



# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

## **AREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES**

### **TÍTULO:**

**“LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE  
LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA  
ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”. PROPUESTA  
DE UNA GUÍA METODOLÓGICA”**

Tesis previa a la obtención del grado de  
Licenciado en Ciencias de la Educación,  
Mención: Cultura Física y Deportes.

### **AUTOR:**

PEDRO JOSÉ GREFA SHIGUANGO.

### **DIRECTOR DE TESIS:**

DR. MILTON MEJÍA BALCÁZAR

**LOJA – ECUADOR**

**2016**

## CERTIFICACIÓN

Dr.

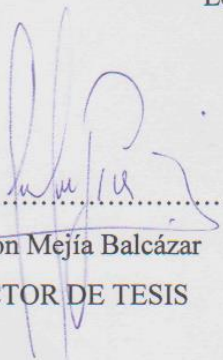
Milton Mejía Balcázar

**DOCENTE DE LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

CERTIFICA:

Haber dirigido, asesorado, revisado, orientado con pertinencia y rigurosidad científica en todas sus partes en todas sus partes, en concordancia con el mandato del Art. 139 del Reglamento de Régimen de la Universidad Nacional de Loja, el desarrollo de la Tesis de Licenciatura en Ciencias de la Educación, Mención Cultura Física y Deportes, titulada: “LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FISICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”. PROPUESTA DE UNA GUIA METODOLOGICA”, de autoría del Sr. Pedro José Grefa Shiguango. En consecuencia, el informe reúne los requisitos, formales y reglamentarios, autorizo su presentación y sustentación ante el tribunal de grado que se designe para el efecto.

Loja, 16 de noviembre del 2016



.....  
Dr. Milton Mejía Balcázar  
DIRECTOR DE TESIS

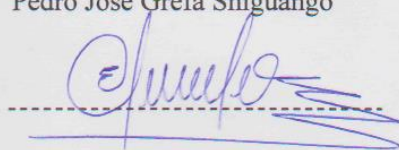
## AUTORÍA

Yo, **PEDRO JOSÉ GREFA SHIGUANGO**, declaro ser autor del presente Trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos, de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi trabajo de tesis en el Repositorio Institucional – Biblioteca Virtual.

**AUTOR:** Pedro José Grefa Shiguango

**FIRMA:**



**CÉDULA:** 150075007-8

**FECHA:** Loja. Noviembre del 2016.

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO**


Yo Pedro José Grefa Shiguango, declaro ser autor de la tesis titulada: "LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL "ENRIQUE RODRÍGUEZ FABREGAT". PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA", como requisito para optar al grado de: LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN CULTURA FÍSICA Y DEPORTES, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el repositorio Digital Institucional:

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país, y del exterior, con las cuales tengo convenios la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los 21 días del mes de noviembre firma el autor.

FIRMA: \_\_\_\_\_



AUTOR: Pedro José Grefa Shiguango

CÉDULA: 150075007-8

DIRECCIÓN: Provincia Napo cantón Archidona parroquia Cotundo, comunidad Mondayacu

CORREO ELECTRÓNICO: josegrefa1983@hotmail.com

TELÉFONO: 063018212

CELULAR: 0989409286

**DATOS COMPLEMENTARIOS**

DIRECTOR DE TESIS: Dr. Milton Mejía Balcázar

**TRIBUNAL DE GRADO:**

Dra. Bélgica Aguilar Aguilar Mg,Sc

Presidenta

Mg. Yindra Flores Cala

Primer vocal

Lic. José Picoita Quezada Mg,Sc

Segundo vocal

## **AGRADECIMIENTO**

Mi gratitud a la Universidad Nacional de Loja, en la persona del señor Rector, de sus Decanos e Ilustres Catedráticos, por haberme proporcionado la oportunidad de profesionalizarme y quienes mediante sus sabias orientaciones y experiencias, me encaminaron por el camino de la ciencia y el saber. A mis familiares, que siempre me alentaron en cada momento, motivándome con su voz de aliento, para no desmayar jamás y alcanzar esta importante meta en mi vida profesión

**Pedro José Grefa Shiguango**



## **DEDICATORIA**

El presente trabajo de investigación, fruto de mi responsabilidad y sacrificio personal, lo dedico con amor y especial cariño, a Dios por haberme brindado la vida, la fortaleza y sabiduría, para culminar con éxito este trabajo. A mis padres e esposa e hijo, porque ellos supieron brindarme su apoyo total en mi preparación y formación estudiantil, incentivándome en cada instante de mi vida, para no desmayar jamás y alcanzar el ideal propuesto.

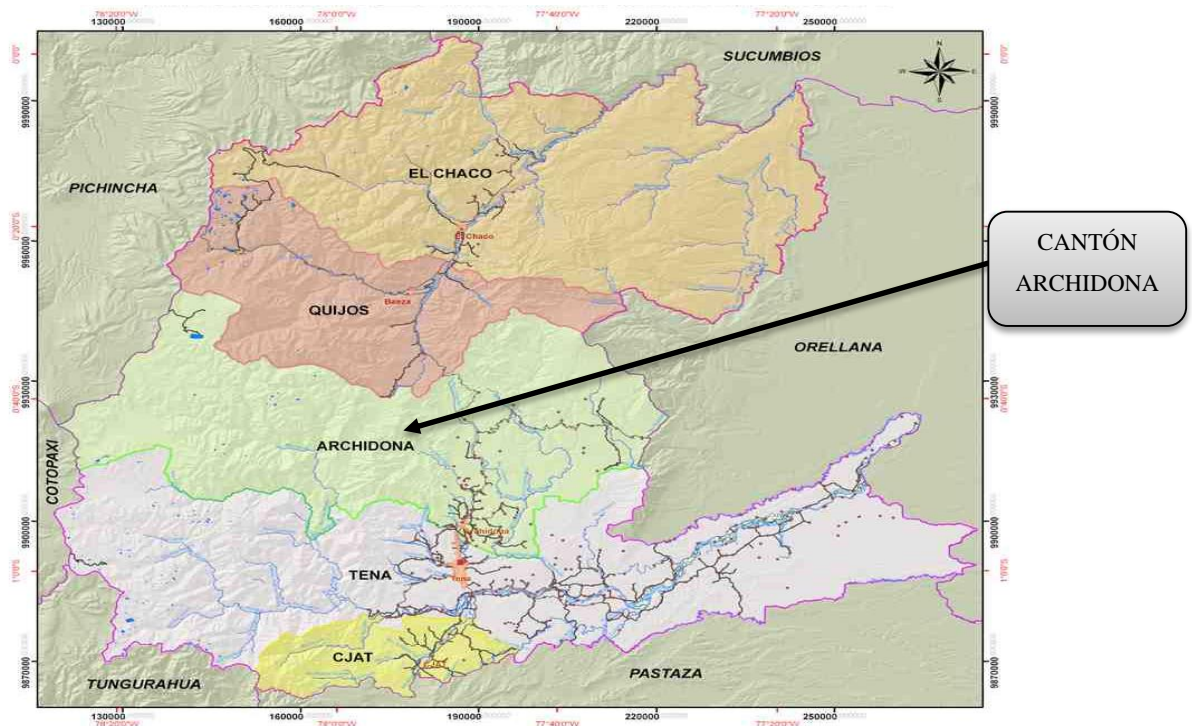
**José Pedro Grefa Shiguango**

**ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN**

**BIBLIOTECA: AREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

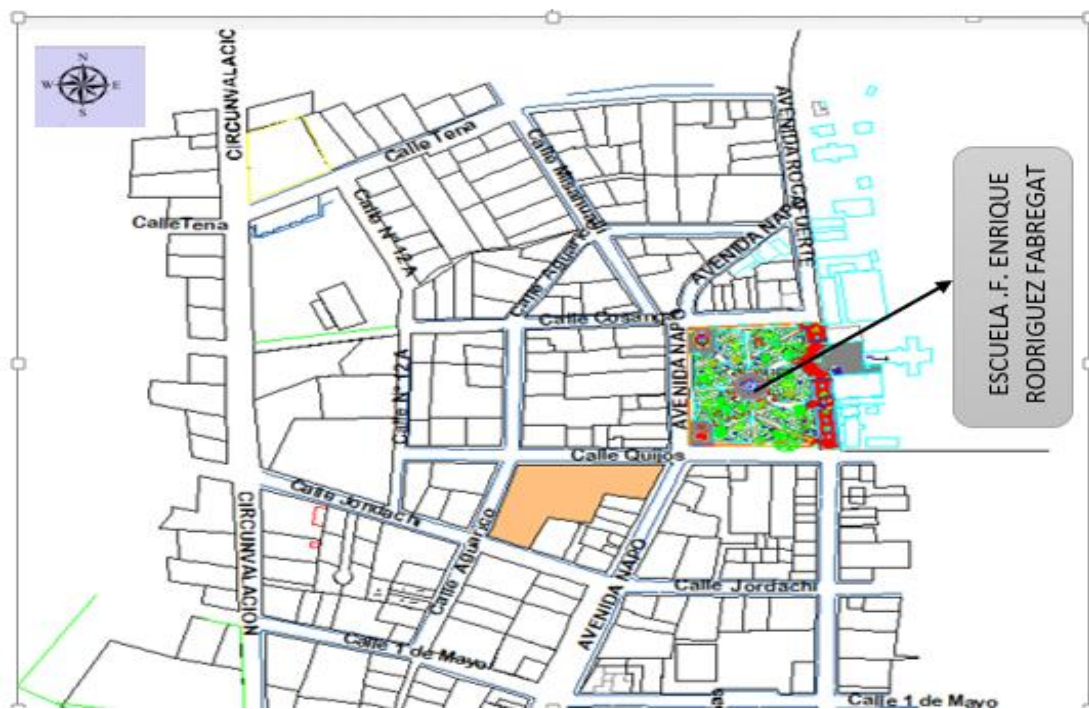
TIPO DE DOCUMENTO	AUTOR/NOMBRE DEL DOCUMENTO	FUENTE	FECHA - AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DESAGREGACIONES	OTRAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIAL	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO COMUNIDAD		
TESIS	PEDRO JOSE GREFA SHIGUANGO  “LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑO Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL” ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”. PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA	UNL	2016	ECUADOR	ZONA 2	NAPO	ARCHIDONA	ARCHIDONA	BARRIO CENTRAL	CD	Licenciado en Ciencias de la Educación. Mención Cultura Física y Deportes

## UBICACIÓN GEOGRÁFICA DE LA PROVINCIA NAPO



Fuente: [https://www.google.com.ec/?gfe\\_rd=cr&ei=RSsmWLilGKHI8Aem6rqYBA&gws\\_rd=ssl#q=divisin+politica+de+la+provincia+de+napo](https://www.google.com.ec/?gfe_rd=cr&ei=RSsmWLilGKHI8Aem6rqYBA&gws_rd=ssl#q=divisin+politica+de+la+provincia+de+napo)

## CROQUIS DE LA INVESTIGACIÓN ESCUELA “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”



Fuente: Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal de Archidona. Año 2016



## ESQUEMA DE TESIS

PORTADA

CERTIFICACIÓN

AUTORIA

CARTA DE AUTORIZACIÓN

AGRADECIMIENTO

DEDICATORIA

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS

ESQUEMA DE TESIS

a. TITULO

b. RESUMEN

ABSTRACT

c. INTRODUCCIÓN

d. REVISIÓN DE LITERATURA

e. MATERIALES Y MÉTODOS

f. RESULTADOS

g. DISCUSION

h. CONCLUSIONES

i. RECOMENDACIONES

j. BIBLIOGRAFÍA

k. ANEXOS

INDICE

**a. TÍTULO**

“LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRÍGUEZ FABREGAT”. PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA”.

