyo a lo largo de todo mi proceso formativo, cada uno de sus conocimientos y experiencias compartidas serán aprovechadas no solo en mi vida profesional sino también personal.

Asimismo, considero oportuno agradecer al Mgtr. Luis Rafael Valverde Jumbo director del Trabajo de Integración Curricular, quien a través de sus conocimientos y orientaciones me supo guiar en el desarrollo del presente trabajo.

Finalmente expreso mis más sinceros agradecimientos a la Unidad Educativa “Pío Jaramillo Alvarado” dirigida por el Mg. Sc. Willan Armando Espinosa Ordoñez, además al Lic. Juan Carlos Guallas por su colaboración, amabilidad y tiempo concedido a lo largo de la realización del trabajo de campo del presente Trabajo de Integración Curricular.

***Romel Javier González Lozano***

## Índice de contenido

<b>Portada</b> .....	i
<b>Certificación</b> .....	ii
<b>Autoría</b> .....	iii
<b>Carta de autorización</b> .....	iv
<b>Dedicatoria</b> .....	v
<b>Agradecimiento</b> .....	vi
<b>Índice de contenidos</b> .....	vii
Índice de tablas .....	ix
Índice de figuras .....	ix
Índice de anexos .....	x
<b>1. Título</b> .....	1
<b>2. Resumen</b> .....	2
Abstrac .....	3
<b>3. Introducción</b> .....	4
<b>4. Marco teórico</b> .....	6
4.1. La recreación .....	6
4.1.1. Definición de recreación .....	6
4.1.2. Características de la recreación .....	7
4.1.3. Beneficios de la recreación .....	8
4.2. Actividades recreativas .....	10
4.2.1. ¿Qué son las actividades recreativas? .....	10
4.2.2. Características e importancia de las actividades recreativas .....	11
4.2.3. Beneficios en el ámbito educativo .....	12
4.3. Enseñanza educativa .....	14
4.3.1. ¿Qué es enseñar? .....	14
4.3.2. Características: ¿Para qué y Porqué se enseña? .....	15
4.4. Estrategias educativas .....	17
4.4.1. Definición de estrategias educativas .....	17
4.4.2. Estrategias de enseñanza .....	18
4.4.3. Estrategias de aprendizaje .....	19
4.5. Educación física .....	20

4.5.1. ¿Qué es educación física? .....	20
4.5.2. Características de la educación física .....	21
4.5.3. Importancia de la educación física .....	23
<b>5. Metodología .....</b>	<b>25</b>
5.1. Área de estudio .....	25
5.2. Enfoque de investigación .....	26
5.3. Tipo de investigación .....	26
5.4. Diseño de investigación .....	27
5.5. Métodos .....	27
5.6. Línea de investigación .....	28
5.7. Técnicas .....	28
5.8. Instrumentos .....	28
5.9. Población y muestra .....	29
5.10. Procesamiento de los datos obtenidos .....	30
5.11. Proceso para el desarrollo de la propuesta pedagógica .....	30
<b>6. Resultados .....</b>	<b>32</b>
<b>7. Discusión .....</b>	<b>50</b>
<b>8. Conclusiones .....</b>	<b>52</b>
<b>9. Recomendaciones .....</b>	<b>53</b>
<b>10. Bibliografía .....</b>	<b>54</b>
<b>11. Anexos .....</b>	<b>57</b>

## **Índice de tablas:**

<b>Tabla 1.</b> Población y muestra de la investigación.....	29
<b>Tabla 2.</b> Muestra de la investigación .....	29
<b>Tabla 3.</b> Proceso de la propuesta pedagógica .....	30
<b>Tabla 4.</b> Género de la muestra investigada .....	32
<b>Tabla 5.</b> Primera pregunta de la encuesta .....	33
<b>Tabla 6.</b> Segunda pregunta de la encuesta .....	34
<b>Tabla 7.</b> Tercera pregunta de la encuesta .....	36
<b>Tabla 8.</b> Cuarta pregunta de la encuesta .....	37
<b>Tabla 9.</b> Quinta pregunta de la encuesta .....	38
<b>Tabla 10.</b> Sexta pregunta de la encuesta .....	39
<b>Tabla 11.</b> Séptima pregunta de la encuesta .....	41
<b>Tabla 12.</b> Octava pregunta de la encuesta .....	42
<b>Tabla 13.</b> Novena pregunta de la encuesta .....	43
<b>Tabla 14.</b> Decima pregunta de la encuesta .....	44

## **Índice de figuras:**

<b>Figura 1.</b> Escenario en que se realizó la investigación.....	25
<b>Figura 2.</b> Género de la muestra investigada .....	32
<b>Figura 3.</b> Primera pregunta de la encuesta .....	33
<b>Figura 4.</b> Segunda pregunta de la encuesta .....	35
<b>Figura 5.</b> Tercera pregunta de la encuesta .....	36
<b>Figura 6.</b> Cuarta pregunta de la encuesta .....	37
<b>Figura 7.</b> Quinta pregunta de la encuesta .....	38
<b>Figura 8.</b> Sexta pregunta de la encuesta .....	40
<b>Figura 9.</b> Séptima pregunta de la encuesta.....	41
<b>Figura 10.</b> Octava pregunta de la encuesta .....	42
<b>Figura 11.</b> Novena pregunta de la encuesta .....	43
<b>Figura 12.</b> Decima pregunta de la encuesta .....	45

## **Índice de anexos:**

<b>Anexo 1.</b> Oficio para la apertura en la institución .....	57
<b>Anexo 2.</b> Solicitud de estructura, coherencia y pertinencia .....	58
<b>Anexo 3.</b> Informe de estructura, coherencia y pertinencia .....	59
<b>Anexo 4.</b> Oficio de aprobación y designación de director .....	60
<b>Anexo 5.</b> Solicitud para designación de director .....	61
<b>Anexo 6.</b> Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo “C” .....	62
<b>Anexo 7.</b> Guía de observación .....	63
<b>Anexo 8.</b> Registro fotográfico .....	64
<b>Anexo 9.</b> Propuesta pedagógica .....	66
<b>Anexo 10.</b> Certificado de traducción del resumen .....	67

## **1. Título**

**Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pío Jaramillo Alvarado” Loja, 2023**

## 2. Resumen

El presente trabajo de integración curricular tuvo el siguiente objetivo, evaluar el aporte que generan las actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de 9 a 10 años de edad, de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, periodo 2023; fue un estudio mixto, combinando los elementos cuantitativos y cualitativos, de tipo correlacional y descriptivo, y diseño cuasiexperimental, se aplicó una encuesta y la ficha de observación a 30 estudiantes. Los resultados encontrados en la encuesta revelan que el 97 % de los estudiantes les interesa realizar actividades recreativas durante las clases de educación física, mientras que el 3% de los estudiantes mencionan que están desinteresados en realizar actividades recreativas debido a que estos niños no realizan estas actividades, no conocen los beneficios y la diversión al realizar juegos recreativos, tras estos resultados se implementó una propuesta pedagógica para la enseñanza de la educación física a través de actividades recreativas por 10 planes conformados por un total de 10 actividades recreativas que tuvieron la finalidad de mejorar la enseñanza de la educación física mediante actividades recreativas. Luego de la aplicación de la propuesta, los resultados de la ficha de observación aplicada al final de la investigación muestran una mejora de la concentración, la seguridad al participar en los juegos, el bienestar emocional y la motivación en todos los estudiantes participantes. Se concluye que las actividades recreativas son una herramienta efectiva para el aprendizaje de la educación física en los niños, porque, desarrolla las habilidades motoras, la motivación, el compromiso y la interacción entre los niños, por ello, es importante integrar las actividades recreativas en las clases de educación física, ya que, contribuyen de manera significativa al desarrollo integral de los niños en esta etapa de su vida.

*Palabras claves:* Actividades recreativas, recreación, estrategia, enseñanza, educación física.

## **Abstrac**

The present work of curricular integration had the following objective, to evaluate the contribution generated by recreational activities as a teaching strategy of physical education in children from 9 to 10 years of age, of "Pio Jaramillo Alvarado" High School Loja, period 2023; it was a mixed study, combining quantitative and qualitative elements, of correlational and descriptive type, and quasi-experimental design, a survey and the observation form were applied to 30 students. The results found in the survey reveal that 97% of the students are interested in performing recreational activities during physical education classes, while 3% of the students mention that they are disinterested in performing recreational activities because these children do not perform these activities, do not know the benefits and fun when performing recreational games, after these results a pedagogical proposal was implemented for the teaching of physical education through recreational activities by 10 plans made up of a total of 10 recreational activities that had the purpose of improving the teaching of physical education through recreational activities. After the implementation of the proposal, the results of the observation sheet applied at the end of the research show an improvement in concentration, safety when participating in the games, emotional well-being and motivation in all participating students. It is concluded that recreational activities are an effective tool for learning physical education in children, because, it develops motor skills, motivation, commitment and interaction among children, therefore, it is important to integrate recreational activities in physical education classes, since, they contribute significantly to the integral development of children at this stage of their lives.

***Key words:*** *Recreational activities, recreation, strategy, teaching, physical education.*

### **3. Introducción**

La educación física es un área importante en el ámbito educativo y desarrollo personal. En este contexto, las actividades recreativas se presentan como una estrategia de enseñanza que combina el aprendizaje con el disfrute y la diversión, lo que potencia aún más los beneficios de la educación física.

Las actividades físicas, deportivas y lúdicas en su formación no solo contribuyen a mejorar su salud y bienestar, sino que también les brinda la oportunidad de desarrollar habilidades sociales, estimular su creatividad y fortalecer su autoestima, las actividades recreativas desempeñan un papel fundamental en la educación física, ya que ofrecen un enfoque lúdico y motivador que permite a los estudiantes disfrutar las actividades físicas mientras adquieren habilidades y conocimientos

Por otro lado, la falta de actividades recreativas adecuadas puede tener consecuencias negativas en la calidad de vida de los niños y adolescentes. La falta de ejercicio físico regular y la exposición prolongada a la tecnología pueden afectar su desarrollo físico, emocional y social, así como su rendimiento académico. Además, la ausencia de actividades recreativas en la formación de los niños y adolescentes también tiene un impacto negativo en su desarrollo social y la interacción cara a cara, estos son elementos fundamentales que se ven limitados cuando el tiempo libre se dedica mayormente a actividades sedentarias y aisladas.

La falta de implementación de actividades recreativas en la educación física ha llevado a una monotonía en las clases, donde se prioriza el cumplimiento de objetivos académicos y se descuida la dimensión recreativa y lúdica. Esto ha generado una disminución en la motivación y el interés de los estudiantes hacia la educación física, lo que a su vez afecta su capacidad para adquirir los conocimientos y habilidades necesarias. La práctica de actividades recreativas ayudará a romper la monotonía y despertar el interés, la motivación de los estudiantes y pensamiento innovador. Al ofrecer a los estudiantes oportunidades para explorar diferentes formas de aprendizaje durante las actividades recreativas, se les anima a pensar de manera original, plantear soluciones creativas a los desafíos y abordar problemas desde perspectivas diferentes. Esto promueve la habilidad de pensar de manera crítica y amplía sus horizontes cognitivos. Fomentar la creatividad en las actividades recreativas también brinda a los estudiantes la oportunidad de tomar decisiones autónomas y desarrollar su propia identidad como aprendices. Al explorar diferentes enfoques y soluciones, los estudiantes se sienten más empoderados y comprometidos con su propio proceso de aprendizaje.

Las actividades recreativas son acciones o experiencias que se realizan con el propósito de divertirse, entretenerse y disfrutar de manera placentera del tiempo libre. Estas actividades

están diseñadas para proporcionar una experiencia recreativa que fomenta el bienestar físico, mental, emocional y social de las los estudiantes. Además, ofrecen una experiencia lúdica y placentera, lo cual puede despertar el interés del alumno y motivarlo a participar activamente en las actividades escolares. Al integrar elementos de juego, se genera un ambiente divertido y estimulante que fomenta el compromiso y la persistencia.

A partir de lo expuesto previamente, ha sido preciso plantear la siguiente pregunta: ¿Cuál es el aporte que generan las actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” en el periodo 2023? La pregunta antes mencionada permitió plantear el siguiente tema de investigación titulado: **Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, 2023.**

La presente investigación tiene como objetivo general: Evaluar el aporte que generan las actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de 9 a 10 años de edad, de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, periodo 2023, y como objetivos específicos: Identificar los beneficios de las actividades recreativas como base de aprendizaje de educación física en los niños de 9 a 10 años de edad, de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja; Diseñar un plan de actividades recreativas para mejorar la enseñanza de educación física en los niños de 9 a 10 años de edad, de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja y Aplicar el plan de actividades recreativas para mejorar la enseñanza de la educación física en los niños de 9 a 10 años de edad, de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja.

Las actividades recreativas y el proceso de enseñanza y aprendizaje están estrechamente interconectados, y su relación es fundamental para promover un aprendizaje significativo y motivador, generando un entorno lúdico y placentero que captura el interés de los estudiantes. Al incorporar elementos de juego, diversión y desafío, a las clases de educación física, estas actividades estimularon la motivación intrínseca de los estudiantes, despertando su curiosidad y aumentando su compromiso con el proceso de aprendizaje. La motivación y el compromiso son factores clave para un aprendizaje efectivo, ya que influyen en la atención, la retención y la aplicación de los conocimientos. A través de la participación activa en estas actividades, los estudiantes exploran, experimentan y descubren conocimientos y habilidades de manera práctica y experiencial. Este enfoque activo y práctico facilita la comprensión y la retención de la información, ya que los estudiantes pueden aplicar y relacionar lo que aprenden en situaciones concretas.

## 4. Marco teórico

### 4.1. La recreación

#### 4.1.1. *Definición de recreación*

La recreación se refiere a las actividades, experiencias y momentos de descanso, entretenimiento y disfrute que las personas realizan de manera voluntaria para relajarse, divertirse y revitalizarse. Implica participar en actividades que brindan placer y satisfacción, aliviando el estrés y promoviendo el bienestar emocional y físico. La recreación abarca una amplia gama de actividades, desde deportes y juegos hasta pasatiempos creativos, y juega un papel esencial en el equilibrio de la vida cotidiana al proporcionar un escape de las responsabilidades y rutinas diarias, así Geovanny (2015), afirma que:

La noción básica de la recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más placer le genera, pudiendo por tanto sentirse cómodo y haciendo entonces lo mejor de la experiencia. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más o menos activa de la persona en las actividades a desarrollar. (p. 22)

A diferencia de otras formas de relajación que pueden ser más pasivas, como el dormir o el descansar, la recreación siempre involucra una participación más o menos activa por parte de la persona. Esta característica enfatiza que la recreación es una actividad consciente y voluntaria en la que se toma parte activa, ya sea a través de juegos, deportes, pasatiempos creativos u otras actividades.

Es importante señalar que la recreación es una experiencia personal y puede variar según los intereses y preferencias individuales. La clave está en encontrar actividades que nos resulten gratificantes, nos ayuden a desconectar de las responsabilidades diarias y nos brinden momentos de satisfacción y alegría. La recreación no solo nos permite disfrutar de momentos placenteros, sino que también contribuye a mejorar nuestra calidad de vida, nuestra salud física y mental, y nuestra conexión con nosotros mismos y con los demás. Por lo tanto, es importante reservar tiempo para la recreación y dedicarnos a actividades que nos brinden bienestar y felicidad.

La recreación debe tomar en cuenta el aspecto social y concebir a la recreación, como una de las vías que coadyuva a la formación de un ser humano integral capaz de contribuir con el desarrollo social mediante la utilización positiva del tiempo libre.

«Son actividades en las que se aplican los movimientos aprendidos en trabajos individuales o grupales, para recuperar fuerzas perdidas, para liberar energías estancadas o para disfrutar de la actividad física sin intención educativa ni competitiva» (Patricia, 2010, p. 17).

En relación a lo mencionado por el autor estas actividades están destinadas a proporcionar un descanso o una pausa en las actividades diarias que pueden haber agotado las energías físicas o mentales de las personas involucradas. Estas actividades podrían ser consideradas como una forma de "reponer energías" o recargar el cuerpo y la mente. Se establece que la recreación es una nueva orientación, como una de las vías que coadyuva a la formación de un ser humano integral capaz de contribuir con el desarrollo social mediante la utilización positiva del tiempo libre.

#### **4.1.2. Características de la recreación**

La recreación consiste en dedicar tiempo y recursos a actividades que permiten la evasión del estrés, el disfrute personal y la mejora de la calidad de vida. Según Ayala (2021), la recreación:

Puede ser mental o física: Existen actividades recreativas que implican un uso predominante del intelecto: leer, jugar ajedrez y otros juegos de mesa, asistir a charlas o exposiciones. En cambio, podemos hablar de recreación física cuando participamos en ejercicios, juegos y deportes, solos o en equipos. (p. 1)

Es importante destacar que esta distinción entre recreación mental y física no es excluyente ni rígida. Muchas actividades recreativas pueden combinar elementos mentales y físicos, como el baile, la práctica de artes marciales, los deportes de estrategia, entre otros. Además, las actividades recreativas pueden adaptarse a las preferencias individuales y a las necesidades específicas de cada persona.

