



1859

**UNL**

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

**La recreación como medio para mejorar las relaciones interpersonales en el nivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024**

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

#### **AUTOR:**

José Alberto Labanda Paccha

#### **DIRECTOR:**

Lic. Edwin Geovanny Ochoa Granda Mg. Sc.

Loja-Ecuador

2025

## **Certificación**

Loja, 13 de enero de 2025

Lic. Edwin Geovanny Ochoa Granda Mg. Sc.

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

CERTIFICO:

Que he revisado y orientado el proceso de la elaboración del Trabajo de Integración Curricular denominado: **La recreación como medio para mejorar las Relaciones Interpersonales en el nivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, 2024;** previo a la obtención del título de **Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, de la autoría del estudiante **José Alberto Labanda Paccha**, con **cédula de Identidad Nro. 1150560512**, una vez que el trabajo cumple con todos los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja, para el efecto, autorizo la presentación del mismo para su respectiva sustentación y defensa.

Lic. Edwin Geovanny Ochoa Granda Mg. Sc.

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

### **Autoría**

Yo, **José Alberto Labanda Paccha**, 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 o acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Digital Institucional-Biblioteca Virtual.

**Firma:**



**Cedula de identidad:** 115056051-2

**Fecha:** Loja, 13 de enero de 2025

**Correo electrónico:** [jose.labanda@unl.edu.ec](mailto:jose.labanda@unl.edu.ec)

**Teléfono o celular:** 0994097953

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

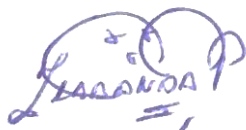
Yo, **José Alberto Labanda Paccha**, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular, denominado: **La recreación como medio para mejorar las relaciones interpersonales en el nivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la Escuela de Formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024**, 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 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 plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, suscribo, en la ciudad de Loja, a los trece días del mes de enero de dos mil veinticinco.

**Firma:**



**Autor:** José Alberto Labanda Paccha

**Cedula de identidad:** 115056051-2

**Dirección:** Barrio Zalapa, frente a la Escuela “Ramón Burneo”.

**Correo electrónico:** [jose.labanda@unl.edu.ec](mailto:jose.labanda@unl.edu.ec)

**Teléfono o celular:** 0994097953

#### **DATOS COMPLEMENTARIOS:**

**Director del Trabajo de Integración Curricular:** Lic. Edwin Geovanny Ochoa Granda Mg. Sc.

## **Dedicatoria**

Mi trabajo de Integración Curricular lo dedico en primer lugar a Dios por haberme otorgado la grandeza de permitirme superarme como ser humano y a su vez darme la fuerza y la fortaleza para no rendirme en el día a día.

A mis padres por ser mi apoyo incondicional en el transcurso de mis estudios, por su sacrificio y esfuerzo, por haberme dado su confianza para sacar esta carrera universitaria adelante.

A mis hermanas, por haberme motivado todos los días para que no me rindiera y luche por este sueño de ser un profesional.

Finalmente, a mi ser querido haya en el cielo, mi querido abuelito que durante su tiempo acá en la tierra me supo aconsejar y motivar para que nunca me dé por vencido y luché por lo que en verdad me apasiona.

***José Alberto Labanda Paccha***

## **Agradecimiento**

En primer lugar, quiero 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, a la dirección, al personal administrativo y sobre todo al personal docente por permitirme formar parte de esta comunidad y brindarme su apoyo a lo largo de todo mi proceso formativo.

De igual manera, considero oportuno agradecer al Lic. Edwin Geovanny Ochoa Granda Mg. Sc., Director del Trabajo de Integración Curricular, por la dedicación y colaboración en la estructuración de este trabajo, además de ser guía fundamental para el desarrollo del mismo con sus orientaciones.

Por último, expreso mis sinceros agradecimientos a la Escuela de formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, dirigida por el Mg. Sc. Edwin Ochoa, al Lic. Mauro Toledo, encargado del subnivel de especialización Baloncesto y a los deportistas, por su colaboración, atención y predisposición a lo largo de la realización del trabajo de campo del presente Trabajo de Integración Curricular.

Gracias a todas las personas que de una u otro modo aportaron en el desarrollo de la presente Investigación.

***José Alberto Labanda Paccha***

## Índice de contenidos

Portada.....	i
Certificación .....	ii
Autoría.....	iii
Carta de autorización .....	iv
Dedicatoria .....	v
Agradecimiento .....	vi
Índice de contenidos.....	vii
Índice de tablas.....	ix
Índice de figuras .....	x
Índice de anexos .....	xi
1. Título .....	1
2. Resumen.....	2
<i>Abstract</i> .....	3
3. Introducción .....	4
4. Marco teórico .....	6
4.1. Recreación.....	6
4.1.1. Teorías de la recreación.....	6
4.1.2. La recreación como método de Enseñanza .....	7
4.1.3. Estrategias de recreación .....	8
4.1.4. Baloncesto y recreación.....	9
4.2. Relaciones interpersonales.....	10
4.2.1. Características de las relaciones interpersonales .....	10
4.3. La adolescencia.....	11
4.3.1. Problemas en la adolescencia .....	12
4.4. Estructura de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja 13	
5. Metodología .....	18
5.1. Área de estudio.....	18
5.2. Procedimiento.....	19
5.2.1. Enfoque de investigación .....	19
5.2.2. Tipo de estudio de investigación.....	19
5.2.3. Diseño de la investigación.....	20
5.2.4. Métodos.....	20
5.2.5. Línea de investigación.....	21

5.2.6.	Técnicas para la recolección de la información .....	21
5.2.7.	Instrumentos para la recolección de Información.....	22
5.2.8.	Población y muestra.....	22
5.3.	Procesamiento de los datos obtenidos.....	23
5.4.	Proceso para el desarrollo de propuesta metodológica de intervención. ....	24
6.	Resultados .....	29
6.1.	Análisis de la ficha de observación realizada a los deportistas del subnivel de iniciación deportiva Baloncesto de la escuela de formación deportiva UNL. ....	29
6.2.	Análisis de la Ficha de contenido inicial aplicada al Mgtr. Mauro Toledo, docente encargado del subnivel de especialización Baloncesto de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja. ....	30
6.3.	Análisis de la rúbrica de observación pre aplicación de la propuesta metodológica de intervención en los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela de formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja. ....	31
7.	Discusión.....	47
8.	Conclusiones .....	49
9.	Recomendaciones.....	50
10.	Bibliografía.....	51
11.	Anexos.....	55



**Índice de tablas:**

<b>Tabla 1.</b> Población y muestra .....	23
<b>Tabla 2.</b> Diseño y desarrollo de la propuesta metodológica.....	24
<b>Tabla 3.</b> Población con la que se trabajó la investigación.....	29
<b>Tabla 4.</b> Resultados pre y post aplicación de la propuesta metodológica. ....	32

## Índice de figuras:

<b>Figura 1.</b> Escuela de Formación Deportiva Universidad Nacional de Loja, lugar donde se realizó la investigación.....	18
<b>Figura 2.</b> Edad y género de la población investigada correspondiente al subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela de formación Deportiva UNL.....	29
<b>Figura 3.</b> Primer literal de la ficha de observación .....	33
<b>Figura 4.</b> Segundo literal de la ficha de observación .....	34
<b>Figura 5.</b> Tercer literal de la ficha de observación.....	35
<b>Figura 6.</b> Cuarto literal de la ficha de observación .....	36
<b>Figura 7.</b> Quinto literal de la ficha de observación.....	37
<b>Figura 8.</b> Sexto literal de la ficha de observación .....	38
<b>Figura 9.</b> Séptimo literal de la ficha de observación.....	39
<b>Figura 10.</b> Octavo literal de la ficha de observación.....	40
<b>Figura 11.</b> Noveno literal de la ficha de observación.....	41
<b>Figura 12.</b> Décimo literal de la ficha de observación.....	42
<b>Figura 13.</b> Onceavo literal de la ficha de observación .....	43
<b>Figura 14.</b> Doceavo literal de la ficha de observación .....	44
<b>Figura 15.</b> Treceavo literal de la ficha de observación .....	45
<b>Figura 16.</b> Catorceavo literal de la ficha de observación .....	46

**Índice de anexos:**

<b>Anexo 1.</b> Oficio de apertura a la Institución .....	55
<b>Anexo 2.</b> Solicitud de estructura, coherencia y pertinencia del Trabajo de Integración Curricular .....	56
<b>Anexo 3.</b> Informe de estructura, coherencia y pertinencia del Trabajo de Integración Curricular .....	56
<b>Anexo 4.</b> Oficio de aprobación y designación del director del Trabajo de Integración Curricular .....	56
<b>Anexo 5.</b> Ficha de Observación .....	56
<b>Anexo 6.</b> Ficha de contenido.....	56
<b>Anexo 7.</b> Evidencias Fotográficas.....	56
<b>Anexo 8.</b> Propuesta recreativa de Intervención.....	56
<b>Anexo 9.</b> Certificado de Traducción del Abstract.....	56

## **1. Título**

La recreación como medio para mejorar las relaciones interpersonales en el nivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la escuela de Formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024.

## 2. Resumen

El presente trabajo de integración curricular fue desarrollado con el objetivo de evaluar la influencia de la recreación como medio de enseñanza para potenciar las relaciones interpersonales en los deportistas del subnivel de especialización Baloncesto de la Escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, 2024; fue una investigación de carácter mixta, de diseño cuasi experimental y de tipo correlacional- descriptivo. Se aplicó instrumentos diagnósticos tales como la ficha de observación en la cual se logró evidenciar el entorno deportivo y el desempeño del rol del docente y estudiantes, la misma que mantenía una escala del uno al cinco en la calificación, siendo uno nunca y cinco siempre, se aplicó a una muestra de 20 deportistas entre hombres y mujeres, posteriormente se aplicó una ficha de contenido al docente tutor, la cual, constaba de preguntas con respuestas abiertas. Según los resultados obtenidos una vez aplicados los instrumentos diagnósticos, se evidenció un desequilibrio referente al conocimiento de las relaciones interpersonales y la aplicación de recursos recreativos para mejorar la convivencia dentro de los deportistas. En base a los resultados se diseñó y se aplicó una propuesta denominada: Propuesta metodológica para mejorar las relaciones interpersonales mediante actividades recreativas, se estructuró 17 planes de clases, la cual constaba de actividades colectivas y recreativas orientadas al aprendizaje de los fundamentos del Baloncesto. Posteriormente se volvió aplicar los instrumentos control en el cual se logró evidenciar una notable mejoría en los aspectos antes mencionados, logrando tener una puntuación aceptable de siempre y casi siempre.

***Palabras clave:*** Relaciones interpersonales, Recreación, Baloncesto, Prácticas Deportivas.

## **Abstract**

The present work of curricular integration was developed with the objective of evaluating the influence of recreation as a means of teaching to enhance interpersonal relationships in athletes of the sub-level of Basketball specialization of the school of sports training of the National University of Loja (Universidad Nacional de Loja), 2024. It was mixed research, with quasi-experimental design and correlational-descriptive type. Diagnostic instruments were applied, such as an observation sheet, in which the sports environment and the performance of the role of teacher and students were evidenced. This instrument maintained a scale of one to five in the qualification, using one for “never” and five for “always”. It was administered to a sample of 20 athletes among men and women. Then, a content sheet was applied to the tutor teacher, this tool consisted of questions with open answers. According to the obtained results, having employed the diagnostic instruments, an imbalance was evident regarding the knowledge of interpersonal relationships and the application of didactic resources to improve the coexistence of athletes. Based on these outcomes, a proposal called “methodological proposal to improve the interpersonal relationships through recreational activities” was designed and implemented. It was structured in 17 lesson plans, which included collective and recreational activities focused on learning the basics of Basketball. Subsequently, control instruments were applied again, which evidenced a notable improvement in the aforementioned aspects, reaching a good punctuation of “always” and “almost always”.

**Keyword:** Interpersonal relationships, Recreation, Basketball, Sports Practices.

### **3. Introducción**

La recreación y la relación interpersonal escolar, son dos aspectos fundamentales en el desarrollo integral de los niños. La recreación, entendida como el conjunto de actividades lúdicas y de entretenimiento, despierta el interés y la participación activa de los niños, promoviendo su bienestar físico, emocional y social. Por otro lado, la relación interpersonal escolar, se refiere a la interacción entre los estudiantes, docentes y personal de la Escuela de Formación Deportiva, creando un ambiente propicio para el aprendizaje, la cooperación y el respeto mutuo.

La recreación es una herramienta importante para fomentar la relación interpersonal escolar, de modo que, al participar en actividades recreativas, los participantes tienen la oportunidad de interactuar de manera positiva, fortalecer sus habilidades sociales y desarrollar un sentido de pertenencia en su comunidad escolar. Además, la recreación promueve la diversión y el disfrute, lo cual contribuye a generar un ambiente escolar más agradable y propicio para el aprendizaje.

Los beneficios de esta investigación son diversos. En primer lugar, se espera que los resultados obtenidos ayuden a la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, a tomar decisiones encaminadas sobre la implementación de actividades recreativas que promuevan buenos hábitos sobre las relaciones interpersonales. Esto puede incluir la inclusión de juegos cooperativos, talleres de resolución de conflictos y el fomento de la participación activa de los deportistas en el diseño de actividades recreativas.

En Europa, se reconoce ampliamente el valor de la recreación como medio para fomentar la relación interpersonal escolar. Se entiende que las actividades recreativas y el baloncesto no solo son importantes para el desarrollo físico, sino también para promover la interacción social, fortalecer las relaciones entre los estudiantes y mejorar el ambiente educativo en general. Existen numerosos estudios científicos que respaldan la importancia de la recreación como medio de relación interpersonal escolar en preadolescentes.

También desempeña un papel esencial en el desarrollo integral de los niños, favoreciendo su desarrollo personal y fortaleciendo habilidades sociales. Esto sin salirse del margen de correlación, el baloncesto permite que los sujetos desarrollen valores como la perseverancia, puedan volverse comprometidos con su desenvolvimiento, y sobre todo, que generen lazos de responsabilidades compartidas; “la experiencia diaria de un equipo de baloncesto favorece que los jugadores se acostumbren a respetar a sus compañeros y se hagan

más solidarios; de hecho, es habitual que el baloncesto una a personas muy diferentes que quizá estarían enfrentadas en otros contextos” (Buceta, 2023, p. 8).

Es decir, las relaciones interpersonales van mejorando gradualmente, de modo que al participar de manera activa dentro de un equipo se construye una mejor consolidación y a su vez se fortalece el ambiente para el entrenamiento y el juego. Promover la participación, la cooperación y la inclusión, mediante la aplicación de actividades que pueden incluir juegos organizados, actividades artísticas o talleres temáticos que fomentan la interacción entre los estudiantes, lo cual ayude a la libre expresión de ideas y pensamientos que contribuyan a la construcción del conocimiento.

Esto con el fin de garantizar que los deportistas mantengan presente una motivación activa la cual ayude en su diario vivir y a su vez mantenga el interés por continuar aprendiendo los fundamentos del Baloncesto.



## **4. Marco teórico**

### **4.1. Recreación**

#### **4.1.1. Teorías de la recreación**

El significado de una palabra representa una amalgama tan densa de lenguaje y de pensamiento que es difícil determinar si se trata de un fenómeno lingüístico o de un fenómeno intelectual. (...). El significado es un fenómeno del pensamiento verbal o del lenguaje significante: una unión de la palabra y del pensamiento. (Piaget, 1962, p. 56).

La recreación es una actividad fundamental para el desarrollo integral de adolescentes de 13 a 15 años, permite explorar y descubrir el mundo que les rodea, desarrollar habilidades físicas, mentales, emocionales, y socializar con otros niños. En este marco teórico, se presentan algunas teorías y estudios que respaldan la importancia de la recreación en esta etapa de la infancia.

Según la teoría del desarrollo cognitivo de Piaget, los adolescentes de 13 a 15 años se encuentran en la etapa de las operaciones concretas, en la que son capaces de razonar lógicamente y de comprender las relaciones causales. La recreación es una actividad que les permite aplicar y desarrollar estas habilidades cognitivas, ya que les obliga a pensar y a resolver problemas de manera creativa.

De acuerdo a la teoría del desarrollo socio afectivo de Erikson, los adolescentes de 13 a 15 años se encuentran en la etapa de la industria frente a la inferioridad, en la que buscan demostrar su competencia y habilidades. La recreación es una actividad que les permite desarrollar su autoestima y confianza en sí mismos, ya que les brinda la oportunidad de demostrar sus habilidades y de sentirse valorados por sus compañeros.

Un estudio realizado por la American Academy of Pediatrics (AAP) concluyó que la recreación es esencial para el desarrollo físico, mental y emocional de los niños. Según la AAP, la recreación ayuda a los niños a desarrollar habilidades motoras, cognitivas y sociales, a mejorar su salud y bienestar, y a reducir el estrés y la ansiedad.

Mediante un estudio se identificó que la recreación es esencial para el desarrollo social de los niños. Según este estudio, la recreación fomenta la interacción social entre los niños, les ayuda a desarrollar habilidades sociales como la comunicación y la cooperación, y les permite establecer amistades duraderas.

#### **4.1.2. La recreación como método de Enseñanza**

Desarrollo físico: La recreación proporciona a los adolescentes de 13 a 15 años oportunidades para ejercitar su cuerpo, desarrollar habilidades motoras y mejorar su coordinación. Participar en actividades recreativas al aire libre, juegos de equipo, deportes y actividades físicas promueve el desarrollo muscular, la salud cardiovascular y la adquisición de habilidades motrices fundamentales (Piek et al., 2010). Es decir, la recreación a más de ser un espacio de interacción con nuestros parentescos, ayuda al buen estado tanto físico como mental, el cual facilita la adquisición y mejora de nuestras capacidades físicas e intelectuales, de manera individual y colectiva sin tomar en cuenta el espacio donde se lo realice.