## **b. RESUMEN**

El desarrollo físico es un proceso necesario e imprescindible en la vida de toda persona, ya que sólo de esta manera, se está proporcionando al organismo la vitalidad y energía suficientes para vivir sanos. El desarrollo físico no es sólo hacer deporte, aunque el deporte implique actividad física. Existen actividades físicas como caminar, correr, subir escaleras, jugar en el patio al escondite, al pilla , a polis y caos, a la liebre..., o saltar a la cuerda, el elástico, el baile de las sillas, la rayuela, etc., que son un excelente ejercicio físico y que se pueden sumar al ejercicio activo del niño a lo largo del día. La aplicación de los juegos como estrategia facilita el desarrollo de las habilidades y destrezas, porque son procesos dinámicos con la participación activa de los niños. El juego es una actividad esencial desde la infancia, ya que permite la expresión de emociones y alimenta la imaginación. A través de la actividad lúdica el niño libera tensiones, sueña, crea, exterioriza sus pensamientos, manifiesta su curiosidad, resuelve problemas y aprende. Los juegos populares son una alternativa muy valiosa como recurso instruccional y como elemento de una estrategia de aprendizaje. El juego tiene un valor educativo importante, por cuanto facilita que los niños y niñas adquieran el desarrollo de procesos intelectuales que le facilitan fomentar hábitos y actitudes positivas hacia el trabajo escolar. Las ideas expuestas, permiten inferir que el juego en la vida del niño escolar se considera como la herramienta en la cual se sustenta el logro de futuras enseñanzas y el elemento primordial en el desarrollo de la personalidad y la adquisición de diversas funciones motrices y psíquicas.

**Palabras claves:** Juegos, desarrollo físico, guía metodológica.

## ABSTRACT

Physical development is a necessary and essential process in the life of every person, because only in this way will be providing the body with vitality and energy enough to live healthy. Physical development is not just do sport, although sport involves physical activity. There are physical activities like: walking, running, climbing stairs, playing in the yard to the hiding place, the hare, or jumping the rope, elastic, dancing chairs, hopscotch, etc. They are excellent exercises and can be added to the active exercise of the child throughout the day. The application of games like strategy facilitates the development of skills and abilities, because they are dynamic processes with the active participation of children. The game is an essential activity since childhood, allowing the expression of emotions and feeds the imagination. Through play activities the child free tensions, dreams, believe externalizes his thoughts, express curiosity, solve problems and learn. The popular games are a valuable alternative as an instructional resource and as part of a learning strategy. The game has an important educational value, because it enables children to acquire the development of intellectual processes that allow you to promote positive habits and attitudes toward schoolwork. The ideas presented, allow us to infer that the game in the life of preschool child is considered as the tool in achieving that future teachings and primordial element in the personality development and the acquisition of various motor and mental functions.

**Keywords:** Descriptors: games, physical development, methodological guide.

### **c. INTRODUCCIÓN**

La investigación se centra en torno a la temática del: “LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL ENRIQUE RODRÍGUEZ FABREGAT. PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA.”

La educación es un derecho inalienable a la que todo ser humano debe tener acceso, para desarrollarse integralmente a nivel personal, familiar y por ende social, dependiendo de ello se medirá el grado de desarrollo o subdesarrollo de los pueblos. Es por demás obvio que un pueblo bien educado debe generar resultados de desarrollo en todos los niveles de la vida social; en los últimos tiempos el sistema educativo impuesto en el país no ha dado mayores resultados, debido principalmente a que se ha aplicado metodologías y sistemas muy superficiales, que la único que han hecho es capacitarse al máximo o manejar un currículo, especialización en técnicas activas, perfeccionarse en la manera de como evaluar.

Para el hombre, el juego es una actividad innata que ha permitido que éste pueda poner sus reglas con el objetivo que se convierta en distracción, recreación o competencia, siendo ésta la que hace que los individuos afloren sus capacidades y destrezas, tanto mentales como motrices, facilitando demostrar sus habilidades. Los juegos populares son una herramienta educativa en el aula en las diversas materias y en especial, para la vida del escolar, ya que mediante diferentes acciones el estudiante demuestra su interés por aprender.

Los profesores saldrán de la rutina de aula y compartirán el conocimiento a través del juego, ya que en los tiempos actuales los niños necesitan desarrollar una serie de destrezas en el proceso de aprendizaje.

El juego es una herramienta valiosa que fomenta entre los participantes la igualdad, donde deben desaparecer las barreras de las discapacidades físicas, mentales o visuales, si como también las condiciones de pobreza o de creencias religiosas, es decir, en el juego se conjugan las habilidades de unos y otros, facilitando que con cada actividad se promueva la igualdad de todos, convirtiéndose el juego en una estrategia, una forma que ayuda a que los niños, niñas y adolescentes a canalizar sanamente el dolor, temor y la pérdida” , para que



puedan participar activamente en la construcción de la paz y el desarrollo físico en sus edades.

#### **d. REVISIÓN DE LITERATURA**

##### **Los juegos**

“El juego es una acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y especial de la vida habitual, conforme a determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión” (Cajigal, 2013, pág. 54)

Considera que “El juego es como un fenómeno estrictamente físico, también es el desequilibrio orgánico, por la hipersecreción glandular es la causa biológica de esta actividad a través del juego” (Casui, 2012, pág. 69)

Por otro parte, Afirma que el juego posee cualidades análogas. Es un ejercicio natural y placentero. Nadie necesita a un niño a enseñar a jugar está es innata, profundamente absorbente es esencial para el crecimiento mental. Los niños capaces de sostener un juego intenso acercan a la probabilidad de llegar al éxito cuando haya crecido, inicia gozosamente su trato con otros niños, ejercita su lenguaje hablando y mímica, desarrolla y domina sus músculos, adquiriendo conciencia de su utilidad. (Arce, 1982, pág. 78)

El juego es un medio valioso para adaptarse al entorno familiar y social, por tal manera se le debe desalentar a los niños con advertencias como: ¡No hagas eso!, ¡Es Peligroso! ¡Te vas a Lastimar! La mejor manera es animarlo y proporcionarle lugares seguros donde él pueda desarrollar, porque es un ser esencialmente activo, sus actos tienen que desenvolverse de acuerdo con el grado de su desarrollo mental (Aberasturi, 2011, pág. 58).

Concordamos con Cajigal, Arce y Casui. En los siguientes conceptos puedo apreciar lo primordial que es el juego en estas edades tan tempranas ya que se están jugando desde que nacen prácticamente hasta que se es consciente de que es el juego y lo vital que es en nuestras vidas. Pienso que el juego es interesante y significativo para el niño, ya que si se pierde interés la actividad deja de tener significado y el juego muere como tal, el juego tiene motivación y esto lo convierte en una poderosa herramienta de crecimiento y desarrollo personal.

## **Importancia del juego.**

El juego es considerado el principal medio de aprendizaje para los niños(as); algunos lo consideran como el trabajo más serio durante la infancia, es la manera más natural de experimentar y aprender; favorecer el desarrollo del niño en diferentes aspectos.

La forma de actividad esencial de los niños(as) consiste en el juego, este desarrolla en buena parte sus facultades. Jugando los niños toman conciencia de lo real, se involucran en la acción, elaboran razonamientos y juicios.

El juego es la principal actividad a través de la cual el niño lleva su vida durante los primeros años de edad, así como lo menciona Jean Piaget y Maria Montessori. Por medio de él, el infante observa o investiga todo lo relacionado a su entorno de una manera libre y espontánea. Los pequeños van relacionando sus conocimientos y experiencias previas con otras nuevas, realizando procesos de aprendizaje individuales, fundamentalmente para su crecimiento, independientemente del medio ambiente en el que se desarrolle (**Arango, Importancia del juego, 2000, pág. 33**)

## **Beneficios de los juegos.**

A pesar de lo que muchos adultos y padres de familia, pudieran considerar como una actividad de distracción y poco compromiso, el juego implica una serie de procesos que contribuyen al crecimiento integral del infante. A continuación, se enlistan los principales beneficios que tiene el juego en la vida infantil (Arango, La importancia del juego, 2000, pág. 34)

Educativa. El juego estimula el desarrollo intelectual de un niño, permitiéndole hacer juicios sobre su conocimiento propio al solucionar problemas, de esta manera aprende a estar atento a una actividad durante un tiempo. Asimismo, desarrolla su creatividad, imaginación e inteligencia ante la curiosidad por descubrirse a sí mismo y a su entorno. El sentimiento de realización y las lecciones que aprende, lo motivan a ejercitar después sus ideas en situaciones de la vida real

Física. El niño desarrolla habilidades motrices y aprende a controlar su cuerpo. El juego provoca un desahogo de energía física, a la vez que le enseña a coordinar sus movimientos e intenciones para lograr los resultados deseados en el juego.

Emocional. El juego resulta un escape aceptable y natural en el niño para expresar emociones que muchas veces con palabras no puede expresar. Al usar su imaginación, el párvulo puede pretender ser otra cosa a lo que es en realidad. Permite a un niño desarrollar una actividad sin tener responsabilidades totales o limitantes en sus acciones. Fomentando su personalidad e individualidad, ayudándolo a adquirir confianza y un sentido de independencia. Se le permite tomar sus propias decisiones y reglas, sin que exista alguien más imponiéndose o reprimiéndolo.

Social. A través del juego el niño se va haciendo conciente de su entorno cultural y de un ambiente que había sido durante sus primeros años ajeno a él. Funciona como un ensayo para experiencias venideras, ya que va entendiendo el funcionamiento de la sociedad y las acciones de los seres humanos.

### **Características del juego.**

Considera que el juego es una actividad libre. El juego por mandato no es juego. Más bien consiste en escaparse de ella a una esfera temporal de actividades que posee su tendencia propia. El siguiente caso, que refiere el padre de un niño. Encuentra a su hijo de cuatro años sentado en la primera silla de una fila de ellas jugando al tren. Acaricia al nene, pero éste le dice: papá no debes besar a la locomotora, porque si lo haces, piensan los coches que no es verdad. El juego no es la vida corriente o la vida propiamente dicha. (Ibidem, 2000, pág. 163)

Por otro lado, afirma que las características del juego infantil es un intento de dar una visión descriptiva e integrada que nos facilite una aproximación a la categorización del juego. Que es absolutamente independiente del mundo exterior, es eminentemente subjetivo. (Granada, 2009, pág. 45)

- Transforma la realidad externa, creando un mundo de fantasía.

- Es desinteresado; es una actividad que transcurre dentro de sí misma y se practica en razón de la satisfacción que produce su misma práctica.
- El juego oprime y libera, el juego arrebató, electriza, hechiza. Está lleno de las dos cualidades más nobles el hombre puede encontrar en las cosas y expresarlas: ritmo y armonía.
- Es un tender hacia la resolución, porque se oponen en luego las facultades del niño.
- Otra de las características del juego es la facultad con que se rodea de misterio. Para los niños aumenta el encanto de su juego si hacer de él un secreto. Es algo para nosotros y no para los demás.
- Es una lucha por algo o una representación de algo.

Concordamos con el Autor Ibídem y Granada, podemos apreciar lo primordial que es el juego en estas edades tan tempranas, sobre el desarrollo de los niños y se lo puede utilizar con fines positivos, para estimular un crecimiento más sano ya que se está jugando desde que nace. El juego es un arte fantástico para el mundo exterior, donde no existen normas y mucho menos puede ser reglamentado fue algo espiritual que se adoptó con el pasar de los años.