Cada una de estas formas de recreación tiene sus propias características y beneficios, y la elección de una u otra dependerá de los intereses y preferencias de cada individuo. Lo importante es encontrar un equilibrio entre ambas para disfrutar de una experiencia recreativa completa y satisfactoria. La recreación es una actividad que se realiza con el propósito de divertirse, relajarse y disfrutar del tiempo libre. A continuación, se describen algunas características comunes asociadas a la recreación:

Voluntaria: No es impuesta ni obligatoria. Las personas participan en actividades recreativas porque lo desean y encuentran satisfacción en ellas.

No competitiva: A diferencia de las actividades deportivas o competitivas, la recreación no tiene un enfoque en la competencia o el rendimiento. El objetivo principal es disfrutar y divertirse, sin importar los resultados o compararse con los demás.

Relajante: La recreación suele tener un efecto relajante y liberador del estrés. Proporciona un escape de las responsabilidades y preocupaciones diarias, permitiendo a las personas relajarse y disfrutar de un tiempo de ocio placentero.

**Creativa:** La recreación puede fomentar la creatividad y la expresión personal. Las actividades recreativas a menudo brindan oportunidades para explorar nuevas ideas, experimentar con diferentes formas de expresión y desarrollar habilidades artísticas o manuales.

**Diversidad de opciones:** Existen numerosas opciones de actividades recreativas que se adaptan a los intereses y preferencias individuales. Esto puede incluir deportes, juegos, hobbies, artes visuales o escénicas, actividades al aire libre, entre otras. La variedad de opciones permite a las personas elegir actividades que se alineen con sus gustos y personalidades.

**Socialización:** La recreación también puede tener un componente social importante. Las actividades recreativas a menudo se realizan en grupos, lo que brinda la oportunidad de interactuar, hacer nuevos amigos y compartir experiencias positivas con otros.

**Beneficios para la salud:** La recreación no solo brinda entretenimiento, sino que también puede tener efectos positivos en la salud física, mental y emocional. Participar en actividades recreativas regularmente puede mejorar la condición física, reducir el estrés, aumentar la satisfacción personal y promover el bienestar general.

En general, la recreación se caracteriza por ser una actividad voluntaria, no competitiva, relajante, creativa, diversa, socialmente beneficiosa y promover la salud y el bienestar. Su objetivo principal es brindar placer, diversión y satisfacción a las personas durante su tiempo libre. Por lo tanto, Biassoni (2008), menciona una característica de la recreación:

«Son actividades individuales o grupales que se realizan en el tiempo libre con considerable frecuencia y que reportan gratificación inmediata» (p. 1).

Estas actividades son realizadas durante el tiempo libre, lo que implica que son opciones voluntarias y no están relacionadas con obligaciones o responsabilidades. Además, se destaca que se llevan a cabo tanto de forma individual como en grupo, lo que significa que pueden ser realizadas en solitario o con otras personas.

También se menciona que estas actividades reportan gratificación inmediata. Esto implica que las personas experimentan una sensación de satisfacción, disfrute o bienestar de manera inmediata al participar en estas actividades. La gratificación puede ser emocional, física o mental, y puede derivar de diversos factores como la diversión, el desafío, la creatividad, el logro personal o la interacción social positiva.

#### **4.1.3. Beneficios de la recreación**

Los beneficios de la recreación se refieren a las ventajas y mejoras que las personas obtienen al participar en actividades de entretenimiento, descanso y diversión de manera voluntaria. Estos beneficios abarcan tanto aspectos físicos como mentales y emocionales, y contribuyen de manera positiva al bienestar general de los individuos. La recreación no solo

brinda placer y alivio del estrés, sino que también promueve la salud física, mejora las habilidades sociales, fomenta la creatividad y enriquece la calidad de vida en general. Así lo detalla Oradilla (2023), en el siguiente texto:

La recreación favorece el desarrollo de diferentes destrezas motrices. Interactuar con el entorno y jugar activamente, tanto de manera individual como grupal, mejora la percepción corporal, el control de los propios movimientos, desarrolla la coordinación y el equilibrio y mejora su ubicación en espacio-tiempo. (p. 1)

La participación en actividades recreativas no solo brinda entretenimiento, sino que también tiene un impacto positivo en el desarrollo físico y motor de las personas, estas actividades no son pasivas, sino que requieren participación activa y compromiso, lo que sugiere un enfoque en la práctica y la acción, ayuda a las personas a conectarse mejor con sus cuerpos y a desarrollar una mayor conciencia y dominio de sus acciones físicas, involucran una variedad de movimientos que requieren sincronización y control, lo que a su vez contribuye al desarrollo de estas habilidades físicas y mejora de la orientación espacial y la noción del tiempo a través de la participación activa en actividades recreativas.

**Estimulación mental:** La recreación también puede ser una forma de ejercitar nuestra mente. Actividades como resolver acertijos, jugar juegos de mesa, leer libros, asistir a charlas o aprender nuevas habilidades estimulan nuestro intelecto, mejoran nuestra capacidad de concentración, promueven la creatividad y mantienen nuestra mente ágil y activa.

**Mejora el estado emocional:** Brinda momentos de alegría, diversión y satisfacción. Lo cual permite a la persona liberarse de sus preocupaciones laborales, académicas, etc. La recreación también puede ser una forma de expresión personal y una vía para canalizar nuestras emociones de manera saludable.

**Socialización y relaciones interpersonales:** La recreación nos ofrece la oportunidad de conocer nuevas personas, hacer amigos y fortalecer nuestras relaciones sociales. Al participar en actividades recreativas en grupo, ya sea en equipos deportivos, clubes o eventos sociales, fomentamos la interacción, la comunicación y el desarrollo de habilidades sociales, lo que contribuye a nuestro sentido de pertenencia y conexión con los demás.

Estos son solo algunos de los beneficios que la recreación puede aportar a nuestras vidas. Cada persona puede encontrar en ella una fuente de bienestar y satisfacción personal. Participar regularmente en actividades recreativas nos ayuda a equilibrar nuestra vida, a mantenernos saludables y a disfrutar de momentos de diversión y enriquecimiento personal.

## **4.2. Actividades recreativas**

### **4.2.1. ¿Qué son las actividades recreativas?**

Son las que se realizan con el propósito de divertirse, entretenerse y relajarse. Estas actividades son esenciales para el bienestar físico, mental y emocional de las personas, ya que proporcionan un escape del estrés diario y promueven la alegría y el disfrute.

Existen numerosas actividades recreativas para elegir, y estas pueden variar según los intereses y preferencias individuales. Algunos ejemplos comunes incluyen deportes y juegos al aire libre, como fútbol, natación, senderismo o ciclismo. Otros disfrutan de actividades más tranquilas, como leer, pintar, hacer manualidades o tocar un instrumento musical. Además, las actividades recreativas pueden realizarse de forma individual o en grupo. Participar en actividades recreativas con otras personas puede fomentar la socialización, el compañerismo y la construcción de relaciones sólidas. También es una oportunidad para descubrir nuevas amistades y compartir experiencias.

Innova (2020), define a las actividades recreativas como:

«Todas aquellas acciones que un individuo realiza con el propósito de distraerse y/o relajarse de sus labores o responsabilidades diarias, haciéndolas de manera entusiasta y sin ningún tipo de obligación» (p. 1).

Estas actividades son una respuesta consciente para liberar la mente del estrés y las responsabilidades cotidianas, proporcionando un descanso mental y emocional, no están vinculadas a deberes laborales o responsabilidades, lo que la diferencia de tareas más formales y demandantes. No están vinculadas a obligaciones o compromisos, lo que significa que son opciones voluntarias y se eligen por el gusto personal de la persona.

Las actividades recreativas también pueden tener beneficios para la salud. Algunas actividades físicas, como el yoga o el baile, pueden mejorar la flexibilidad, la fuerza y la resistencia. Además, el tiempo dedicado a las actividades recreativas puede ayudar a reducir el riesgo de enfermedades relacionadas con el estrés, promover un sueño saludable y mejorar el estado de ánimo en general.

Según Yugcha (2017), las actividades recreativas:

Están relacionadas con el tiempo libre, por eso se puede decir que son un conjunto de actividades que brindan placer y entretenimiento en los ratos libres con el propósito de divertir, alegrar o entretenerse, su realización es una exploración hacia una distracción en medio del trabajo y de las obligaciones diarias. (p. 23)

Relación con el tiempo libre: Las actividades recreativas están asociadas con el tiempo libre, lo que implica que son realizadas cuando no se tienen compromisos laborales o responsabilidades.

Placer y entretenimiento: Estas actividades brindan placer y entretenimiento. Distracción del trabajo y las obligaciones diarias: Las actividades recreativas sirven como una distracción o escape del trabajo y las obligaciones diarias. Esto implica que son una forma de descanso y relajación para contrarrestar el estrés y la rutina.

Exploración: La realización de actividades recreativas implica una exploración. Esto sugiere que las personas buscan nuevas experiencias y se aventuran a probar cosas diferentes durante su tiempo libre.

#### ***4.2.2. Características e importancia de las actividades recreativas***

Las actividades recreativas desempeñan un papel fundamental en la vida cotidiana debido a su importancia en el bienestar general de las personas. Estas actividades proporcionan numerosos beneficios físicos, mentales y emocionales que contribuyen a una vida equilibrada y satisfactoria.

En primer lugar, las actividades recreativas son esenciales para la salud física. Participar en actividades físicas recreativas, como deportes o caminatas al aire libre, ayuda a mantener un estilo de vida activo y promueve la condición física, la resistencia y la flexibilidad. Además, estas actividades pueden ayudar a prevenir enfermedades relacionadas con el sedentarismo, como la obesidad, enfermedades cardiovasculares y diabetes.

En segundo lugar, las actividades recreativas tienen un impacto positivo en la salud mental y emocional. El tiempo dedicado a actividades recreativas brinda una oportunidad para relajarse, liberar el estrés acumulado y mejorar el estado de ánimo. Estas actividades promueven la liberación de endorfinas, conocidas como las "hormonas de la felicidad", que generan sensaciones de bienestar y alegría. Además, las actividades recreativas pueden ser una forma de expresión personal y creatividad, lo que ayuda a mejorar la autoestima y la confianza.

Otro aspecto importante es el social. Las actividades recreativas fomentan la interacción y la socialización entre las personas. Participar en actividades recreativas en grupo o en equipos deportivos promueve el compañerismo, la cooperación y el establecimiento de relaciones sociales significativas. Estas experiencias sociales fortalecen los lazos sociales, crean redes de apoyo y brindan un sentido de pertenencia y comunidad.

Ofrecen oportunidades para el aprendizaje y el desarrollo personal. Al explorar nuevas actividades y desafiar nuestras habilidades, podemos adquirir nuevas habilidades,

conocimientos y experiencias. Esto contribuye al crecimiento personal, a ampliar nuestros horizontes.

Participar en actividades recreativas nos ayuda a encontrar un equilibrio en nuestras vidas y a disfrutar plenamente de nuestro tiempo libre. Se trata de actividades que un individuo no realiza por obligación, sino que las lleva a cabo porque le generan placer.

A continuación, se detallan algunas características de las actividades recreativas:

**Salud física:** Participar en actividades recreativas promueve un estilo de vida activo, mejora la condición física y previene enfermedades relacionadas con el sedentarismo.

**Salud mental y emocional:** Ayudan a reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y promover el bienestar emocional. Además, fomentan la creatividad y la autoexpresión.

**Socialización:** estas actividades promueven la interacción social, fortalece las relaciones y fomenta un sentido de pertenencia y comunidad.

#### **4.2.3. Beneficios en el ámbito educativo**

Las actividades recreativas desempeñan un papel significativo en el ámbito educativo, ya que van más allá del entretenimiento y brindan una serie de beneficios para los estudiantes. Estas actividades complementan el currículo académico al proporcionar experiencias prácticas, promover el aprendizaje activo y mejorar el desarrollo integral de los estudiantes.

En el ámbito educativo, las actividades recreativas ofrecen oportunidades para el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los estudiantes. Al participar en actividades recreativas, los estudiantes pueden mejorar su condición física, desarrollar habilidades motoras, coordinación y equilibrio, y promover hábitos de vida saludables. Según Jaramillo (2017), menciona que :

Debemos tomar conciencia de que la realización de actividades recreativas en el colegio y en el aula, es un derecho y una necesidad de los estudiantes. Pues bien, esto implica que, dentro de la labor de los profesores, estas actividades son parte de un continuo proceso de enseñanza que, van a permitir que el ambiente del curso pueda mejorar.

El autor menciona que, las actividades recreativas deben ser vistas como un derecho implica que los estudiantes tienen el derecho de acceder a ellas y disfrutar de los beneficios que ofrecen. Esto significa que los docentes y el sistema educativo deben asegurar que se proporcionen oportunidades para participar en actividades recreativas de manera regular.

La cita también subraya que la realización de actividades recreativas forma parte de un continuo proceso de enseñanza. Esto implica que las actividades recreativas no deben verse como algo separado o aislado, sino como una parte integral de la educación. Los profesores

tienen la responsabilidad de integrar estas actividades en su plan de estudios y utilizarlas como una herramienta para mejorar el ambiente y el proceso de aprendizaje en el aula.

Además, las actividades recreativas fomentan el aprendizaje activo y práctico. Los estudiantes tienen la oportunidad de aplicar los conceptos teóricos aprendidos en el aula en un contexto real, lo que refuerza su comprensión y les permite experimentar de primera mano los principios y conceptos. Esto también estimula la creatividad, el pensamiento crítico y la motivación por parte de los niños.

Las actividades recreativas también tienen un impacto positivo en el desarrollo emocional y social de los estudiantes. Promueven la autoestima, la confianza en sí mismos y la superación personal al enfrentar desafíos y lograr metas. Además, al participar en actividades recreativas en grupo, los estudiantes mejoran sus habilidades de comunicación, colaboración y trabajo en equipo. Esto fomenta la empatía, el respeto mutuo y la construcción de relaciones positivas entre compañeros.

Otro beneficio importante es el alivio del estrés y la mejora del bienestar mental. Las actividades recreativas proporcionan un escape del rigor académico, permitiendo a los estudiantes relajarse, liberar tensiones y mejorar su estado de ánimo. Según Zavarce (2014), afirma que:

Las actividades recreativas dentro del ámbito educativo ejercen una acción formativa de índole psicológica y sociológica, que operan basadas en la motivación y en las necesidades culturales y recreativas de la población, en sus gustos y preferencias, en los hábitos y tradiciones, en la relación de cada individuo con la clase y los grupos sociales a los cuales pertenece, sus sistemas de valores y su ética específica y, sobre todo, opera basado en la voluntad. (p. 1)

De acuerdo al autor estas actividades tienen varios beneficios que se detallan a continuación:

**Acción formativa:** Las actividades recreativas dentro del ámbito educativo tienen un propósito formativo, lo que significa que van más allá del entretenimiento. Estas actividades buscan promover el desarrollo integral de los estudiantes y proporcionarles experiencias significativas que contribuyan a su crecimiento psicológico y sociológico.

**Influencia psicológica y sociológica:** Las actividades recreativas tienen un impacto tanto en el aspecto psicológico como en el sociológico de los estudiantes. En el ámbito psicológico, estas actividades pueden influir en el estado emocional, la autoestima y la motivación de los estudiantes. En el aspecto sociológico, las actividades recreativas pueden fortalecer la relación de los estudiantes con su entorno social, su clase y otros grupos a los que pertenecen.

Consideración de necesidades y preferencias: Se adaptan a las necesidades culturales y recreativas de la población estudiantil. Se tienen en cuenta los gustos, preferencias y tradiciones de los estudiantes para ofrecerles actividades que sean relevantes y atractivas para ellos.

Valores, ética y voluntad: Las actividades recreativas también consideran los sistemas de valores y la ética específica de cada individuo. Se busca promover valores positivos y fomentar la responsabilidad y la ética en el desarrollo de las actividades. Además, la voluntad de participación y compromiso por parte de los estudiantes también se tiene en cuenta para el éxito de estas actividades.

### **4.3. Enseñanza educativa**

#### **4.3.1. *¿Qué es enseñar?***

Enseñar es un proceso fundamental en el ámbito educativo que implica la transmisión de conocimientos, habilidades y valores de un individuo (el docente) a otro (el estudiante). Es un acto intencional y planificado que tiene como objetivo facilitar el aprendizaje y el desarrollo de los estudiantes.

La enseñanza va más allá de simplemente entregar información. Implica la creación de un ambiente de aprendizaje en el cual los estudiantes sean motivados, desafiados y guiados para adquirir nuevos conocimientos, desarrollar habilidades, reflexionar críticamente y construir su propio entendimiento.

Enseñar es presentar y hacer adquirir a los alumnos conocimientos que ellos no poseen. Esos conocimientos no se confunden con cualquier tipo de informaciones, que serían igualmente nuevas para los alumnos. Se distinguen de estas porque tienen un valor utilitario, útiles para la adquisición de otros conocimientos y cultural, útiles para la formación del espíritu de quienes los adquieren. (Cousine, 2014, p. 2)

Según el autor el objetivo de enseñar, es presentar y ayudar a los alumnos a adquirir conocimientos que no poseen. Estos conocimientos se distinguen de la mera información nueva en dos aspectos importantes: su valor utilitario y su valor cultural.

En cuanto al valor utilitario, se refiere a que los conocimientos impartidos en el proceso de enseñanza son útiles para adquirir otros conocimientos. Esto implica que los conocimientos presentados no son aislados, sino que están interconectados y se complementan entre sí, formando una base sólida para el aprendizaje continuo. Los conocimientos utilitarios proporcionan herramientas y habilidades que permiten a los estudiantes avanzar y profundizar en su educación.