Desarrollo cognitivo: La recreación estimula el desarrollo cognitivo de los niños al fomentar la resolución de problemas, la toma de decisiones, la planificación y la imaginación. El juego recreativo, como los juegos de mesa, los rompecabezas y los juegos de construcción, promueve el pensamiento lógico, la concentración, la atención y la memoria (Isenberg & Quisenberry, 2002). Contribuyendo al aporte de este autor se ha hecho énfasis al método de adquisición de conocimiento mediante la realización de actividades y ejercicios con el propósito de mejorar y desarrollar habilidades, donde el niño demuestra su nivel de aprendizaje, conocimiento y ganas de seguir aprendiendo y para cumplir con esto se debe motivar a sus estudiantes para que cumplan y se esmeren por ser el número uno de la clase.

Desarrollo emocional: La recreación brinda a los adolescentes de 13 a 15 años un espacio seguro para expresar emociones, gestionar el estrés y desarrollar habilidades socioemocionales. A través del juego y la interacción social, los niños aprenden a regular sus emociones, a manejar el conflicto de manera constructiva y a desarrollar empatía hacia los demás (Kamijo et al., 2019). La recreación también contribuye a la construcción de la autoestima personal mediante la cual el niño tiende a la aspiración de su personalidad en un futuro por otra parte, adquiere confianza en sí mismos, al proporcionarles experiencias de éxito y superación personal.

Desarrollo social: La recreación facilita la interacción social entre los niños, lo que les permite desarrollar habilidades sociales, establecer amistades, practicar el trabajo en equipo y aprender a respetar y valorar las diferencias individuales. El juego cooperativo, los deportes de equipo y las actividades grupales fomentan el desarrollo de habilidades de comunicación, negociación, liderazgo y colaboración (Holt et al., 2017).

La recreación también promueve la inclusión social al proporcionar espacios y

oportunidades para que todos los niños participen y se sientan aceptados. Existen muchas actividades de recreación que son ideales para los adolescentes de 13 a 15 años, entre las que destacan: Deportes: Los deportes como el fútbol, el baloncesto o el voleibol son ideales para fomentar la actividad física y el trabajo en equipo, juegos de mesa: Los juegos de mesa como el ajedrez, el Monopoly o el Scrabble son excelentes para estimular la creatividad y el pensamiento crítico, arte y manualidades.

Las actividades artísticas como la pintura, el dibujo o la escultura son ideales para estimular la creatividad y la imaginación de los niños, excursiones y paseos: Las excursiones y los paseos son excelentes para que los niños exploren el mundo que les rodea y aprendan sobre la naturaleza y la cultura.

#### **4.1.3. Estrategias de recreación**

La estrategia de enseñanza es un elemento fundamental del proceso de enseñanza y aprendizaje, puesto que de ella depende la orientación y operatividad del proceso e implica una interrelación constante con los demás elementos del diseño instruccional, como lo son: los objetivos, los contenidos, las características y conductas de entrada de los alumnos, los medios instruccionales y la evaluación (Díaz y Hernández, 1998).

Existen diversas estrategias que se pueden implementar para trabajar la recreación en niños. A continuación, se presentan algunas ideas: Ofrecer variedad de actividades: proporcionar una amplia gama de opciones recreativas para que los niños puedan elegir según sus intereses y preferencias. Esto puede incluir deportes, juegos al aire libre, manualidades, música, baile, teatro, entre otros. Brindar opciones diversas les permite explorar y descubrir nuevas experiencias recreativas. Promover el juego libre:

El juego es una forma fundamental de recreación para los niños.

Fomentar el juego libre sin restricciones les permite desarrollar su imaginación, creatividad y habilidades sociales. Proporcionar espacios seguros y recursos adecuados para el juego, como juguetes, materiales artísticos y áreas al aire libre, estimula la recreación autónoma y espontánea. Organizar actividades grupales: Planificar actividades recreativas en grupo favorece la interacción social y el trabajo en equipo. Estas actividades pueden incluir juegos cooperativos, competiciones amistosas, excursiones o proyectos creativos en equipo. Promover la participación y la comunicación entre los niños fortalece sus habilidades sociales y su sentido de pertenencia.

Testa (1997) plantea que:

Los juegos didácticos constituyen un método que dinamiza la actividad de los alumnos en muchas de las formas de organización de la enseñanza, donde una vez motivados desarrollan su actividad cognoscitiva, práctica y variada, en la cual adquieren, precisan y consolidan los conocimientos de forma activa (p.2).

Integrar la recreación en el currículo escolar: Incorporar actividades recreativas en el currículo escolar permite que los niños tengan tiempo y espacio dedicado específicamente a la recreación. Esto puede incluir pausas activas durante el día escolar, clases de educación física y talleres de arte o música. Integrar la recreación en la rutina escolar fomenta un enfoque holístico del aprendizaje y el desarrollo. Establecer normas y límites claros: Es importante establecer reglas y límites adecuados para las actividades recreativas, asegurando la seguridad y el respeto mutuo.

Esto incluye instrucciones claras sobre el uso de equipos, el comportamiento adecuado y la resolución de conflictos. Estas normas ayudan a crear un ambiente seguro y positivo para la recreación. Fomentar la participación de los padres: Invitar a los padres a participar en actividades recreativas con sus hijos fortalece los vínculos familiares y promueve el disfrute compartido. Organizar eventos familiares, como picnics, excursiones o juegos deportivos, permite que los niños experimenten la recreación en un entorno familiar y brinda la oportunidad de crear recuerdos felices juntos.

En este sentido, la UPEL (1990) señala, que las estrategias están formadas por el “conjunto de métodos, técnicas y recursos que se seleccionan de acuerdo con las necesidades de los educandos a quienes van dirigidas, con la finalidad de hacer más efectivo el proceso” (p. 46).

Valorar el proceso sobre el resultado: Enfatizar la importancia del proceso de participación recreativa en lugar de centrarse únicamente en los resultados o la competencia. Promover un ambiente donde se valore el esfuerzo, la diversión y la exploración personal más que la victoria o el rendimiento, fomentan la actitud positiva hacia la recreación y evita la presión excesiva.

#### **4.1.4. Baloncesto y recreación**

En la actualidad, el número de adolescentes que dedica su tiempo libre a las prácticas deportivas cada vez va aumentando, es por ello que, en la presente investigación se pretende involucrar a la recreación dentro de la práctica del baloncesto, para ello, se realizará actividades o variables de los fundamentos técnicos del baloncesto, de modo que la enseñanza

de esta disciplina sea más dinámica y a la vez contribuya a la formación interpersonal del estudiante.

La recreación dentro de las clases de Educación Física ayuda no solo a mantener a los alumnos contentos, alegres y vivaces, sino que están aprendiendo mientras juegan. Mediante la misma se pueden conectar con su niño interno, atreverse a jugar sin importar la edad y divertirse el cual es el principal objetivo de la recreación. Es importante destacar que los juegos recreativos presentan grandes ventajas en el desarrollo personal, ya que se va explorando la realidad, lo cual promueve el aprendizaje y la creatividad (MOCHA- BONILLA, 2018 citado por Núñez 2020 p. 12).

Es por ello que mediante la implementación de la propuesta se pretende desarrollar en los preadolescentes hábitos de convivencia con sus parentescos, lo cual ayude y contribuya al desarrollo interpersonal.

## **4.2. Relaciones interpersonales**

Son conexiones que se establecen entre pares. Estas pueden variar dependiendo el ambiente, es decir, pueden ser de carácter familiar, escolar, laboral, social, etc. A su vez son esenciales para mantener el bienestar emocional y mental.

Para Fernández (2003): “Trabajar en un ambiente laboral óptimo es sumamente favorable para los empleados, ya que un entorno saludable incide directamente en el desempeño que estos tengan y su bienestar emocional” (p.1).

Es por ello que, mediante la recreación se pretende mejorar el ambiente durante el desarrollo de las clases de baloncesto, mediante la implementación de juegos y actividades recreativas que promuevan valores como la solidaridad, el respeto, la puntualidad, la cooperación entre otros, valores que son esenciales en la relación interpersonal de los estudiantes de la escuela de formación deportiva baloncesto.

Algunos de los aspectos que se destaca sobre las relaciones interpersonales es la facilitación de la comunicación efectiva, generan empatía entre estudiantes y estudiantes-docentes, reciben apoyo emocional, se establecer límites de convivencia el cual incluye el espacio personal, las expectativas y las necesidades individuales, finalmente se genera la apreciación y gratitud hacia los demás, es así que, fortalece lazos interpersonales y fomenta un sentido de conexión y reciprocidad.

### **4.2.1. Características de las relaciones interpersonales**

Al tener buenas relaciones interpersonales con nuestros parentescos nos otorgan un gran beneficio llamado afiliación, con el cual nos sentimos cuidados, seguros y pertenecientes, todo esto como una necesidad inherente del individuo y de la misma sociedad

Según Cruz (2003): “El éxito que se experimenta en la vida depende en gran parte de la manera como nos relacionemos con las demás personas, y la base de estas relaciones interpersonales es la comunicación.” Hablo particularmente de la manera en que solemos hablarles a aquellos con quienes usualmente entramos en contacto a diario, nuestros hijos, esposos, amigos o compañeros de trabajo. Muchas veces, ya sea en forma pública o privada, se hacen referencia a otras personas en términos poco constructivos, especialmente cuando ellas se encuentran ausentes. Siempre se ha creído que es una buena.

Las relaciones interpersonales no se dan de manera automática, requieren dedicación y esfuerzo mutuo, a veces hasta realizar cambios en nuestra forma de pensar y actuar; para ello es importante considerar lo siguiente: Aprender a valorar y cuidar de la relación, dedicar tiempo a las personas que te ofrecen relaciones sanas, comunicarse de manera funcional y asertiva, generar confianza y sinceridad, aprender a resolver conflictos de manera asertiva, tener en cuenta las necesidades de los demás, expresarse de manera clara y respetuosa, comprender que las demás personas realizan actividades de manera individual, aprender a manejar la afectividad, fomentar la retroalimentación en la comunicación.

Esto con el fin de crear un ambiente propicio para aprender baloncesto en la escuela de formación deportiva de la ciudad de Loja en el periodo abril-septiembre 2024.

### **4.3. La adolescencia**

La adolescencia se caracteriza por ser un período de intensos cambios, especialmente durante la etapa de la pubertad. Durante este tiempo, el joven abandona su cuerpo infantil, su estatus de niño y atraviesa la pérdida de la dependencia de los padres. Estos tres procesos — la transición del rol de los padres de la infancia, la transformación física del cuerpo infantil y el cambio en la posición social son elementos cruciales en esta etapa. El adolescente pasa por muchos cambios, duelos a la vez y no puede con todos, le hace bastante difícil y se rebela (Freud, 2019).

Cabe recalcar que la adolescencia atraviesa por cambios físicos, psicológicos y sociales significativos, principalmente impulsados por la pubertad. Durante la adolescencia, los individuos experimentan transformaciones en su cuerpo, emociones y percepción del mundo, además de enfrentar nuevos retos y responsabilidades. Esta etapa suele abarcar

aproximadamente desde los 10 a los 19 años, aunque puede variar según factores culturales e individuales (Freud, 2019).

#### **4.3.1. Problemas en la adolescencia**

Las familias con adolescentes suelen preocuparse por esta etapa de sus hijos e hijas. Para manejar estas preocupaciones, es útil identificar los riesgos más comunes con anticipación. Aunque la mayoría de los adolescentes no enfrentarán estos problemas, conocerlos puede ayudar a las familias a prevenirlos o a intervenir tempranamente si surgen.

Entre los problemas más frecuentes durante la adolescencia están los problemas escolares, las dificultades en las relaciones familiares, los trastornos de la alimentación como la anorexia y la bulimia, el bullying (acoso escolar), el acoso por Internet, el consumo de sustancias, embarazos no deseados, depresión y abuso sexual. Cada uno de estos problemas requiere una respuesta informada y empática por parte de los padres y madres, que pueden incluir desde comunicación abierta y educación preventiva hasta buscar ayuda profesional cuando sea necesario (Balluerka & Aliri, 2022).

- El bullying en la escuela es un problema que afecta a muchos adolescentes. La mejor manera de combatirlo es mediante la educación y la información tanto para los adolescentes como para sus padres. Detectarlo temprano facilita su solución y reduce sus consecuencias.
- El acoso por Internet es otra preocupación significativa. Es crucial que desde temprana edad los adolescentes aprendan a usar Internet de manera segura y consciente, reduciendo así el riesgo de ser víctimas de este tipo de acoso u otros peligros asociados.
- El consumo de sustancias es otro desafío importante durante la adolescencia. Educación familiar y fomento de la responsabilidad son fundamentales para prevenir el abuso de sustancias, tanto legales como ilegales. Informar adecuadamente sobre los efectos de las drogas y promover un estilo de vida saludable pueden reducir significativamente estos riesgos.
- Los embarazos no deseados pueden tener un impacto considerable en el futuro de las adolescentes. Es crucial que los jóvenes tengan acceso a información sexual precisa y métodos anticonceptivos para evitar estas situaciones.
- La depresión es un problema frecuente entre los adolescentes y es importante buscar ayuda profesional si hay sospechas de que un adolescente está experimentando depresión.

- Finalmente, el abuso sexual y los accidentes de tráfico son otros riesgos serios que los adolescentes pueden enfrentar. Es crucial hablar abiertamente sobre estos temas y empoderar a los adolescentes para que sepan cómo protegerse y buscar ayuda si es necesario (Balluerka & Aliri, 2022).

#### **4.4. Estructura de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja**

El proyecto

- Los criterios para denominar cada fase y sus niveles, están extraídos de modelos propuestos por:
- La Pirámide de Desarrollo Humano de Alfonso Lázaro Lázaro y Pedro Pablo Berruezo Adelantado.

Currículo de educación inicial

Guía Metodología Para la Enseñanza de la Técnica por Deportes (Federación Deportiva Nacional del Ecuador).

Sistemas Tácticos a Entrenar en Fútbol Infantil – Fútbol Juvenil Menor – Fútbol Juvenil Mayor – Fútbol Profesional de Enrique Borelli.

Introducción a la Técnica Deportiva (Federación Deportiva del Ecuador)

La argumentación básica de los niveles iniciales es fundamentalmente de tipo fisiológico, pero también se contemplan aspectos psico-sociales sobre todo en la justificación de las metodologías y

Condiciones de aplicación.

- Los niveles están demarcados por rangos etarios basados en documentos y artículos científicos en el marco de la iniciación deportiva. La construcción de un proyecto de vida deportiva, está sujeto a procesos de maduración, desarrollo del individuo y las edades que proponemos son aproximaciones.
- Los criterios para la ubicación en los diferentes niveles de formación deportiva están determinados por el nivel de dominio de los resultados de aprendizaje establecidos, si el estudiante no cumple con los rangos

Programa de Intervención de la Actividad Física,

Deportiva y Recreativa, en la ciudad de Loja.

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Proyecto de Vinculación con la Sociedad.



Etarios al momento de su ingreso, se aplicará una evaluación y según sus resultados será ubicado en el nivel que corresponda.

En este campo, el estudiante cumplirá el 70% de sus prácticas de labor comunitario equivalente a 84 horas de aplicación práctica

El proyecto se divide en dos fases:

Primera fase formación básica multilateral

**A.** Nivel de formación perceptiva motora (6-7 años)

**B.** Nivel de formación de habilidades motrices básicas

Multilaterales (8-9 años)

Segunda fase formación deportiva

**C.** Nivel de iniciación deportiva (10-11-12 años)

**D.** Nivel de especialización deportivo (13-14-15 años)

**E.** Nivel de competencia (16 años en adelante)

Primera fase formación básica multilateral

Objetivo general. Desarrollar la formación básica multilateral para la práctica deportiva

**OBJETIVOS ESPECIFICOS**

Desarrollar la coordinación de la dinámica general

Desarrollar las habilidades motrices básicas

#### **A. NIVEL DE FORMACIÓN PERCEPTIVA MOTORA**

Objetivo General: Desarrollar la coordinación de la dinámica general

##### **ETAPA 1 DESARROLLAR LA DINÁMICA GENERAL**

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Lograr la coordinación dinámica global en las diferentes formas de locomoción
- Desarrollar la habilidad de coordinación viso motriz de ojo mano y pie para tener respuesta motora adecuada
- Estructurar su esquema corporal a través de la exploración sensorial para lograr la interiorización de una adecuada imagen

Programa de Intervención de la Actividad Física, Deportiva y Recreativa, en la ciudad de Loja.

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Proyecto de Vinculación con la Sociedad.

- Interiorizar la propia simetría corporal tomando conciencia de la igualdad de ambos lados y coordinando la movilidad de las dos áreas longitudinales
- Desarrollar la estructuración témpora espacial a través del manejo de nociones básicas

RESULTADO DE APRENDIZAJE:

- Camina y corre con soltura y seguridad manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos en espacios parciales.
- Sube y baja escaleras alternando los pies.
  
- Trepa y rept a diferentes ritmos y en posiciones corporales diversas (cúbito ventral y cúbito dorsal).
- Camina, corre y salta de un lugar a otro coordinadamente combinando estas formas de desplazamiento, a velocidades diferentes y en superficies planas e inclinadas con obstáculos
- Realiza actividades de coordinación viso motriz con niveles de dificultad creciente en el tamaño y tipo de materiales.
- Realiza movimientos para la coordinación de ojo y pie como: patear pelotas hacia un punto fijo determinado.
- Emplea su lado dominante en la realización de la mayoría de las actividades que utilice la mano, ojo y pie.
- Realiza movimientos diferenciados con los lados laterales del cuerpo (un lado y otro lado).
- Orientarse en el espacio realizando desplazamientos en función de consignas dadas con las nociones: entre, adelante-atrás, junto a, cerca-lejos
- Realiza desplazamientos y movimientos combinados utilizando el espacio total y parcial a diferentes distancias (largas-cortas)
- Realiza varios movimientos y desplazamientos combinados a diferentes velocidades (rápido, lento)

Programa de Intervención de la Actividad Física,

Deportiva y Recreativa, en la ciudad de Loja.

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Proyecto de Vinculación con la Sociedad.

## CONTENIDOS:

- Capacidad de inhibición motriz (control del movimiento)
- Trabajo sensorial viso - auditivo
- Capacidad de integración sensorial
- Coordinación viso motriz
- Conciencia lateral
- Estructuración espaciotemporal.