### **Clasificación de los juegos.**

“Existe diversos tipos de juegos, los mismos que se clasifican según los espacios, entorno y a su vez de la climatología. ([http://www.tiposde.org/cotidianos/85-tipos-de-juegos/.](http://www.tiposde.org/cotidianos/85-tipos-de-juegos/))

Se puede presentar ejemplos de tipos de juegos, según lo descrito:

**De tablero.-** Son los que se juegan sobre un tablero o una mesa en el que las personas que acompañan o el público, giran a su alrededor con el objeto de observar la destreza de los jugadores. Aquí están: Cubo de Rubik (Rompecabezas), Ajedrez (juego de guerra), Dominó, Tres en Raya, Dados. Se puede mencionar innumerables juegos de mesa: Damas, Crucigrama, Damas Chinas, Sopa de letras y otros.



**De calle.-** Son los juegos que han tenido y tienen como escenario la calle o calles. Así: trompo, cien pies, vara de premio, zancos, bolas o canicas, carros de rodillos o esferados, balero o perinola.

**De campo abierto.-** Son los que se efectúan en cualquier terreno o en espacios amplios seleccionados para el efecto. Así: el fútbol, baloncesto, las escondidas y otros.

**De fiestas.-** Son juegos especiales que tienen el objetivo de divertir a todos los participantes, para que no se aburran y se vayan; pueden ser para cualquier edad, lo importante es practicarlos para que se mantengan divertidos. Ejemplos: baile de la silla, carrera de 3 pies, carrera de ensacados, ollas encantadas y otros. (Tipos de juegos, 2016)

### **Los juegos tradicionales en el Ecuador.**

El entretenimiento de todo niño como parte elemental de su vida es el juego, quienes ocupan el mayor porcentaje de su tiempo libre jugando de manera espontánea. Los juegos populares pueden servir como herramienta educativa en todas las materias escolares. Como cualquier tipo de juego, los juegos infantiles de origen popular se siguen jugando en la actualidad sin importar la antigüedad que tengan.

Los niños también cumplen actividades de juego no espontáneos, sino reglamentadas y no encaminadas principalmente a la diversión, sino a un propósito definido por sus padres, monitores o profesores. Ese propósito de los juegos dirigidos suele expresarse en términos educativos y formativos, cumpliendo una función muy importante. La organización del tiempo de los niños, se diferencia con el mero juego.

### **Salto a la cuerda**

El uso de las cuerdas para saltar ha sido tradicionalmente uno de los juegos favoritos de los niños/as. Los ejercicios con comba se suelen emplear como calentamiento deportivo previo a otros ejercicios y resultan un entrenamiento ideal para los deportes que requieren vigor, coordinación y ritmo.

“El salto a la cuerda, también conocido como salto a la soga y en España como salto a la comba, es una actividad practicada como juego infantil y como ejercicio físico (en especial, como entrenamiento para algunos deportes, como el boxeo, tenis o el culturismo). (Disponible, 2013)

### **Las canicas**

Es uno de los juegos tradicionales más antiguos, en la escuela es conocido también como el juego de boliches, bolichas, bolitas, balitas, bolillas, bolas; según el sector o culturas donde se juega. Las canicas o boliches son pequeñas esferas de vidrio, arcilla, metal, alabastro o cerámica que se utilizan en muchos juegos infantiles, por lo que se consideran como un juguete.

### **La carrera de los tres pies**

“El juego de la carrera de tres pies es un juego divertido y muy dinámico, los participantes pueden ser de cualquier género y de cualquier edad; se lo practica mucho en fiestas sociales, familiares, barriales, etc”. (Beal, 2007, pág. 163)

### **La carrera de los ensacados**

Es un juego empleado en los juegos tradicionales en todo el mundo. Para su ejecución solo son necesarios unos cuantos sacos de basura (los de papel no sirven) y terreno suficiente para desplazarse.

### **La rayuela**

“La rayuela (España) es un juego de iniciación infantil, que representa el conocimiento de uno mismo, de donde provienen el juego del laberinto, la petanca y el juego de oca. (Armendáriz, 2013)

Este juego es muy sencillo, ayuda a que los niños/as desarrollen la coordinación viso-motora. El inventor de la rayuela quiso reflejar en el juego la vida misma, con el nacimiento, el crecimiento, los problemas y dificultades, la muerte y la meta final, el cielo.

Por eso, en algunos países pintan un primer cuadrado que precede al número 1 donde escriben el nombre de Tierra y un último cuadrado después del 7 o el 8 al que llaman el Cielo, donde se puede descansar y apoyar los dos pies. Existen muchas versiones de la rayuela.

### **El trompo**

“Un trompo es un objeto que puede girar sobre una punta, la que se sitúa en su centro gravitatorio de manera perpendicular al eje de giro y se equilibra en un punto gracias a la velocidad angular”

“Los trompos son elaborados con una madera muy consistente llamada cerote, que se la encuentra en los pararnos andinos ecuatorianos. (Pérez, 2007, pág. 86)

### **El juego del elástico.**

“Este juego era uno de los tradicionales juegos de las niñas que se solía ver en cualquier calle, plaza o patio del colegio. Un objeto tan sencillo como un elástico o una cinta de mercería, se consideraba un artículo de lujo y las niñas lo cuidaban con esmero, esperando deseosas escuchar el timbre o la sirena del recreo para poder sacarlo”.

### **La cuerda**

El juego de la cuerda es de fuerza aquí participan dos grupo cada uno se coloca al un extremo de la cuerda y empiezan a tirar con fuerza sin ceder un solo espacio.

El equipo ganador es aquel que logro desplazar al otro de más allá del límite señalado previamente. Este juego es muy divertido y mide la fuerza y trabajo en equipo.

“Los juegos populares o tradicionales se mantienen presentes en la actualidad, en la etapa escolar suelen cumplirse por temporadas, los mismos que a nivel escolar y extraescolar se los practica”. (Benítez, 2009, pág. 35)

“La iniciación en cualquier tipo de juego y por supuesto en los juegos tradicionales, debe cumplirse en las edades correspondientes en la Educación Infantil, para proseguir durante el desarrollo del niño en los diferentes ciclos posteriores”. (Wikipedia, 2016)

Esta actividad favorece varios aspectos educativos de la persona como:

- Desarrolla capacidades de percepción, acción y adaptación.
- Integración al grupo con los primeros fundamentos de la comunicación.
- Conocimiento y desarrollo corporal con el desarrollo de la coordinación dinámica general y la lateralidad, al emplear todos los segmentos corporales.
- Sentido rítmico mediante las danzas los niños se familiarizan con las pulsaciones, acentuaciones, pausas, asociadas a los movimientos.
- Estructuración temporal, los diferentes desplazamientos y cambios de velocidad en el juego, hacen que los estudiantes conozcan las duraciones, velocidades y ritmos en las distintas actividades.
- Enriquecimiento del lenguaje a través de los diálogos en los juegos se adquiere un lenguaje natural, practicando la correcta forma de articular, realizando la fonación y memorizando las palabras.

### **Desarrollo físico.**

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

El término crecimiento y desarrollo generalmente se refiere, en el hombre, a los procesos por los cuales el óvulo fecundado alcanza el estado adulto.

El crecimiento implica cambios en la talla o en los valores que dan cierta medida de madurez. Mientras que el desarrollo puede abarcar otros aspectos de diferenciación de la forma o función, incluyendo los cambios emocionales y sociales, preferentemente determinados por la interacción con el ambiente.

#### **Crecimiento.**

El primero de los tipos de factores son los esqueléticos, determinados en el crecimiento y desarrollo, y en esto entra también la maduración en una doble acepción.

Define al crecimiento como: "El aumento de tamaño, cambio de proporciones y complejización progresiva". Estos tres elementos que forman la definición son sumamente importantes, porque evidentemente el órgano de un niño no es el de un adulto y esto es lo que trae implícito lo que formuló GAUSS: que toda afirmación trae implícito un error. (Krogman, 1996, pág. 16)

Y en el crecimiento, cuanto más temprana es la estructura susceptible de un ulterior aumento de tamaño, es también susceptible de un cambio de proporciones, que es lo que sucede en la realidad, ya que la estructuración se va enriqueciendo con una complejización progresiva.

“Un proceso físico - químico de la materia viva, por el cual un organismo se hace más grande”. Precisamente por eso es que existe un factor que incide en que no se pueda prescindir del error posible de diagnóstico, que es la existencia en la intimidad de los tejidos de procesos físico-químicos muy difícilmente predecibles. (Huxley, 1997, págs. 65-79)

Crecimiento es aumento de tamaño, desarrollo es diferenciación y maduración es aptitud para la función.

### **Factores que rigen el crecimiento y desarrollo.**

Para la existencia de armonía entre la forma y función los factores son de tipo genético y ambiental. Aunque autores distinguen cuatro tipos de factores:

**Genéticos.-** Constituyen uno de los elementos determinantes del crecimiento. Los individuos del sexo masculino tienen como promedio una estatura superior a los del sexo femenino, cualquiera que sea la población de donde se obtengan los datos.

Existe correlación positiva evidente entre la estatura de los padres y la de los hijos. Los gemelos idénticos tienen un crecimiento y desarrollo casi superponible, a diferencia de los gemelos no idénticos, con diferente dotación genética.



Las mujeres tienen un desarrollo óseo más avanzado que los varones durante toda la etapa del crecimiento. Los individuos de raza negra tienen, por lo menos en los primeros años de la vida, un desarrollo óseo más avanzado. Todos estos elementos biológicos señalan de forma evidente la influencia del factor genético en el desarrollo y crecimiento humano.

**Ambientales.-** Los distintos factores ambientales siempre están en estrecha interacción con los genéticos, se ponen en evidencia aún desde el medio intrauterino. Es importante considerar dentro del ambiente los siguientes factores:

- a) Nutrición.- Es el más relevante de este grupo. Se ha podido demostrar que niños de igual raza criados con medios nutricionales óptimos, muestran un crecimiento mayor incluso que sus progenitores.
- b) Enfermedad.- La atención médica adecuada, así como la práctica sistemática de inmunizaciones preventivas da como resultado positivo un mejor crecimiento y desarrollo de la población infantil. A menor desarrollo sanitario de un país, mayor mortalidad infantil y peor desarrollo físico.
- c) Clima y estación.- En países no tropicales, donde se suceden estaciones bien delimitadas, se demuestra mayor velocidad de crecimiento en primavera y verano que en otoño e invierno. En países tropicales subdesarrollados, a menudo este proceso está ligado a la época de sequía o de lluvias con el ritmo de las cosechas y la disponibilidad mayor o menor de alimentos.

**Psicológicos.-** Se ha demostrado un pobre crecimiento en niños sometidos a estados de estrés emocionales prolongados.

**Económico – sociales,** Forman, en general, el denominador común de los factores ambientales antes señalados. Dentro del amplio contexto de los factores económicos, sociales y culturales que crean en el Tercer Mundo “la llamada cultura de la pobreza”, se produce la inhibición del crecimiento físico de millones de niños. Las áreas en déficit son zonas de pobre desarrollo físico, retraso en el desarrollo psicomotor y probablemente, daño cerebral permanente.

En los últimos años se ha dado gran importancia a los estudios antropométricos como indicadores de salud y como un método para evaluación del estado nutricional de las poblaciones. A medida que las cifras de mortalidad de un país descienden, será cada vez más necesario comenzar a incluir el estudio antropométrico como un indicador de salud de la población.