Por otro lado, se menciona el valor cultural de los conocimientos impartidos. Esto significa que los conocimientos presentados en la enseñanza no solo son útiles desde un punto

de vista práctico, sino que también contribuyen a la formación del espíritu y la educación integral de los estudiantes. Estos conocimientos amplían la perspectiva cultural de los alumnos, les permiten comprender su entorno y su herencia cultural, y fomentan su desarrollo como individuos críticos, reflexivos y comprometidos con la sociedad.

El docente desempeña un rol activo en el proceso de enseñanza, diseñando estrategias didácticas, seleccionando recursos educativos, estableciendo metas de aprendizaje y evaluando el progreso de los estudiantes. Además, el docente también fomenta la participación activa de los estudiantes, estimula su curiosidad y promueve el pensamiento crítico.

La enseñanza tiene lugar en diferentes contextos, como el aula, los talleres, los laboratorios, entre otros. También involucra diferentes métodos y enfoques pedagógicos, adaptándose a las necesidades y características de los estudiantes, «enseñar es un acto complejo que no depende sólo de la vocación o el deseo de hacerlo. La enseñanza se vislumbra como el acto de transmitir los conocimientos necesarios para el futuro desempeño profesional» (Ramírez, 2014).

En primer lugar, se enfatiza que enseñar no se limita solo a tener la vocación o el deseo de enseñar, sino que implica un proceso complejo que requiere habilidades, conocimientos pedagógicos y un enfoque profesional. Esto implica que ser un buen docente implica más que solo tener la pasión por enseñar, sino también desarrollar las competencias necesarias para guiar y facilitar el aprendizaje de los estudiantes de manera efectiva.

Además, se menciona que el propósito de la enseñanza es transmitir los conocimientos necesarios para el futuro desempeño profesional de los estudiantes. Esto implica que la enseñanza tiene una orientación práctica y prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos y demandas del mundo laboral. Los conocimientos impartidos deben ser relevantes y aplicables en el contexto laboral, brindando a los estudiantes las herramientas necesarias para desarrollarse en su campo profesional.

#### **4.3.2. Características: ¿Para qué y por qué se enseña?**

Se enseña para proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para comprender el mundo que les rodea, participar activamente en la sociedad y enfrentar los desafíos de la vida. La enseñanza se basa en la premisa de que el conocimiento es fundamental para el desarrollo humano y el progreso de la sociedad. A través de la enseñanza, se busca brindar a los estudiantes las bases de diversos campos del conocimiento, como ciencias, humanidades, artes y habilidades prácticas. Esto les permite adquirir una comprensión profunda de diferentes temas y disciplinas, promoviendo así su capacidad de razonamiento crítico,

resolución de problemas y toma de decisiones y así comprendan los alumnos, por qué y para qué se enseña. Por lo tanto, Urueta (2020), menciona que:

Ser un buen profesor no solo es llegar y dar una clase, ser un profesor requiere de ciertas habilidades, de comunicación y comprensión para atender las necesidades del que desea aprender, comprender sus necesidades y a partir de esto, armar una clase, un aula, una dinámica, que lleve al resultado deseado, no existe mayor alegría para un docente que puede lograr que su alumno comprenda un tema y que este se sienta dichoso de haber aprendido lo que se le enseñó, ese momento, donde su alegría se esboza en el rostro es por el cual a muchos nos gusta enseñar.

Se enfatiza que ser un buen profesor implica tener habilidades de comunicación y comprensión. Esto implica la capacidad de establecer una comunicación efectiva con los estudiantes, escuchar sus necesidades y entender sus formas de aprendizaje. Un buen profesor sabe cómo adaptar su enseñanza para que sea comprensible y significativa para los estudiantes, utilizando diferentes estrategias y recursos.

Además, se menciona que la clave para un profesor es lograr que los alumnos comprendan los temas enseñados y se sientan felices de haber aprendido. El objetivo del profesor no es solo transmitir información, sino asegurarse de que los estudiantes realmente asimilen y comprendan los conceptos. La satisfacción del profesor radica en ver el progreso y la alegría de los estudiantes al dominar un tema y sentirse empoderados por su aprendizaje.

Moll (2015), manifiesta el Porqué y Para que se enseña:

El porqué de la educación. Está íntimamente ligado a las motivaciones que propiciamos a los alumnos para que adquieran sus aprendizajes. Por qué posibilita que sepamos las razones por las que enseñamos a nuestros alumnos.

El para qué de la educación: Mientras que por qué se centra en aspectos motivaciones, el para qué tiene como prioridad definir de forma tangible las metas que nos hemos propuesto en educación y junto a esas metas también está el estímulo que propiciará empezar el recorrido desde el lugar en el que estamos ahora hasta donde queremos llegar.

El "por qué" de la educación se refiere a las motivaciones que se fomentan en los alumnos para que adquieran conocimientos y aprendizajes. Se destaca que comprender el porqué de la educación nos permite entender las razones por las cuales enseñamos a nuestros alumnos

Por otro lado, el "para qué" de la educación se enfoca en establecer metas claras y tangibles que se desean lograr en el ámbito educativo. Es importante definir las metas educativas de manera concreta y visible, y junto a esas metas también se encuentra el estímulo

necesario para iniciar el recorrido desde el punto en el que nos encontramos actualmente hacia dónde queremos llegar. En otras palabras, el "para qué" de la educación implica tener una visión clara de los objetivos educativos y contar con los estímulos y motivaciones adecuados para impulsar el proceso de aprendizaje.

Las características principales de por qué y para qué se enseña son las siguientes: transmitir conocimientos, desarrollar habilidades, fomentar el aprendizaje autónomo, formar integralmente a los estudiantes, prepararlos para el futuro y promover el pensamiento crítico y creativo. Estas características se combinan para brindar a los estudiantes las herramientas necesarias para su crecimiento personal, profesional y social.

#### **4.4. Estrategias educativas**

##### **4.4.1. Definición de estrategias educativas**

Las estrategias educativas son enfoques o métodos específicos utilizados por los educadores para facilitar el aprendizaje y promover el desarrollo de los estudiantes. Estas estrategias se basan en principios pedagógicos y teorías del aprendizaje, y se adaptan a las necesidades y características individuales de los estudiantes.

El objetivo principal de las estrategias educativas es maximizar la efectividad del proceso de enseñanza-aprendizaje, fomentando la participación activa de los estudiantes, estimulando su interés y motivación, y promoviendo la adquisición de conocimientos, habilidades y competencias relevantes: «Las estrategias educativas son el conjunto de procedimientos (métodos, técnicas y actividades) mediante los cuales profesores y alumnos organizan las acciones de manera consciente para construir y lograr las metas planteadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje» (Guerrero, 2021, p. 1).

Las estrategias educativas son planificadas y deliberadas, lo que implica que se eligen y se aplican de manera intencional con el fin de facilitar el aprendizaje y alcanzar los objetivos educativos establecidos. Estas estrategias pueden incluir diversos enfoques pedagógicos, métodos de enseñanza, técnicas de evaluación y actividades prácticas que se adaptan al contexto y las necesidades de los estudiantes.

Existen diversas estrategias educativas que se pueden utilizar en el aula, como el aprendizaje colaborativo, el aprendizaje basado en proyectos, el uso de tecnología educativa, entre otros. Estas estrategias buscan fomentar la participación activa de los estudiantes, el trabajo en equipo, la resolución de problemas, la creatividad y la reflexión crítica.

Por su parte Murillo (2020), considea que:

«La estrategia educativa es un procedimiento (conjunto de acciones) dirigidos a cumplir un objetivo o resolver un problema, que permita articular, integrar, construir, adquirir conocimiento en docentes y estudiantes en el contexto académico» (p. 70).

Según lo expuesto la estrategia educativa implica la implementación de acciones concretas y planificadas que ayudan a los docentes y estudiantes a alcanzar los objetivos educativos y resolver problemas que puedan surgir en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Es importante destacar que las estrategias educativas deben adaptarse a las características y necesidades de los estudiantes, así como al contexto educativo en el que se aplican. Además, deben ser flexibles y estar sujetas a evaluación y ajustes continuos para garantizar su eficacia y relevancia.

#### **4.4.2. Estrategias de enseñanza**

Las estrategias de enseñanza establecen un ambiente propicio para el aprendizaje. Permiten a los estudiantes comprender el propósito y las expectativas de la actividad educativa, generando motivación e interés. Al introducir una estrategia de enseñanza, el educador puede explicar claramente los objetivos de aprendizaje, cómo se relacionan con los conocimientos previos de los estudiantes y cómo se aplicarán en situaciones reales.

Las estrategias de enseñanza implican la creación de un ambiente inclusivo y participativo, donde se fomenta la colaboración, la reflexión y la interacción entre los estudiantes. Esto ayuda a generar un sentido de pertenencia y compromiso con el proceso de aprendizaje. Anijovich (2009), define las estrategias de enseñanza como:

El conjunto de decisiones que toma el docente para orientar la enseñanza con el fin de promover el aprendizaje de sus alumnos. Se trata de orientaciones generales acerca de cómo enseñar un contenido disciplinar considerando qué queremos que nuestros alumnos comprendan, por qué y para qué. (p. 4)

Además, el autor manifiesta que estas decisiones deben estar respaldadas por una reflexión sobre el "por qué" y el "para qué" de la enseñanza. Esto implica que el docente debe tener claridad sobre las razones y propósitos de enseñar un determinado contenido, y cómo ese conocimiento será relevante y útil para los estudiantes en su vida académica y más allá.

En resumen, las estrategias de enseñanza son esencial para establecer una base sólida para el aprendizaje. Proporciona a los estudiantes una comprensión clara de los objetivos y beneficios de la estrategia, fomenta la motivación y el interés, y establece un ambiente propicio para el aprendizaje efectivo.

Según Acosta, señala que: «Por medio de las estrategias de enseñanza se proporciona a los alumnos las bases para la actividad constructiva del saber».

Las estrategias de enseñanza son utilizadas como herramientas pedagógicas para guiar y facilitar el proceso de aprendizaje de los estudiantes. Estas estrategias están diseñadas de manera intencional para involucrar a los alumnos de forma activa en la construcción de su propio saber.

El uso de estrategias de enseñanza proporciona a los alumnos los recursos, las oportunidades y los enfoques necesarios para que puedan desarrollar habilidades de pensamiento crítico, análisis, síntesis y resolución de problemas.

En las estrategias de enseñanza se utilizan las técnicas de iniciación, las cuales incluyen:

**Objetivos:** Estos objetivos actúan como guías o metas del aprendizaje, describiendo de manera detallada lo que se espera lograr.

**Organizadores previos:** Son recursos utilizados para activar el recuerdo de los conocimientos previos del estudiante. Pueden incluir lecturas, mapas mentales y conceptuales, imágenes, vídeos, entre otros. Estas herramientas ayudan a preparar al estudiante para el nuevo contenido, estableciendo conexiones con lo que ya sabe.

**Señalizaciones:** Estas técnicas se utilizan para resaltar y enfatizar el contenido relevante en el material de estudio.

**Conocimientos previos:** Estos conocimientos previos se activan mediante técnicas como lluvia de ideas, preguntas dirigidas u otras estrategias que permitan al estudiante recordar y relacionar sus conocimientos anteriores con el nuevo contenido.

#### **4.4.3. Estrategias de aprendizaje**

Las estrategias de aprendizaje son técnicas que los estudiantes utilizan de manera intencional para mejorar su proceso de adquisición de conocimientos. Estas estrategias les ayudan a organizar, procesar y recordar la información de manera más efectiva. La utilización de estrategias de aprendizaje es fundamental para establecer una base sólida en el proceso educativo. Al presentar y explicar estas estrategias a los estudiantes, se les brinda las herramientas necesarias para mejorar su rendimiento académico y promover un aprendizaje más profundo y significativo. Hernández (2019), menciona que:

«Las estrategias de aprendizaje son una secuencia de operaciones cognoscitivas y procedimentales para procesar información y aprenderla significativamente. Los procedimientos usados en una estrategia de aprendizaje se denominan técnicas de aprendizaje» (p. 1).

Además, es esencial destacar que las estrategias de aprendizaje deben ser adaptadas a las necesidades y preferencias individuales de los estudiantes. Cada estudiante puede tener diferentes estilos de aprendizaje y áreas en las que necesitan apoyo adicional, por lo que es

importante proporcionar orientación personalizada y brindar oportunidades para que los estudiantes experimenten y reflexionen sobre el uso de las estrategias.

Según Guerrero (2019), «las estrategias de aprendizaje son procedimientos mentales que los estudiantes siguen para aprender» (p. 1).

La cita indica que las estrategias de aprendizaje se refieren a los métodos o enfoques que los estudiantes utilizan para adquirir conocimientos. Estas estrategias no son acciones físicas, sino procesos mentales que implican el pensamiento y la cognición de los estudiantes. Los estudiantes siguen conscientemente estos procedimientos mentales con el objetivo de facilitar su aprendizaje y mejorar su desempeño académico.

En general, el párrafo resalta la importancia de que los estudiantes sean conscientes de sus propios procesos de aprendizaje y utilicen estrategias efectivas para mejorar su capacidad de adquirir y retener conocimientos de manera más eficiente.

## **4.5. Educación física**

### ***4.5.1. ¿Qué es la educación física?***

La educación física es una disciplina educativa que se centra en el desarrollo integral de los individuos a través de la participación en actividades físicas, deportivas y recreativas. Su objetivo principal es promover el bienestar físico, mental y social de los estudiantes a través de la enseñanza y práctica de habilidades motrices, la adquisición de conocimientos sobre la anatomía y fisiología del cuerpo humano, y la promoción de un estilo de vida activo y saludable.

La educación física abarca una variedad de aspectos, incluyendo la mejora de la condición física, el fomento de la coordinación y el equilibrio, el desarrollo de habilidades deportivas y la adopción de hábitos saludables. También tiene un papel fundamental en la formación de valores como el respeto, el trabajo en equipo y la superación personal, al tiempo que brinda a los estudiantes herramientas para enfrentar los desafíos físicos y emocionales de la vida:

La educación física provee instancias de participación colectiva y cooperativa entre los y las jóvenes que ayudan a profundizar las posibilidades de comprensión de las diferencias entre ellos, como una oportunidad y no como un obstáculo para construir aprendizajes con pares. (MINEDUC, 2016, p. 138)

La educación física proporciona un espacio donde los jóvenes pueden interactuar y trabajar juntos, superando barreras y diferencias individuales. En lugar de ver las diferencias como algo negativo, se promueve una perspectiva positiva que considera estas diferencias como una oportunidad para aprender y enriquecerse mutuamente.

En resumen, el párrafo destaca que la educación física brinda espacios de participación colectiva y cooperativa que permiten a los jóvenes comprender y apreciar las diferencias entre ellos. Esta comprensión se ve como una oportunidad para construir aprendizajes en conjunto, promoviendo valores de respeto, tolerancia y aceptación de la diversidad.

Además, puede ser parte de programas extracurriculares, clubes deportivos y actividades recreativas. Según la UNESCO (2015), la educación física es:

La experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte del currículo en educación infantil, primaria y secundaria. En este sentido, la EF actúa como punto de partida de un compromiso con la actividad física y deporte a lo largo de la vida. La experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de educación física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las aptitudes sociales y emocionales que necesitan para llevar una vida físicamente activa. (p. 9)

La planificación y progresión implican que los contenidos y actividades se desarrollan de forma sistemática para garantizar un desarrollo integral a lo largo del tiempo, la educación física no es un elemento opcional, sino una parte esencial de la educación formal y por último no se limita a la etapa escolar, sino que actúa como un punto de partida para un compromiso duradero con la actividad física y el deporte a lo largo de toda la vida.

#### **4.5.2. Características de la educación física**

La educación física se destaca por ser una experiencia de aprendizaje que se enfoca en el desarrollo integral de los individuos a través de la participación en actividades físicas y deportivas. Estas actividades están planificadas de manera sistemática para promover la adquisición de habilidades motrices, el conocimiento sobre la salud y el bienestar físico, así como la promoción de valores sociales y emocionales. No se limita únicamente al ámbito físico, sino que se busca trabajar de manera holística para mejorar todas las dimensiones de la persona. Una característica fundamental de la educación física es su inclusión en el currículo educativo, abarcando niveles de enseñanza como la educación infantil, primaria y secundaria, como propone Milán (2019):

La educación física, debe ser tomada como una práctica regular y sistemática en la vida de todas las personas, sin distinción de edad, sexo, condición social u ocupación, por el gran número de beneficios para la salud orgánica, emocional y psíquica de las personas, ya que ofrece herramientas que le permiten al individuo afrontar la vida con una aptitud diferente, con mejor salud, fortaleciendo la diligencia y la perseverancia, con sentido de honradez, responsabilidad y del cumplimiento de las normas; en fin, permite que las

personas como entes individuales tengan la vitalidad, vigor, fuerza y energía fundamentales para cumplir con su deber en el grupo social al que pertenecen. (p. 1)

Contribuye directamente a la mejora de la salud cardiovascular, el control de peso, la resistencia muscular y la salud mental. Establecer hábitos saludables desde edades tempranas puede tener un impacto duradero en la calidad de vida de los estudiantes a lo largo de sus vidas. A través de la educación física, los estudiantes tienen la oportunidad de desarrollar habilidades motoras fundamentales, como correr, saltar, lanzar y atrapar. Estas habilidades no solo son importantes para la participación en deportes, sino que también contribuyen a la coordinación y la confianza en uno mismo, promueve la cooperación, el trabajo en equipo y el respeto mutuo. Los estudiantes aprenden a interactuar en un entorno social y a colaborar para lograr objetivos comunes. Estas habilidades sociales son valiosas tanto dentro como fuera del ámbito deportivo, ayudar a reducir el estrés, mejorar la concentración y fomentar la disciplina, lo que puede traducirse en un mejor desempeño en el aula.