## EVALUACIÓN

Para la evaluación de estos elementos tomamos en cuenta los resultados de aprendizaje, y nos regimos en la evaluación cualitativa del currículo de educación básica para la educación física 2014, cuyos parámetros son los siguientes:

- Contenido
- Iniciado
- En proceso Adquirido

### **5.4.1. Nivel de iniciación Deportiva**

#### OBJETIVO GENERAL

Enseñar los fundamentos técnico táctico de los deportes

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Introducir a los alumnos a un programa de enseñanza físico técnica
- táctico deportiva.
- Aprender los fundamentos básicos de los deportes
- Toma de contacto con la técnica deportiva.
- Adaptación específica de la habilidad personal.
- Desarrollar las capacidades físicas condicionantes y coordinativas.
- Mejorar psicológicamente al deportista
- Controlar muscular y fisiológicamente al deportista
- Conocer e interpretar la reglamentación básica de su deporte

#### RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Demuestra dominio de la técnica individual y colectiva.
- Demuestra habilidad y destreza en la ejecución de los fundamentos específicos.
- Programa de Intervención de la Actividad Física,

- Deportiva y Recreativa, en la ciudad de Loja.
- Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte
- Proyecto de Vinculación con la Sociedad.
- Aplica gestos técnicos en circuitos de trabajo
- Demuestra su condición física a través de capacidades condicionales y coordinativas de su deporte
- Demuestra control psicológico ante las situaciones de su deporte
- Muestra un desarrollo satisfactorio en referencia a su edad cronológica y biológica
- Conoce e interpreta la reglamentación básica en su deporte

#### CONTENIDOS

- Trabajo de fundamentos técnicos individual y colectiva.
- Trabajo de los gestos técnicos por deporte
- Trabajo de la fundamentación táctica
- Trabajo de capacidades condicionantes y coordinativas
- Preparación psicológica por deporte
- Controles médicos periódicos
- Preparación teórica

#### EVALUACIÓN

Para la evaluación de los diferentes elementos del programa de enseñanza, se tomará en cuenta los vencimientos por cada deporte:

- Inicio de la formación multilateral.
- Desarrollo de la formación multilateral.
- Desarrollo y evaluación de los contenidos básicos del deporte
- Recuperación.

## 5. Metodología

La presente investigación fue realizada tomando como objeto de estudio al subnivel de especialización Baloncesto de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja.

Una vez determinada la muestra, se procedió a la recolección de información referente a las relaciones interpersonales que mentían los deportistas durante la ejecución de las clases de Baloncesto, para ello, se aplicó una ficha de observación la cual ayudo a constatar datos, los mismos, que ayudarían en el diseño de la propuesta metodológica. Además, previo a la estructuración de la propuesta se realizó y se aplicó una ficha de contenido al docente, referente a preguntas abiertas sobre la convivencia que mantienen durante sus clases.

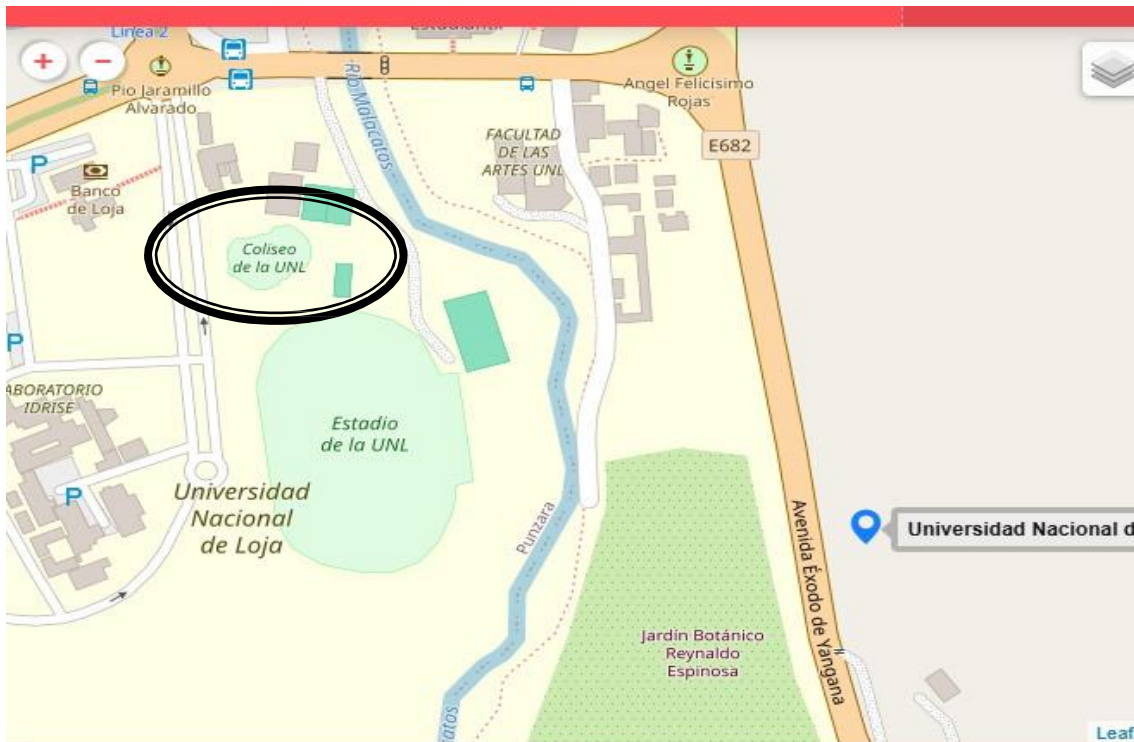
Con dicha información obtenida, se procedió al diseño de la propuesta la cual se denominó: **Propuesta metodológica de recreación para mejorar las relaciones interpersonales en el nivel de especialización Baloncesto con participantes de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja**, en la cual se planteó actividades recreativas enfocadas a mejorar los vínculos de compañerismo, también se puso en práctica los valores y hábitos del buen vivir, esto con el fin de ir contribuyendo en la construcción de un ambiente confortable y ameno, para la realización de los entrenamientos deportivos.

### 5.1. Área de estudio

La presente investigación se desarrolló en el subnivel de especialización Baloncesto de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, se encuentra ubicada en la en la provincia de Loja, cantón Loja, parroquia La Argelia, es una Escuela de Formación Deportiva que brinda el servicio gratuito a los niños, niñas y adolescentes que deseen ser parte de la misma. El tiempo de investigación fue de diez semanas las cuales se las distribuyó de la siguiente manera: una semana para socialización y aplicación de instrumentos iniciales, ocho semanas para la ejecución de los planes de trabajo y una semana para la aplicación del instrumento final.

**Figura 1.** Escuela de Formación Deportiva Universidad Nacional de Loja, lugar donde se

realizó la investigación.



*Fuente: Ubica Ecuador (s/f) Escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja*

{Imagen}

<https://n9.cl/3ilk4x>

Durante la aplicación de los planes se clases se hizo uso de diferentes materiales como: balones, silbato, conos, platillos, hulas, chalecos y las instalaciones deportivas del coliseo de Baloncesto de la Universidad Nacional de Loja como espacio para la aplicación de la propuesta metodológica. Respecto a los materiales tecnológicos se utilizó el celular y computador.

## **5.2.Procedimiento**

### **5.2.1. Enfoque de investigación**

El enfoque de investigación representa el complemento natural de la investigación; permitiendo al investigador realizar una mezcla de datos cualitativos y cuantitativos. Es por ello que, el presente trabajo tiene enfoque de carácter mixto el cual permitirá recopilar y analizar aspectos sobre las relaciones interpersonales, en el nivel de especialización deportiva baloncesto.

### **5.2.2. Tipo de estudio de investigación**

El tipo de estudio de una investigación hace referencia al nivel de abarcación del tema

que se pretende estudiar, es por ello que, en este estudio se utilizará un tipo de investigación correlacional-descriptivo, ya que, este se caracteriza por comprender la relación que existe entre dos o más variables.

Teniendo en cuenta el problema de investigación que se ha formulado se consideró la recreación y las relaciones interpersonales para analizar los resultados de la ejecución de la propuesta que fue aplicado en los adolescentes de 13 a 15 años denominada: La recreación como medio para el mejoramiento de las relaciones interpersonales en la Escuela de Formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024.

### **5.2.3. Diseño de la investigación**

El diseño de la presente investigación es cuasi experimental. Este diseño “tiene como objetivo poner a prueba una hipótesis causal manipulando una variable independiente donde por razones logísticas no se puede asignar las unidades de investigación aleatoriamente a los grupos. Es por ello, que el diseño cuasi experimental ayudará en la comparación y análisis de datos sobre las relaciones interpersonales en los adolescentes de 13 a 15 años en la Escuela de Formación Deportiva en el sub nivel Baloncesto de la universidad Nacional de Loja 2024.

### **5.2.4. Métodos**

El método se entiende como una serie de pasos que se deben seguir para cumplir un objetivo, es decir, es la forma en la que una persona está habituada a realizar una tarea, la misma que puede tratarse del orden de acciones que sigue o a la vez la organización que tiene el investigador para la recopilación de información.

El primer método que se utilizó fue el **método inductivo**, que se caracteriza por ser un proceso de razonamiento que se basa en la observación y la experimentación para llegar a una conclusión general a partir de casos específicos. A partir de estos patrones o tendencias, se llega a una conclusión general o una teoría que se considera válida para todos los casos similares. Este método se utilizó para la recolección de datos estadísticos mediante la observación la cual ayudó a la facilitación de información sobre las relaciones interpersonales en los preadolescentes durante el desarrollo de las clases de baloncesto y a su vez contribuyó en la elaboración de la propuesta metodológica de intervención.

Seguidamente el **método deductivo** ayudó en la investigación a identificar los casos particulares de cada preadolescente, y de forma especial, las variables independientes y dependientes. Es un proceso cognitivo el cual permite llegar a situaciones particulares y a su vez enfocarse como son las relaciones interpersonales de cada uno de los estudiantes.

Posterior a ello, el siguiente método utilizado fue el **método explicativo** el cual facilitó la comprensión de información y explicación de las indicaciones de cómo se va a trabajar y como debemos cumplir dichas actividades planteadas en la propuesta metodológica.

Otro de los métodos utilizados fue el **método demostrativo**, el mismo que ayudo en la exposición y explicación de cómo se realiza las actividades planificadas, es decir, que antes de la ejecución de cada actividad se realizó la demostración paso a paso, como la debían cumplir y a su vez facilito la comprensión de dicha información, la misma que adoptaban y cumplían los deportistas a cabalidad.

De igual manera, el **método estadístico** contribuyó en la investigación para realizar el análisis y tabulación de los datos cualitativos y cuantitativos que se recogieron mediante los instrumentos aplicados antes y después de la aplicación de la propuesta metodológica, para posterior a ello realizar la tabulación y representación en las gráficas respectivas.

Finalmente, el **método comparativo** aportó a la investigación para realizar un juicio de valor entre como inicio la investigación y los resultados obtenidos durante la aplicación de la propuesta metodológica dando validez y a su vez cuantificando su aporte a los deportistas y a la escuela de formación deportiva de la universidad Nacional de Loja.

#### **5.2.5. Línea de investigación**

El presente trabajo de integración curricular está centrado en la primera línea de investigación de la carrera de pedagogía de la actividad Física y Deporte, denominada: El deporte y la recreación, la misma que se manifiesta dentro de los procesos de enseñanza aprendizaje y a su vez, fortalecer las relaciones interpersonales mediante la recreación como herramienta principal para el aprendizaje dinámico y autónomo de los deportistas de Baloncesto.

#### **5.2.6. Técnicas para la recolección de la información**

Con el fin de realizar la recolección de información referente a esta investigación se aplicó dichas técnicas que se detallan a continuación:

En primera instancia se identificó la población, en este caso es, la Escuela de Formación Deportiva del sub nivel de especialización Baloncesto de la Universidad de Loja, posterior a ello, se determinó la muestra para aplicar la ficha de observación, se aplicó a 20 deportistas y a los 3 docentes encargados del subnivel, dentro de los miembros consta de un docente encargado y dos practicantes, esta aplicación se la realizó con el fin de recabar información referente a la relación interpersonal que mantienen los deportistas durante la ejecución de clases.



Finalmente se aplicó una ficha de contenido la misma que estaba enfocada en recabar información. Se estructuró con preguntas básicas y con respuestas abiertas, referente al nivel de conocimiento sobre las relaciones interpersonales. Esto con el objetivo de cuantificar dicha información y adoptar estrategias de trabajo dentro del plan propuesto para la realización de las clases de Baloncesto.

#### **5.2.7. Instrumentos para la recolección de Información**

Para la recolección de información pertinente al trabajo investigativo, primeramente, se aplicó una ficha de observación enfocada en las relaciones interpersonales a los deportistas de la Escuela de Formación deportiva Baloncesto de la Universidad Nacional de Loja, dichos datos corroboraron y ayudaron en el diseño de la propuesta metodológica de intervención.

Finalmente, otro de los instrumentos aplicados fue la ficha de contenido, la misma, que estaba estructurada con preguntas de respuestas abiertas en las cuales los deportistas podían responder libremente. Es así que, mediante la recolección de dicha información permitió cuantificar el nivel conocimiento referente a conceptos o características de lo que son o entendían de las relaciones interpersonales.

#### **5.2.8. Población y muestra**

La presente investigación se desarrolló en la escuela de iniciación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, se encuentra en la provincia de Loja, cantón Loja, parroquia Punzará, de donde se tomó como muestra al 100% al subnivel de especialización deportiva Baloncesto, a los cuales se les aplicó diferentes técnicas e instrumentos con el fin de recolectar información pertinente al tema.

#### **Criterios de inclusión**

- Apertura y aceptación por parte de los encargados del subnivel de especialización Baloncesto para realizar la presente investigación dentro de su contexto educativo.
- Predisposición y empeño para realizar las actividades planificadas en base a los contenidos de enseñanza aprendizaje del Baloncesto.
- Compromiso por parte de los deportistas para el cumplimiento a totalidad de las actividades planificadas.

#### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que presentan problemas conducta y falta de colaboración al momento de cumplir con las actividades planificadas.
- Estudiantes que por cuestiones de salud se limiten a realizar el cumplimiento de algunas

actividades propuestas.

De esta manera, en la tabla se refleja de manera detallada la población y la muestra que se utilizara durante la investigación:

**Tabla 1.** Población y muestra

<b>Población</b>	
<b>Subnivel de especialización deportiva</b>	<b>Número</b>
<b>Baloncesto de la Escuela de formación deportiva UNL.</b>	
Hombres	18
Mujeres	22
Total	40
<b>Muestra</b>	
<b>Deportistas del subnivel de especialización Baloncesto de la Escuela de formación deportiva UNL.</b>	<b>Número</b>
Hombres	10
Mujeres	10
Total	20

*Nota descriptiva:* Datos obtenidos por medio del docente de educación física del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la Escuela de Formación Deportiva UNL.

*Autor:* Labanda, José. (2024).

### 5.3. Procesamiento de los datos obtenidos

El proceso de investigación se realizó de la siguiente manera:

Para la obtención de datos iniciales nos basamos en instrumentos que fueron aplicados a los deportistas del subnivel de especialización Baloncesto de la Escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, los mismos, que facilitaron la elaboración de una propuesta metodológica basada en la recreación y las relaciones interpersonales. Se aplicaron dos instrumentos diagnósticos, los cuales fueron: una ficha de observación y una ficha de contenidos, esto con el objetivo de valorar el nivel de conocimiento referente a la convivencia que mantienen durante el desarrollo de las clases de Baloncesto y a su vez buscar

el fortalecimiento de la relación personal mediante la aplicación de la propuesta de intervención.

Una vez obtenidos los datos iniciales y posterior al análisis estadístico, se procedió a diseñar una propuesta metodológica, la cual, consistió en realizar varias planificaciones de clase en donde se busca el fortalecimientos y enseñanza de buenos hábitos de convivencia, esto, sin salir del margen deportivo.

Para concluir, luego de haber cumplido con la ejecución del plan de intervención basado en la recreación y el mejoramiento de las relaciones interpersonales, se procedió hacer una rúbrica de comparación entre los resultados obtenidos antes y después de la culminación de la propuesta metodológica.

#### **5.4. Proceso para el desarrollo de propuesta metodológica de intervención.**

**Objetivo específico 2:** Diseñar una propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja.

**Objetivo específico 3:** Aplicar una propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja.

La presente investigación está relacionada con la recreación como medio estratégico para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales en el desarrollo de las clases de Baloncesto, para ello, se elaboró y desarrollo la propuesta metodológica tomando en consideración la siguiente estructura.

**Tabla 2.** Diseño y desarrollo de la propuesta metodológica.

<b>Plan de actividades 1: Socialización</b>	
<b>Tema:</b>	Acercamiento a la institución
<b>Objetivo:</b>	Socializar el proyecto investigativo con los encargados de la institución para verificar la apertura de la aplicación de la propuesta Metodológica.
<b>Plan de actividades 2: Recopilación de datos</b>	
<b>Tema:</b>	Aplicación de instrumentos

**Objetivo:** Valorar el nivel de conocimiento para conocer sobre las relaciones interpersonales que mantienen los deportistas (aplicación de ficha de observación).

---

**Plan de actividades 3: Recopilación de datos**

---

**Tema:** Aplicación de instrumentos  
**Objetivo:** Valorar el nivel de conocimiento para conocer sobre las relaciones interpersonales que mantienen los deportistas (aplicación de ficha de contenido).

---

**Plan de actividades 4: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Lanzamientos dentro y fuera del área.  
**Objetivo:** Mejorar la técnica de lanzamientos a través de actividades en conjunto.  
**Estrategia:** Se empleo el juego de los países adaptándolo al baloncesto y a su vez aumentando variables.

---

**Plan de actividades 5: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Lanzamientos dentro del área.  
**Objetivo:** Aplicar los fundamentos técnicos de lanzamientos a través de actividades recreativas.  
**Estrategia:** Se empleo el juego de las quemadas y a su vez se incrementaba variables y dificultad en el juego.

---

**Plan de actividades 6: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Lanzamientos dentro y fuera del área.  
**Objetivo:** Mejorar la técnica de lanzamiento mediante actividades en conjunto.

**Estrategia:** Se empleo el juego de los congelados adaptándolo al baloncesto con variables.

---

**Plan de actividades 7: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Lanzamientos dentro y fuera de la zona de lanzamientos.