### **Factores de riesgo del desarrollo humano.**

Estos factores de riesgo son cualquier componente del medio externo e interno que conspira contra la correcta manifestación de un fenómeno dado, es decir todo elemento susceptible de desviar el patrón normal de crecimiento de un individuo. Entre los factores de riesgo prenatales constan:

- Edad de la madre: Estudios efectuados indican que el tiempo más favorable para tener hijos, se extiende como promedio entre los 25 y 30 años, períodos durante el cual los órganos femeninos alcanzan su plena madurez, todas las hormonas necesarias para la gestación están presentes en el nivel óptimo.
- Edad del padre.
- Tamaño del útero de la madre.
- Número de gestaciones anteriores de la madre: esto tiene relación con la supervivencia del niño y con la frecuencia de anomalías en el feto.
- Trastornos funcionales de la madre: Incluye todos los desórdenes o afecciones funcionales no infecciosas que pueden aparecer en el embarazo, ya que pueden tener serias consecuencias en el desarrollo del feto. Ejemplo: hipertensión, estados prediabéticos o diabéticos, hipertiroidismo y otros. En cuanto a las infecciones se puede decir que distintos microbios pueden pasar de la madre al feto. Los virus que llegan a él durante el primer trimestre de vida prenatal pueden influir gravemente en el desarrollo y causar diversas malformaciones.
- Enfermedades e infecciones (sensibilidad de la madre): En el caso de que los genes de la madre y el feto presenten diferencias en lo concerniente al grupo sanguíneo, la madre puede estar sensibilizada y producir anticuerpos que afecten desfavorablemente el desarrollo del niño. La incompatibilidad al factor RH es un ejemplo bien conocido.

- Psicofármacos que se ingieren: Hoy en día se estima que no se debe tomar ningún tipo de medicamento durante el embarazo, salvo los indicados por el médico, ya que se ha comprobado que numerosas alteraciones se deben a la acción de distintos medicamentos.
- El hábito de fumar.
- La ingestión de bebidas alcohólicas.
- El ambiente emotivo: Los trastornos emotivos pueden dar paso hacia el feto de ciertas sustancias perturbadoras de su crecimiento y desarrollo.
- El régimen de vida.
- El régimen alimentario: Es un elemento importantísimo en el desarrollo del feto, ya que de este depende el suministro de nutrientes de la madre al feto.
- Agentes físicos: La exposición a los rayos X en los primeros meses del embarazo, entraña frecuentemente el aborto, si el embarazo continúa se ha comprobado que en un gran número de casos los niños pueden presentar graves alteraciones.
- Todo lo que este en dependencia del estado de salud, el nivel educacional, nivel socio - económica y de las condiciones higiénicas de vida de la madre.

### **Leyes del desarrollo físico.**

Entre algunas de estas leyes constan:

- Mientras más joven sea el organismo infantil, más intensos son sus procesos de crecimiento y desarrollo.
- Mientras más joven sea el organismo, más posibilidades tiene de verse afectado por las agresiones de tipo ambiental (factores de riesgo).
- Los procesos de crecimiento y desarrollo se llevan a cabo irregularmente, a cada edad le son propias determinadas peculiaridades anatomofisiológicas.
- En el transcurso del proceso de crecimiento y desarrollo se manifiestan diferencias entre los sexos.
- Por lo regular, las niñas culminan el proceso de crecimiento y desarrollo más rápido que los niños.
- Cada estructura corporal posee su propio ritmo de crecimiento y desarrollo.

- Existen diferencias individuales en la velocidad y ritmo del crecimiento y desarrollo.
- En todo momento el proceso de crecimiento y desarrollo está influido por factores exógenos y endógenos y su mutua relación.
- Los factores de riesgo son capaces de desviar transitoriamente o definitivamente el patrón normal de crecimiento y desarrollo.

En el sentido más amplio de la palabra, el proceso de valoración del desarrollo físico comprende una serie de pasos que van desde la realización de las mediciones y evaluaciones hasta la valoración final. Esta valoración se expresa en una categoría o en un número representativo de una escala, que refleja la mayor cantidad posible de indicadores interrelacionados y posibilita la ubicación del observado en o fuera de la norma establecida para su edad y sexo.

No es posible la caracterización de un grupo o colectivo escolar sin la previa valoración individual del desarrollo físico de cada uno de sus miembros, ni tampoco sin el conocimiento de los valores medios del desarrollo para cada edad y sexo. La valoración del desarrollo físico se puede llevar a efecto mediante las normas nacionales o regionales, que expresan las cifras medias de cada indicador por separado.

### **El ejercicio físico en el crecimiento y desarrollo del niño.**

Con la creciente popularidad del deporte juvenil y el énfasis por incrementar el nivel de preparación física de los niños, es importante comprender las bases fisiológicas del crecimiento y del desarrollo.

### **La madurez del niño.**

El estado de madurez de un niño o de un adolescente puede definirse por:

- La edad cronológica.
- La edad esquelética.
- El nivel de madurez sexual.

Con la creciente popularidad del deporte juvenil y el énfasis por incrementar el nivel de preparación física de los niños, hemos de comprender las bases fisiológicas del crecimiento y del desarrollo. "Los niños no son adultos en miniatura. Son únicos en cada fase de su desarrollo".

Cuando los niños aumentan de tamaño, también lo hacen casi todas sus capacidades funcionales como la capacidad motora, la fuerza y la capacidad aeróbica y anaeróbica.

#### **Datos a tener en cuenta:**

- Las niñas maduran fisiológicamente entre 2 y 2,5 años antes que los niños.
- La estatura y el peso alcanzan su cota máxima a los 16,5 años de promedio en las niñas y a los 18 años en los niños.
- El ritmo máximo de crecimiento en las niñas es a los 12 años en peso y en estatura.
- En los niños el ritmo máximo de crecimiento se da a los 14 años y el del peso se da a los 14,5 años. Es decir, hay un ligero retraso con respecto a la estatura.

#### **Consecuencias:**

- El mayor gasto energético a estas edades se deberá aplicar para lograr los propósitos escritos en la genética de cada niño o niña, de forma que no se alteren.
- Cuando el deporte que se practica en estas edades críticas es de máxima exigencia, se retrasa el crecimiento en comparación con un grupo control
- Las lesiones en la epífisis pueden ocasionar la finalización prematura del crecimiento.

"El ejercicio es esencial para un crecimiento óseo apropiado". Aunque el ejercicio tiene poca o ninguna influencia sobre el alargamiento óseo, incrementa la anchura y la densidad ósea depositando más mineral en la matriz ósea, lo cual incrementa la fuerza del hueso.

Las lesiones que afectan al cartílago de conjunción son las más graves. Por ejemplo, las fracturas de hueso que afectan a estos cartílagos que se encargan del aumento

de la talla de los huesos pueden trastornar el aporte sanguíneo al hueso y afectar el proceso de crecimiento. La mayor parte de estas lesiones se producen en accidentes de tráfico y sólo un 23% se producen en la práctica deportiva.

En el momento de la pubertad, los niños multiplican por 10 los niveles de testosterona y logran una gran parte de la ganancia de masa muscular total. Las niñas lo hacen de forma más paulatina durante más años que los niños y llegan a su máximo nivel a los 20 y en los hombres a los 25 años.

La proporción grasa: Al nacer, estaría entre el 10 y el 12% del peso corporal. Al llegar a la madurez física, los hombres presentan un 13% de grasa y las mujeres un 22%, siendo estas diferencias debidas a las distintas proporciones hormonales.

Las células grasas pueden ir aumentando su cúmulo de grasa hasta un cierto punto crítico, y si continúa el aporte excesivo se producirá la duplicación de las mismas, momento en el que la obesidad presenta dificultades para su reducción. La intensidad de la acumulación de grasa depende de los hábitos dietéticos y de ejercicio, y de la herencia.

### **Factores determinantes.**

Existen diferentes factores determinantes en el crecimiento y desarrollo del individuo, uno de ellos viene determinado genéticamente, la herencia tiene influencia directa en aspectos como la velocidad de crecimiento, la madurez ósea, la estatura corporal, etc. pero otros factores exógenos o ambientales como la nutrición, el clima, las enfermedades o la actividad física también interaccionan y determinan el desarrollo y crecimiento final.

Si una persona posee un determinado potencial genético y sufre en su infancia malnutrición, enfermedades o falta de actividad física posiblemente no será capaz alcanzar ese nivel que le viene marcado genéticamente.

## **Cómo influye en el desarrollo.**

La práctica de la actividad física y del deporte en edades tempranas es de gran importancia para el buen desarrollo del niño, tanto en el aspecto físico como en el afectivo, social y cognoscitivo ya que a través del movimiento y de los juegos motores, vivirá nuevas experiencias y estimulaciones en todos estos dominios.

La Educación Física de base y el deporte desarrollan capacidades como la percepción espacial, la percepción espacio-temporal, la coordinación ojo-muscular, la agilidad, el equilibrio y el dominio segmentario, se ponen en contacto con nuevos lenguajes como el corporal.

A nivel social, el niño aprenderá a desempeñar diferentes roles en el grupo, lo cual le formará socialmente, aprenderá a asumir ciertas responsabilidades así como a comprender normas establecidas, vivirá situaciones con nuevos sentimientos, comprendiendo, asumiendo y superando los diferentes retos y sus posibles éxitos o fracasos. Se puede decir que la actividad física ayuda a que el niño se forme psíquica y socialmente.

También son muy importantes los beneficios aportados desde un punto de vista físico y psicomotor, a través del movimiento del cuerpo y de sus segmentos, así como del control y manipulación de objetos.

Está admitido que tiene efectos favorecedores en el proceso de crecimiento debido a que el ejercicio aporta factores estimuladores sobre el tejido óseo y muscular. Por el contrario, se ha observado que largos períodos de inactividad, como en el caso de astronautas o personas que por enfermedad o lesión han pasado por largos períodos de inactividad, tienen desequilibrios en la composición ósea y atrofias en los músculos.

Las presiones a las que se someten los cartílagos debido a la gravedad, el peso corporal y las acciones musculares permiten un crecimiento óseo óptimo.

## **El desarrollo del niño durante el periodo escolar.**

El período de desarrollo que va de los seis a los doce años, tiene como experiencia central el ingreso al colegio. A esta edad el niño debe salir de su casa y entrar a un mundo desconocido, donde aquellas personas que forman su familia y su mundo hasta ese momento, quedan fuera. Su éxito o fracaso en este período va a depender en parte de las habilidades que haya desarrollado en sus seis años de vida anteriores. Este hecho marca el inicio del contacto del niño con la sociedad a la que pertenece, la cual hace exigencias que requieren de nuevas habilidades y destrezas para su superación exitosa, y es, a través del colegio, que se le van a entregar las herramientas necesarias para desenvolverse en el mundo adulto. El colegio puede ser una prueba severa de si se han logrado o no las tareas del desarrollo de las etapas anteriores, ya que el período escolar trae a la superficie problemas que son el resultado de dificultades previas no resueltas.

La entrada al colegio implica que el niño debe enfrentar y adecuarse a un ambiente nuevo en el cual deberá lidiar con demandas desconocidas hasta ese momento para él, aprender las expectativas del colegio y de sus profesores y lograr la aceptación de su grupo de pares. La adaptación y ajuste que el niño logre a este nuevo ambiente, como veremos posteriormente, tiene una importancia que trasciende lo inmediato.

El grado en que el niño se considera confortable e incluido en el colegio es expresión del éxito en su adaptación. Reacciones como ansiedad, evitación o actitudes negativas pueden ser signos tempranos de dificultades en su ajuste y que pueden tornarse en problemas futuros.

Por otro lado, la relación con los padres cambia, iniciándose un proceso gradual de independencia y autonomía, y aparece el grupo de pares como un referente importante y que se va a constituir en uno de los ejes centrales del desarrollo del niño en esta etapa.

El desarrollo del niño lo podemos separar por áreas; sin embargo existe una estrecha relación entre los aspectos intelectual, afectivo, social y motor. Lo que vaya ocurriendo en un área va a influir directamente el desarrollo en las otras, ya sea facilitándolo o frenándolo o incluso anulándolo, y provocando el regreso del niño a conductas o actitudes ya superadas.