En la educación física se potencia en gran medida el desarrollo psicofísico de los estudiantes y se trabaja en función del rendimiento físico de los mismos, al trabajar de forma intencionada el desarrollo armónico de las capacidades físicas condicionales y coordinativas sobre la base de la promoción de estilos de vida saludable de quienes lo realizan. (Milián, 2019, p. 1)

Según lo expuesto por el autor se hace hincapié al rendimiento físico de los estudiantes, lo cual implica trabajar para mejorar y potenciar su nivel de desempeño en actividades físicas y deportivas. Se busca que los estudiantes adquieran y desarrollen habilidades y destrezas en estas áreas. Los estudiantes aprenden la importancia de la dedicación, la perseverancia y la superación personal. Estas lecciones trascienden el ámbito físico y se aplican en otros aspectos de la vida, ya que cultivan una mentalidad de esfuerzo y la capacidad de enfrentar desafíos con determinación. Además, enfocarse en el rendimiento físico puede aumentar la autoestima y la confianza en uno mismo de los estudiantes. Al ver mejoras tangibles en sus habilidades y logros en actividades físicas, los estudiantes ganan una sensación de logro que se refleja en otros aspectos de su vida

Se busca brindar oportunidades equitativas y adecuadas para que todos los estudiantes participen y se beneficien de las actividades físicas.

Enfoque educativo: Se busca transmitir conocimientos sobre anatomía, fisiología, nutrición y hábitos saludables, además de promover valores como el respeto, la responsabilidad, el trabajo en equipo y la superación personal. Evaluación formativa: Se valoran los progresos individuales, la participación activa, el esfuerzo, la mejora continua y la adquisición de

competencias físicas y sociales. Integración curricular: La educación física se integra en el currículo escolar como una asignatura importante que complementa el aprendizaje académico. Se busca establecer conexiones con otras áreas del conocimiento, fomentando la interdisciplinariedad y la transferencia de habilidades y conceptos.

#### **4.5.3. Importancia de la educación física**

La educación física desempeña un papel crucial en el sistema educativo al contribuir significativamente al bienestar integral de los estudiantes. Su importancia radica en varios aspectos fundamentales que van más allá de la mera actividad física. En primer lugar, la educación física promueve la salud al fomentar la participación activa en actividades físicas, lo que contribuye a la mejora de la condición cardiovascular, la resistencia muscular y el control del peso, previniendo así enfermedades relacionadas con el sedentarismo.

Además, la educación física desarrolla habilidades motoras y coordinativas esenciales en el crecimiento de los estudiantes. Estas habilidades no solo influyen en la participación en deportes, sino que también mejoran la coordinación general, la agilidad y el equilibrio, lo que a su vez contribuye a una mejor postura y seguridad física.

Con la materia de educación física se busca educar a los individuos en el uso de su propio cuerpo, enseñándoles a mantener su salud física y corporal. Además, reciben formación sobre los diferentes deportes que existen lo que puede ayudarles a practicarlos de forma segura. (Implica, 2021, p. 1)

Los estudiantes tienen la oportunidad de aprender acerca de las reglas, técnicas y estrategias de varios deportes, lo que les permite practicarlos de forma segura y adecuada. Esto les facilita desempeñarse y direccionarse por un deporte de su agrado en su vida.

Además, la actividad física también puede ayudar a reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y promover el bienestar emocional. También, promueve la inclusión de todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades o características individuales. La educación física busca adaptar las actividades para permitir la participación de todos los estudiantes y fomentar un ambiente inclusivo y respetuoso. Según Porras (2009), la educación física :

Contribuye en la formación integral de los estudiantes, aseguran: base para que el niño despierte su motricidad e inteligencia en la adquisición de experiencias para el desarrollo del conocimiento, con la educación física se logra mejorar las relaciones interpersonales y de grupo porque, es fundamental el ejercicio físico bien orientado que ayude a alcanzar un desarrollo armonioso, a mejorar la postura, el caminar, etc. Se mejora a través de las actividades físicas, la capacidad motora básica para el desarrollo

de procesos de crecimiento físicos-conocimientos, personalidad e interacciones sociales.

Se destaca que a través de la educación física se logra mejorar las relaciones interpersonales y de grupo. También se enfatiza que el ejercicio físico adecuado desempeña un papel fundamental en el logro de un desarrollo armonioso, mejorando aspectos como la postura y la forma de caminar. A través de las actividades físicas, se fortalece la capacidad motora básica, lo cual tiene un impacto positivo en el desarrollo físico, los procesos de crecimiento, los conocimientos adquiridos, la personalidad y las interacciones sociales de los estudiantes.

## 5. Metodología

Este estudio se realizó con 30 estudiantes de quinto año paralelo “C” de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado”. A continuación, se aplicó una propuesta pedagógica con planes de clases de educación física utilizando actividades recreativas, por ende, tenían como objetivo principal mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje en los estudiantes ya que se la utilizó como estrategia de enseñanza.

Se elaboró planes pedagógicos con actividades recreativas para las clases de educación física, al integrar actividades recreativas en los planes de clase educación física, los estudiantes pueden desarrollar habilidades físicas, aprender sobre conceptos relacionados con la actividad física y mejorar su salud y bienestar general.

Cabe recalcar que se debe adaptar las actividades a las habilidades y capacidades de los estudiantes, para que todos puedan participar y disfrutar de la experiencia. Además, es importante establecer un ambiente seguro y respetuoso, donde se fomente la inclusión y se promueva el trabajo en equipo. Las actividades recreativas en la educación física es una excelente manera de motivar a los estudiantes y fomentar un estilo de vida activo y saludable.

### 5.1. Área de estudio

La presente investigación se llevará a cabo en la Unidad Educativa “PIO JARAMILLO ALVARADO” ubicada en la calle Simón Bolívar y Catacocha, de la parroquia San Sebastián de la ciudad de Loja, institución que presta sus servicios educativos en dos jornadas matutina y vespertina en los niveles de Educación General Básica y Bachillerato General Unificado.

**Figura 1.** *Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado”. Escenario en que se realizó la investigación*



**Figura 1:** La imagen muestra la ubicación de la Unidad Educativa “Pío Jaramillo Alvarado”  
**Fuente:** <https://n9.cl/181c2>

## 5.2. Enfoque de la investigación

Esta investigación se fundamentó en el enfoque mixto, combinando los elementos cuantitativos y cualitativos. Este enfoque permite obtener una comprensión más profunda y rica del fenómeno que se está investigando al combinar datos numéricos y narrativos obtenidos en la aplicación de los instrumentos, como guía de observación y la encuesta a los estudiantes, logrando de tal manera identificar los diferentes aspectos metodológicos que utiliza el docente en su proceso de enseñanza aprendizaje y de tal manera como es el aprendizaje de los estudiantes de quinto grado de EGB paralelo “C”.

## 5.3. Tipo de investigación

En el presente trabajo de investigación se utilizó estudio correlacional y descriptivo ya que el estudio correlacional permitió relacionar el proceso de enseñanza de educación física con las actividades recreativas y como este ayudará al proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes y consecutivamente el estudio descriptivo permitió especificar las características concretas de los estudiantes de quinto grado de EGB del paralelo “C” en su proceso de aprendizaje con la metodología de enseñanza del docente de educación física.

La utilización de este tipo de investigación permitió llevar un registro sistemático y estructurado de las tareas o criterios que se deben cumplir y a la vez evaluar el resultado de utilizar las actividades recreativas como estrategia de enseñanza. Además, la investigación fue de corte transversal, debido a que se realizó en un período de tiempo del año 2023.

#### 5.4. Diseño de la investigación

Se aplicó el diseño cuasi experimental, este diseño se enfoca en identificar la forma en la que se relaciona una variable independiente sobre la variable dependiente y qué es lo que esto produce. Ya que en esta investigación utilizó la técnica de pre y post aplicación De esta forma, el diseño propuesto se encontró estructurado por las siguientes características: un diseño de un solo grupo de estudiantes.

De tal manera, después de la aplicación de la guía de observación y encuesta a los estudiantes (pre aplicación) se logró evidenciar los niveles de aprendizaje que alcanzaba cada uno de los estudiantes de quinto grado de EGB paralelo “C” también se demostró que las clases de educación física carecían de actividades recreativas y de esta manera se aplicó la propuesta de planes de clases de educación con actividades recreativas y posteriormente la ejecución de la lista de cotejo (post aplicación).

#### 5.5. Métodos

El primer método que se manipuló en la investigación fue el **método deductivo** ya que se lo utilizó para realizar un análisis de manera específica, minuciosa y meticulosa sobre la importancia que tienen las actividades recreativas como estrategia de enseñanza y por ende permitió determinar las características del objeto estudio.

Por consiguiente, el método que se llevó a cabo fue el **método inductivo**, se usó para la recolección de información sobre la importancia y los beneficios que tienen las actividades recreativas como estrategia de enseñanza-aprendizaje y de tal manera facilitó el diseño de la propuesta alternativa de los planes de clases de educación física con actividades recreativas, el cual, fue fundamental para el desarrollo del trabajo de integración curricular.

De igual forma se utilizó el método **analítico- sintético** para la descomposición y comprensión de las diferentes problemáticas del objeto de estudio en este caso cómo incide las actividades recreativas en el aprendizaje de los estudiantes en las clases de educación física, posteriormente analizarlas detalladamente y ordenar la información, la cual, cabe recalcar que fue de gran importancia para estructurar el diseño de la propuesta alternativa de clases de educación física utilizando diferentes actividades recreativas, la cual busca potenciar el aprendizaje de los estudiantes en el área de educación física.

Por último, el método empleado fue el **método estadístico** ya que sirvió para analizar y comprender de manera detallada los datos estadísticos o numéricos para posteriormente realizar un análisis objetivo, para finalmente realizar la comparación de los resultados obtenidos en la pre y post aplicación de los instrumentos y con ello demostrar la incidencia y efectividad que tiene el uso de actividades recreativas en el proceso de enseñanza y aprendizaje en los estudiantes.

## 5.6. Línea de investigación

De acuerdo a la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte el presente trabajo se encuentra justificado en la **línea dos, denominada: Procesos pedagógicos y didácticos de la actividad física**; por lo cual, recalca que un buen proceso pedagógico deben ser ejecutado de forma ordenada y sistematizada para una correcta ejecución y por ende los estudiantes adquieran un aprendizaje significativo de todos los temas que sean enseñados en el transcurso de su formación, permitiendo así que los docentes adquieran constantemente nuevos saberes que serán impartidos posteriormente a sus alumnos.

## 5.7. Técnicas para la recolección de información

Para el presente trabajo de integración curricular se utilizó las siguientes técnicas:

La primera técnica aplicada fue **la observación** la cual se utilizó para verificar si los estudiantes en base a la guía de observación aprenden de manera adecuada y por ende determinar si los estudiantes les dan importancia a las actividades recreativas.

Así mismo se usó **la encuesta** la cual fue dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo “C” de la Unidad Educativa “Pío Jaramillo Alvarado”, para determinar cómo es su proceso de aprendizaje y de tal manera evidenciar si se realiza las actividades recreativas en las clases de educación física y de igual manera verificar en base a las preguntas planteadas en dicha encuesta tienen preferencia por realizar las actividades recreativas en las clases de educación física.

## 5.8. Instrumentos utilizados para la recolección de información

En el presente trabajo de integración curricular se usó los siguientes instrumentos:

El primer instrumento aplicado fue la **guía de observación** el cual permitió observar ciertos fenómenos, comportamientos o acciones de los estudiantes, esta guía fue estructurada de acuerdo a lo que se deseaba observar con criterio e indicadores que se encontraban organizados de forma coherente para obtener los datos necesarios para seguir con la investigación.

A sí mismo, se utilizó el cuestionario, este permitió recolectar información a través de preguntas dirigidas a los estudiantes de quinto grado paralelo “C”, además las preguntas se encontraban diseñadas para recolectar los datos necesarios para alcanzar los objetivos propuestos del proyecto de investigación.

Por último, se aplicó la ficha de observación como una guía para asegurarse de que se obtengan todos los datos necesarios. Este instrumento incluye elementos como preguntas de las variables a observar con sus respectivos indicadores que en este caso se utilizó el: SI o NO.

## 5.9. Población y muestra

El presente trabajo de investigación se realizó en la Unidad Educativa “PIO JARAMILLO ALVARADO” de la ciudad de Loja, como población los estudiantes de Educación General Básica y la muestra de la investigación son 30 estudiantes de quinto grado paralelo “C”.

### *Criterios de inclusión*

- ✓ Predisposición de los estudiantes de la Unidad Educativa “PIO JARAMILLO ALVARADO” de la ciudad de Loja.
- ✓ Compromiso por parte de los participantes del proyecto para terminar la investigación.
- ✓ Permiso por parte de los encargados de la Unidad Educativa “PIO JARAMILLO ALVARADO” de la ciudad de Loja, para realizar las diferentes actividades.

### *Criterios de exclusión*

- ✓ Estudiantes que no formen parte del paralelo
- ✓ Estudiantes que se encuentren mal de salud y no este permitido realizar actividad física bajo recomendación médica.

**Tabla 1. Población y muestra de la investigación**

<b>Población y muestra</b>	
<b>Población</b>	Estudiantes de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado”.
<b>Muestra</b>	30 estudiantes de quinto grado paralelo C de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado”.

**Nota:** Estudiantes que participaron en la investigación.

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Tabla 2. Muestra de la investigación**

<b>Muestra 30 estudiantes</b>	
<b>Mujeres</b>	18
<b>Hombres</b>	12
<b>Total</b>	30

**Nota:** Número de estudiantes de quinto año paralelo “C”

**Elaborado por:** González, R. (2023)

### 5.10. Procesamiento de los datos obtenidos

La investigación se efectuó de la presente manera:

En primer lugar, se llevó a cabo la aplicación de la guía de observación y una encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo “C” para identificar si los estudiantes le dan interés a las actividades recreativas y qué características poseen antes de la aplicación de la propuesta pedagógica. Se procedió a realizar un análisis descriptivo e inferencial a partir de los resultados de los instrumentos aplicados para poder evidenciar la importancia que les dan los estudiantes a las actividades recreativas y si estos tienen el interés de realizarlas.

A partir de estos resultados se procedió a diseñar y aplicar una propuesta pedagógica de actividades recreativas que contenía un total de 10 actividades recreativas para mejorar el ambiente de clase y el aprendizaje del estudiante, beneficiando a los estudiantes de quinto grado paralelo C de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado”.

Por último, después de la aplicación de la propuesta pedagógica a los estudiantes de quinto grado paralelo C se aplicó la guía de observación, con la finalidad de validar la propuesta pedagógica y características específicas que poseen los estudiantes comparando los resultados antes y después de la intervención.

### 5.11. Proceso para el desarrollo de la propuesta pedagógica

**Tabla 3. Proceso de la propuesta pedagógica**

<b>PLAN I Juegos recreativos</b>
<b>Tema:</b> El juego del pañuelo
<b>Objetivo:</b> Colaborar en entre todos para mejorar la agilidad de respuesta oportunidad y el compañerismo. Estar atentos y tener reflejos para coger rápidamente el pañuelo sin ser pillado.
<b>PLAN II Juegos recreativos</b>
<b>Tema:</b> Tres en raya
<b>Objetivo:</b> Mejorar el pensamiento motriz, la inteligencia y la percepción entre otras muchas habilidades. El objetivo es colocar primero las tres pelotitas en raya.
<b>PLAN III: Juegos recreativos</b>
<b>Tema:</b> Pelota perdida
<b>Objetivo:</b> Mejorar la percepción y la velocidad de reacción. El objetivo es encontrar la pelota oculta en los conos
<b>PLAN IV: Juegos recreativos</b>

---

**Tema:** Pies Quietos

**Objetivo:** Desarrollar el trabajo en equipo

Permanecer dentro del cuadro.

---

**PLAN V: Juegos recreativos**

---

**Tema:** Tigres y leones

**Objetivo:** Construcción de valores mediante juegos.

Realizar las premisas que indique el profesor antes que el equipo rival.

---

**PLAN VI: Juegos recreativos**

---

**Tema:** Escribiendo con el cuerpo

**Objetivo:** Uso de la creatividad, estrategia y comunicación por parte de los alumnos.

Formar las letras o palabras indicadas por el docente.

---

**PLAN VII: Juegos recreativos**

---

**Tema:** Ladrones de colas

**Objetivo:** Desarrollar el trabajo individual, la expresión corporal, la acción y reacción.

Robar las colas de los demás compañeros

---

**PLAN VIII: Juegos recreativos**

---

**Tema:** Circuito con ulas

**Objetivo:** Desarrollar la coordinación ojo-pie.

Pasar el circuito con menor errores posibles

---

**PLAN IX: Juegos recreativos**

---

**Tema:** Mano-pie

**Objetivo:** Desarrollar la coordinación de mano-pie

Cruzar el circuito colocando de forma correcta los pies y manos en el lugar indicado.