**Objetivo:** Perfeccionar la técnica de lanzamiento del baloncesto a través de actividades grupales que potencien las relaciones interpersonales.

**Estrategia:** Se empleo el juego de los estrella-estrella adaptándolo al Baloncesto y a su vez aumento variables.

---

**Plan de actividades 8: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Lanzamientos

**Objetivo:** Aplicar los fundamentos técnicos de lanzamiento con la aplicación de actividades colectivas.

**Estrategia:** Se empleo el juego de las estatuas adaptándolo al Baloncesto y a su vez aumentando la dificultad con variables.

---

**Plan de actividades 9: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Dominio y dribling del Baloncesto

**Objetivo:** Mejorar el dominio y el dribling mediante actividades en conjunto.

**Estrategia:** Se empleo el juego de tres en raya adaptándolo al Baloncesto y a su vez con variables.

---

**Plan de actividades 10: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Pase y recepción en Baloncesto.

**Objetivo:** Realizar ejercicios enfocados en el mejoramiento del pase y recepción con la implementación de actividades colectivas.

**Estrategia:** Se empleo el juego de tres pies adaptándolo al Baloncesto y a su vez aumentando variables.

---

**Plan de actividades 11: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Dominio y dribling

**Objetivo:** Mejorar el dominio y dribling poniendo en práctica actividades recreativas en conjunto.

**Estrategia:** Se empleo el juego de tiro al Blanco adaptándolo al Baloncesto y a su vez se incrementó variables.

---

**Plan de actividades 12: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Pase y recepción.

**Objetivo:** Realizar ejercicios enfocados en el mejoramiento del pase y recepción a través de actividades colectivas que fortalezcan el trabajo en equipo.

**Estrategia:** Se empleo el juego de los países adaptándolo y poniendo en práctica variables.

---

**Plan de actividades 13: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Fundamentos técnicos

**Objetivo:** Mejorar los fundamentos haciendo uso de actividades recreativas que ayuden en el mejoramiento de la relación personal de cada deportista.

**Estrategia:** Se empleo el juego del pañuelo adaptándolo al Baloncesto y a su vez incrementando variables.

---

**Plan de actividades 14: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Acciones defensivas

**Objetivo:** Realizar ejercicios colectivos para el mejoramiento de acciones defensivas.

**Estrategia:** Se empleo el juego del Roba Balón adaptándolo al Baloncesto y poniendo en práctica variables.

---

---

**Plan de actividades 15: Fase de aplicación**

---

**Tema:** Juego y acciones tácticas

**Objetivo:** Realizar actividades recreativas para perfeccionar las acciones tácticas durante el juego.

**Estrategia:** Se empleo el juego del Torito adaptándolo al Baloncesto y a su vez se incrementó variables.

---

**Plan de actividades 16: Fase de evaluación**

---

**Tema:** Aplicación de instrumento final (ficha de observación).

**Objetivo:** Valorar comparativamente los resultados para establecer criterios finales respecto a la aplicación del instrumento inicial.

---

*Autor: Labanda, J. (2024)*

## 6. Resultados

### 6.1. Análisis de la ficha de observación realizada a los deportistas del subnivel de iniciación deportiva Baloncesto de la escuela de formación deportiva UNL.

A continuación, en la tabla 3 se muestra de manera detallada la edad y género de la población estudiada.

**Tabla 3.** Población con la que se trabajó la investigación

Edad	Género				Total	
	Masculino		Femenino		F	%
	F	%	f	%		
13 años	6	30 %	3	15 %	9	45 %
14 años	4	20 %	6	30 %	10	50 %
15 años	1	5 %				5 %
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>55 %</b>	<b>9</b>	<b>45 %</b>	<b>19</b>	<b>100%</b>

**Nota:** Datos de identificación a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

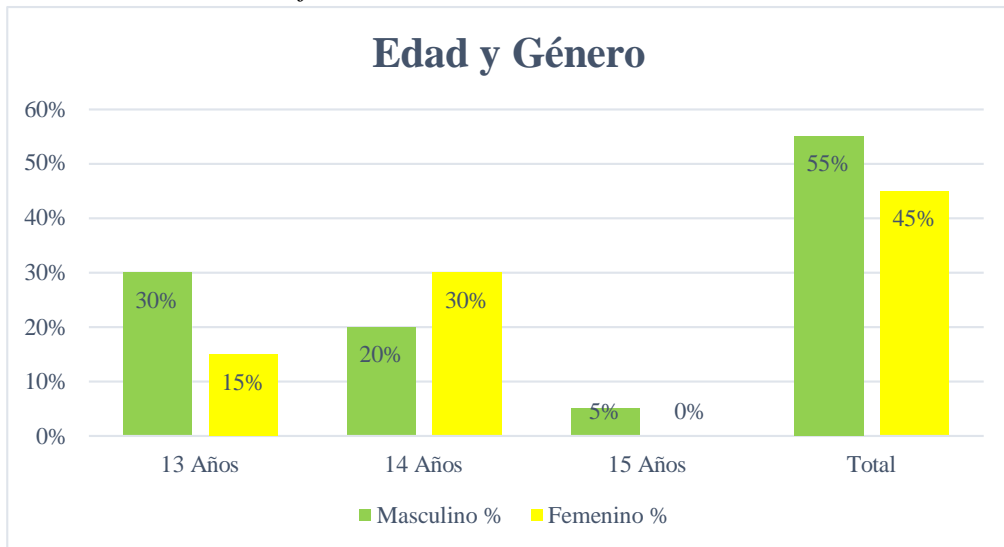
**Autor:** Labanda, J. (2024)

De la misma manera, en la Figura 3 se muestra la edad y género de la población estudiada representada en porcentajes.

**Figura 2.** Edad y género de la población investigada correspondiente al subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela de formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja.



**Nota:** Datos de identificación a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.



**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

Tomando como referencia los datos expuestos en la figura 3 en donde se presenta información relacionada al género y edad el cual fue nuestro objeto de estudio, se evidencia que el 55% de la población investigada pertenece al género masculino, mientras que el 45% restante corresponde al género femenino, evidenciando así una mayor presencia del género masculino en el presente proyecto de investigación.

Así mismo y en base a los datos obtenidos, el 45% de la población objeto de estudio se encuentra en la edad de 13 años, el 50% en la edad de 14 años y el 5% en la edad de 15 años. En resumen, en cuanto al género, el masculino es el que prevalece dentro de la población estudiada, y en cuanto a la edad, 14 años es el porcentaje en el que se encuentra la mayor parte de la población.

A toda esta población investigada se aplicó una ficha de observación con el objetivo de recopilar información que contribuya al correcto desarrollo del presente estudio.

### **6.2. Análisis de la Ficha de contenido inicial aplicada al Mgtr. Mauro Toledo, docente encargado del subnivel de especialización Baloncesto de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja.**

#### **Antecedentes**

### **¿Qué entiende por relaciones interpersonales?**

El docente ha manifestado que las relaciones interpersonales son aquellas acciones de convivencia, se basan en el comportamiento de cada individuo referente a sus compañeros. Por lo cual, enfatiza a los valores tales como: el compañerismo y la solidaridad para aprender durante el desarrollo de sus clases.

### **¿Por qué considera importante las relaciones interpersonales?**

El docente describe que la importancia de las relaciones interpersonales se basa en la sana convivencia de cada individuo, es decir, que al existir una buena relación entre deportistas se puede trabajar de mejor manera, ya que, no existe la discriminación o el individualismo.

### **¿Tiene interés por desarrollar actividades recreativas que ayuden al fortalecimiento de las relaciones interpersonales?**

El docente manifiesta que si tiene interés por investigar e implementar nuevas actividades recreativas las cuales contribuyan al fortalecimiento de las relaciones interpersonales de sus estudiantes.

### **¿Considera importante la recreación como medio para el mejoramiento de las relaciones interpersonales entre compañeros y docente?**

El docente respondió que sí, porque mediante las actividades recreativas los estudiantes tienen la libertad de interactuar libremente con sus compañeros, lo cual, ayuda a fortalecer vínculos de amistad y empatía.

### **¿Es de su agrado las clases impartidas en el aprendizaje del baloncesto?**

El docente manifiesta que sí, que a medida que ha transcurrido el tiempo de su vida profesional él ha entregado su amor y dedicación por la enseñanza de los deportes colectivos a niños, adolescentes y adultos. Por lo cual, está satisfecho con las clases de entrenamiento de Baloncesto.

### **6.3. Análisis de la rúbrica de observación pre aplicación de la propuesta metodológica de intervención en los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela de formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja.**

La rúbrica de observación fue un instrumento diagnóstico que se aplicó en instancias previas a diseñar y aplicar la propuesta metodológica de intervención, dentro de los cuales se observó una falta de comunicación, una mala convivencia, problemas de conducta, falta de comunicación entre compañeros y desmotivación.

Por lo cual, resultaba necesario volver aplicar el mismo instrumento de investigación esta vez para diagnosticar la influencia que tuvo el desarrollo de esta propuesta con el subnivel objeto de estudio, por lo que en la Tabla 4 se muestran los resultados de la pre-aplicación de la propuesta metodológica basada en la recreación como medio para fortalecer las relaciones interpersonales como estrategia de enseñanza, tomando como referencia los siguientes valores e indicadores: Siempre (5), casi siempre (4), bastantes veces (3), casi nunca (2) nunca (1).

**Tabla 4.** Resultados pre y post aplicación de la propuesta metodológica.

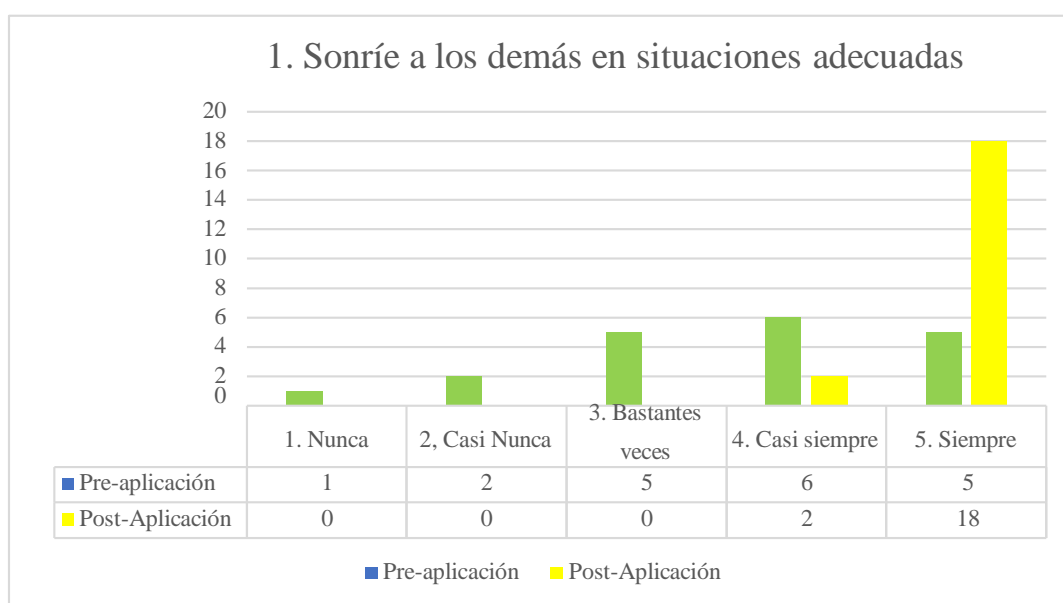
ENUNCIADO:	Pre-aplicación					Post-aplicación				
	Escala					Escala				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. Sonríe a los demás en situaciones adecuadas	5	6	5	3	1	18	2			
2. Mantengo la postura al entablar un dialogo	2	8	4	4	1	19	1			
3. Emplea un tono de voz adecuada a sus compañeros	13	2	2	2		20				
4. Emplea un tono adecuado a dirigirse al docente	14	3	2			19	1			
5. Presta atención a las instrucciones del docente	9	9	1			18	2			
6. Muestra interés al escuchar a los demás	9	7	2	1		17	3			
7. Atiende a los demás de manera autónoma	6	9		4		18	2			
8. Tiene un trato amistoso y cordial	13	3	2	1		19	1			
9. Practica valores y buenos hábitos	13	3	2	1		20				
10. Muestra interés por aprender conjuntamente	11	7	1			20				
11. Pide la palabra para poder participar	4	4	3	7	1	19	1			
12. Mantiene y respeta el dialogo de manera adecuada	9	8	2			19	1			

13. Concluye el dialogo de manera adecuada	10	5	2	2	1	20
14. Expresa ideas o pensamientos sobre el tema de clase.	14	5				20

**Nota:** Datos obtenidos a través de las rubricas de observación aplicadas pre y post aplicación de la propuesta metodológica en los deportistas del sub nivel de especialización Baloncesto de la Escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja.

**Autor:** Labanda, J. (2024)

**Figura 3.** Primer literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

**Autor:** Labanda, J. (2024)

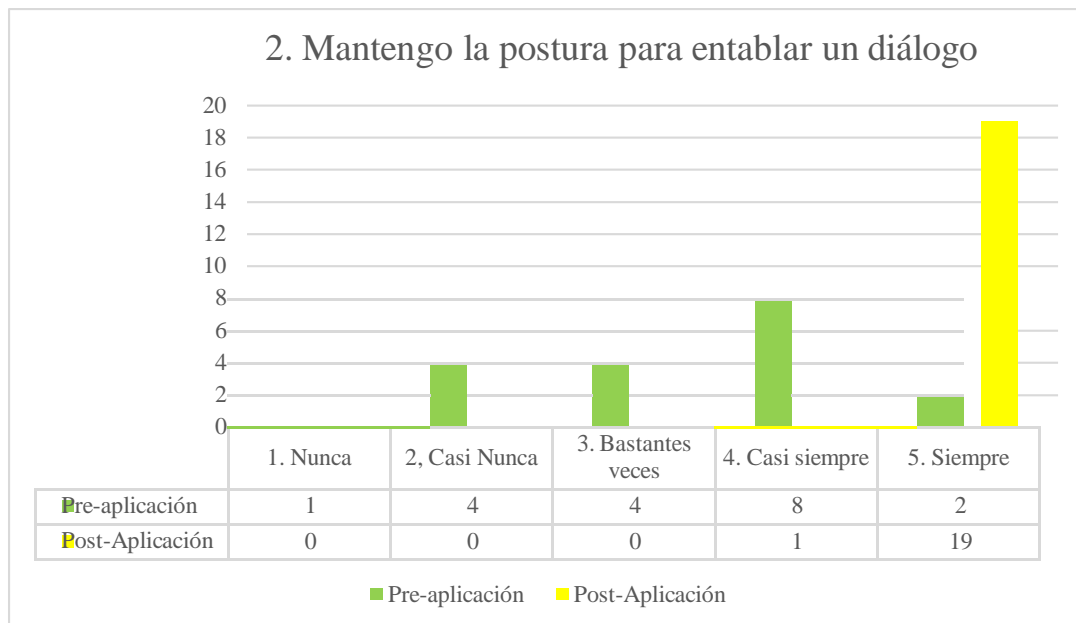
### Análisis e interpretación

En base a los resultados reflejados en la tabla 5, se puede evidenciar que 5 deportistas siempre sonríen en situaciones adecuadas, seis sonríen casi siempre, cinco bastantes veces, dos casi nunca y que uno no sonrío nunca.

Con referencia a la nueva aplicación se puede evidenciar que dieciocho deportistas sonríen siempre y dos casi siempre, logrando así un cambio positivo durante la aplicación de los planes de clase y a su vez contribuyendo a una mejor satisfacción en los deportistas, ya que, mediante las diversas actividades recreativas podían compartir e interactuar con

los demás.

**Figura 4.** Segundo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

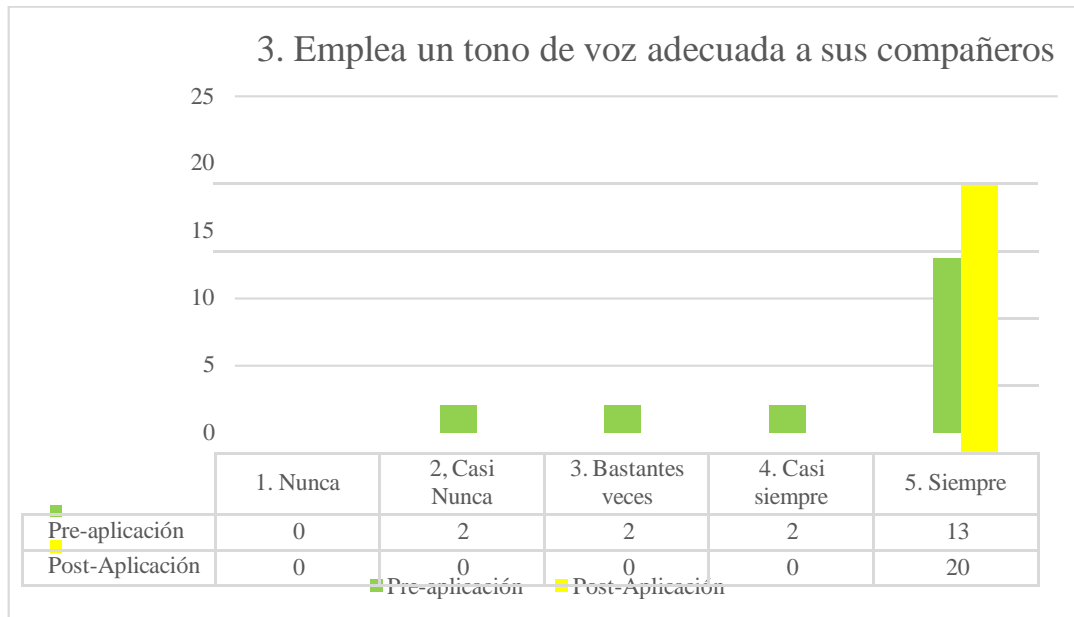
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

En base a la figura se puede contrastar los siguientes resultados, dos deportistas mantienen la postura al entablar un dialogo, ocho casi siempre, cuatro bastantes veces, cuatro casi nunca y uno nunca mantiene una postura adecuada al momento de comenzar una conversación.