### **a. Área motora.**

La relación al crecimiento físico, entre los 6 y 12 años, comienza a disminuir su rapidez. En términos generales, la altura del niño en este período aumentará en 5 o 6% por año, y el peso se incrementará en aproximadamente un 10% por año. Los niños pierden sus dientes de leche y comienzan a aparecer los dientes definitivos. Muchas niñas comienzan a desarrollar entre los 9 y 10 años las características sexuales secundarias, aún cuando no están en la adolescencia.

Por otro lado, los niños de esta edad se vuelven más fuertes, más rápidos, hay un continuo perfeccionamiento de su coordinación: muestran placer en ejercitar su cuerpo, en probar y aprender nuevas destrezas. Su motricidad, fina y gruesa, en esta edad muestra todas las habilidades posibles, aún cuando algunas de ellas aún sean ejecutadas con torpeza.

### **b. Área cognitiva.**

En el ámbito cognitivo, el niño de seis años entra en la etapa que Piaget ha denominado OPERACIONES CONCRETAS. Esto significa que es capaz de utilizar el pensamiento para resolver problemas, puede usar la representación mental del hecho y no requiere operar sobre la realidad para resolverlo. Sin embargo las operaciones concretas están estructuradas y organizadas en función de fenómenos concretos, sucesos que suelen darse en el presente inmediato; no se puede operar sobre enunciados verbales que no tengan su correlato en la realidad.

La consideración de la potencialidad (la manera que los sucesos podrían darse) o la referencia a sucesos o situaciones futuros, son destrezas que el individuo logrará al llegar a la adolescencia, al tiempo de llegar a las operaciones formales.

Uno de los principales hitos del desarrollo intelectual mencionado en la Teoría de Piaget, es que el niño alcanza en este período del desarrollo, la noción de CONSERVACIÓN, es decir, es la toma de conciencia de que dos estímulos, que son iguales en longitud, peso o cantidad, permanecen iguales ante la alteración perceptual, siempre y cuando no se haya agregado ni quitado nada.

Existen varios principios que van a caracterizar la forma en que los niños de esta edad piensan:

- **Identidad:** Es la capacidad de darse cuenta de que un objeto sigue siendo el mismo aún cuando tenga otra forma.
- **Reversibilidad:** Es la capacidad permanente de regresar al punto de partida de la operación. Puede realizarse la operación inversa y restablecerse la identidad.
- **Descentrado:** Puede concentrarse en más de una dimensión importante. Esto se relaciona con una disminución del egocentrismo. Hasta los seis años el niño tiene un pensamiento egocéntrico, es decir, no considera la posibilidad de que exista un punto de vista diferente al de él. En el período escolar va a ser capaz de comprender que otras personas pueden ver la realidad de forma diferente a él. Esto se relaciona con una mayor movilidad cognitiva, con mayor reflexión y aplicación de principios lógicos.

En términos generales el niño en esta edad va a lograr realizar las siguientes operaciones intelectuales:

- Clasificar objetos en categorías (color, forma, etc.), cada vez más abstractas.
- Ordenar series de acuerdo a una dimensión particular (longitud, peso, etc.)
- Trabajar con números.
- Comprender los conceptos de tiempo y espacio.
- Distinguir entre la realidad y la fantasía.

Por otro lado, hay un perfeccionamiento de la memoria, tanto por que aumenta la capacidad de ella, como porque mejora la calidad del almacenamiento y la organización del material. Se enriquece el vocabulario, hay un desarrollo de la atención y la persistencia de ella, en la tarea. El lenguaje se vuelve más socializado y reemplaza a la acción.

### **c. Área emocional y afectiva.**

La etapa escolar, se caracteriza en lo afectivo, por ser un periodo de cierta calma. La mayor parte de la energía del niño está volcada hacia el mejoramiento de si mismo y a

la conquista del mundo. Hay una búsqueda constante de nuevos conocimientos y destrezas que le permitan moverse en el futuro en el mundo de los adultos.

De acuerdo a la teoría de Erikson la crisis de esta etapa es Industria v/s Inferioridad, e implica el logro del sentimiento de la Competencia. El tema central es el dominio de las tareas que se enfrentan, el esfuerzo debe estar dirigido hacia la productividad y, por lo tanto, se debe clarificar si se puede realizar este tipo de trabajo.

El niño debe desarrollar sus cualidades corporales, musculares y perceptivas, debe alcanzar progresivamente un mayor conocimiento del mundo al que pertenece y en la medida en que aprende a manejar los instrumentos y símbolos de su cultura, va desplegando el sentimiento de competencia y reforzando su idea de ser capaz de enfrentar y resolver los problemas que se le presentan.

El mayor riesgo en esta etapa es que el niño se perciba como incapaz o que experimente el fracaso en forma sistemática, ya que esto va dando lugar a la aparición de sentimientos de inferioridad, los cuales van consolidándose como eje central de su personalidad. Los hitos centrales de esta etapa, son el desarrollo del autoconcepto y la autoestima del niño.

#### **d. Autoconcepto.**

Es el sentido de sí mismo. Se basa en el conocimiento de lo que hemos sido y lo que hemos hecho y tiene por objetivo guiarnos a decidir lo que seremos y haremos. El conocimiento de sí mismo se inicia en la infancia en la medida en que el niño se va dando cuenta de que es una persona diferente de los otros y con la capacidad de reflexionar sobre sí mismo y sus acciones. A los 6-7 años comienza a desarrollarse los conceptos del:

- Yo verdadero, quien soy
- Yo ideal, quien me gustaría ser, estructura que incluye lo debe y los debería, los cuales van a ayudarlo a controlar sus impulsos. Esta estructura va integrando las exigencias y expectativas sociales, valores y patrones de conducta.

Estas dos estructuras en la medida en que se van integrando, deben ir favoreciendo el control interno de la conducta del niño

#### **e. Autoestima.**

Esta es la imagen y el valor que se da el niño a sí mismo. Es una dimensión afectiva y se construye a través de la comparación de la percepción de sí mismo y del yo ideal, juzgando en que medida se es capaz de alcanzar los estándares y expectativas sociales. La autoestima se basa en:

- Significación: que es el grado en que el niño siente que es amado y aceptado por aquéllos que son importantes para él.
- Competencia: es la capacidad para desempeñar tareas que consideramos importantes.
- Virtud: consecución de los niveles morales y éticos.
- Poder: grado en que el niño influye en su vida y en la de los demás.

La opinión que el niño escuche acerca de sí mismo, a los demás va a tener una enorme trascendencia en la construcción que él haga de su propia imagen. La autoestima tiene un enorme impacto en el desarrollo de la personalidad del niño. Una imagen positiva puede ser la clave del éxito y la felicidad durante la vida.

#### **f. Área social.**

La etapa escolar también está marcada en el área social por un cambio importante. En este período existe un gran aumento de las relaciones interpersonales del niño; los grupos de amistad se caracterizan por ser del mismo sexo. Entre los escolares pequeños (6 y 7 años), hay mayor énfasis en la cooperación mutua, lo que implica dar y tomar, pero que todavía está al servicio de intereses propios (nos hacemos favores). En los escolares mayores (8 a 10 años), la amistad se caracteriza por relaciones más íntimas, mutuamente compartidas, en las que hay una relación de compromiso, y que en ocasiones se vuelven posesivas y demandan exclusividad.

El grupo de pares, en los escolares, comienza a tener una centralidad cada vez mayor para el niño, ya que es en la interacción con ellos donde descubren sus aptitudes y es con ellos con quienes va a medir sus cualidades y su valor como persona, lo que va a permitir el desarrollo de su autoconcepto y de su autoestima. Las opiniones de sus compañeros acerca de sí mismo, por primera vez en la vida del niño, van a tener peso en su imagen personal.

El intercambio con los compañeros permite al niño poder confrontar sus opiniones, sentimientos y actitudes, ayudándole a examinar críticamente los valores que ha aceptado previamente como incuestionables de sus padres, y así ir decidiendo cuáles conservará y cuales descartará. Por otro lado, este mayor contacto con otros niños les da la oportunidad de aprender cómo ajustar sus necesidades y deseos a los de otras personas, cuándo ceder y cuándo permanecer firme.

El aspecto negativo en este ámbito es que los niños de esta edad son muy susceptibles a las presiones para actuar de acuerdo con los pares. Esto principalmente afecta a los niños de baja autoestima y habilidades sociales poco desarrolladas. En términos generales, la relación con los pares, contrapesa la influencia de los padres, abriendo nuevas perspectivas y liberando a los niños para que puedan hacer juicios independientes.

Existe consenso en que el logro de relaciones positivas con pares y la aceptación por parte de ellos, no son sólo importantes socialmente para los niños sino también dan un pronóstico acerca de su ajuste social y escolar posterior. El aislamiento social, durante el periodo escolar es un indicador importante de desajuste o trastorno emocional.

Con respecto a los padres, el niño va aumentando su nivel de independencia y distancia, como consecuencia de su madurez física, cognitiva y afectiva. El tiempo destinado por los padres a cuidar a los niños entre 6 y 12 años es menos de la mitad de lo que ocupan cuando son preescolares. Sin embargo, los padres siguen siendo figuras muy importantes; los niños se dirigen a ellos en busca de afecto, guía, vínculos confiables y duraderos, afirmación de su competencia y valor como personas.

Progresivamente, se va tendiendo a una corregulación de la conducta del niño, entre él y sus padres. Éstos realizan una supervisión general en el control, y el hijo realiza un control constante. La eficiencia de esta regulación está determinada por la claridad de la comunicación entre padres e hijos, las reglas claras, sistemáticas y consistentes.

Los profesores comienzan en este período a tener una mayor importancia, se convierten en sustitutos de los padres en el colegio; sin embargo el valor que le asignen al niño va a estar dado por la demostración de sus capacidades. Los profesores imparten valores y transmiten las expectativas sociales al niño y a través de su actitud hacia él colabora en el desarrollo de su autoestima.

Se ha demostrado que aquellos profesores que muestran confianza en la capacidad del niño, incentivan el trabajo y el desarrollo de potencialidades en el niño, a la vez que favorecen un autoconcepto y una autoestima positivos.

Otro elemento del área social es el juego. El rol del juego es dar oportunidades de aprendizaje. En él, el niño puede ir ganando confianza en su habilidad para hacer una variedad de cosas, entra en contacto con el grupo de pares y se relaciona con ellos, aprendiendo a aceptar y respetar normas. El juego ofrece modos socialmente aceptables de competir, botar energía reprimida y actuar en forma agresiva. Durante este período, hay dos tipos de juegos que predominan:

- Juego de roles: (6-7 años) tiene un argumento que representa una situación de la vida real. Se caracteriza por ser colectivo, tener una secuencia ordenada y una duración temporal mayor. Hay una coordinación de puntos de vista, lo que implica una cooperación. El simbolismo aquí se transforma en colectivo y luego en socializado, es una transición entre el juego simbólico y el de reglas.
- Juego de reglas: (8-11 años) implica respeto a la cooperación social y a las normas, existiendo sanción cuando ellas se transgreden. Este juego es el que va a persistir en la adultez.

### **g. Área moral y sexual.**

En esta etapa comienza la aparición de la moral vinculada a la consideración del bienestar del otro, lo que puede ocurrir debido al desarrollo cognitivo que se produce en esta edad y que permite que el niño considere puntos de vista diferentes a los suyos, producto de la disminución del egocentrismo de etapas anteriores. Esto implica que el niño puede imaginar como piensa y siente otra persona.