---

**PLAN X: Excursión**

---

**Tema:** Excursión

**Objetivo:** Proporcionar a los estudiantes una experiencia educativa, recreativa, cultural y social fuera del entorno habitual, permitiéndoles aprender, explorar y disfrutar de nuevos lugares, contextos y actividades. Las excursiones tienen múltiples propósitos según su naturaleza y contexto.

Recorrido del parque punzara

---

**Nota:** Proceso del desarrollo de la propuesta aplicada a quinto grado paralelo "C"

**Elaborado por:** González, R. (2023)

## 6. Resultados

Se presentan los resultados obtenidos a partir de una investigación exhaustiva llevada a cabo con el objetivo de abordar y analizar las actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pío Jaramillo Alvarado” Loja, 2023. Esta investigación se realizó con el propósito de conocer la importancia de las actividades recreativas en las clases de educación física y la necesidad de proporcionar un ambiente propicio para el desarrollo integral de sus estudiantes. Para realizar el análisis e interpretación de los resultados se tomó en cuenta la información obtenida de los instrumentos aplicados, el procedimiento consistió en tabularlos y procesarlos en término de frecuencias y relaciones porcentuales.

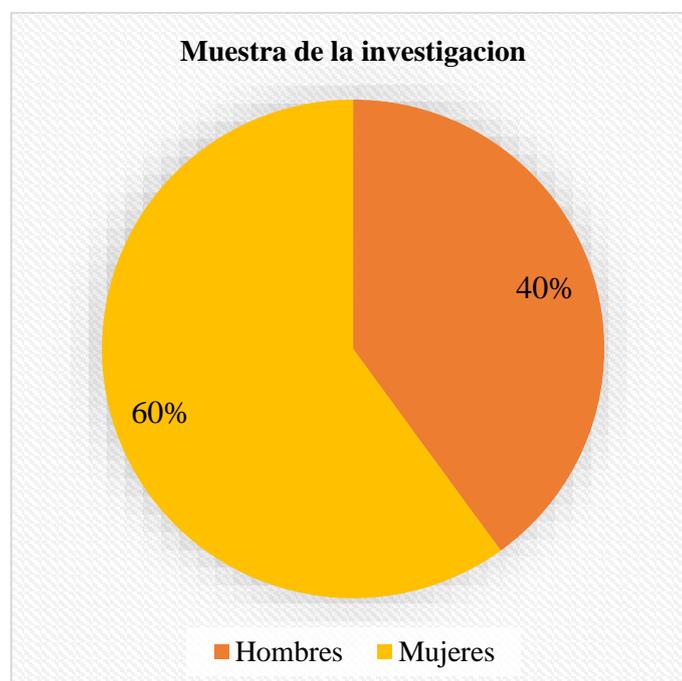
**Tabla 4. Género de la muestra investigada**

Género	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	18	60%
Masculino	12	40%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Número de estudiantes participantes en la investigación.

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 2. Género de la muestra investigada**



**Figura 2:** Estudiantes que participaron en la investigación

**Elaborado por:** González, R. (2023)

### *Análisis e interpretación*

En base a los datos observados en la tabla 4, se presentan los resultados referentes al género y total de estudiantes participantes en la investigación encontrándose un 60% de la muestra investigada al género femenino, mientras que el 40% restante corresponde al género masculino, obteniendo el género femenino un mayor porcentaje.

A continuación, se detalla los resultados obtenidos de las preguntas en listadas que conforman la encuesta, los mismos que se complementan con el análisis e interpretación y que se representa en forma gráfica.

**Objetivo 1:** Identificar los beneficios de las actividades recreativas como base de aprendizaje de educación física en los niños de 9 a 10 años de edad, de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, periodo 2023

### Resultados de la encuesta aplicada a los estudiantes

#### 1. ¿Le gustaría realizar juegos recreativos antes de empezar las clases de educación física?

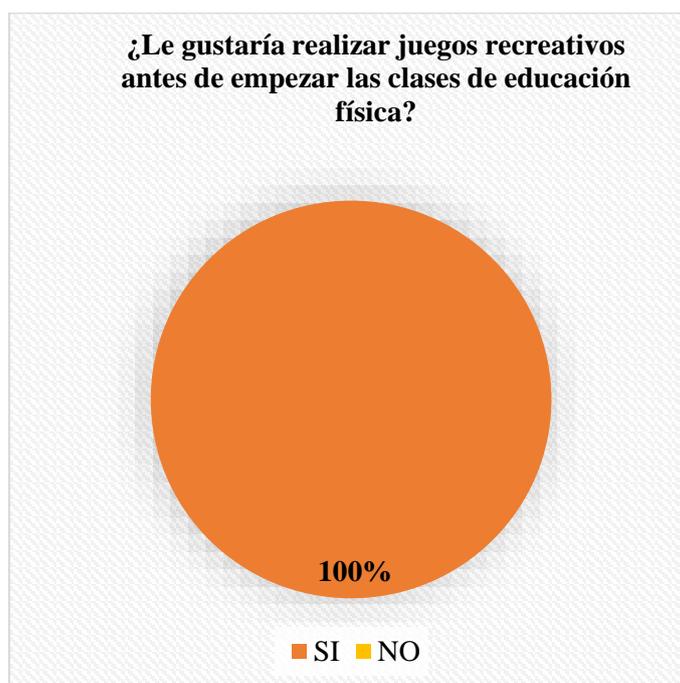
**Tabla 5. Primera pregunta de la encuesta**

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
SI	30	100%
NO	0	0%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 3. Primera pregunta de la encuesta**



**Figura 3:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.

**Elaborado por:** González, R. (2023)

### *Análisis e interpretación*

En la figura 3 se evidencia que 100% de la muestra manifiestan que, si les gustaría realizar juegos recreativos antes de empezar las clases de educación física por ello, sería importante la realización de un programa práctico de actividades recreativas.

Con este porcentaje se demuestra que los estudiantes consideran que realizar juegos recreativos antes de empezar la clase los motiva a participar durante la clase de educación física.

«Los juegos nos permiten mayor concentración, a despejar la mente, lo cual es muy saludable para una persona, especialmente para los estudiantes, su mente se relaja» (Cabrera, 2012, p. 11).

De acuerdo con lo que expresan el autor se puede decir que, al participar en juegos, nuestra capacidad de concentración se ve favorecida. Jugar implica estar enfocado en la actividad que estamos realizando, lo cual requiere atención y concentración. Al centrarnos en el juego, dejamos de lado las preocupaciones y distracciones, lo que nos permite despejar la mente de pensamientos negativos o estresantes. Por lo tanto, se puede considerar que realizar juegos recreativos antes de empezar una clase de educación física es beneficioso para los estudiantes ayudándoles a desarrollar habilidades motoras, fomentar la interacción social, reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo, aumentar la motivación y disfrutar más de las actividades físicas.

## **2. ¿Le gustaría realizar juegos recreativos durante las clases de educación física?**

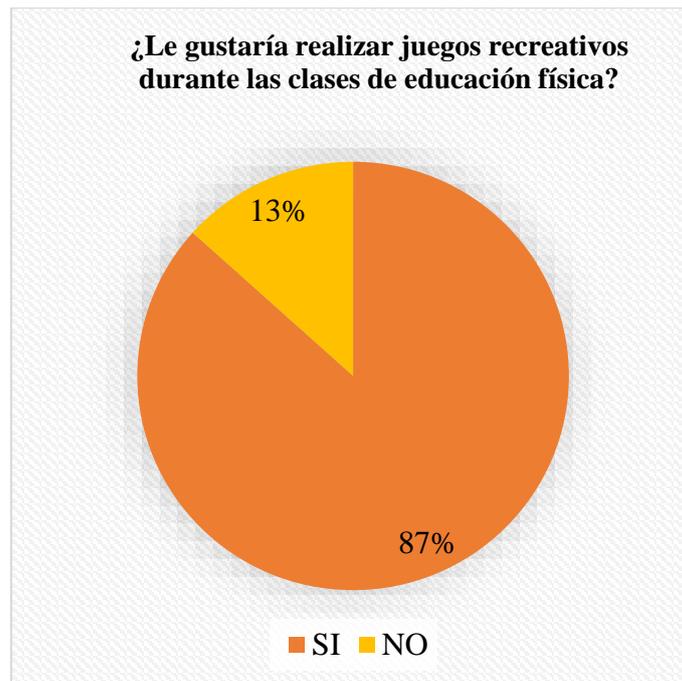
**Tabla 6. Segunda pregunta de la encuesta**

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	26	87%
NO	4	13%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 4. Segunda pregunta de la encuesta**



**Figura 4:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

***Análisis e interpretación***

En la figura 4 se evidencia que 87% de los estudiantes encuestados manifiestan que les gustaría realizar juegos recreativos durante la clase de educación física, mientras que el 13% mencionan que no les gustaría realizar juegos recreativos.

En la infancia, el juego adquiere una importancia vital, dado que permite al niño explorar el entorno y favorecer las interacciones con los objetos, con el medio, con otras personas y consigo mismo. Los más pequeños se comunican y se expresan a través del juego, se trata de una de las principales formas que tienen de relacionarse con los demás, por lo que será un elemento clave en la definición del comportamiento social de la persona. (Jose, 2014, p. 1)

Según lo expuesto por el autor, los juegos recreativos durante las clases de educación física ofrecen beneficios tanto físicos como sociales. Promueven la participación activa, el desarrollo de habilidades físicas, el trabajo en equipo, la socialización, la motivación, la reducción del estrés y el desarrollo cognitivo. Además, estos juegos crean un ambiente divertido y enriquecedor que mejora la experiencia educativa en general. Es por ello que, es de suma importancia realizar juegos creativos durante las clases de educación física, con el objetivo de darle al niño la diversión durante el desarrollo de los mismos.

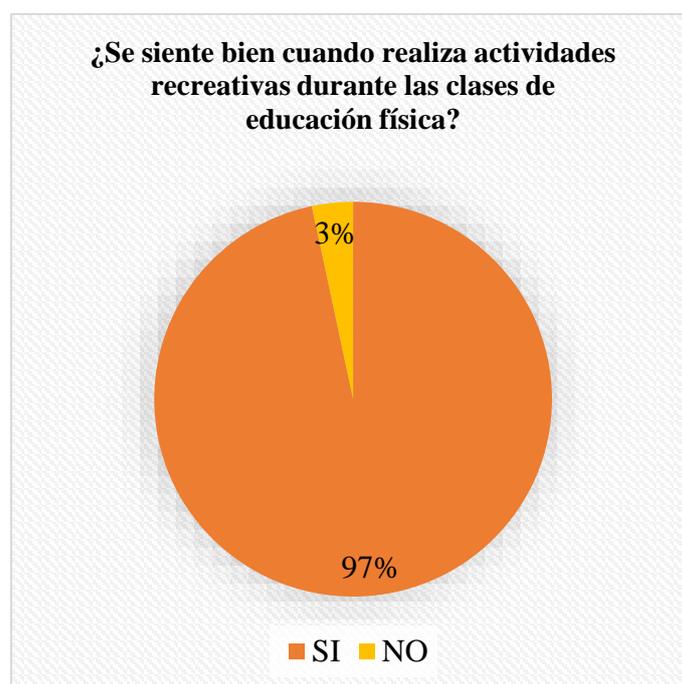
### 3. ¿Se siente bien cuando realiza actividades recreativas durante las clases de educación física?

**Tabla 7. Tercera pregunta de la encuesta**

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
SI	29	97%
NO	1	3%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 5. Tercera pregunta de la encuesta**



**Figura 5:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

#### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a la figura 5 el 97% de la muestra se siente bien al momento de realizar actividades recreativas durante las clases de educación física y un 3% mencionan que no se sienten bien al momento de realizar estas actividades, debido a que es porcentaje de estudiantes están acostumbrados a jugar diferentes deportes durante las clases.

Las actividades recreativas fortalecen los lazos de interacción entre los miembros de la familia o compañeros, la recreación para los grupos sociales, por ejemplo, en el trabajo, el estudio y la comunidad. Todas estas formas de recreación tienen el objetivo de fomentar lazos, una parte socioafectiva que es vital pues hace que la persona se sienta bien. (Bonilla, 2018, p. 1)

De acuerdo a lo expuesto por autor, los estudiantes que realizan actividades recreativas se sienten bien ya que estas actividades les proporciona una sensación de logro personal cuando se alcanzan metas o se superan desafíos. Esto puede generar un sentimiento de bienestar y aumentar la autoconfianza, es importante tener en cuenta que las experiencias pueden variar entre individuos. Algunas personas pueden encontrar más satisfacción y disfrute en actividades recreativas, mientras que otras pueden tener preferencias o intereses diferentes como lo muestra la gráfica. Cada persona puede tener una respuesta emocional y física única a estas actividades.

#### 4. ¿Actualmente, le gustaría realizar más actividades recreativas?

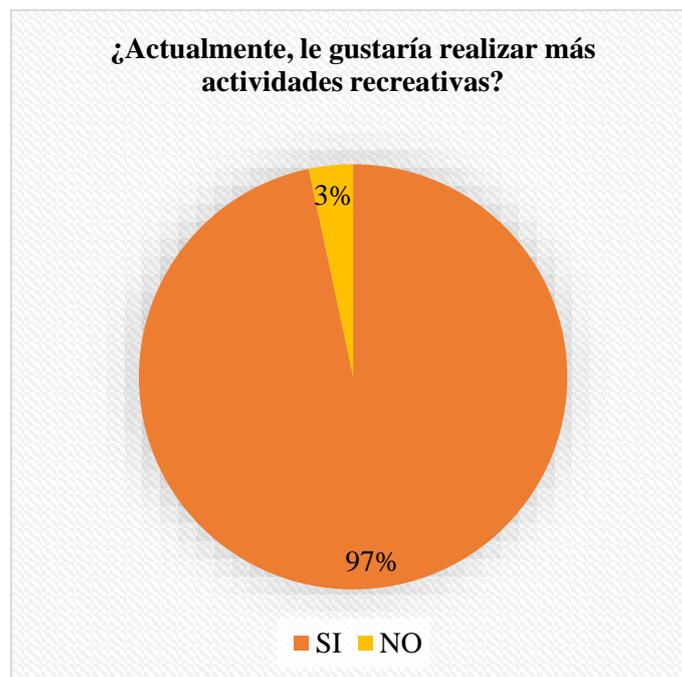
**Tabla 8. Cuarta pregunta de la encuesta**

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
SI	29	97%
NO	1	3%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 6. Cuarta pregunta de la encuesta**



**Figura 6:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.

**Elaborado por:** González, R. (2023)

#### **Análisis e interpretación**

En la figura 6 se evidencia que 97% de la muestra manifiestan que, si les gustaría realizar actividades recreativas, mientras que un 3% mencionan que no están desinteresados en realizar actividades recreativas debido a que estos niños no realizan actividades recreativas y no conocen de los beneficios y la diversión al realizar estas actividades.

«Las actividades recreativas permiten a la comunidad combatir el estrés, tener buenas condiciones físicas, si esto es aplicado en el tiempo libre mejoraría la calidad de vida de las personas» (Pineda, 2014, p. 4).

Según lo mencionado por el autor, las actividades recreativas contribuyen a tener buenas condiciones físicas. Esto implica que, al participar en actividades recreativas, las personas pueden mejorar su estado físico, ya sea a través del ejercicio, la movilidad o la práctica de deportes. Mantenerse físicamente activo es importante para la salud y el bienestar general. Por eso es importante que los estudiantes realicen actividades recreativas dentro y fuera de la Unidad Educativa para mejorar su estado de ánimo y condición física a través de la recreación.

**5. ¿Cree usted que las actividades recreativas le ayudaran a desempeñarse en algún deporte?**

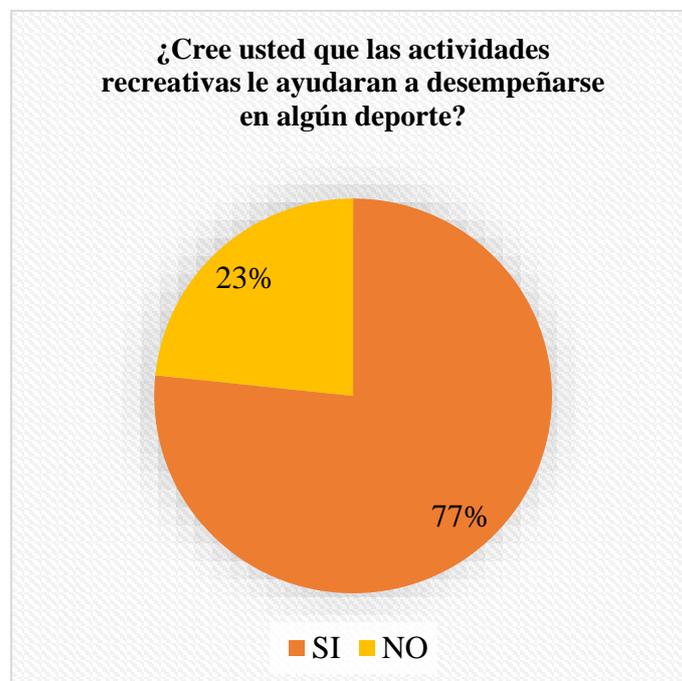
**Tabla 9. Quinta pregunta de la encuesta**

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
SI	23	77%
NO	7	23%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 7. Quinta pregunta de la encuesta**



**Figura 7:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.

**Elaborado por:** González, R. (2023)

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a la figura 7 el 77% de los estudiantes consideran que las actividades recreativas les ayudan a desempeñarse en diferentes deportes de su agrado, mientras que un 23% mencionan que al realizar actividades recreativas no les ayuda a mejorar o direccionarse por algún deporte.