Referente a los nuevos resultados obtenidos se puede evidenciar que los deportistas han mejorado notablemente su participación e interacción mediante un dialogo apropiado a sus compañeros y docentes. Los resultados son los siguientes: diecinueve deportistas siempre mantienen una postura adecuada y un deportista casi siempre.

**Figura 5.** Tercer literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

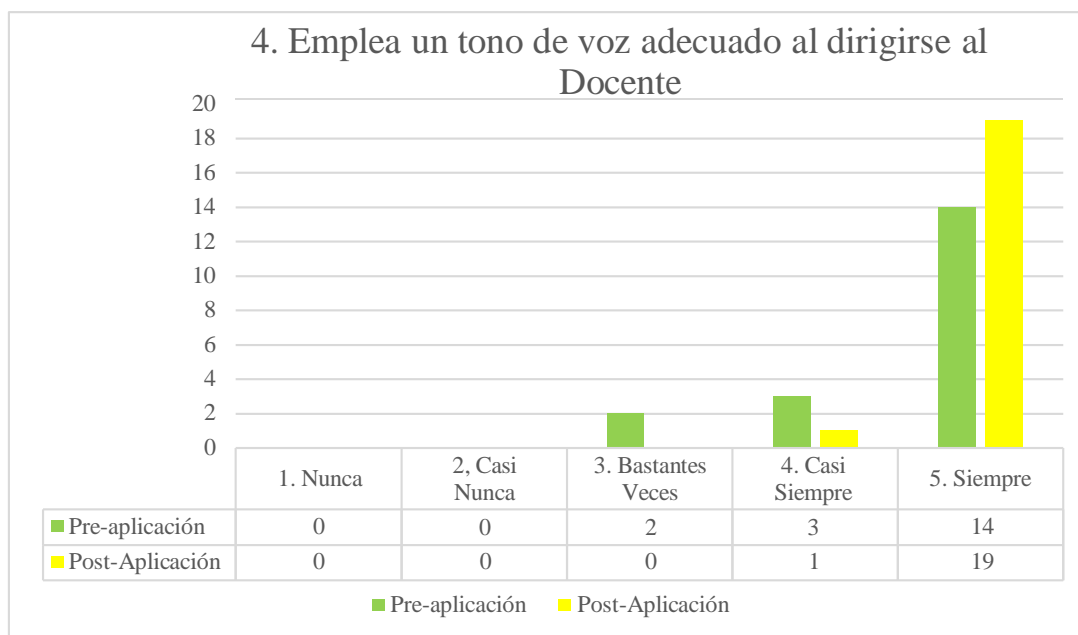
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a la ilustración de la figura se puede evidenciar que trece deportistas emplean un tono de voz adecuado al momento de dirigirse a sus compañeros, dos casi siempre, dos bastantes veces y dos casi nunca emplean un tono de voz adecuado.

En base a la obtención de nuevos resultados se puede manifestar que los veinte deportistas emplean un tono de voz adecuado referente a la aplicación del instrumento inicial, ha sido un cambio notorio en el cual los deportistas practicas los valores y hábitos de una sana convivencia mediante el respeto y la postura al momento de dirigirse a los demás.

**Figura 6.** Cuarto literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

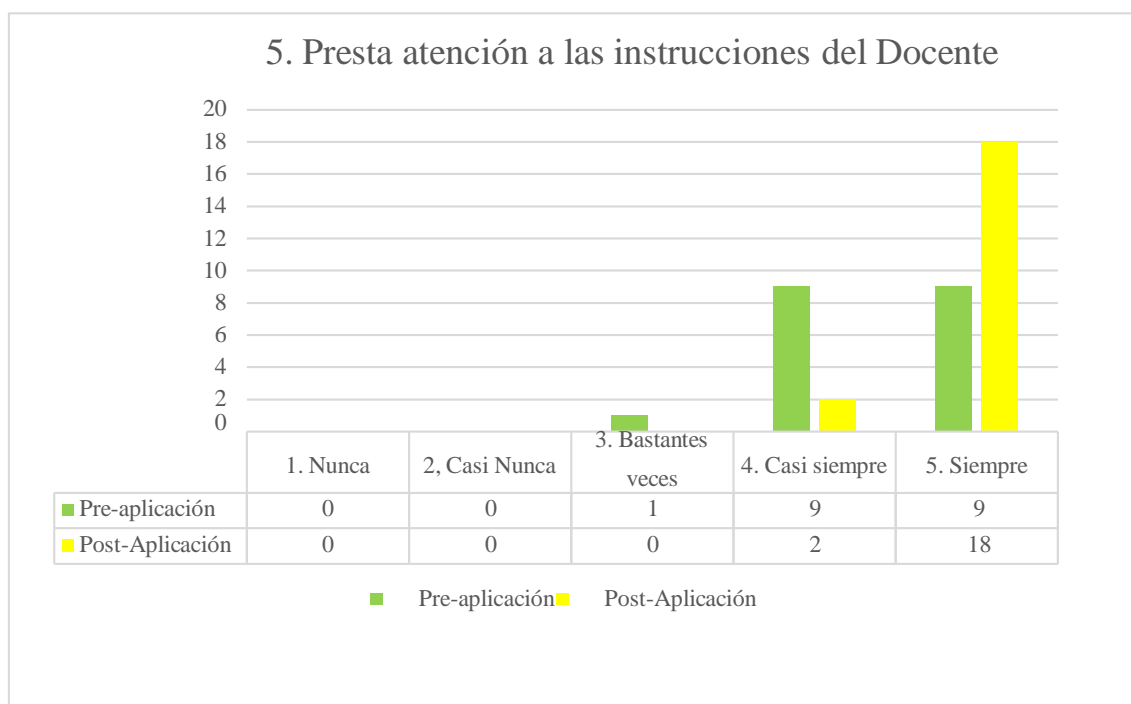
**Autor:** Labanda, J. (2024)

#### Análisis e interpretación

Referente a la ilustración se puede manifestar que catorce deportistas siempre emplean un tono de voz adecuado al momento de dirigirse al docente, tres casi siempre y 2 bastantes veces. Es decir que dentro del promedio de la escala la mayoría de deportistas se dirigen con aprecio y respeto al docente.

En base a los nuevos resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento se puede manifestar que diecinueve deportistas emplean un tono de voz adecuado al dirigirse al docente y un estudiante casi siempre, sin embargo, ha sido un logro positivo y muy acertado, ya que, los estudiantes mantienen su postura y guardan autoridad hacia su docente.

**Figura 7.** Quinto literal de la ficha de observación.



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

**Autor:** Labanda, J. (2024)

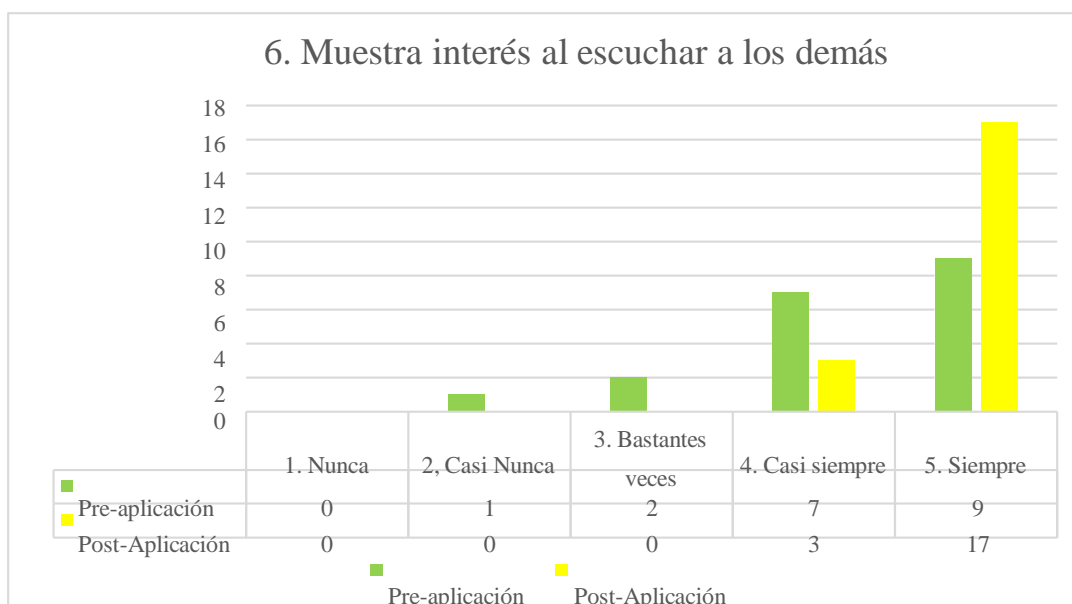
### **Análisis e interpretación**

Con referencia a la figura se puede evidenciar los siguientes resultados, nueve deportistas prestan atención a las instrucciones brindadas por parte del docente, mientras que, nueve casi siempre y uno bastantes veces.

Con base a los nuevos acontecimientos de los resultados se puede evidenciar que dieciocho estudiantes siempre prestan atención a las instrucciones que da a conocer el docente y dos estudiantes casi siempre, sin embargo, es un cambio notorio referente a los resultados iniciales en los cuales permitió lograr una mayor comprensión del tema que se va abordar.



**Figura 8.** Sexto literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

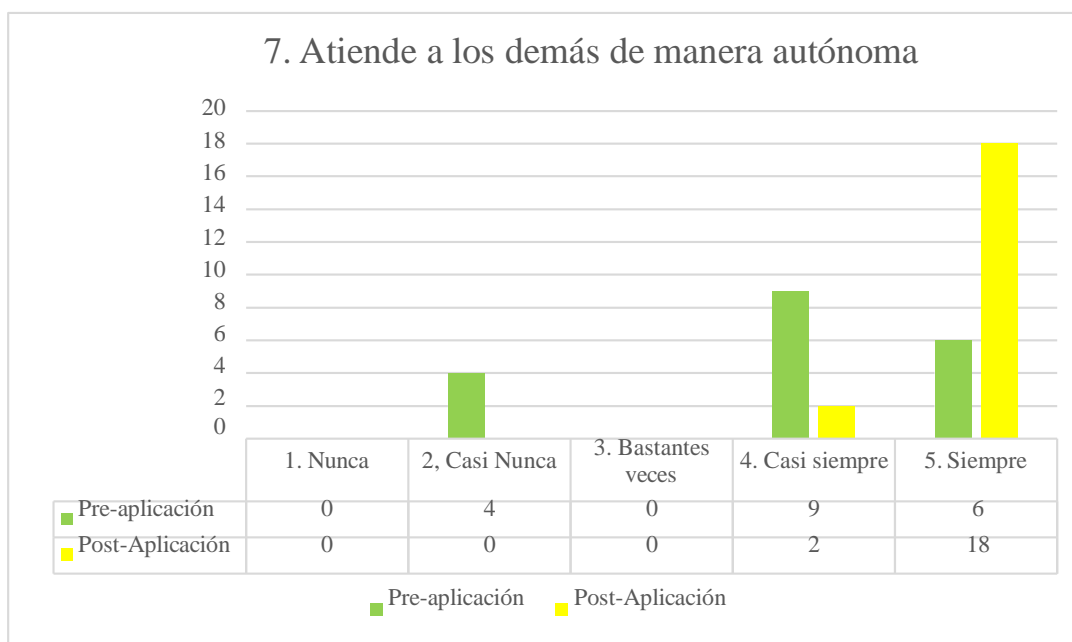
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

En base a la figura expuesta con anterioridad se puede manifestar los siguientes resultados, nueve deportistas muestran interés al escuchar a los demás, siete casi siempre escuchan, dos bastantes veces y uno casi nunca se interesa por escuchar la opinión o argumento de la otra persona que está hablando.

Referente a los nuevos resultados obtenidos se puede manifestar que diecisiete deportistas siempre muestran interés por escuchar la opinión de los demás mientras, que tres deportistas casi siempre, logrando así, un cambio positivo y en sí mejorando las actitudes de cada estudiante, haciéndolos convivir e interactuar mediante actividades colectivas.

**Figura 9.** Séptimo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

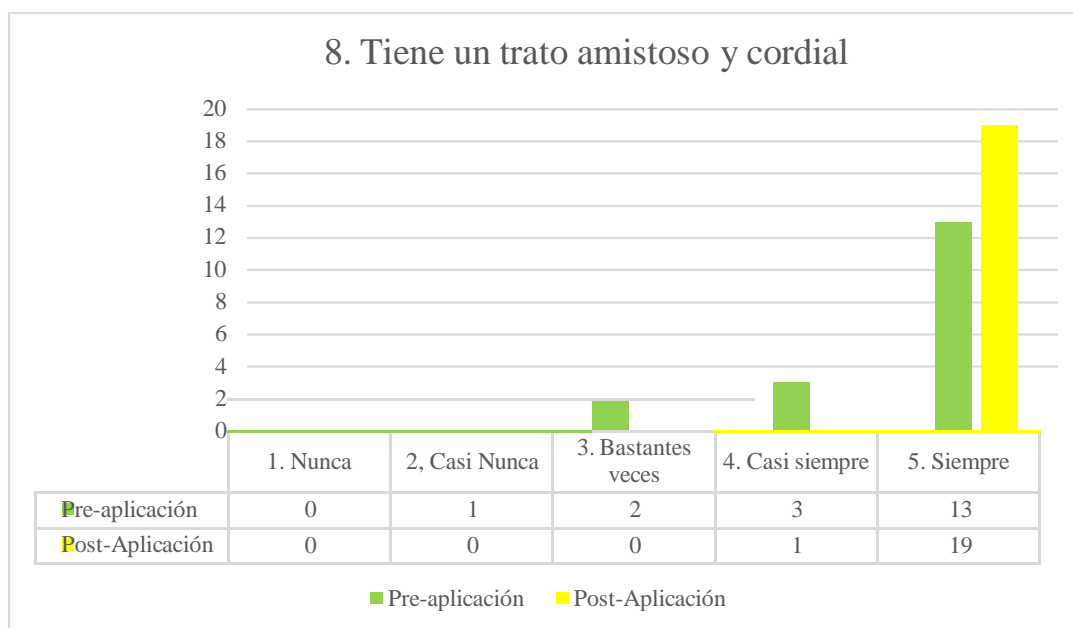
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a la figura se puede manifestar que seis deportistas siempre atienden a los demás de manera autónoma, nueve casi siempre y cuatro casi nunca se dan la molestia de escuchar a los demás compañeros o docente.

Referente a los resultados iniciales se puede evidenciar que dieciocho deportistas atienden de manera autónoma a los demás, mientras que dos deportistas casi siempre, de igual forma, se puede manifestar que ha sido de provecho los planes de actividades recreativas, ya que, han sido de suma importancia y a su vez han llegado a ser un apoyo incondicional para fomentar los valores.

**Figura 10.** Octavo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

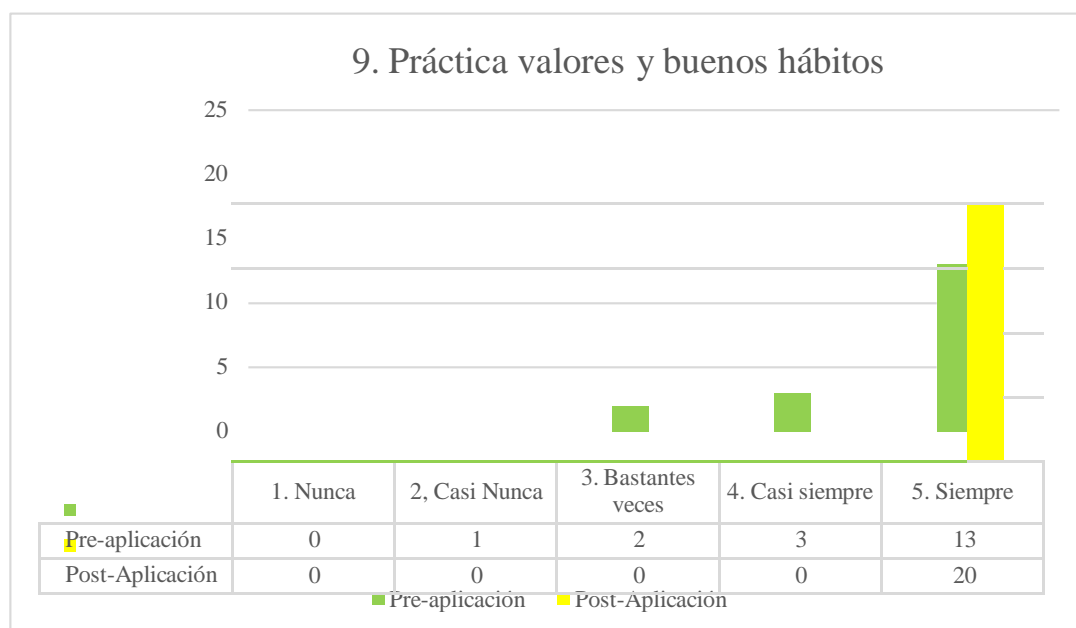
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

En base a la figura se puede manifestar que, trece deportistas mantienen un trato amistoso y cordial, tres casi siempre, dos bastantes veces y uno casi nunca presta un buen trato al momento de interactuar con otra persona.

Comparando los resultados iniciales se puede reflejar que diecinueve deportistas siempre mantienen un trato amistoso y cordial; y un deportista casi siempre, de igual manera se puede evidenciar un cambio positivo en los adolescentes, ya que, poco a poco han sabido ir mejorando sus actitudes y sobre todo las relaciones interpersonales entre todos los estudiantes y docentes.