Moral de Cooperación o Autónoma: Se caracteriza por cierta flexibilidad, por la capacidad de darse cuenta de los diferentes puntos de vista. Logra hacer juicios más sutiles que incluyen las intenciones del que cometió la falta y no tan sólo las consecuencias del hecho. Los juicios de niños menores solamente consideran el grado de la falta.

Respecto al ámbito sexual: hace algunas décadas se consideraba que esta etapa se caracterizaba por la ausencia absoluta de interés sexual; sin embargo en la actualidad se ha constatado que se mantiene cierto interés por parte de los niños, tanto en preguntar y hablar acerca del tema como por experimentar y participar en juegos sexuales, pero la intensidad y el tiempo destinados a ellos son notoriamente menores que en la etapa anterior y a los que se va a destinar durante la adolescencia. Esto ocurre debido a que el foco central del niño durante la niñez intermedia está puesto en el aprendizaje y adquisición de herramientas que le permitan integrarse al mundo adulto.

### **Cambios en los segmentos corporales.**

Los cambios de las proporciones corporales son la expresión de las distintas velocidades de crecimiento que presentan la cabeza, tronco y extremidades en las distintas etapas del crecimiento. El cerebro y la cavidad craneana alcanzan precozmente su tamaño definitivo, no así las extremidades, que logran su tamaño definitivo durante la pubertad. Esta preponderancia relativa del crecimiento cefálico, seguida posteriormente por la del tronco y de las extremidades, es lo que se ha llamado progresión céfalocaudal del crecimiento.

El segmento inferior también puede evaluarse, aunque con menor exactitud, midiendo la distancia desde el borde superior de la sínfisis pubiana al suelo. Entre los 5 y 7

años de edad, se acentúan los cambios en la forma del cuerpo, los cuales se caracterizan, entre otras cosas por: un significativo alargamiento de la figura, aumento de la longitud de los brazos y piernas y una mejor correspondencia entre la longitud de la cabeza, el tronco y las extremidades, estableciéndose las proporciones cercanas a las de los adultos.

Las alteraciones en las proporciones del tronco, extremidades y cabeza son características de ciertas anomalías del crecimiento y pueden ciertos procesos físicos patológicos ser la manifestación de subyacentes. Las medidas que resultan generalmente más útiles son la talla en posición sentado y en bipedestación, la envergadura, el peso y el perímetro cefálico. Normalmente en el recién nacido la altura en posición sentada represente el 70% de la talla, en el niño de 3 años es del 57%, en las niñas en el momento de la menarquia y en los niños hacia los 15 años es del 52%. Hay un ligero aumento del 1 - 2%, al continuar el tronco su crecimiento después de que las extremidades hayan terminado el suyo.

En esta época la capa de grasa subcutánea es menor. Posteriormente estas proporciones corporales cambian nuevamente, produciéndose este cambio a los 11 años en las hembras y a los 13 años en los varones, lo que se combina con la aparición de los caracteres sexuales secundarios.

### **La aceleración del desarrollo físico. Implicaciones educativas de este fenómeno.**

El fenómeno de la aceleración consiste en que el organismo de los niños, adolescentes y jóvenes alcanzan más temprano que sus antecesores, determinados estadios del desarrollo ontogenético y logra a su vez, una maduración más temprana.

El fenómeno de la aceleración puede ser considerado, dada la magnitud del concepto de desarrollo, en dos planos distintos: uno, el biológico y otro el social. Por aceleración biológica se entiende todo incremento, celeridad del ritmo de los procesos y de las funciones psicológicas que condicionadas por el medio social, se reflejan en indicadores morfofuncionales como la talla, el peso, la circunferencia torácica y cefálica, la fuerza muscular y la capacidad vital, el desarrollo de la musculatura, la forma de las piernas, la columna vertebral, la postura, entre otros; mientras que la aceleración social implica el aumento considerable del volumen de conocimientos que son capaces de



asimilar los niños y adolescentes en nuestros días, en comparación con sus coetáneos de unos 50 años atrás.

**En la Teoría de la tendencia secular y aceleración del desarrollo constan:**

- El nivel de desarrollo físico de las nuevas generaciones cambia en dependencia de los factores sociales del medio ambiente. Los valores promedios de las diferentes dimensiones antropométricas de los niños, adolescentes y jóvenes, desciende significativamente en los países que presentan tiempos de crisis económica, cuando la familia no tiene trabajo o durante las guerras.
- Un grupo de especialistas plantean que la causa de la tendencia secular y la aceleración del desarrollo físico, está en la influencia estimuladora de los ejercicios físicos y el deporte sobre el crecimiento y desarrollo de las nuevas generaciones.
- Otro grupo plantea que es la radiación solar (teoría heliogénica) la que influye benéficamente sobre el proceso de crecimiento y desarrollo.
- Especialistas de países capitalistas consideran el papel de la alimentación: la intensa dosificación de vitaminas a los niños y a las mujeres embarazadas, el creciente consumo de proteínas y grasa de origen animal, el aumento del consumo de productos lácteos.

Ninguna de las hipótesis anteriormente planteadas ha recibido una aceptación completa, por el hecho mismo, ante todo, de considerar un factor o varios y no examinar en su totalidad el conjunto de factores que en sistema originan este fenómeno.

“La tendencia secular y la aceleración abarcan la casi totalidad de las dimensiones corporales que se observan desde las más tempranas etapas y períodos del desarrollo post embrionario: talla, peso, la edad de la primera menstruación y de la primera eyaculación, el estirón puberal del crecimiento, la aparición y cambio de la dentición, en el desarrollo de las funciones motoras y psicomotoras” (Martín, 2006, pág. 142).

Esto se puede en lo siguiente:

- El tamaño promedio de los niños en todas las edades se ha incrementado.
- La madurez biológica y también la psicológica, se alcanzan en una edad más temprana, los niños son púberes y adolescentes algunos años antes de lo históricamente conocido.
- La edad promedio en la que se detiene el crecimiento y desarrollo es también más temprana.

Datos aportados por la investigación nacional de crecimiento y desarrollo humano dirigida por Jordán (1972 - 1974) demuestran que el crecimiento del cuerpo en longitud cesa en las mujeres a los 16 años de edad y en varones a los 19. Estos datos confirman la disminución de la duración del período de crecimiento, el cual, en comparación con décadas anteriores se reduce en 3 o 6 años más.

La aceleración del desarrollo físico no ejerce influencia negativa alguna sobre el desarrollo integral, la capacidad de trabajo, el rendimiento docente y el perfeccionamiento físico de los niños y adolescentes.

Sin embargo, hay criterios científicos avalados de que la aceleración del desarrollo se ve perjudicada cuando tiene lugar en niños y adolescentes con regímenes de vida no reglamentados para su edad y sexo, con condiciones sociales e higiénicas de vida y educación no satisfactorias y sobre todo cuando el nivel de actividad física de los educandos está muy por debajo de los requerimientos para su edad y sexo, por eso es importante insistir en la necesidad de asegurar un régimen de vida racional que cumpla los principios y las normas higiénicas, entre las que se incluyen como imprescindibles, un aumento progresivo de la actividad física, acorde con la edad para todos los escolares.

### **Implicaciones educativas del fenómeno de la aceleración y la tendencia secular.**

El desarrollo socioeconómico posee una proyección biológica, consiste en la tendencia hacia un nivel de desarrollo más alto: mayor estatura y peso, un brote más temprano de los dientes y un proceso de osificación más rápido, una maduración sexual más temprana, entre otros factores.

En los tiempos actuales los niños cambian, su niñez no se parece a la de niños de décadas atrás. La tendencia secular y la aceleración son fenómenos objetivos a la vista de todos: padres, abuelos, maestros y para todos aquellos que de una forma u otra se relacionan con los niños.

Lamentablemente la aceleración biológica y también la social, con frecuencia se pasan por alto en la práctica diaria. No siempre se realiza la debida diferenciación.

No debe olvidarse que dentro de un grupo o colectivo escolar de determinada edad, no importa cuál sea esta, debido entre otros factores a una predisposición hereditaria y a las diferentes condiciones sociales e higiénicas de vida, un determinado por ciento de los niños aventaja en su desarrollo a sus coetáneos, y otros se atrasan en su desarrollo en uno o varios años.

### **Ejercicios de flexibilidad y estiramientos y no de fuerza, resistencia u otra capacidad física.**

La fuerza y flexibilidad, son capacidades diametralmente opuestas, es decir, en la medida que se incrementa la Fuerza va existir una tendencia a la disminución natural de la flexibilidad, debido al incremento de la masa muscular y con ella la resistencia intrínseca del músculo ante movimientos de gran amplitud. Los programas de ejercicios con resistencias producen muy pocos cambios en el tamaño del tejido muscular y óseo de los niños prepúberes.

De todos es conocido que el organismo infantil se encuentra desde el mismo momento del nacimiento en un proceso de constante maduración, el cual se relaciona con el proceso intenso de crecimiento y desarrollo de las diferentes estructuras y tejidos, lo que constituye un indicador para la evolución de las distintas etapas de la vida del niño.

Los cambios evolutivos que ocurren en el proceso de crecimiento y desarrollo del niño no transcurren de una forma paralela, uniforme e igual en todos los órganos; cada sistema de órganos crece y se desarrolla de acuerdo con sus propias leyes. Pero al mismo tiempo todo proceso de crecimiento y desarrollo del organismo es un solo proceso íntegro en el cual se refleja una estrecha relación de los diferentes órganos y sistemas de órganos.

El proceso de desarrollo y crecimiento físico se ve influenciado por factores ambientales y genéticos, entre ellos al de la actividad física y su influencia en el desarrollo del crecimiento como uno de los factores ambientales o externos que interviene en el proceso. Este tema es abordado por diferentes pediatras y pedagogos de la actividad física, los cuales atribuyen gran importancia a los ejercicios físicos como medio para el desarrollo oportuno y correcto del crecimiento físico.

El ejercicio moderado estimula al crecimiento óseo hasta su valor normal, favorece a una reducción en la formación de células (y tejido) de grasa, y a un aumento en el tejido magro, en la mineralización, densidad y masa ósea.

Estos valores de crecimiento, pueden afectarse si:

- No se utiliza los ejercicios de flexibilidad, diariamente. En esta capacidad, insistir en la ejecución correcta de los ejercicios, evitando los de alto riesgo o potencialmente peligrosos. (Francisco, 1975)
- Es recomendable realizar los estiramientos, después de un nivel óptimo en el calentamiento general y antes del especial. Así como atender el regreso a la calma o recuperación final de la clase o sesión, donde deben incluirse también ejercicios de flexibilidad.

Se debe destacar la influencia que ejercen los ejercicios físicos en los diferentes órganos y sistemas de órganos en la etapa de la niñez.

### **Influencia fisiológica del ejercicio físico en niños.**

La Educación Física como una influencia organizada y con un objetivo determinado sobre el organismo del niño, debe prever la completa satisfacción de las necesidades fisiológicas del movimiento. Esta tarea debe solucionarse no solamente con la realización de actividades programadas de Cultura Física y de otras formas de actividad física, sino teniendo en cuenta toda la organización de la vida del niño y de todo el colectivo infantil. El cumplimiento sistemático de los ejercicios físicos influye favorablemente en el estado general del niño.

Los ejercicios físicos son el más importante medio de la Educación Física para lograr el desarrollo de los movimientos y fortalecer totalmente el organismo infantil, estos están compuestos por aquellos movimientos seleccionados, organizados y dirigidos metodológicamente por el docente, además por todas las actividades motoras complejas, las cuales en determinadas ocasiones son conscientes y otras espontáneas.