El concepto de deporte recreativo es sencillo: nos referimos a la práctica deportiva que se realiza por diversión y placer, alejándonos de la idea de competir o ganar al adversario. Una de las principales diferencias entre el deporte recreativo y el competitivo es la finalidad. (Gema, 2021, p. 1)

Según lo mencionado por el autor se debe tener claro entre el deporte competitivo que tiene como objetivo la competencia y el logro de victorias y el deporte recreativo se enfoca en disfrutar y divertirse con la práctica deportiva sin la presión de la competencia. Esto implica que los estudiantes que consideran que las actividades recreativas les ayudan a mejorar o desempeñarse en los deportes, encuentran beneficios en la práctica de actividades recreativas en relación con su rendimiento deportivo y los estudiantes que mencionan que las actividades recreativas no les ayudan a mejorar o dirigirse hacia algún deporte en particular es porque un porcentaje menor de estudiantes no percibe una correlación directa entre las actividades recreativas y su desempeño deportivo, o simplemente no están interesados en utilizar las actividades recreativas como una forma de mejorar en un deporte específico.

### **6. ¿Está de acuerdo que las clases de educación física deben ser realizadas mediante juegos?**

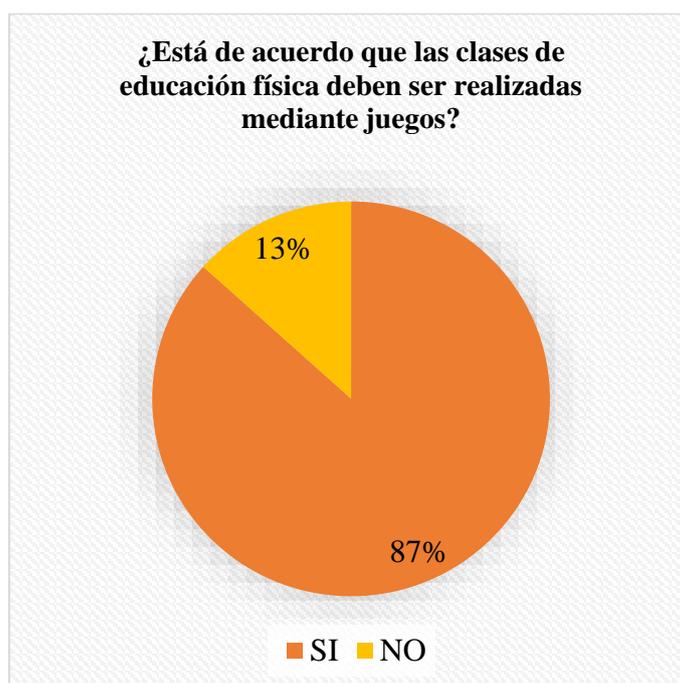
**Tabla 10. Sexta pregunta de la encuesta**

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	26	87%
NO	4	13%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 8. Sexta pregunta de la encuesta**



**Figura 8:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a la figura 8 un 87% de los estudiantes manifiestan que las clases de educación física deben ser realizadas mediante juegos y un 13% mencionan que no se debe realizar juegos durante las clases. Esta información revela una clara preferencia por parte de la mayoría de los estudiantes hacia la inclusión de juegos en las clases de educación física.

«Los juegos de educación física permiten desarrollar las habilidades de los alumnos de manera dinámica. A través de estos juegos los alumnos aprenden a respetar las reglas de los juegos y a trabajar en equipo» (Implika, 2021, p. 1).

De acuerdo al autor, los juegos son una forma efectiva y divertida de fomentar el desarrollo de habilidades físicas, como la coordinación, el equilibrio y la destreza. Al ser actividades dinámicas, los juegos pueden hacer que los alumnos se involucren más y se sientan motivados a participar activamente. Los juegos suelen tener reglas establecidas, lo que brinda a los estudiantes la oportunidad de comprender y seguir instrucciones, así como de respetar las normas establecidas para un juego justo. Por esto es importante la inclusión de juegos en las clases de educación física ya que puede tener varios beneficios. Los juegos suelen ser actividades lúdicas y entretenidas, lo que puede ayudar a motivar a los estudiantes y hacer que disfruten más de la asignatura.

## 7. ¿Considera usted que el docente de educación física debe realizar juegos recreativos?

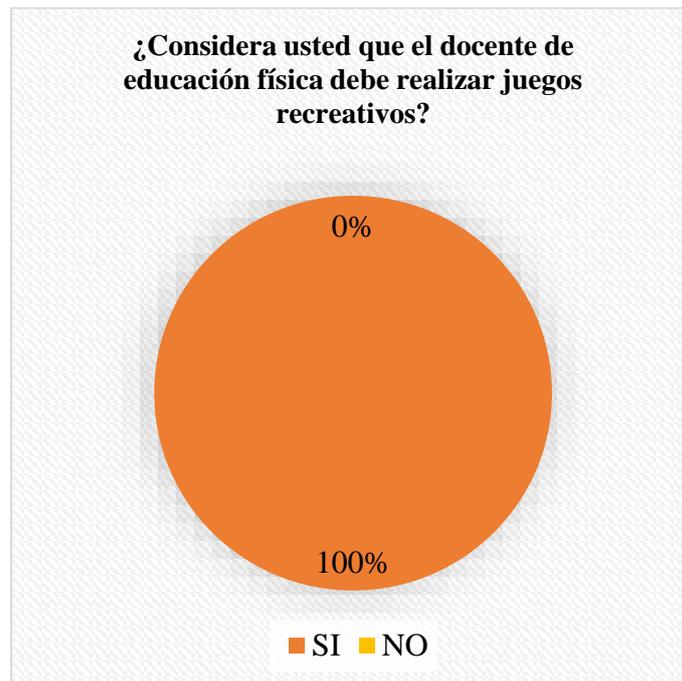
**Tabla 11. Séptima pregunta de la encuesta**

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
SI	30	100%
NO	0	0%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 9. Séptima pregunta de la encuesta**



**Figura 9:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.

**Elaborado por:** González, R. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Según la figura 9 se puede deducir que el 100% de los estudiantes consideran que los juegos son una parte esencial de las clases de educación física y creen que los docentes deben incorporarlos en su plan de enseñanza.

Los juegos condicionan la relación entre la Educación física y la Recreación. Desde el punto de vista pedagógico, estos son muy importantes, por el condicionamiento sano que generan en dependencia de los objetivos previstos por el docente. La significación del juego es polisémica, por ser una de las manifestaciones más habituales del ser humano desde su nacimiento. Al ser, por tanto, un componente básico de la naturaleza humana, es perfectamente comprensible que haya estado presente en el mundo desde las sociedades más primitivas. (Vélez, 2014, p. 1)

De acuerdo al autor se debe tener claro que estos juegos pueden ser utilizados por los docentes para condicionar o influir de manera positiva en el desarrollo de los estudiantes, de acuerdo con los objetivos educativos planteados. Los juegos pueden promover el aprendizaje, la socialización, el trabajo en equipo, la adquisición de habilidades motoras y físicas, entre otros aspectos. Esto implica que los estudiantes valoran los juegos como una herramienta pedagógica efectiva para el aprendizaje y el desarrollo físico.

### 8. ¿Le gustaría conocer más juegos recreativos aparte de los que ya conozca?

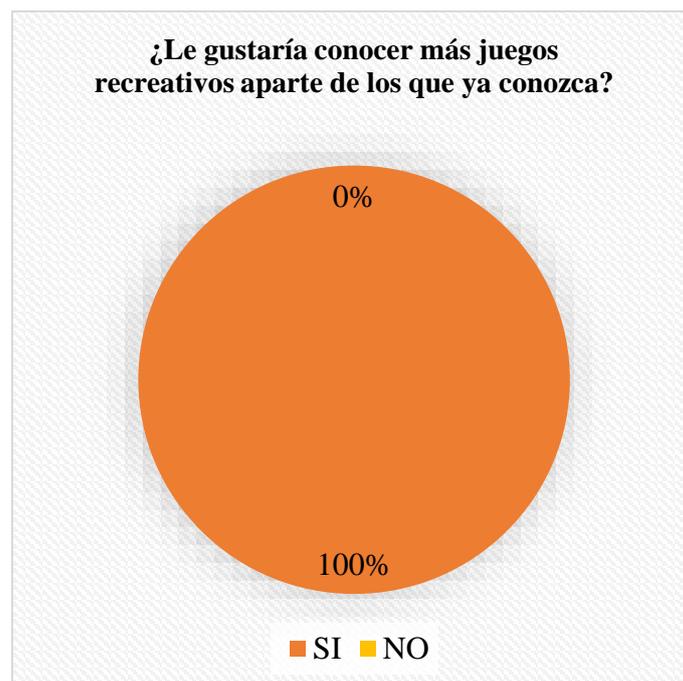
**Tabla 12. Octava pregunta de la encuesta**

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
SI	30	100%
NO	0	0%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C

**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 10. Octava pregunta de la encuesta**



**Figura 10:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.

**Elaborado por:** González, R. (2023)

### **Análisis e interpretación**

Según la figura 10 se puede evidenciar que el 100% de los estudiantes encuestados tienen interés por conocer más juegos recreativos. Esto indica que todos los estudiantes encuestados muestran un deseo de ampliar su repertorio de juegos recreativos. A pesar de que ya conocen algunos juegos, tienen un interés genuino en descubrir y aprender sobre nuevos juegos que puedan disfrutar en su tiempo libre o en actividades recreativas.

Los juegos pueden tener diferentes funciones, como la recreación en sí misma, la educación algún estímulo mental y físico o psicológico. Al ser actividades de ocio en las que dejamos las exigencias del día a día, los juegos recreativos ayudan a reducir el estrés, mejorar la capacidad de atención, fomentar las relaciones interpersonales y trabajo en equipo, entre otras cosas. (Alegres, 2022, p. 1)

De acuerdo al autor se debe tomar en cuenta que, los juegos también pueden tener una función educativa. A través de los juegos, se pueden transmitir conocimientos, habilidades y valores. Los juegos educativos pueden ser utilizados como herramientas pedagógicas para enseñar conceptos específicos, promover el aprendizaje activo y motivar a los participantes. Esta información resalta la importancia de proporcionar a los estudiantes oportunidades para explorar y experimentar con una variedad de juegos recreativos. Al hacerlo, se puede fomentar su desarrollo personal, social y lúdico, y satisfacer su curiosidad y motivación por descubrir nuevas actividades recreativas.

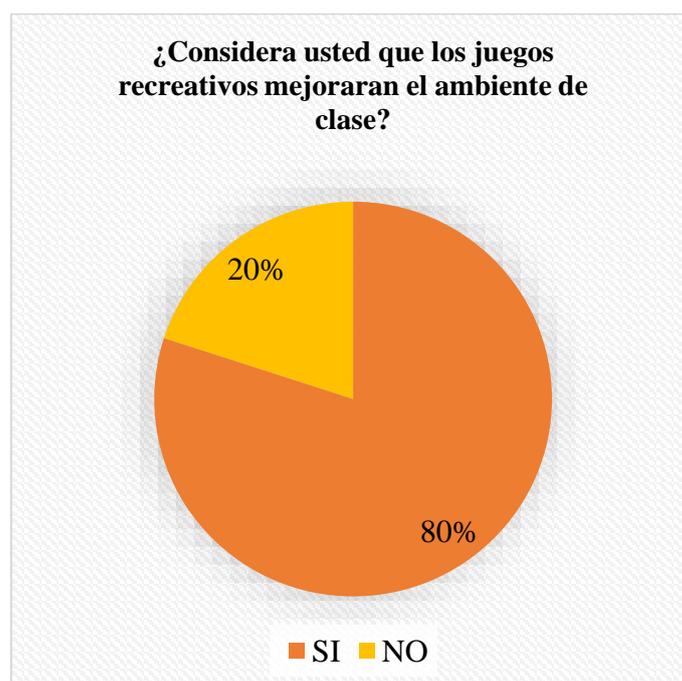
### 9. ¿Considera usted que los juegos recreativos mejoraran el ambiente de clase?

**Tabla 13. Novena pregunta de la encuesta**

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
SI	24	80%
NO	6	20%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 11. Novena pregunta de la encuesta**



**Figura 11:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

### ***Análisis e interpretación***

Según la figura 11 el 80% de los estudiantes en de acuerdo en que los juegos mejoran su ambiente de clase y el 20% consideran que los juegos no les ayudan a mejorar el ambiente de clase.

El juego es una actividad fundamental para el desarrollo y aprendizaje de los niños, ya que les permite potenciar su imaginación, explorar el medio ambiente en el que se desenvuelven, expresar su visión particular del mundo, manifestándola mediante su creatividad a través del lenguaje oral y corporal, y el desarrollo de habilidades socioemocionales y psicomotoras. (Finol, 2021, p. 1)

De acuerdo a lo expuesto cabe mencionar que los juegos pueden generar un clima más ameno, divertido e interactivo, lo que a su vez puede favorecer un ambiente de aprendizaje más positivo y motivador. Los estudiantes pueden sentirse más entusiasmados y comprometidos en participar activamente en las actividades propuestas a través de los juegos. Pero existen estudiantes que tienen una opinión diferente y consideran que los juegos no ayudan a mejorar el ambiente de clase. Las razones para esta opinión pueden variar y podrían incluir preferencias personales, intereses diferentes o quizás una percepción de que los juegos pueden distraer o interrumpir el proceso de enseñanza y aprendizaje.

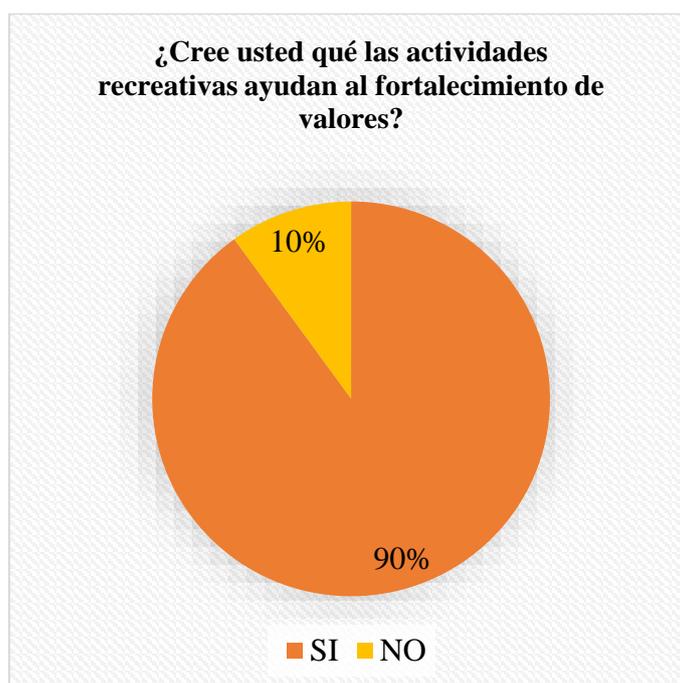
### **10. ¿Cree usted qué las actividades recreativas ayudan al fortalecimiento de valores?**

***Tabla 14. Decima pregunta de la encuesta***

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	27	90%
NO	3	10%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

**Figura 12. Decima pregunta de la encuesta**



**Figura 12:** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo C.  
**Elaborado por:** González, R. (2023)

### ***Análisis e interpretación***

De acuerdo a la figura 12 se evidencia que un 90% de los estudiantes encuestados consideran que las actividades recreativas ayudan a construir los valores personales y un 10% mencionan que estas actividades no les ayudan al fortalecimiento de valores.

Desarrollar y formar valores en la vida de cualquier individuo, comienza desde edades tempranas, donde el proceso de hacerse persona se está iniciando y donde la capacidad para asimilar y acomodar es bastante significativa. Es el período donde el ser humano inicia el proceso de construcción de su personalidad en todos los aspectos, tanto físicos, cognitivos y socio emocionales, situación que demanda de todo el mayor esfuerzo posible para crear las bases, de lo que será más adelante el futuro adulto. (Torres, 2022, p. 62)

Esto significa que la gran mayoría de los estudiantes, reconocen que las actividades recreativas tienen un impacto positivo en la formación y fortalecimiento de sus valores personales. Las actividades recreativas pueden proporcionar oportunidades para desarrollar y practicar valores como el respeto, la cooperación, la honestidad, la responsabilidad y la solidaridad, entre otros. Estos valores pueden ser promovidos a través del juego limpio, el trabajo en equipo, el respeto a las reglas y la participación activa y equitativa. Sin embargo, un porcentaje de los estudiantes tiene una percepción diferente y no considera que las actividades recreativas les ayuden a fortalecer sus valores personales. Las razones para esta opinión pueden

variar y podrían incluir experiencias personales, intereses diferentes o quizás una interpretación distinta sobre cómo se pueden adquirir o fortalecer los valores a través de las actividades recreativas.

**Se detalla los resultados obtenidos de la ficha de observación aplicada a los planes de clase, los mismos que se complementan con el análisis e interpretación.**

**Objetivo 3:** Aplicar el plan de actividades recreativas para mejorar la enseñanza de la educación física en los niños de 9 a 10 años de edad, de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, periodo 2023.