**Figura 11.** Noveno literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

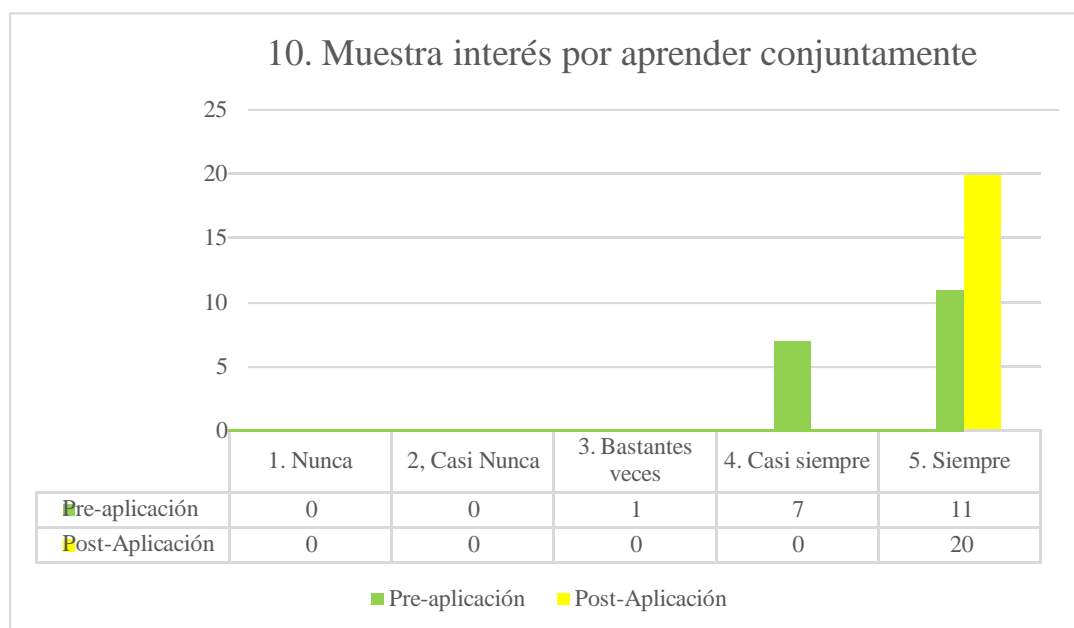
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a la tabla se puede argumentar que trece deportistas practican los valores y buenos hábitos de convivencia, tres casi siempre practican, dos bastantes veces y uno casi nunca practica los valores ni los hábitos de convivencia.

En base a los nuevos resultados se puede manifestar que los veinte deportistas encuestados practican siempre los valores, logrando en sí un resultado muy bueno en los estudiantes, a diferencia de la iniciación cuando los deportistas actuaban de manera involuntaria y sin conocimiento sobre los valores y su práctica.

**Figura 12.** Décimo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

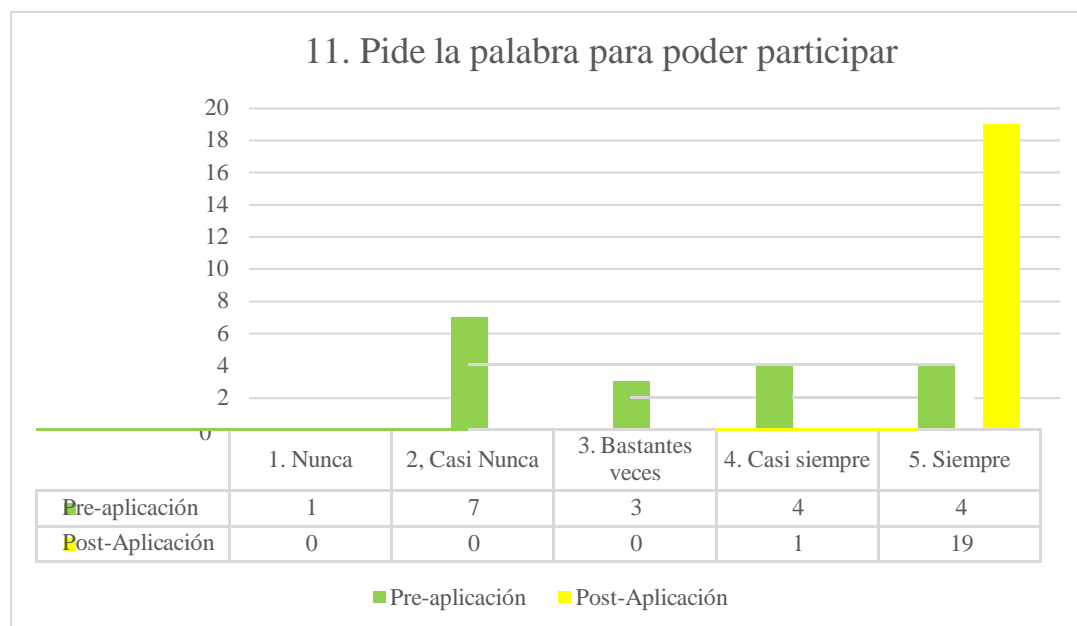
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

En base a la figura se ve reflejada que once deportistas muestran interés por aprender conjuntamente con sus compañeros y docentes, mientras que siete estudiantes casi siempre se interesan por obtener nuevos conocimientos y un alumno bastantes veces se muestra con la predisposición de aprender.

Referente a los nuevos resultados se ha logrado que los veinte deportistas encuestados se interesen por seguir aprendiendo y practicando los fundamentos del baloncesto, y a su vez, a seguir manteniendo una buena relación entre estudiantes y docentes.

**Figura 13.** Onceavo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

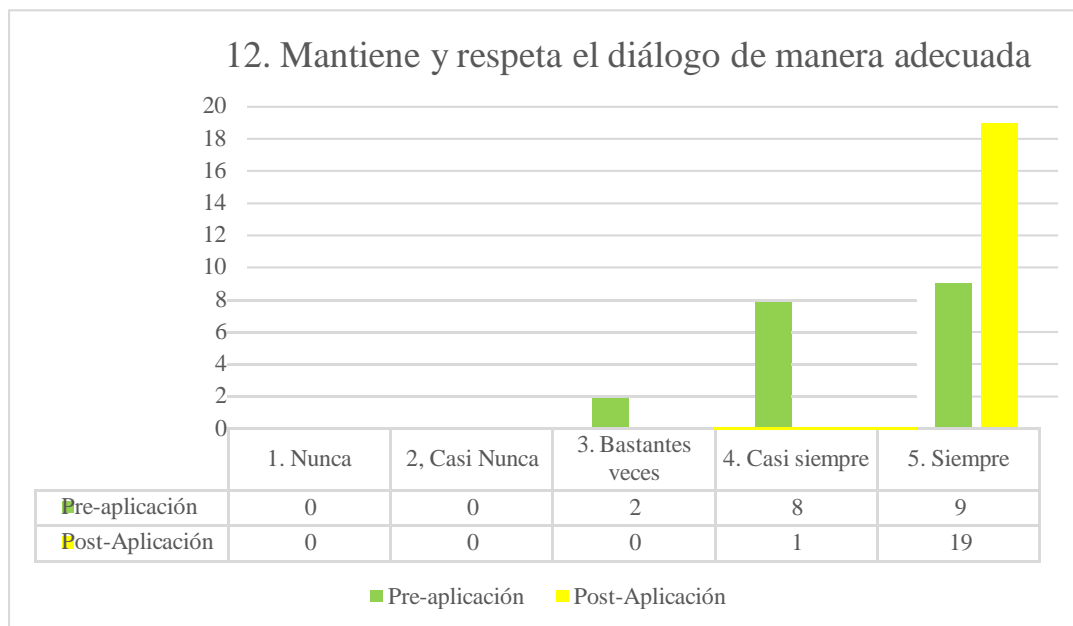
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

Referente a la figura se puede evidenciar que cuatro deportistas piden la palabra antes de participar, cuatro casi siempre, tres bastantes veces, siete casi nunca piden la palabra y uno que nunca pide la palabra para poder acotar o retroalimentar a la clase.

Mediante la nueva aplicación se ha podido evidenciar un cambio notorio en el cual diecinueve deportistas siempre piden la palabra para poder participar en las clases y uno casi siempre, ha sido un logro provechoso, de modo que, ha dado un buen resultado las actividades planteadas en la propuesta metodológica,

**Figura 14.** Doceavo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

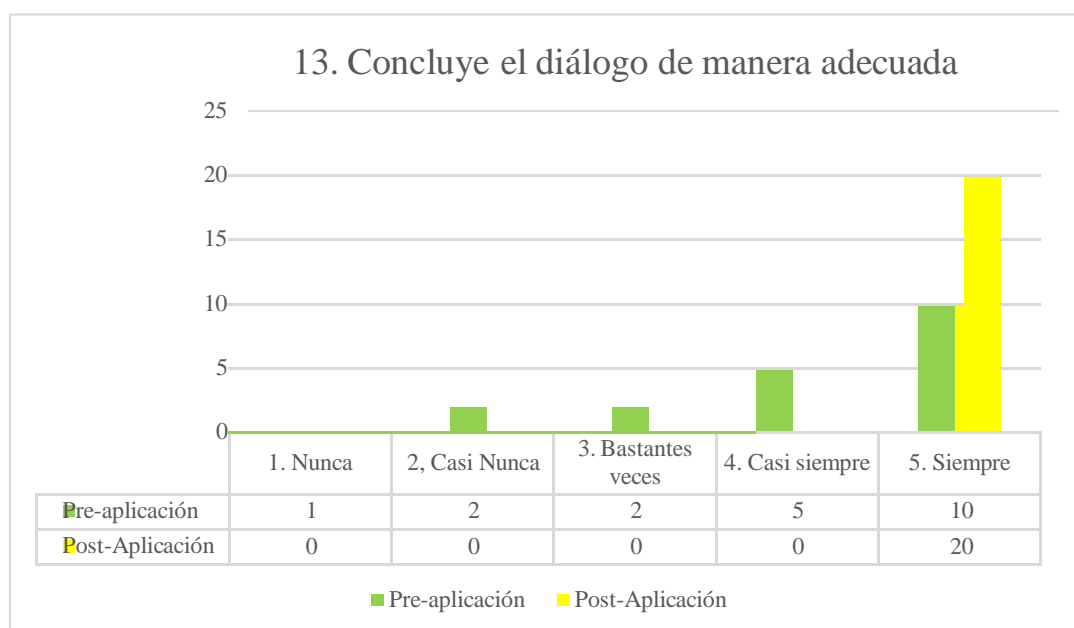
**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

Referente a la ilustración en la figura se puede evidenciar que nueve deportistas mantienen y respetan el dialogo de manera adecuada, ocho casi siempre y dos bastantes veces mantienen compostura en el desarrollo de un dialogo el mismo que puede ser con el docente o sus mismos compañeros.

En base a los nuevos acontecimientos en la aplicación del instrumento final se puede evidenciar que diecinueve deportistas siempre mantienen su postura y guardan respeto por la conversación, mientras que un deportista casi siempre, es así que, ha sido provechoso el trabajo realizado en el subnivel de especialización Baloncesto.

**Figura 15.** Treceavo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

**Autor:** Labanda, J. (2024)

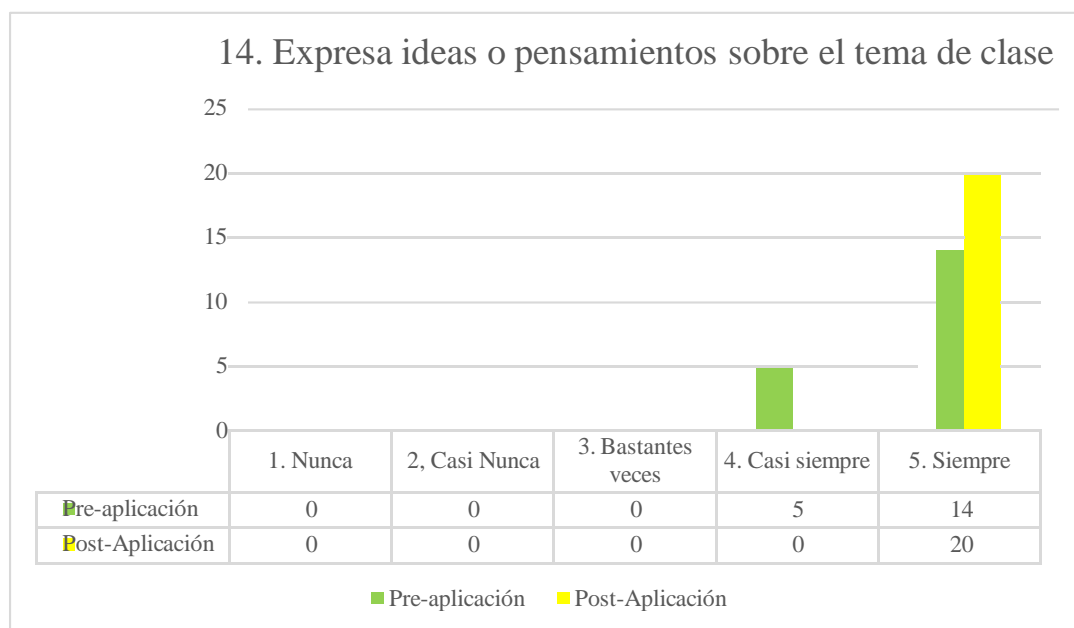
### **Análisis e interpretación**

En base a la figura se puede reflejar los siguientes resultados, diez deportistas concluyen un dialogo de manera adecuada, cinco casi siempre concluyen, dos bastantes veces, uno casi nunca y uno que nunca termina un dialogo de manera adecuada.

Referente a los nuevos resultados se puede evidenciar un gran cambio en el cual todos los deportistas terminan una conversación de una manera adecuada, mostrando respeto y madurez. Mediante la implementación de los valores se ha podido lograr estos grandes cambios y a su vez cambiar esa mentalidad errónea de interrumpir o salirse del contexto de una conversación.



**Figura 16.** Catorceavo literal de la ficha de observación



**Nota:** Datos de obtenidos a través de las fichas de observación aplicadas a los deportistas del subnivel de especialización deportiva Baloncesto de la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja.

**Autor:** Labanda, J. (2024)

### **Análisis e interpretación**

Referente a la figura se puede evidenciar que catorce deportistas expresan ideas claras o pensamientos acertados referentes al tema de clase abordado y cinco casi siempre dan a conocer sus ideas o argumentos en base al tema que se está llevando a cabo durante la clase.

En base a los resultados obtenidos y al gran apoyo que se ha tenido por parte de los deportistas se ha podido mejorar y a su vez cambiar la metodología de enseñanza, de modo que, todos los veinte deportistas encuestados siempre fueron participes de la construcción del conocimiento y sobre todo de la práctica de su propio pensamiento.

## 7. Discusión

El presente trabajo de investigación denominado la recreación como medio para fortalecer las relaciones interpersonales se llevó a cabo en el subnivel de especialización Baloncesto en deportistas de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, tomando como muestra a 20 deportistas con edades promedio de 13 a 15 años, los mismos que, fueron participes de las distintas actividades que se plantearon en el transcurso de la aplicación del trabajo investigativo.

Es por ello que el primer objetivo se enfoca en: Diseñar una propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, se realizó el análisis de los instrumentos diagnósticos de la investigación y a partir de los datos obtenidos se desarrolló la propuesta metodológica de intervención donde se plantearon actividades recreativas relacionadas a la práctica de los fundamentos del Baloncesto, elevando el nivel de motivación e interés de los deportistas para realizar y dar cumplimientos con los planes de trabajo.

Contrastando lo mencionado con anterioridad, la autora Salerno (2024) en su trabajo de investigación detalla algunas propuestas de actividades recreativas enfocadas en la práctica del Baloncesto. Menciona que la recreación es una actividad integral, que está constituido por formas creativas específicas que se expresan en actividades físicas-deportivas y educativas. La estructuración de dichas actividades deportivas va acorde a los contenidos establecidos de acuerdo a la progresividad del desarrollo de clases, ya que, como tal no existe periodos lectivos de modo que son cursos dictados en tiempos libres o a su vez espacios particulares como: clubes o escuelas especializadas en las diferentes disciplinas.

Díaz (2024), indica que el objetivo de la recreación es fortalecer el desarrollo de diferentes destrezas motrices y psicológicas, por ende, al interactuar con el entorno y jugar activamente el deportista mejora la percepción corporal, el control de movimientos, y esta a su vez, desarrolla valores sociales.

Con relación a lo antes expuesto, queda evidenciado que la recreación es una estrategia importante para la enseñanza del Baloncesto, la cual contribuye a potenciar los procesos educativos de los deportistas. Por lo cual, mediante la elaboración de la propuesta se puede ir flexionando o adaptando dependiendo a las necesidades de los

deportistas.

Referente al segundo objetivo específico consiste en: Aplicar una propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, es por ello que, se llevó a cabo el desarrollo de los distintos planes de trabajo que conformaban la propuesta metodológica de intervención basada en la recreación como medio para fortalecer vínculos de compañerismo y a su vez, aprender y practicar los fundamentos del Baloncesto.

Este proceso se desarrolló durante 10 semanas, 1 de ellas para presentar y dar a conocer la propuesta metodológica a los deportistas y docente encargado, dentro de la misma semana también se aplicó la pre-ficha de observación, 8 semanas estuvieron enfocadas al desarrollo los planes de trabajo direccionadas al Baloncesto y recreación.

Para concluir, el tercer objetivo específico es: Evaluar la propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en los adolescentes de 13 a 15 años en la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, finalmente se distribuyó 1 semana para la aplicación de la ficha de observación, la cual, ayudo en la recolección de información referente al cumplimiento del plan de trabajo. Los resultados obtenidos en la investigación son evidencias donde reflejan mejoras en el proceso de enseñanza-aprendizaje, los deportistas han generado buenos hábitos de compañerismo, se ha mejorado el entorno deportivo, se logró la consolidación de valores, se fomentó el cuidado personal, esto producto de la aplicación de la propuesta de recreación en el subnivel de especialización Baloncesto.

## **8. Conclusiones**

Posterior al análisis de los resultados obtenidos y tomando en cuenta los objetivos trazados en el presente trabajo de investigación, se concluye lo siguiente:

- En base a la estructuración de la propuesta metodológica, se realizó una revisión bibliográfica sobre actividades recreativas como medio para mejorar la relación que mantienen los deportistas durante el desarrollo de las clases de entrenamiento de Baloncesto.
- La propuesta metodológica se aplicó a los deportistas del sub nivel de especialización Baloncesto, la cual se sustenta en actividades recreativas dentro de las cuales se desarrolle buenos hábitos de convivencia, practica de valores, trabajo en equipo y la consolidación de los valores.
- Finalmente, se evaluó la propuesta metodológica mediante la pos-aplicación de la ficha de observación, la cual, fue clave para evidenciar la mejora da las relaciones interpersonales, a lo largo del cumplimiento y aplicación de los planes de trabajo, reflejando una satisfactoria calificación dentro de la escala de evaluación referente a la pre aplicación del instrumento.