La ejecución de ejercicios físicos conlleva a un activo conocimiento del ambiente y una mejor orientación del mismo, el desarrollo de la percepción, imaginación y adquisición de nuevas experiencias o impresiones emotivas fuertes. Esto contribuye al perfeccionamiento de las cualidades psíquicas del niño, al logro de un desarrollo multilateral. Este medio ejerce una influencia positiva en las funciones del organismo infantil porque ayudan a adaptarse a las variables condiciones del ambiente y enriquece su experiencia con nuevos movimientos.

Es conocido que el músculo activo (trabajando) consume 3 veces más sustancias alimenticias y 7 veces más oxígeno que los músculos pasivos; por esta causa durante el trabajo, el tejido muscular se abastece más fácilmente la cantidad de sangre y oxígeno necesario.

Los ejercicios sistemáticos contribuyen al aumento de la talla del cuerpo en longitud, al aumento de la masa muscular, crecimiento de los huesos (en longitud y ancho), pues se produce la estimulación del periostio. (Zimkim, 1975).

Todos los huesos se recubren de una membrana especial por la parte externa del hueso: el periostio. Todos los huesos tienen tapizados todos sus canales por una fina membrana de tejido conjuntivo llamado endostio. El endostio impide que las células de la médula ósea se mezclen con las de tejido óseo. El tejido que constituye el periostio se divide en 2 capas: Externa (tendones) e interna (crecimiento en anchura del hueso; mientras que el crecimiento en longitud corre a cargo de la metáfisis).

## **e. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **MATERIALES**

Para la presente investigación se utilizó materiales como el bibliográfico, útiles de escritorio, computadora, internet, bibliotecas virtuales, cámara de audio y video, implementos deportivos, entre otros, estos fueron de gran importancia ya que nos facilitó realizar de la mejor manera la investigación.

### **MÉTODOS**

El proceso metodológico escogido en la investigación corresponde a las diversas actividades a desarrollar, para lo cual se utilizar varios métodos como:

**Método Científico,** Este método sirve para realizar la fundamentación teórica en el desarrollo del trabajo, analizando y sistematizando la información adaptando al tema objeto de estudio, con el fin de presentar las mejores alternativas

**Método Inductivo,** Se utilizará al empezar el proceso investigativo, con la determinación clara y específica del tema objeto de estudio y para considerar las particularidades en su desarrollo.

**Método Deductivo,** Este método se utilizará para obtener ideas y determinar las conclusiones y recomendaciones del trabajo investigativo, basándose en los resultados obtenidos, así como también el resumen ejecutivo que permita conocer todos los elementos relevantes a la investigación.

**Método Analítico,** Se utiliza el análisis e interpretación de la información obtenida a través de la aplicación de encuestas para la formulación del problema, con el fin de tener elementos de juicio necesarios para determinar, respecto a los juegos y su influencia en el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo, para proponer una guía metodológica de estos juegos para los niños de esta institución, con la

finalidad de que puedan practicar algún tipo de deporte lo que les facilite contribuir a un desarrollo físico sano.

Técnica, se aplicó, como de observación indirecta, a los profesores de Educación Física que atienden a los niños y niñas de quinto año de educación básica en la escuela fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del cantón Archidona, los cuales son considerados como informantes claves, el propósito de la técnica será obtener información sobre la enseñanza de los juegos para el desarrollo físicos.

Instrumentos, como a los docente de Educación Física que atienden a los niños y niñas de quinto año de educación básica en la escuela fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del cantón Archidona, las encuestas fueron impresos en papel boom.

El análisis de los resultados se realizo de forma general lo cual nos brindo una información amplia desde el punto de vista grupal, el procesamiento de los resultados se realizo a través de programas computarizados, elaborados para el efecto, luego se procesaron según una escala preestablecida por el mismo programa.

La población que se ha considerado para la investigación está en relación con los juegos y su incidencia en el desarrollo físico de los niños y niñas de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat, se ha considerado a 4 Profesores, y 90 niños /as. Que están matriculados y asistiendo a clases durante año 2015.

## f. RESULTADOS.

### ENCUESTA APLICADA A LOS DOCENTES DE LA ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”.

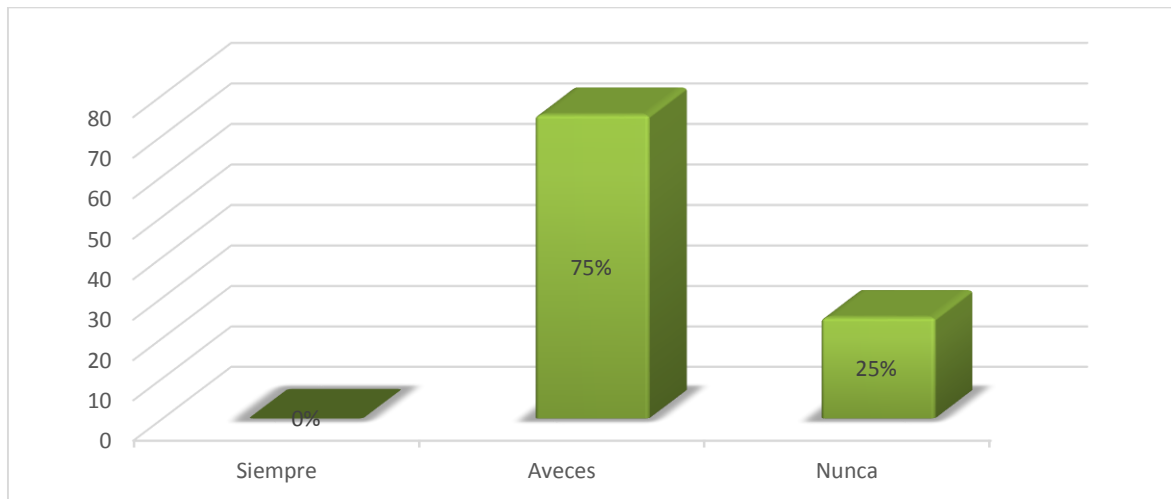
1.- ¿Con qué frecuencia considera usted que los estudiantes practican juegos en el hogar, barrio o comunidad?

**TABLA N° 1**

Variables	f	%
<b>Siempre</b>	0	0
<b>A veces</b>	3	75
<b>Nunca</b>	1	25
<b>Total</b>	4	100

**Fuente:** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodriguez Fabregat  
**El autor:** Pedro José Grefa Shiguango. **Año** 2015.

**Gráfico 1**



#### **Análisis e Interpretación**

El juego es una actividad que tiene como objetivo principal desarrollar las capacidades físicas de los niños y elevar su rendimiento, mediante una serie de actividades y ejercicios que promuevan el desarrollo individual y colectivo, mediante la motivación necesaria que se debe de aplicar, para que sea aún mejor su desarrollo.



Analizando los resultados del estudio se encuentra que el 75% manifiestan que a veces los estudiantes practican juegos en el hogar, barrio o comunidad, mientras que el 25% menciona que nunca.

En el análisis e interpretación tenemos que si consideramos que el juego es una actividad que tiene como objetivo principal desarrollar las capacidades físicas de los niños y elevar su rendimiento, mediante una serie de actividades y ejercicios que promuevan el desarrollo individual y colectivo, del estudio realizado se encuentra que el 75% manifiestan que a veces los estudiantes practican juegos en el hogar, barrio o comunidad, mientras que el 25% menciona que nunca, con esto se evidencia que los resultados no son positivos ya que debido a la falta de motivación en las clases a los estudiantes no despiertan un interés en realizar el juego, por lo tanto, se explica el por que los estudiantes no practican juegos en el hogar, barrio o comunidad.

2.- ¿Cuántas horas por semana realizan los estudiantes la práctica de juegos en la escuela?

**TABLA N° 2**

Variables	f	%
<b>1 a 2 horas</b>	0	0
<b>3 a 4 horas</b>	0	0
<b>5 horas en adelante</b>	4	100
<b>Total</b>	4	100

**Fuente** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodriguez Fabregat  
**Autor** Pedro José Grefa Shiguango. **Año** 2015

**Gráfico 2**



## Análisis e Interpretación

Entendemos por juego al resultado de la interacción del individuo con la situación actual que esté realizando, ya que esto conlleva al éxito y superación de metas propuestas al inicio de cada actividad que realice.

Del estudio realizado se encuentra que el 100% de los profesores encuestados dicen que practican juegos en la escuela en más de 5 horas, por cuanto la carga horaria de Educación Física en la actualidad es de 5 horas semanales.

Del análisis e interpretación se que tenemos, si el juego se basa en aquellas cosas que impulsan a un individuo a llevar a cabo ciertas acciones y a mantener firme su conducta hasta lograr cumplir todos los objetivos planteados, si consideramos que el 100% de los profesores encuestados dicen que practican juegos en la escuela en más de 5 horas se puede observar que los resultados son positivos ya que con incentivo a estudiantes en relación a los juegos, son una forma de activar el desarrollo físico.

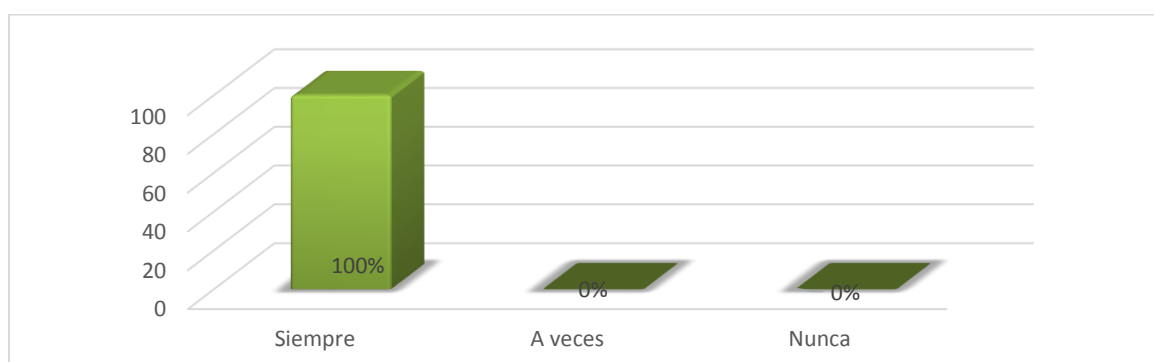
3.- ¿Usted se encuentra satisfecho como docente con la clase de juegos que desarrollan los estudiantes en la escuela?

**TABLA N° 3**

Variables	F	%
<b>Siempre</b>	4	100
<b>A veces</b>	0	0
<b>Nunca</b>	0	0
<b>Total</b>	4	100

**Fuente:** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat  
**El autor:** Pedro José Grefa Shiguango. **Año** 2015

**Gráfico 3**



### **Análisis e Interpretación:**

El juego es el motor que nos conmueve y dirige a realizar acciones. Un niño motivado es aquel que se plantea un objetivo y se esfuerza en conseguirlo. La importancia que tienen los padres, la influencia que generan y el estímulo que promueven son factores necesarios para que un niño tenga un mejor rendimiento motriz.

Analizando los resultados el 100% de los profesores encuestados en su totalidad manifiestan que siempre se encuentran satisfechos, con la clase de juegos que desarrollan los estudiantes en la escuela.

Del análisis e interpretación si definimos al juego como el motor que nos emociona y dirige a realizar acciones, el niño motivado es aquel que se plantea un objetivo y se esfuerza en conseguirlo, del estudio realizado se encuentra que el 100% de los profesores encuestados en su totalidad manifiestan que siempre se encuentran satisfechos, con la clase de juegos que desarrollan en la escuela los estudiantes, podemos decir entonces que si los resultados de la planificación del docente sobre los juegos que aplica en la clase son motivantes, los niños están predispuestos a un desarrollo morfosicosocial adecuado.