Con la aplicación de la ficha de observación a los planes de clase con actividades recreativas se tuvo como objetivo realizar una buena clase que facilite el aprendizaje de los estudiantes al presentar los conceptos de manera clara, proporcionar ejemplos relevantes y brindar oportunidades de práctica y aplicación de los diferentes juegos recreativos. Se detallaron distintos puntos de observación durante las clases de educación física que proporcionarán información relevante para fundamentar el trabajo de investigación los cuales se mencionan a continuación:

### **Indicadores de evaluación**

**Deficiente:** Este aspecto no existe durante las clases

**Malo:** No se cumple de manera adecuada

**Regular:** Se cumple

**Excelente:** Se cumple con excelencia

## **1. Comprenden con claridad los objetivos de la clase**

### ***Análisis e interpretación***

Excelente: Los estudiantes comprenden con facilidad los diferentes objetivos de cada actividad o juego recreativo desarrollado en la clase de educación física.

Esto resalta un aspecto positivo, ya que implica que todos los estudiantes tienen una comprensión clara de los objetivos de las actividades y juegos recreativos. Ya que los estudiantes están familiarizados con las reglas, propósitos y metas de cada actividad propuesta durante las clases de educación física.

La comprensión de los objetivos es fundamental para una participación significativa y un aprendizaje efectivo. Al entender los objetivos de las actividades, los estudiantes pueden alinear sus acciones y esfuerzos con los resultados esperados. Además, la comprensión de los objetivos fomenta la motivación y la concentración durante la realización de las actividades.

Es crucial que los docentes se aseguren de que todos los estudiantes comprendan los objetivos de las actividades, ya que aquellos que no los comprenden podrían perderse los

beneficios de aprendizaje y participación. En caso de que algunos estudiantes no comprendan los objetivos, se pueden implementar estrategias pedagógicas como la clarificación de instrucciones, ejemplos prácticos y oportunidades para hacer preguntas y aclaraciones.

## **2. Los estudiantes se sienten en confianza durante del desarrollo de la clase**

### ***Análisis e interpretación***

Regular: La gran mayoría de los niños experimentan un sentimiento de confianza durante las clases de educación física. Esta confianza puede estar relacionada con varios aspectos, como la seguridad en sus habilidades físicas, la familiaridad con las actividades propuestas, la relación positiva con el docente y compañeros, entre otros factores. La confianza es un factor clave para fomentar la participación activa y el desarrollo pleno de los estudiantes durante las clases de educación física.

Es importante que el docente y el entorno escolar en general sean sensibles a las necesidades individuales de los estudiantes y brinden apoyo personalizado para fortalecer su confianza y superar los desafíos. Esto puede incluir estrategias de enseñanza adaptadas, retroalimentación positiva, fomento de un ambiente inclusivo y proporcionar oportunidades de éxito gradual.

## **3. Los estudiantes participan en las diferentes actividades**

### ***Análisis e interpretación***

Excelente: Existe un aspecto positivo, ya que implica que todos los estudiantes del quinto grado, muestran un alto nivel de participación y colaboración durante las actividades de educación física. Esto sugiere que existe un ambiente propicio para el compromiso activo de los estudiantes y una disposición favorable para trabajar juntos en equipo. La participación y la colaboración son aspectos fundamentales en la educación física, ya que promueven el desarrollo de habilidades sociales, la cooperación, la comunicación y el respeto mutuo. Estas habilidades son importantes tanto dentro como fuera del ámbito escolar, y contribuyen al crecimiento personal y al bienestar general de los estudiantes.

## **4. Juegan de manera segura durante la clase**

### ***Análisis e interpretación***

Excelente: Los estudiantes se sienten seguros y confiados al participar en los juegos durante las clases de educación física. Esto implica que tienen la capacidad de enfrentar los desafíos físicos y emocionales que surgen durante las actividades, mostrando una actitud positiva y una sensación de seguridad en sí mismos.

La falta de seguridad puede deberse a diversas razones, como la falta de confianza en sus habilidades físicas, el miedo al fracaso o a ser juzgados por sus compañeros. Es fundamental

brindar apoyo y crear un entorno seguro en el que estos estudiantes se sientan motivados a superar sus temores y participar plenamente en las actividades.

Es necesario implementar estrategias que promuevan la confianza y la seguridad en estos estudiantes, como proporcionar retroalimentación positiva, ofrecer oportunidades de práctica y establecer un ambiente inclusivo y de apoyo. Además, es importante adaptar las actividades para que sean accesibles y adecuadas para las diferentes habilidades y niveles de los estudiantes, de manera que se sientan cómodos al participar.

## **5. Los estudiantes son colaborativos con sus compañeros y con el docente**

### ***Análisis e interpretación***

Excelente: Todos los estudiantes participantes, sin excepción, muestran una actitud colaborativa y trabajan en equipo tanto con sus compañeros como con el docente durante las actividades recreativas. La colaboración implica la disposición de los estudiantes para contribuir, compartir ideas, coordinarse y apoyarse mutuamente para lograr los objetivos propuestos.

Este resultado es muy positivo, ya que indica un ambiente propicio para la colaboración y el trabajo en equipo. La colaboración en las actividades recreativas puede llevar a una mayor participación, un mejor desarrollo de habilidades sociales y emocionales, así como una experiencia más enriquecedora para todos los estudiantes involucrados.

## **6. Expresan sus ideas con el docente y con los demás compañeros**

### ***Análisis e interpretación***

Excelente: Todos los estudiantes participantes se sienten cómodos y seguros al expresar sus ideas durante las actividades recreativas. Esto implica que existe una dinámica de comunicación abierta y participativa en la que los estudiantes se sienten motivados a compartir sus pensamientos y opiniones con los demás.

El temor a expresarse puede deberse a diversos factores, como la timidez, la falta de confianza en sí mismos o el temor a ser juzgados por los demás. Es esencial que se preste atención a este grupo de estudiantes para brindarles el apoyo necesario y fomentar un ambiente inclusivo en el que se sientan seguros y motivados para expresarse. Por ello es importante promover estrategias y actividades que fomenten la participación y la comunicación efectiva entre los estudiantes. Esto puede incluir técnicas de trabajo en equipo, actividades de expresión verbal y no verbal, y el establecimiento de un entorno acogedor que aliente a todos los estudiantes a compartir sus ideas y contribuciones.

## **7. Los estudiantes son solidarios con los demás**

### ***Análisis e interpretación***

Excelente: La muestra observada demuestra el valor de la solidaridad con los demás durante las diferentes actividades recreativas. Esto implica que no hubo excepciones o casos en los que los estudiantes no demostraron este valor en las situaciones observadas.

La solidaridad se refiere a la capacidad de las personas para actuar de manera empática y cooperativa, brindando apoyo y ayuda a los demás en momentos de necesidad. En el contexto de las actividades recreativas, la solidaridad implica la colaboración en equipo, el fomento de un ambiente inclusivo, el apoyo mutuo o cualquier otro comportamiento que demuestre preocupación y cuidado hacia los demás participantes y así mismo.

## **8. Muestran satisfacción al terminar la clase**

### ***Análisis e interpretación***

Excelente: Según la guía de observación se puede evidenciar que los estudiantes muestran satisfacción y agrado al concluir las clases de educación física y participar en actividades recreativas. Todos los estudiantes se sienten satisfechos con estas clases y actividades, lo cual sugiere que disfrutan y encuentran valor en participar en ellas.

Es importante destacar que las clases de educación física y las actividades recreativas son valoradas positivamente por los estudiantes. Esta satisfacción está relacionada con diferentes aspectos, como el disfrute de las actividades, la mejora de la condición física, la participación en actividades grupales, el alivio del estrés y cualquier otro beneficio que puedan obtener de estas experiencias.

## 7. Discusión

El presente Trabajo de Integración Curricular denominado Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado, con una muestra correspondiente a 30 estudiantes, 18 de género femenino y 12 de género masculino que se encuentran entre los 9-10 años de edad. Con los que se llegó a obtener información y realizar la discusión de los resultados de acuerdo a cada objetivo específico.

Para dar respuesta al primer objetivo específico, se planteó: Identificar los beneficios de las actividades recreativas como base de aprendizaje de educación física en los estudiantes del segundo grado, mediante la encuesta a los estudiantes y la guía de observación, los resultados demuestran que los estudiantes evaluados en su mayoría, antes de la aplicación de la propuesta alternativa, le dan importancia y desean que estas actividades recreativas sean ejecutadas en las clases de educación física establecido por la encuesta y en la guía de observación, todos los estudiantes demuestran interés en realizar juegos recreativos durante las clases de educación física y esto conlleva a obtener varios beneficios como

**Desarrollo físico:** Las actividades recreativas fomentan el desarrollo de habilidades motoras fundamentales, como correr, saltar, lanzar y atrapar. Estas habilidades son esenciales para el desarrollo físico y la coordinación en los niños.

**Salud y bienestar:** Las actividades recreativas promueven un estilo de vida activo y saludable. Al participar en juegos y actividades físicas, los niños pueden mejorar su condición física, fortalecer sus músculos y huesos.

**Aprendizaje lúdico:** La incorporación de juegos y actividades recreativas en la educación física facilita el aprendizaje lúdico. Los niños están más motivados y comprometidos cuando se divierten, lo que mejora su capacidad para retener y aplicar los conceptos y habilidades que se les enseñan.

**Socialización y habilidades sociales:** Las actividades recreativas fomentan la interacción social entre los niños. A través del juego en equipo, aprenden a trabajar juntos, a comunicarse, a resolver problemas y a respetar las reglas y los límites establecidos. Esto contribuye al desarrollo de habilidades sociales y a la formación de relaciones positivas entre los estudiantes.

Respecto al segundo objetivo específico que consistió en diseñar un plan de actividades recreativas para mejorar la enseñanza de educación física en los niños, se llevó a cabo el análisis de resultados de la encuesta y la ficha de observación y a partir de estos resultados se procedió a diseñar los planes de actividades recreativas como juegos grupales, individuales, juegos tradicionales, etc. Estas actividades ayudan a los estudiantes a desarrollar habilidades sociales,

físicas y cognitivas, fortalecen su autoestima y confianza, y promueven la preservación cultural, estas actividades son una forma efectiva de aprender de manera divertida y participativa. Para el diseño de los planes de clase se tuvo en cuentas las siguientes actividades:

Carreras de relevos: Esto promueve la competencia amistosa, la coordinación y el trabajo en equipo; Juegos de persecución: Estos juegos mejoran la velocidad, la agilidad y la toma de decisiones rápida; Circuitos de habilidades: Los circuitos ayudan a desarrollar habilidades motoras y mejoran la resistencia física; Juegos con pelotas: Estos juegos mejoran la coordinación ojo-mano, la precisión en el lanzamiento y el trabajo en equipo; Juegos tradicionales: Ayudan a desarrollar habilidades motoras básicas. Actividades al aire libre (excursión): Estas actividades promueven la conexión con la naturaleza, el desarrollo de habilidades motoras y el fomento de un estilo de vida activo.

Por último, el tercer objetivo específico consistió en: Aplicar el plan de actividades recreativas para mejorar la enseñanza de la educación física en los niños, con la ejecución de la propuesta alternativa de actividades recreativas se llegó a determinar que los estudiantes llegaron a experimentar varios beneficios y resultados positivos, entre los cuales se encuentran los siguientes: Mejora de la concentración, la seguridad al participar en los juegos, mejora las habilidades sociales, el bienestar emocional, la motivación y la conciencia sobre la importancia de un estilo de vida activo. Estos resultados positivos contribuyen a mejorar las clases de educación física en general, promoviendo un aprendizaje integral y un enfoque divertido y participativo en el desarrollo físico y emocional de los estudiantes.

## 8. Conclusiones

Con los resultados obtenidos según los objetivos planteados en el Trabajo de Integración Curricular se concluye que:

- ✓ En conclusión, este estudio demostró que las actividades recreativas son una herramienta efectiva para el aprendizaje de la educación física en los niños, ya que incluye mejoras en las habilidades motoras, la motivación, el compromiso y la interacción entre los niños, mediante las encuestas aplicadas se demostró la importancia que tienen los niños en cuanto a realizar actividades recreativas durante las clases de educación física, estos hallazgos respaldan la importancia de integrar las actividades recreativas en las clases de educación física, ya que contribuyen de manera significativa al desarrollo integral de los niños en esta etapa de su vida.
- ✓ Al diseñar el plan de actividades recreativas se incluyó una variedad de juegos, deportes, ejercicios y otras formas de recreación que no solo promovieron el aprendizaje de educación física, sino que fomentaron el disfrute y la participación activa de los niños, el diseño del plan de actividades recreativas se basó en principios pedagógicos, la inclusión, y la participación activa de los niños en la toma de decisiones.
- ✓ Se concluye que la implementación del plan de actividades recreativas se llevó a cabo con éxito, brindando a los niños una experiencia enriquecedora y motivadora en el ámbito de la educación física, durante el periodo de estudio, se aplicaron de manera sistemática y planificada una variedad de juegos, deportes, ejercicios y otras formas de recreación que se adaptaron a las necesidades y características de los niños, después de esto, se observaron mejoras significativas en diferentes aspectos relacionados con la educación física, en primer lugar, se evidenció un aumento en la participación activa de los niños durante las sesiones de educación física, este plan de actividades recreativas logró captar en los estudiantes su interés y entusiasmo, lo que resultó en un mayor compromiso y una mayor predisposición para participar en las diferentes actividades propuestas.

## 9. Recomendaciones

En relación a las conclusiones mencionadas anteriormente se plantean las siguientes recomendaciones:

- ✓ Se recomienda integrar actividades recreativas variadas para aprovechar al máximo los beneficios en el aprendizaje de educación física, se puede utilizar juegos, deportes, ejercicios físicos, baile u otras formas de recreación que sean apropiadas para la edad y nivel de habilidades de los niños, estas actividades permitirá que los niños experimenten diferentes tipos de movimientos y desafíos, estimulando así su desarrollo motor y su interés por la educación física fomentando la participación activa en los estudiantes y motivación para participar.
- ✓ Se recomienda altamente el plan de actividades recreativas diseñado, el cual ha demostrado ser integral y enriquecedor para el desarrollo de los niños de quinto grado paralelo C de la Unidad Educativa Pio Jaramillo Alvarado, la inclusión de actividades recreativas en los planes de clase, es digna de elogio, ya que no solo promueve el aprendizaje de educación física, sino que también fomenta el disfrute y la participación activa de los niños.
- ✓ Se recomienda la implementación exitosa del plan de actividades recreativas, el cual ha brindado a los niños una experiencia fructífera y motivadora en el ámbito de la educación física, durante el periodo de estudio, se realizó una aplicación sistemática y planificada de una variedad de juegos, deportes, ejercicios y otras formas de recreación que se adaptaron de manera efectiva a las necesidades y características de los niños, aumentando el interés y entusiasmo de los estudiantes, lo que ha resultado en un mayor compromiso y disposición para participar en las diferentes actividades propuestas.

## 10. Bibliografía

- Acosta, S. (s.f). *Euro innova* . Tipos de estrategias educativas :  
<https://www.euroinnova.edu.es/blog/tipos-de-estrategias-educativas>
- Alegres, P. (25 de Enero de 2022). *Parques alegres*. JUEGOS RECREATIVOS:  
<https://parquesalegres.org/biblioteca/blog/juegos-recreativos/>
- Anijovich, R. (2009). ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA. *Tieras. Udu*, 4.
- Ayala, M. (22 de Abril de 2021). *LIFEDER*. RECREACION:  
<https://www.lifeder.com/recreacion/>
- Biassoni, E. C. (2008). Hábitos recreativos en la adolescencia y salud auditiva. *Pepsic*, 1.
- Bonilla, M. E. (26 de Octubre de 2018). *UCR*. Mente sana, cuerpo sano:  
<https://www.ucr.ac.cr/noticias/2018/10/26/mente-sana-en-cuerpo-sano.html>
- C, R. (2003). LA RECREACIÓN: UNA ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA PARA EL DESARROLLO DEL CONTENIDO. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 6.
- CABRERA, C. S. (2012). *DSPACE*. JUEGOS RECREATIVOS PARA LOS ESTUDIANTES :  
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/1911/1/tef124.pdf>
- Cousine, R. (2014). *Memoria Academica*. Que es enseñar :  
[https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.6598/pr.6598.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.6598/pr.6598.pdf)
- Finol, A. E. (30 de Junio de 2021). *UEES*. La importancia del juego para mejorar el desarrollo de nuestros niños: <https://uees.edu.ec/la-importancia-del-juego-para-mejorar-el-desarrollo-de-nuestros-ninos/>
- Gema, S. (27 de Diciembre de 2021). *Centro de estudios* . ¿Qué es el deporte recreativo y cómo se fomenta?: <https://www.fp-santagema.es/deporte-recreativo/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20deporte%20recreativo%3F,el%20competitivo%20es%20la%20finalidad.>
- Geovanny, G. G. (2015). *REPOSITORIO*. LA RECREACIÓN INFANTIL EN EL DESARROLLO DE LA:  
[https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/12369/1/Tesis%20371%20LA%20RECREACI%C3%92N%20INFANTIL%20G%C3%B3mez\\_Guayta\\_William\\_Geovanny.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/12369/1/Tesis%20371%20LA%20RECREACI%C3%92N%20INFANTIL%20G%C3%B3mez_Guayta_William_Geovanny.pdf)
- Guerrero, J. A. (15 de Diciembre de 2019). *DOCENTESALDIA*. ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE? DEFINICIÓN, TIPOS Y EJEMPLOS:  
<https://docentesaldia.com/2019/12/15/que-son-las-estrategias-de-aprendizaje-definicion-tipos-y-ejemplos/>