## **9. Recomendaciones**

Tomando como referencia las conclusiones mencionadas anteriormente, a continuación, se describe algunas recomendaciones referentes a la aplicación de recursos que sean factibles dentro la escuela de formación deportiva de la universidad Nacional de Loja.

- Se recomienda a los encargados de la Escuela de Formación Deportiva de la Universidad Nacional de Loja, implementar actividades recreativas como estrategia de enseñanza para mejorar las relaciones interpersonales dentro de las clases de Baloncesto, ya que, se ha podido evidenciar un gran cambio significativo al momento de poner en práctica los planes de trabajo.
- Se recomienda a los padres de familia implementar espacios recreativos en sus casas en los cuales puedan interactuar, compartir, disfrutar con sus hijos de diversas actividades colectivas, la misma, que ayude en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales dentro de la familia.
- Finalmente, se recomienda a los docentes de Educación Física hacer uso de actividades recreativas colectivas e individuales que promuevan la práctica de valores, el cuidado personal y la motivación. Además, incrementar dentro de los planes de trabajo actividades que fortalezcan los vínculos de convivencia entre docentes y estudiantes.

## 10. Bibliografía

Aras, A. M. (22 de Abril de 2022). El Economista. Obtenido de Antonia Martí Aras: "La clave para combatir el acoso escolar es estar atentos a los cambios en las rutinas o hábitos de los niños":

<https://www.eleconomista.es/ecoaula/noticias/11725167/04/22/AntoniaMarti-Aras-La-clave-para-combatir-el-acoso-escolar-es-estar-atentos-a-los-cambios-en-las-rutinas-o-habitos-de-los-ninos.html>

Balluerka, N., & Aliri, J. (2022). Problemas en los adolescentes. Asociación entre el bullying, la ansiedad y la depresión en la infancia y la adolescencia: el efecto mediador de autoestima, 28, 26 - 34. pdf.sciencedirectassets.com/316601/1-s2.0-S2530380522X00038/1-s2.0-S2530380522000168/main.pdf?X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjECIaCXVzLWVhc3QtMSJGMEQCIA25IvXrF92meHPJtKdnVIbUm06gA2AiTYcXTiFA%2BIpLAIa83UhLJRyiedl9VU0DOexYfmL41hzwLTmJhYJ%2Bhq9%

Bustamante, M. (2017). Instituto Centta. Obtenido de El bullying y sus implicaciones en el rendimiento escolar: <https://centta.es/articulos-propios/bullying-y-acoso-escolar>

Camacho Rivera, Y. P. (2016). Universidad Nacional de Loja. Obtenido de ansiedad, depresión y baja autoestima en adolescentes víctimas de bullying en los colegios La Dolorosa y Santa Marianita de Jesús en la ciudad de Loja en el año 2015:

Carrión, M. (2020). Universidad Nacional de Loja. Revista Universitaria, 7 - 11.

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/17090/1/Yeferson%20Patri%20Camacho%20Rivera.pdf>.

Cano Echerri, M. M., & Vargas González, J. E. (2018).

Actores del acoso escolar. Revista médica Risaralda, 45-50.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0122-](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-06672018000100011#:~:text=Los%20actores%20b%C3%A1sicos%20del%20acoso,o)

[06672018000100011#:~:text=Los%20actores%20b%C3%A1sicos%20del%20acoso,o](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-06672018000100011#:~:text=Los%20actores%20b%C3%A1sicos%20del%20acoso,o)

Dialnet, 20-21. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=64624>

Educación. (15 de Septiembre de 2014). Universidad Internacional de Valencia.

Obtenido de Bullying: consecuencias en la víctima y el agresor:

<https://www.universidadviu.com/ec/actualidad/nuestrosexpertos/bullying-consecuencias-en-la-victima-y-el-agresor> Educación. (16 de Junio de 2021).

Tipos de Bullying más comunes y sus características. Obtenido de FORMA INFANCIA: <https://formainfancia.com/tipos-bullyingprotocolo-intervencion/>

Freud, J. K. (2019). Adolescencia. ¿Qué permanece de la adolescencia? - Entrevista, 11, 4 - 9. <https://psyquia.com/wp-content/uploads/A-Posteriori-22Adolescencia22-Joseph-Knobel-Freud.-Edicio%CC%81n-escrita..pdf>

Figueiras, S. (4 de Diciembre de 2021). CEUPE. Obtenido de TIPOS DE AUTOESTIMA: <https://www.ceupe.mx/blog/tipos-de-autoestima.html>

Figueroa, I. (2 de Junio de 2022). El Economista. Obtenido de Acoso escolar: España encabeza la lista de los países europeos con más casos de bullying: <https://www.eleconomista.es/economia/noticias/11794063/06/22/Acoso-escolar-Espana-encabeza-la-lista-de-los-paises-europeos-con-mas-casos-de-bullying-.html>

Hernández, L. R. (11 de Abril de 2022). Acoso escolar: principales causas y consecuencias. Obtenido de Universidad de Holguín: <https://www.uho.edu.cu/2022/04/11/acoso-escolar-principales-causas-y-consecuenciasii/#:~:text=Las%20causas%20del%20bullying%20pueden,las%20dificultades%20con%20la%20violencia.>

Herrera López, M. (2017). Bullying y cyberbullying en Colombia; coocurrencia en adolescentes escolarizados. Revista Latinoamericana de Psicología. SCiELO. Obtenido de Bullying y cyberbullying en Colombia; coocurrencia en adolescentes escolarizados:

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-05342017000300163#:~:text=La%20validaci%C3%B3n%20confirm%C3%B3%20la%20calidad,y%20para%20cyberbullying%20del%2018.7%25.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342017000300163#:~:text=La%20validaci%C3%B3n%20confirm%C3%B3%20la%20calidad,y%20para%20cyberbullying%20del%2018.7%25.)  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/15833/Moreno\\_CYV.pdf](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/15833/Moreno_CYV.pdf)

Levoratti, A. (2020). Fuente para el estudio de la historia de la educación física. Boletín Informativo de la Dirección Nacional de Educación Física, 11, 2 -8.

<file:///C:/Users/Usuario%201/Downloads/pmarabeln,+12.+Levoratti.pdf>

López Hernáes, L. (2015). Agresión entre iguales. Teorías sobre su origen y soluciones en los centros educativos. *Opción*, 677-699. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/310/31045568037.pdf>

Martínez. (2014). Convivencia escolar: un entorno permeado por la violencia y el conflicto.

Moreno, Y. (2018). Escuela de posgrado. Obtenido de *Bullying escolar y autoestima en estudiantes de secundaria*. San Martín de Porres, 2017.

Obando, J. A. (2017). EL RENDIMIENTO ACADÉMICO: APROXIMACIÓN NECESARIA Obtenido de DEFINICIÓN DE BULLYING: <https://definicion.de/bullying/>

ONU. (5 de Noviembre de 2020). Uno de cada tres estudiantes es víctima de acoso. Obtenido de <https://news.un.org/es/story/2020/11/1483622>

P. Armero Pedreira, B. B. (2011). Acoso escolar: Bullying. *SCIELO*, 32-33. Obtenido de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322011000600016#:~:text=La%20definici%C3%B3n%20de%20Olweus,%20C%20sin%20capacidad%20para%20defenderse%22](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322011000600016#:~:text=La%20definici%C3%B3n%20de%20Olweus,%20C%20sin%20capacidad%20para%20defenderse%22). Paredes, C. (2012). Obtenido de “La influencia del Bullying en el rendimiento escolar”: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/1704/1/T-UCE-0007-24.pdf>

Pérez Villalobos, H. (Febrero de 2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. Obtenido de *alternativas psicología*: <https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3>

Pérez, P. (26 de Abril de 2011). Definición de bullying - Qué es, Significado y Concepto.

Rica, C., Marmo, C., Vigotsky, C., Freire, Y., Través, D., Los, D., ... Comunidad, U. (2009). *Actualidades Investigativas En Educación*, 9, 1–30. Retrieved from <https://www.redalyc.org/pdf/447/44713052011.pdf> Rodríguez Diéguez, J. L., & Gallego

Rico, S. (1992). Lenguaje y rendimiento académico. Sánchez-Monge, M. S. (1 de Abril de 2022). *Cuídate*. Obtenido de *Bullying*:



<https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/bullying.html>

Sessarego, J. (2016). Universidad César Vallejo. Obtenido de Bullying y autoestima en Ticona Choqueña, E. (2021). Relación entre el bullying y la autoestima en adolescentes. Investigación e Innovación, Revista Científica de Enfermería, 28-36. Obtenido de Relación entre el bullying y la autoestima en adolescentes: <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1136>

Estudiantes de Educación Básica Regular del nivel de secundaria en Instituciones Educativas Particulares del distrito de San Martín de Porres, 2016:

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1259/Sessarego\\_TJR.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1259/Sessarego_TJR.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Telégrafo, E. (14 de Noviembre de 2019). Bullying, una gran agresión que baja la autoestima. [www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/bullying-autoestima](http://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/bullying-autoestima)

## 11. Anexos

### Anexo 1. Oficio de apertura a la Institución

		Universidad Nacional de Loja	Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación
---	---	------------------------------------	---

Loja, 18 de marzo de 2024

Mg. Sr.  
Edwin Deboa.  
**DIRECTOR DEL PROYECTO DE VINCULACIÓN CON LA SOCIEDAD EN 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.

Me dirijo a usted de la manera más comedida para solicitarle se autorice al sr. estudiante **LABANDA PACCHA JOSÉ ALBERTO** con CI 115056051-2, 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 con los participantes de la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, el mismo que según la planificación prevista en el presente ciclo se realizará el proyecto y el trabajo de integración curricular.

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. Sr. *Roberto Andrés Correa Conteno*  
**RESPONSABLE DE LOS PROYECTOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.  
DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTE**

  
18 marzo 2024  
Edwin Deboa

Ciudadela Universitaria "Pío Zaramillo Abaunza",  
Sector La Argelia - Loja - Ecuador  
072 64 7234

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



FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN  
CARRERA PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2024-00053M.  
Loja, 10 de abril del 2024

Magister.  
Edwin Geovanny Ochoa Granda  
**DOCENTE DE LAS CARRERA 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: **La recreación como medio para fortalecer las relaciones interpersonales en el nivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024.**, del aspirante **Señor. José Alberto Labanda Paccha**, alumno del Ciclo 8, 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.



JOSÉ GREGORIO  
PICOTTA QUEZADA

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

Aut./P./Elh. Mty.  
C/c. Estudiante. José Alberto Labanda Paccha  
C/C.-Archivo.

### 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, 17 de abril de 2024

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 referencia al Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2024-00053M, de fecha Loja, 10 de abril del 2024, y en correspondencia con el artículo 225 del Reglamento del Régimen Académico me dirijo a usted para presentar el informe de revisión del proyecto de trabajo de integración curricular o de titulación presentado por el estudiante **José Alberto Lahanda Paecha**, bajo el tema: **La recreación y las relaciones interpersonales en el nivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024.**

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 de la 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, así mismo anexo la rúbrica de revisión con las observaciones y correcciones que se realizaron.

Sin otro particular me suscribo a usted.

Atentamente.



Lic. Edwin Geovanny Ochoa Granda, Mg

**DOCENTE OCASIONAL DE LA CARRERA DE P.A.F.Y.D**

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



UNL

Universidad  
Nacional  
de Loja

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN  
CARRERA PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

**Memorando Nro.: UNL-FEAC-C.CFD y PAFD-2024-00105M.**  
Loja, 11 de mayo del 2024

Magister.

Edwin Geovanny Ochoa Granda

**DOCENTE DE LA CARRERA PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE.**

De mi consideración.

**Asunto. Designación de Director de Trabajo de Integración Curricular. C. PAFD.**

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

De conformidad al Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, en vigencia, en lo referente **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; y, en calidad de Director de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, me permito designarle a usted como **Director del Trabajo de Integración Curricular denominado: La recreación como medio para fortalecer las relaciones interpersonales en el nivel de especialización deportiva baloncesto con participantes de la Escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, 2024.**, de la autoría del señor. **José Alberto Labanda Paccha**, estudiante del Ciclo Octavo, Paralelo A, correspondiente al período académico: marzo – agosto 2024.

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.



JOSÉ GREGORIO  
PICOITA QUEZADA

*Mag. José Gregorio Picoita Quezada*  
**DIRECTOR DE LA CARRERA.**

**PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE.**

Se Adjunta Proyecto.

C/c. **Estudiante.**

Aut. JP./Eib. Mty.

C/C. Archivo.

**Anexo 5.** Ficha de Observación



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

**FICHA DE OBSERVACION**

**Objetivo:** Valorar en escala del 1 al 5 las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes de la escuela de iniciación deportiva Baloncesto durante el desarrollo de las clases.

Nombre: -----

**Fecha:** -----

**INSTRUCCIONES**

Leer con atención cada uno de los enunciados y marcar con una (X) el número que mejor describe la forma de actuar teniendo en cuenta la siguiente escala:

1. Significa que no mantengo conducta **NUNCA**
2. Significa que no mantengo conducta **CASI NUNCA**
3. Significa que mantengo conducta **BASTANTES VECES**
4. Significa que mantengo conducta **CASI SIEMPRE**
5. Significa que mantengo conducta **SIEMPRE**

Ítem	ENUNCIADO	VALORACION				
		1	2	3	4	5
1	Sonríe a los demás en situaciones adecuadas					
2	Mantengo la postura al entablar un dialogo					
3	Emplea un tono de voz adecuada a sus compañeros					
4	Emplea un tono adecuado a dirigirse al docente					
5	Presta atención a las instrucciones del docente					
6	Muestra interés al escuchar a los demás					
7	Atiende a los demás de manera autónoma					
8	Tiene un trato amistoso y cordial					
9	Practica valores y buenos hábitos					
10	Muestra interés por aprender conjuntamente					
11	Pide la palabra para poder participar					
12	Mantiene y respeta el dialogo de manera adecuada					
13	Concluye el dialogo de manera adecuada					
14	Expresa ideas o pensamientos sobre el tema de clase					

Anexo 6. Ficha de contenido

Gracias por su colaboración.....



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

**FICHA DE CONTENIDO**

**Objetivo:** Recopilar información sobre las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes de la escuela de iniciación deportiva Baloncesto durante el desarrollo de clases.

**Nombre:** -----

**Fecha:** -----

**INSTRUCCIONES:**

- Realizar anotaciones con respecto a las preguntas a tomar en cuenta.
- Ser concreto con las respuestas.

**DESARROLLO:**

1. ¿Qué entiende por relaciones interpersonales?

-----  
-----

2. ¿Por qué considera importante las relaciones interpersonales?

-----  
-----

3. ¿Tiene interés por desarrollar actividades recreativas que ayuden al fortalecimiento de las relaciones interpersonales?

-----  
-----

4. ¿Considera importante la recreación como medio de mejoramiento de la relación interpersonal entre compañeros y docente?

-----  
-----

5. ¿Es de su agrado las clases impartidas en el aprendizaje de baloncesto?

-----  
-----

Gracias por su colaboración.....

**Anexo 7. Evidencias Fotográficas**





**Nota descriptiva:** *Aplicación de los instrumentos iniciales (Ficha de Observación y Ficha de Contenido).*



**Nota descriptiva:** *Aplicación de los planes de actividades recreativas y entrenamiento del Baloncesto.*



**Nota descriptiva:** *Aplicación de los planes de actividades recreativas y entrenamiento del Baloncesto.*



**Nota descriptiva:** *Aplicación de los planes de actividades recreativas y entrenamiento del Baloncesto.*



**Nota descriptiva:** *Aplicación de los planes de actividades recreativas y entrenamiento del Baloncesto.*



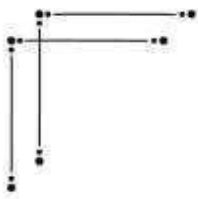
**Nota descriptiva:** *Aplicación de los planes de actividades recreativas y entrenamiento del Baloncesto.*



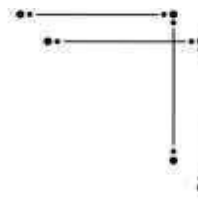
**Nota descriptiva:** *Aplicación del instrumento final (Ficha de Observación).*



**Nota descriptiva:** *Finalización y despedida de la Aplicación de la propuesta metodológica*



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**

**Propuesta de intervención**

Propuesta metodológica para mejorar las relaciones interpersonales mediante actividades recreativas en el subnivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024

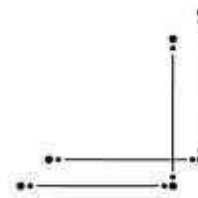
**AUTOR:**

José Alberto Labanda Paccha

**ASESOR:**

Mgr. Edwin Ochoa

**2024**



## **ANTECEDENTES:**

Aproximadamente desde el año 2021 inició la escuela de formación deportiva, la misma que se derivó del proyecto de vinculación con la sociedad denominado “Programa de intervención de la actividad física, deportiva y recreativa en la ciudad de Loja” la cual se ha orientado en el primer objetivo, desarrollar programas de formación deportiva, recreativa y competitiva, a través, de las escuelas de iniciación deportiva para transmitir desde temprana edad una educación para la construcción de ciudadanos del futuro.

En el trabajo realizado por Jerez (2010), denominado: “Los espacios recreativos y su influencia en el proceso enseñanza aprendizaje de los niños y niñas de la escuela “Alonso Palacios”, de la comunidad Pucara Grande, Parroquia Quisapincha, Cantón; Ambato, Provincia; Tungurahua durante el año lectivo 2009- 2010”, se menciona que, durante el proceso de enseñanza aprendizaje se ha visto de suma importancia crear espacios que incluyan actividades lúdicas a través del uso de los espacios recreativos que poseen las instituciones, como un referente motivacional en el desarrollo del pensamiento y comportamiento de los estudiantes de la educación básica.