- Guerrero, J. A. (10 de enero de 2021). *Docentesaldia*. ¿QUÉ SON LAS ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA? DEFINICIÓN, TIPOS Y EJEMPLOS: <https://docentesaldia.com/2021/01/10/que-son-las-estrategias-de-ensenanza-definicion-tipos-y-ejemplos/#:~:text=Las%20estrategias%20de%20ense%C3%B1anza%20son%20procedimientos%20utilizados%20de%20manera%20intencionada,con%20el%20objeto%20de%20conocimiento.>
- Hernández, J. A. (15 de diciembre de 2019). *Docentesaldia*. ¿QUÉ SON LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE?: <https://docentesaldia.com/2019/12/15/que-son-las-estrategias-de-aprendizaje-definicion-tipos-y-ejemplos/>
- Implika. (25 de febrero de 2021). *Blog.com*. La importancia de la educación física en nuestra vida: <https://www.implika.es/blog/que-es-educacion-fisica/#:~:text=El%20fin%20de%20la%20educaci%C3%B3n,la%20fuerza%20o%20la%20resistencia.>
- Implika. (11 de Febrero de 2021). *Grupo implika*. La importancia de los juegos en educación física: <https://www.implika.es/blog/juegos-para-educacion-fisica/#:~:text=Los%20juegos%20de%20educaci%C3%B3n%20f%C3%ADsica,juegos%20y%20a%20trabajar%20en%20equipo.>
- Innova. (2020). *Innovaschool*. Los beneficios de las actividades recreativas: <https://innovaschools.edu.mx/blog/los-beneficios-de-las-actividades-recreativas/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20son%20las%20actividades%20recreativas,sin%20ning%C3%BAn%20tipo%20de%20obligaci%C3%B3n.>
- Jaramillo, C. (21 de Marzo de 2017). *IPSUSS*. Las actividades recreativas en el colegio: <https://ipsuss.cl/columnas-de-opinion/cristian-jaramillo/las-actividades-recreativas-en-el-colegio>
- M, J. (20 de Agosto de 2014). *Multiblog*. Beneficios del juego: <https://multiblog.educacion.navarra.es/jmoreno1/2014/08/20/beneficios-del-juego/>
- Milián, A. R. (2019). La educación física y la educación para la salud en función de la mejora del rendimiento físico de los estudiantes. *Revista Scielo*, 1.
- Milían, A. R. (2019). La educación física y La educación para la salud en función de la mejora del rendimiento físico de los estudiantes. *REVISTA SCIELO*, 1.
- MINEDUC. (04 de Marzo de 2016). *MINEDUC*. Educacion física : <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/03/4-EF.pdf>

- Moll, S. (2015). Del QUÉ y el CÓMO al POR QUÉ y PARA QUÉ en Educación. *Justificatu respuesta*, 1.
- Murillo, V. (2020). Estrategias educativas y tecnología digital en el proceso. *SCIELO*, 70.
- Oradilla, C. d. (2023). *GACETA. CCH. LA RECREACIÓN Y SUS MÚLTIPLES BENEFICIOS*: <https://gaceta.cch.unam.mx/es/la-recreacion-y-sus-multiples-beneficios#>
- Patricia, J. M. (2010). *REPOSITORIO. ESPACIOS RECREATIVOS Y SU INFLUENCIA EN EL PROCESO*: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/475/1/EB-58.pdf>
- Pineda, K. E. (2014). LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS Y EL USO DEL TIEMPO. *SPACE.UNL.EDU.EC*, 4.
- Porras, J. M. (2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. *EFdeportes*, 1.
- Ramírez, M. C. (2014). El significado de enseñar y aprender para los docentes. *REVISTA SCIELO*, 1.
- Torres, J. (2022). El Juego: Un espacio para la formación. *REDALYC*, 62.
- UNESCO. (2015). *UNESDOC. UNESCO. Educacion Fisica de Calidad*: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231340>
- Urueta, N. (2020). ¿Por qué enseñar, qué es lo que me motiva a enseñar? *Tusclases* , 1.
- Vélez, R. L. (2014). Los juegos recreativos en las clases de . *EFdeportes*, 1.
- Yugcha, A. A. (2017). *REPOSITORIO. LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS Y EL TIEMPO LIBRE*: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/25179/1/ABIGAIL%20ALEXANDRA%20RAZO%20YUGCHA%20-1805137377.pdf>
- Zavarce, O. J. (Enero de 2014). *EF. DEPORTES*. La recreación en la acción educativa para optimizar el tiempo libre: <https://www.efdeportes.com/efd188/la-recreacion-en-la-accion-educativa.htm>

## 11. Anexos

### Anexo 1. Oficio para la apertura en la institución



unl

Universidad  
Nacional  
de Loja

Facultad  
de la Educación,  
el Arte y la Comunicación

Loja, 27 de abril de 2023

Mg. Sc.

Willan Armando Espinosa Ordoñez.

**RECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "PIO JARAMILLO ALVARADO" DE LA CIUDAD DE LOJA.**

Ciudad,

De mi consideración:

Por medio de la presente le hago llegar un cordial y atento saludo junto con los mejores deseos de éxito en las labores que usted desempeña.

Me dirijo a usted de la manera más comedida para solicitarle se autorice al sr. estudiante **ROMEL JAVIER GONZALEZ LOZANO** con CI: 1950055861, que actualmente cursa el 8º ciclo de la Carrera: **Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, en la **Universidad Nacional de Loja**, para que realice su trabajo de investigación en la Unidad Educativa "Pío Jaramillo Alvarado" que usted acertadamente dirige, el mismo que según la planificación prevista en el presente ciclo se realizará el proyecto y el trabajo de integración curricular o de titulación.

De acuerdo a la naturaleza de la investigación será necesario establecer contacto con los docentes y niños de manera presencial en dicha institución.

Seguro de contar con su colaboración, desde ya le anticipo mis sinceros agradecimientos, no sin antes expresarle mis sentimientos de alta consideración y estima.

Atentamente.

Mg. Sc. *Ramiro Andrés Correa Contento*  
**RESPONSABLE DE PROYECTOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.**  
**DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**



2023-04-27  
12:10

Ciudadela Universitaria "Pío Jaramillo Alvarado".  
Sector La Argeña - Loja - Ecuador  
072-54 7234

## Anexo 2. Solicitud de estructura, coherencia y pertinencia del Trabajo de Integración Curricular

		Universidad Nacional de Loja	Carrera de Cultura Física y Deportes
---	---	------------------------------	--------------------------------------

**Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2023-000144M.**  
Loja, 5 de abril del 2023

Magister.  
Luis Valverde Jumbo.  
**DOCENTE DE LAS CARRERAS. CULTURA FÍSICA Y DEPORTES y PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE.**  
Ciudad.

De mi consideración.

**Asunto. Informe de Estructura, Coherencia y Pertinencia.**

Es grato dirigirme a usted y desearle éxitos en sus funciones en beneficio de nuestra Carrera.

El presente tiene la finalidad de poner en su conocimiento el Proyecto de Investigación de trabajo de Integración Curricular o de Titulación denominado: **Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa "Pio Jaramillo Alvarado" Loja, 2023**, del aspirante Sr. **Romel Javier González Lozano**, alumno de la Carrera. Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

Por lo antes expuesto, me permito solicitarle de la manera más comedida se digne *emitir el informe de Estructura, Coherencia y Pertinencia del mismo*, pedido que lo formulo en basándome en el Art. 225 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja. Para lo cual transcribo. La presentación del proyecto de investigación se realizará por escrito, acompañado de una solicitud dirigida al Director de carrera o programa, quien designará un docente con conocimiento y/o experiencia sobre el tema, que podrá ser el que asesoró su elaboración, para que emita el informe de estructura, coherencia y pertinencia del proyecto. El informe será remitido al Director de carrera o programa dentro de los ocho días laborables, contados a partir de la recepción del proyecto"

Por la favorable atención que se digne dar al presente, le antelo mis sinceros agradecimientos de consideración y estima personal

Atentamente.



**Mgr. Jose Gregorio Picoita Quezada**  
**DIRECTOR DE LA CARRERAS. CULTURA FÍSICA Y DEPORTES.**  
**PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE.**

Aut./JP./Elb. Mcy.  
C/C.-Archivo.  
C/c. Estudiante. Romel Javier González Lozano

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación  
072 -54 5997  
Ciudad Universitaria "Guillermo Falconi Espinosa",  
Casilla letra "S", Sector La Argelia - Loja - Ecuador

### Anexo 3. Informe de estructura, coherencia y pertinencia del Trabajo de Integración Curricular



**UNL**

Universidad  
Nacional  
de Loja

Facultad  
de la Educación,  
el Arte y la Comunicación

Loja, 19 de abril de 2023

Mg. Sc.

José Gregorio Picoita Quezada.

**DIRECTOR DE LA CARRERA: PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE  
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.**

Ciudad.

De mi consideración:

En correspondencia con el artículo 225 del Reglamento de Régimen Académico me dirijo a usted para presentar el informe de revisión del proyecto del trabajo de integración curricular o de titulación presentado por el estudiante **ROMEL JAVIER GONZALEZ LOZANO**, bajo el tema:

**Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa "Pío Jaramillo Alvarado" Loja, 2023**

Luego de haber analizado la estructura, coherencia y pertinencia de los elementos del mencionado proyecto y confirmado la incorporación de correcciones y sugerencias por parte del estudiante, me permito emitir el informe favorable y la rúbrica de revisión de proyecto de integración curricular a fin de que se continúe con el trámite respectivo.

Sin otro particular me suscribo a usted.

Atentamente.

Lic. Luis Rafael Valverde Jumbo. Mg Sc.

**DOCENTE ASESOR DEL PROYECTO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

## Anexo 4. Oficio de Aprobación y designación de director del Trabajo de Integración Curricular



UNL

Universidad  
Nacional  
de Loja

Carrera de  
Cultura Física  
y Deportes

Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2023-000193M.  
Loja, 11 de mayo del 2023

Magister.  
Luis Rafael Valverde Jumbo.  
**DOCENTE DE LA CARRERA PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE – FEAC UNL.**  
Ciudad.  
De mi consideración,

**Asunto.** Designación como Director del Trabajo de Integración Curricular. CPAFD.

Es grato dirigirme a usted y desearte éxitos en sus funciones en beneficio de nuestra Carrera.

En calidad de Director de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y de conformidad al Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, en vigencia, en lo referente **Art. 225**, que expresa: "Si el informe fuera favorable, el/la aspirante presentará el proyecto de investigación al Coordinador de la Carrera, quién designará al Director del Trabajo de Integración Curricular o de titulación y autorizará su ejecución," y el **Art. 228**, que expresa: "El Director del trabajo de integración curricular o de titulación tiene la obligación de asesorar y monitorear con pertinencia y rigurosidad científica la ejecución del proyecto de investigación, así como revisar oportunamente los informes de avance de la investigación, devolviéndolo al aspirante con las observaciones, sugerencias y recomendaciones necesarias para asegurar la calidad de la misma.

Luego de receptor el informe favorablemente presentado por usted en calidad de Docente designado para analizar la estructura y coherencia del proyecto de investigación denominado: **Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa "Pío Jaramillo Alvarado", Loja 2023.**, de la autoría del Señor. **Romel Javier González Lozano**, estudiante del **Ciclo Octavo** y aspirante a Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte; y, de conformidad al cuerpo legal referido, me permito designarle **DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACION CURRICULAR**, del mencionado proyecto investigativo que se describe y se adjunta. Para lo cual le solicito brindar la orientación correspondiente al estudiante, se desarrolle el trabajo bajo su asesoría y responsabilidad, de acuerdo al cronograma establecido dando estricto cumplimiento a la parte reglamentaria a fin de proceder con los trámites de graduación.

Particular que pongo en su conocimiento para los fines legales pertinentes.

Atentamente.

  
Mag. José Gregorio Picóita Quezada  
**DIRECTOR DE LA CARRERAS. CULTURA FISICA Y DEPORTES.**  
**PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE.**



Aut.JP./Elb. Mcy.  
C/c. Estudiante. **Romel Javier González Lozano.**  
C/C.-Archivo.

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación  
072 - 54 5997  
Ciudad Universitaria "Guillermo Falconi Espinosa",  
Casilla letra "S", Sector La Argelia - Loja - Ecuador

## Anexo 5. Solicitud para designación de director del trabajo de integración curricular o titulación



unl

Universidad  
Nacional  
de Loja

Facultad  
de la Educación,  
el Arte y la Comunicación

Loja, 02 de mayo de 2023

Mg. Sc.

José Gregorio Picoita Quezada.

**DIRECTOR DE LA CARRERA: PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.**

Ciudad.

De mi consideración:

Por medio de la presente le hago llegar un cordial y atento saludo junto con los mejores deseos de éxito en las labores que usted desempeña.

Yo, ROMEL JAVIER GONZALEZ LOZANO, con CI: 1950055861, estudiante de la carrera de **Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, en la **Universidad Nacional de Loja**; me dirijo a usted de la manera más comedida para solicitarle se designe un docente director del trabajo de integración curricular y así mismo se autorice la ejecución del proyecto de investigación denominado: **Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa "Pío Jaramillo Alvarado", Loja 2023.**

Seguro de contar con su colaboración, desde ya le anticipo mis sinceros agradecimientos, no sin antes expresarle mis sentimientos de alta consideración y estima.

Atentamente:

*Romel Javier Gonzalez Lozano*  
**ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**Anexo 6.** Encuesta dirigida a los estudiantes de quinto grado paralelo “C”

1. ¿Le gustaría realizar juegos recreativos antes de empezar las clases de educación física?  
 SI  
 NO
2. ¿Le gustaría realizar juegos recreativos durante las clases de educación física?  
 SI  
 NO
3. ¿Se siente bien cuando realiza actividades recreativas durante las clases de educación física?  
 SI  
 NO
4. ¿Actualmente, le gustaría realizar más actividades recreativas?  
 SI  
 NO
5. ¿Cree usted que las actividades recreativas le ayudaran a desempeñarse en algún deporte?  
 SI  
 NO
6. ¿Está de acuerdo que las clases de educación física deben ser realizadas mediante juegos?  
 SI  
 NO
7. ¿Considera usted que el docente de educación física debe realizar juegos recreativos?  
 SI  
 NO
8. ¿Le gustaría conocer más juegos recreativos aparte de los que ya conozca?  
 SI  
 NO
9. ¿Considera usted que los juegos recreativos mejoraran el ambiente de clase?  
 SI  
 NO
10. ¿Cree usted que las actividades recreativas ayudan al fortalecimiento de valores?  
 SI  
 NO

**Anexo 7.** Guía de observación

Aspectos a observar	Indicadores de evaluación.				Observaciones
	Deficiente	Malo	Regular	Excelente	
	Este aspecto no existe durante las clases.	No se cumple de manera adecuada.	Se cumple	Se cumple con excelencia.	
Comprenden los objetivos de la clase con claridad.					
Se sienten en confianza durante el desarrollo de la clase.					
Participan en las diferentes actividades.					
Juegan de manera segura durante la clase.					
Son colaborativos con las actividades					
Los niños expresan sus ideas con los demás y con el docente.					
Los estudiantes son solidarios con sus compañeros.					
Muestran satisfacción al terminar la clase.					

**Anexo 8. Registro fotográfico**





## Anexo 9. Propuesta pedagógica con actividades recreativas



**PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN**

**JUEGOS TRADICIONALES**



**Tema:**  
Propuesta pedagógica para la enseñanza de la educación física a través de actividades recreativas en los niños de quinto grado paralelo "c" de la unidad educativa "Pío Jaramillo Alvarado" de la ciudad de Loja, 2023

**PROPONENTE:**  
Romel Javier Gonzalez Lozano

**ASESOR:**  
Mg. Luis Rafael Valverde Jumbo



*LOJA - ECUADOR  
2023*

[https://drive.google.com/file/d/1OvYd\\_Wr5Yl6oXd4PC\\_QS2EpDarrG5G0/view?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/file/d/1OvYd_Wr5Yl6oXd4PC_QS2EpDarrG5G0/view?usp=drive_link)

**Anexo 10.** Certificación de traducción del resumen

CERTF.Nº.1.1-2023

Loja, 2 de agosto del 2023

El suscrito Franco Guillermo Abrigo Guarnizo.

**Lcdo. En Ciencias de la Educación Mención Idioma Inglés**

A petición de la parte interesada y en forma legal.

## **CERTIFICA:**

Que el Señor **Romel Javier González Lozano** con cédula de identidad número **1950055861**, estudiante de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, de la Facultad de la Educación el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, completó satisfactoriamente la presente traducción de español a inglés del resumen del Trabajo de Integración Curricular denominado **“Actividades recreativas como estrategia de enseñanza de educación física en los niños de la Unidad Educativa “Pio Jaramillo Alvarado” Loja, 2023.”**

La misma que fue guiada y revisada minuciosamente por mi persona. En consecuencia, se da validez a la presentación de la misma. Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, pudiendo el interesado hacer uso del presente documento en lo que estimare conveniente.

Atentamente,



Firmado electrónicamente por:  
**FRANCO GUILLERMO ABRIGO GUARNIZO**

Franco Guillermo Abrigo Guarnizo

**Lcdo. En Ciencias de la Educación Mención Idioma Inglés**

Número de Registro Senescyt: 1008-2021-2368808

email: [franco.abrigo@hotmail.com](mailto:franco.abrigo@hotmail.com)

celular:0990447198