Esta propuesta busca explorar y mejorar el impacto de las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la Escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, en la fase de especialización deportiva (Baloncesto) durante el período 2024. Se ha identificado mediante la observación una preocupante disminución de la relación interpersonal escolar en el desarrollo de actividades recreativas las mismas que radiquen en experiencias y a su vez proporcionen un propicio desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

Por ello, teniendo en cuenta estos estudios proporcionan evidencia sólida para abordar la problemática de la falta de oportunidades de recreación en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, destacando la necesidad de implementar actividades

recreativas adecuadas para mejorar la relación interpersonal en los participantes de la misma. En la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, en la fase de iniciación deportiva (Baloncesto) durante el periodo 2024, se ha identificado una problemática relacionada con la falta de oportunidades de recreación como medio para fomentar la relación interpersonal en adolescentes de 13 a 15 años. Esta situación puede tener consecuencias negativas en su bienestar emocional, su integración social y el desarrollo de habilidades sociales.

En ese sentido, surge la necesidad de evidenciar: **¿Qué actividades recreativas se pueden emplear para fortalecer las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela formativa “UNL” durante el periodo 2024?**

## JUSTIFICACION

La recreación y la relación interpersonal escolar, son dos aspectos fundamentales en el desarrollo integral de los niños. La recreación, entendida como el conjunto de actividades lúdicas y de entretenimiento, despierta el interés y la participación activa de los niños, promoviendo su bienestar físico, emocional y social. Por otro lado, la relación interpersonal escolar, se refiere a la interacción entre los estudiantes, docentes y personal de la escuela, creando un ambiente propicio para el aprendizaje, la cooperación y el respeto mutuo.

Es una herramienta importante para fomentar la relación interpersonal escolar, de modo que, al participar en actividades recreativas, los participantes tienen la oportunidad de interactuar de manera positiva, fortalecer sus habilidades sociales y desarrollar un sentido de pertenencia en su comunidad escolar. Además, la recreación promueve la diversión y el disfrute, lo cual contribuye a generar un ambiente escolar más agradable y propicio para el aprendizaje.

También desempeña un papel esencial en el desarrollo integral de los niños, favoreciendo su desarrollo personal y fortaleciendo sus cualidades de comportamiento. Por otro lado, sin salir del margen de correlación, el baloncesto permite que los sujetos desarrollen valores como la perseverancia, puedan volverse comprometidos con su desenvolvimiento, y sobre todo, que generen lazos de responsabilidades compartidas.

<<La experiencia diaria de un equipo de baloncesto favorece que los jugadores se acostumbren a respetar a sus compañeros y se hagan más solidarios; de hecho, es habitual que el baloncesto una a personas muy diferentes que quizá estarían enfrentadas en otros contextos>> (Buceta, 2023, p. 8). Es decir, las relaciones interpersonales mejoran paulatinamente, se construye un equipo mejor consolidado y con un mejor ambiente para el juego.

Estas actividades suelen estar integradas en el currículo escolar a través de la asignatura de educación física, donde se fomenta la participación activa, la cooperación y el trabajo en equipo. Además, se organizan eventos deportivos y competiciones entre escuelas, lo que brinda



a los estudiantes la oportunidad de interactuar con sus pares de otras instituciones y promover la empatía.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

- Mejorar las relaciones interpersonales a través de actividades recreativas en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, mediante la implementación de actividades de recreación durante el periodo 2024.

### **Objetivos Específicos**

- Inculcar valores de convivencias mediante actividades recreativas enfocadas en el Baloncesto.
- Fomentar el cuidado personal de los deportistas de la Escuela de Formación Deportiva a través de prácticas de hábitos de sana convivencia.
- Consolidar la responsabilidad a través de la enseñanza de los fundamentos básicos del Baloncesto.

## **Fundamentación teórica**

### **La recreación**

Es un espacio en el cual los niños, niñas y adolescentes tienen la oportunidad de interactuar con sus parentescos, es por ello que, se considera importante emplear espacios en los cuales se puedan fortalecer las relaciones interpersonales.

El significado de una palabra representa una amalgama tan densa de lenguaje y de pensamiento que es difícil determinar si se trata de un fenómeno lingüístico o de un fenómeno intelectual. (...). El significado es un fenómeno del pensamiento verbal o del lenguaje significante: una unión de la palabra y del pensamiento. (Piaget, 1962, p. 56).

La recreación es una actividad fundamental para el desarrollo integral de adolescentes de 13 a 15 años, permite explorar y descubrir el mundo que les rodea, desarrollar habilidades físicas, mentales, emocionales, y socializar con otros niños. En este marco teórico, se presentan algunas teorías y estudios que respaldan la importancia de la recreación en esta etapa de la infancia.

Según la teoría del desarrollo cognitivo de Piaget, los adolescentes de 13 a 15 años se encuentran en la etapa de las operaciones concretas, en la que son capaces de razonar lógicamente y de comprender las relaciones causales. La recreación es una actividad que les permite aplicar y desarrollar estas habilidades cognitivas, ya que les obliga a pensar y a resolver problemas de manera creativa.

De acuerdo a la teoría del desarrollo socio afectivo de Erikson (2024):

Los adolescentes de 13 a 15 años se encuentran en la etapa de la industria frente a la inferioridad, en la que buscan demostrar su competencia y habilidades. La recreación es una actividad que les permite desarrollar su autoestima y confianza en sí mismos, ya que les brinda la oportunidad de demostrar sus habilidades y de sentirse valorados por

sus compañeros. (p.1)

Un estudio realizado por la American Academy of Pediatrics (2024) concluyó que, la recreación es esencial para el desarrollo físico, mental y emocional de los niños. Según la AAP, la recreación ayuda a los niños a desarrollar habilidades motoras, cognitivas y sociales, a mejorar su salud y bienestar, y a reducir el estrés y la ansiedad.

Mediante un estudio se identificó que la recreación es esencial para el desarrollo social de los niños. Según este estudio, la recreación fomenta la interacción social entre los niños, les ayuda a desarrollar habilidades sociales como la comunicación y la cooperación, y les permite establecer amistades duraderas.

### **Las relaciones interpersonales**

Son conexiones que se establecen entre pares. Estas pueden variar dependiendo el ambiente, es decir, pueden ser de carácter familiar, escolar, laboral, social, etc. A su vez son esenciales para mantener el bienestar emocional y mental.

Para Fernández (2003): <<Trabajar en un ambiente laboral óptimo es sumamente favorable para los empleados, ya que un entorno saludable incide directamente en el desempeño que estos tengan y su bienestar emocional>> (p.1).

Es por ello que, mediante la recreación se pretende mejorar el ambiente durante el desarrollo de las clases de baloncesto, mediante la implementación de juegos y actividades recreativas que promuevan valores como la solidaridad, el respeto, la puntualidad, la cooperación entre otros, valores que son esenciales en la relación interpersonal de los estudiantes de la escuela de formación deportiva baloncesto.

Algunos de los aspectos que se destaca sobre las relaciones interpersonales es la facilitación de la comunicación efectiva, generan empatía entre estudiantes y estudiantes-docentes, reciben apoyo emocional, se establecer límites de convivencia el cual incluye el espacio personal, las expectativas y las necesidades individuales, finalmente se genera la

apreciación y gratuidad hacia los demás, es así que, fortalece lazos interpersonales y fomenta un sentido de conexión y reciprocidad.

**Operatividad: matriz de objetivos**

Objetivo general	Objetivo específico
Mejorar las relaciones interpersonales a través de actividades recreativas en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja, mediante la implementación de actividades de recreación durante el periodo 2024.	Inculcar valores de convivencias mediante actividades recreativas enfocadas en el Baloncesto.
	Fomentar el cuidado personal de los deportistas de la Escuela de Formación Deportiva a través de prácticas de hábitos de sana convivencia.
	Evidenciar el impacto que ha tenido la propuesta metodológica en relación a las relaciones interpersonales que mantenían antes y después de su aplicación.

### Matriz de objetivos y propuesta

Objetivos específicos	Propuestas generales
<p>Inculcar valores de convivencias mediante actividades recreativas enfocadas en el Baloncesto.</p>	<p>Selección de las actividades recreativas.</p> <p>Elaborar los planes de clase en base a la práctica de valores y actividades recreativas enfocadas al Baloncesto.</p> <p>Socialización de las actividades que se van a realizar durante la enseñanza de los fundamentos básicos del baloncesto.</p>
<p>Fomentar el cuidado personal de los deportistas de la Escuela de Formación Deportiva a través de prácticas de hábitos de sana convivencia.</p>	<p>Dar cumplimiento con las distintas planificaciones en base a las actividades recreativas y las relaciones interpersonales en los adolescentes de la escuela de formación deportiva.</p> <p>Brindar charlas motivacionales en las cuales estén presentes temas sobre hábitos de sana convivencia.</p>
<p>Consolidar la responsabilidad a través de la enseñanza de los fundamentos básicos del Baloncesto.</p>	<p>Brindar motivación mediante la enseñanza de los fundamentos básicos del Baloncesto. (Puntualidad).</p> <p>Evaluar los resultados de la propuesta metodológica sobre la recreación como medio para mejorar las relaciones interpersonales en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja.</p>

## Metodología

Debido al enfoque mixto que mantiene la propuesta nos permitirá recopilar y analizar aspectos sobre la relación interpersonal en el nivel de especialización deportiva Baloncesto en los adolescentes de 13 a 15 años en la escuela formativa de la Universidad Nacional de Loja en el periodo 2024.

El primer método que se utilizó es el **método inductivo**, que ayudó a realizar un breve razonamiento en base a la observación, al desarrollo de las clases de Baloncesto la cual ayudó a realizar una hipótesis sobre las relaciones que mantenían los deportistas. Y a su vez permitió estructurar planes de actividades recreativas enfocados en el mejoramiento de comportamiento y trabajo en equipo.

El segundo método empleado es el **método explicativo**, el cual facilito la transmitir conocimiento sobre los planes de actividades o los ejercicios propuestos en base al fortalecimiento de las relaciones interpersonales y el Baloncesto, para posterior llevarlos a la práctica y no presentar algún vacío de conocimiento.

El tercer **método** utilizado es el **demostrativo**, el cual se lo aplicó como una estrategia para que los deportistas tengan una idea clara de las actividades que se ejecutarán ya sean los pases, el dominio, el dribling o actividades recreativas, la misma que mediante la observación los estudiantes pueden mantener una idea clara y precisa de las actividades a realizarse.

Seguidamente **el método práctico** fue aplicado para la ejecución total de actividades recreativas y actividades enfocadas en la enseñanza de los fundamentos básicos del baloncesto. Y a su vez ayudando a mejorar y fortalecer habilidades, y sobre todo dar cumplimiento con las destrezas de desempeño deportivo y de sana convivencia.

Finalmente, el **método comparativo**, aportó a la investigación para realizar un juicio de valor entre como inicio la investigación y los resultados obtenidos durante la aplicación de la propuesta metodológica dando validez y a su vez cuantificando su aporte a los deportistas y a la escuela de formación deportiva de la universidad Nacional de Loja. **Distribución de actividades por semanas y días**

SEMANAS	ACTIVIDADES POR DIA
<b>SEMANA 1</b> <b>Del 29 de abril al 1 de mayo del 2024</b>	- Día 1: lunes (29 de abril del 2024) <b>Tema:</b> Acercamiento y socialización del proyecto con el docente tutor y los deportistas. - Día 2: miércoles (1 de mayo del 2024) <b>Tema:</b> Aplicación de instrumentos (ficha de observación)

<p align="center"><b>SEMANA 2</b></p> <p align="center"><b>Del 6 al 8 de mayo del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (6 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Aplicación de instrumentos (ficha de contenido)</p> <p>- Día 2: miércoles (8 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> lanzamiento dentro y fuera del área.</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar la técnica de lanzamientos a través de actividades en conjunto.</p>
<p align="center"><b>SEMANA 3</b></p> <p align="center"><b>Del 13 al 15 de mayo del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (13 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Lanzamientos dentro del área.</p> <p><b>Objetivo:</b> Aplicar los fundamentos técnico de lanzamiento mediante actividades recreativas.</p> <p>- Día 2: miércoles (15 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> lanzamiento dentro y fuera del área.</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar la técnica de lanzamiento mediante actividades en equipo.</p>
<p align="center"><b>SEMANA 4</b></p> <p align="center"><b>Del 20 al 22 del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (20 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Lanzamientos dentro y fuera de la zona de lanzamientos.</p> <p><b>Objetivo:</b> Perfeccionar la técnica de lanzamiento del baloncesto mediante actividades en conjunto.</p> <p>- Día 2: miércoles (22 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> lanzamiento.</p> <p><b>Objetivo:</b> Aplicar los fundamentos técnicos mediante actividades colectivas.</p>
<p align="center"><b>SEMANA 5</b></p> <p align="center"><b>Del 27 al 29 de mayo del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (27 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Dominio y dribling del Baloncesto</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar el dominio y el driblig mediante actividades en conjunto.</p> <p>- Día 2: miércoles (29 de mayo del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Pase y recepción en Baloncesto.</p> <p><b>Objetivo:</b> Realizar ejercicios enfocados en el mejoramiento del pase y recepción mediante actividades colectivas.</p>
<p align="center"><b>SEMANA 6</b></p> <p align="center"><b>Del 3 al 5 de junio del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (03 de junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Dominio y dribling.</p>



	<p><b>Objetivo:</b> Mejorar el dominio y el dribling mediante actividades recreativas en conjunto.</p> <p>- Día 2: miércoles (05 de Junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Pase y recepción.</p> <p><b>Objetivo:</b> Realizar ejercicios colectivos para mejoramiento del pase y recepción.</p>
<p><b>SEMANA 7</b> <b>Del 10 al 12 de junio del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (10 de junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> fundamentos técnicos.</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar el dominio y el dribling mediante actividades recreativas en conjunto.</p> <p>- Día 2: miércoles (12 de junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Acciones defensivas.</p> <p><b>Objetivo:</b> Realizar ejercicios colectivos para mejoramiento de acciones defensivas.</p>
<p><b>SEMANA 8</b> <b>Del 17 al 19 de junio del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (17 de junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Juegos y acciones tácticas</p> <p><b>Objetivo:</b> Realizar actividades recreativas para mejorar las acciones tácticas durante el juego</p> <p>- Día 2: miércoles (19 de junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Juegos y acciones tácticas.</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar las acciones tácticas mediante actividades recreativas en conjunto.</p>
<p><b>SEMANA 9</b> <b>Del 24 al 26 de junio del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (24 de junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Pase y recepción</p> <p><b>Objetivo:</b> mejorar la técnica del pase y la recepción mediante actividades recreativas</p> <p>- Día 2: miércoles (26 de junio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> Dominio</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar el dominio mediante actividades colectivas e individuales.</p>
<p><b>SEMANA 10</b> <b>Del 1 al 3 de julio del 2024</b></p>	<p>- Día 1: lunes (01 de julio del 2024)</p> <p><b>Tema:</b> aplicación de instrumento (ficha de observación)</p> <p>- Día 2: miércoles (03 de julio del 2024)</p>

### Cronograma de trabajo

Actividades/mes	Abril	Mayo	Junio
Acercamiento a la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja en el subnivel de especialización Baloncesto. Dialogo y aplicación de los instrumentos.	X		
Diseñar una propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja.	X		
Aplicar una propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja.		XXXX	X
Evaluar la propuesta de actividades recreativas para potenciar las relaciones interpersonales en adolescentes de 13 a 15 años en la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja.			X

## **Propuesta de Intervención**

Para el desarrollo de la propuesta se enfocará en las relaciones interpersonales en los adolescentes de la escuela de formación deportiva UNL, durante el desarrollo de las clases de Baloncesto, el objetivo de la propuesta es potenciar las relaciones interpersonales a través de actividades recreativas.

Primeramente, se realizará la elaboración de una ficha de observación y una ficha de contenido a los deportistas de la escuela de formación deportiva, esto con el fin de conocer y evaluar las relaciones interpersonales de los participantes. La aplicación de estos instrumentos facilitará la recolección de información detallada sobre la relación que mantienen los estudiantes y el docente durante la enseñanza del Baloncesto. Dicha información será clave en el proceso de la aplicación de la propuesta.

Seguidamente, se elaborará las planificaciones detallando los contenidos que se abordan: pase, dominio, juego, actividades recreativas, juegos colectivos e individuales. Esto con el fin de fortalecer las relaciones interpersonales y a su vez practicar los fundamentos básicos del baloncesto.

Finalmente, una vez concluido con los planes metodológicos programados, se volverá a realizar nuevamente la aplicación de una ficha de observación a los docentes y a los deportistas, esto con el fin de conocer y valorar los resultados obtenidos durante la aplicación de la propuesta. Esperando a su vez que los resultados sean favorables y muestren mejoras significativas en las clases de Baloncesto, dando efectividad al programa de recreación como medio para mejorar las relaciones interpersonales.

Planificaciones de la propuesta metodológica:

<https://drive.google.com/drive/folders/1we5k50Ju39KwBIb9KGP7UQaBArYefv2Z?usp=sharing>

### **Resultados esperados**

- Se espera identificar mediante la observación las relaciones interpersonales que mantienen los docentes y los deportistas durante el desarrollo de las clases.
- Se espera potenciar las relaciones interpersonales mediante la recreación esto como medio para crear un espacio armónico y más agradable. De modo que los deportistas se sientan motivados durante el aprendizaje del Baloncesto.
- Se espera que la propuesta contribuya y sirva de mucho en mejoramiento del ambiente de aprendizaje y que tanto docentes y estudiantes desarrollen nuevos hábitos de convivencia.

### **Recursos humanos**

- Deportistas
- Docentes
- Tesista

### **Recursos materiales**

- Instalaciones de la escuela de formación deportiva (coliseo UNL).
- Implementos deportivos
- Celular o cámara fotográfica

## Anexo 9. Certificado de Traducción del Abstract

CERT. N.2.9-2024

Loja, 30 de Julio de 2024.

La suscrita Raquel Alexandra Valdivieso Vidal

**Lic. en Ciencias de la Educación, mención Inglés.**

A petición de la parte interesada y en forma legal.

### CERTIFICA:

Que el señor **José Alberto Labanda Paccha** con cédula de identidad número **1150560512**, 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 *La recreación como medio para mejorar las relaciones interpersonales en el nivel de especialización deportiva Baloncesto con participantes de la escuela de formación deportiva de la Universidad Nacional de Loja 2024*.

Traducción 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,



RAQUEL ALEXANDRA  
VALDIVIESO VIDAL

Raquel Alexandra Valdivieso Vidal

Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención Inglés.

Número de Registro Senescyt: 1031-15-1391598