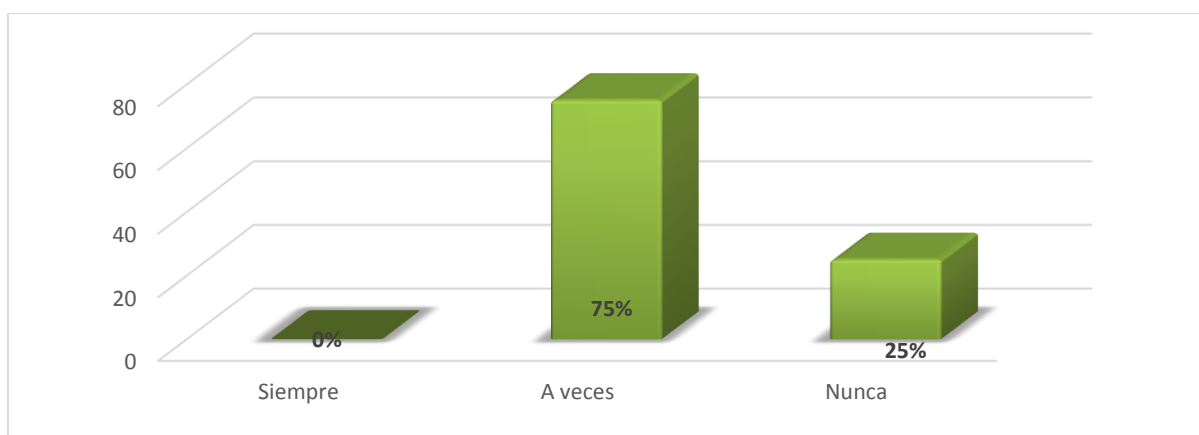
4.- ¿Los juegos que usted desarrolla en las horas de Educación Física lo hace utilizando materiales e instrumentos?

**TABLA N° 4**

Variables	f	%
<b>Siempre</b>	0	0
<b>A veces</b>	3	75
<b>Nunca</b>	1	25
<b>Total</b>	4	100

**Fuente:** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodriguez Fabregat  
El autor: Pedro José Grefa Shiguango. Año 2015

**Gráfico 4**



## Análisis e Interpretación

Los materiales e instrumentos es aquel que reúne medios y recursos que facilitan la enseñanza y el aprendizaje. Suelen utilizarse dentro del ambiente educativo para facilitar la adquisición de conceptos, habilidades, actitudes y destrezas, para el desarrollo físico de los niños durante la hora de clase de educación física.

Analizando los resultados de la utilización de materiales e implementos para los juegos, en el desarrollo de las clases de Educación Física el 75% de los profesores manifiestan que a veces y el 25 % menciona que nunca.

Del análisis e interpretación podemos decir que si el juego que reúne medios y recursos que facilitan la enseñanza y el aprendizaje, los resultados de la utilización de materiales e implementos para los juegos, en el desarrollo de las clases de Educación Física el 75% de los profesores manifiestan que a veces y el 25 % menciona que nunca podemos decir que la falta de utilización de materiales e instrumentos no garantiza el buen desenvolvimiento de la clase de educación física.

5.- ¿Considera usted que los estudiantes participan en la realización de ejercicios para alcanzar el desarrollo físico?

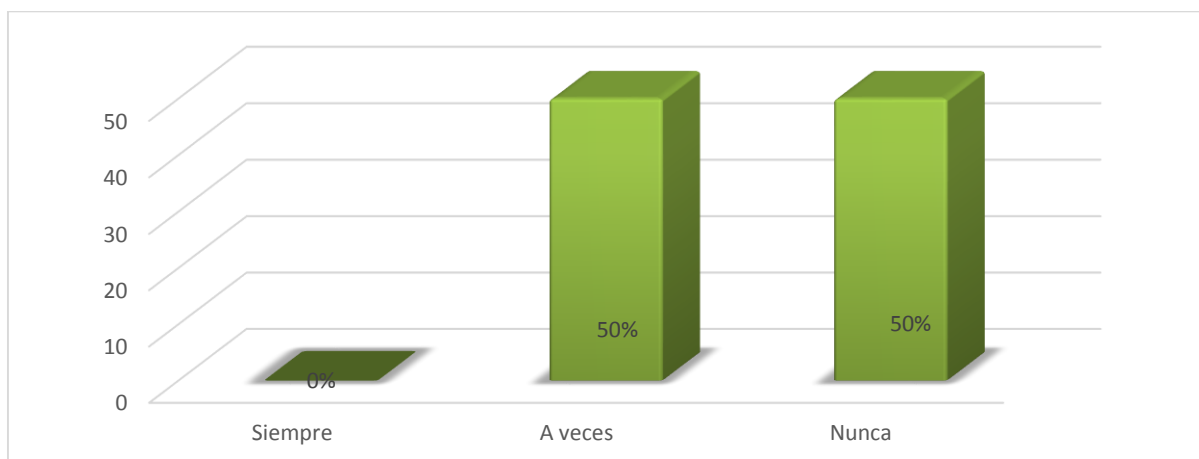
**TABLA N° 5**

Variables	f	%
<b>Siempre</b>	0	0
<b>A veces</b>	2	50
<b>Nunca</b>	2	50
<b>Total</b>	4	100

**Fuente:** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat

**Autor:** Pedro José Grefa Shiguango. Año 2015

**Gráfico 5**



## Análisis e Interpretación

El incentivo se refiere a todo aquello que motiva a la realización de juegos y se hace que los objetivos, metas, logros, sean conseguidos, debido al estímulo. La consecución de los logros es fundamentada por los incentivos realizados al iniciar cualquier actividad y se la mide con el desarrollo de las capacidades para alcanzarlas.

Analizando los resultados el 50% profesores dicen que a veces los estudiantes participan en la realización de ejercicios para alcanzar el desarrollo físico y el 50% menciona que nunca.

Del análisis e interpretación y considerando que el incentivo se refiere a todo aquello que motiva a la realización de juegos y se hace que los objetivos, metas, logros, sean conseguidos, debido al estímulo, si tenemos que el los resultados el 50% profesores dicen que a veces los estudiantes participan en la realización de ejercicios para alcanzar el desarrollo físico y el 50% menciona que nunca, nos demuestra que los estudiantes no comprenden de la importancia de la ejecución y los beneficios de los juegos.

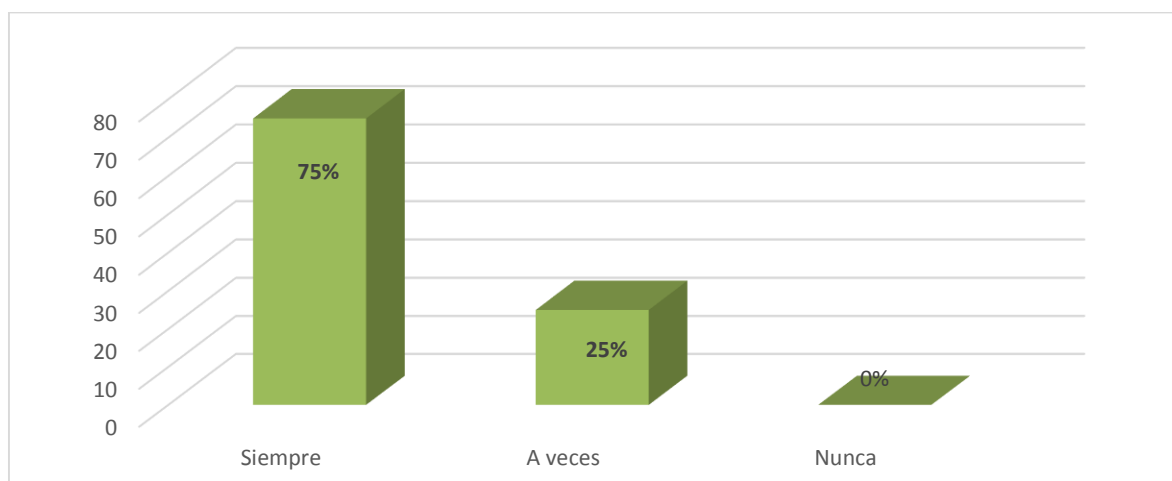
6.- ¿Considera usted que la práctica de los juegos inciden en el desarrollo físico que realizan los estudiantes?

**TABLA N° 6**

Variables	f	%
<b>Siempre</b>	3	75
<b>A veces</b>	1	25
<b>Nunca</b>	0	0
<b>Total</b>	4	100

**Fuente:** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat  
El autor: Pedro José Greff Shiguango. **Año** 2015

**Gráfico 6**



## Análisis e Interpretación

El juego es una actividad que requiere habilidades y destrezas que debemos desarrollar, por ende es importante que para su enseñanza se utilice una metodología adecuada, en nuestra propuesta se propone un programa de ejercicios metodológicos para incentivar la práctica de este juego y por ende elevar el rendimiento de desarrollo físico y psicológico en los niños.

Analizando los resultados el 75% manifiestan que siempre los juegos inciden en el desarrollo físico de los estudiantes y el 25% menciona que nunca.

Del análisis e interpretación y comprendiendo lo que el juego es una actividad que requiere habilidades y destrezas que debemos desarrollar, por ende es importante que para su enseñanza se utilice una metodología adecuada, en nuestra propuesta se propone un programa de ejercicios metodológicos para incentivar la práctica de este juego y por ende elevar el rendimiento de desarrollo físico y psicológico en los niños, de los resultados en que el 75% manifiestan que siempre los juegos inciden en el desarrollo físico de los estudiantes, si se aplican juegos siempre durante la clases aplicando reglas del juego, se puede tener un desarrollo físico en los alumnos.

7.- ¿Qué juegos practican de manera permanente los estudiantes en la escuela para mejorar su desarrollo físico?

**TABLA N° 7**

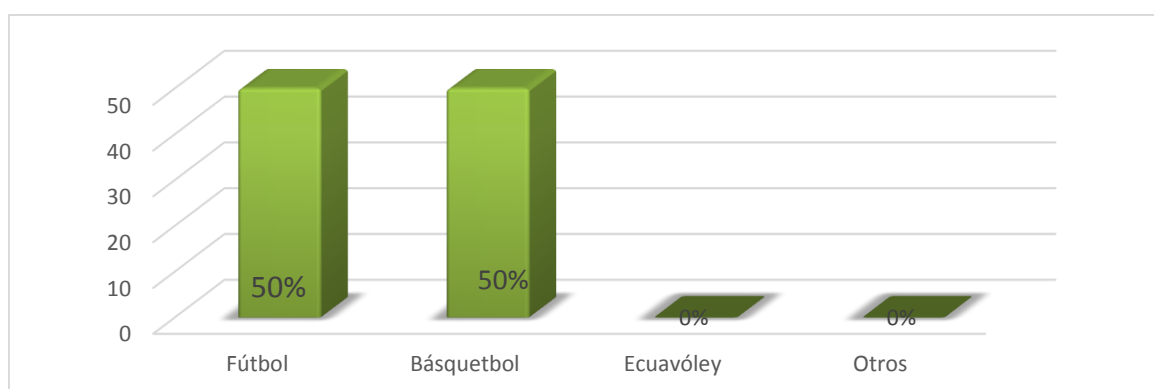
Variables	f	%
<b>Fútbol</b>	2	50
<b>Básquetbol</b>	2	50
<b>Ecuavóley</b>	0	0
<b>Otros</b>	0	0
<b>Total</b>	4	100

**Fuente:** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat

**El autor:** Pedro José Grefa Shiguango.

**Año** 2015

**Gráfico 7**



## Análisis e Interpretación

La importancia que genera el juego, hace que los niños desarrollen al máximo las capacidades tanto individuales como de conjunto para llegar al objetivo que es incluir.

Analizando los resultados el 50% manifiestan que el fútbol y el 50% el básquetbol respectivamente, son los juegos más practicados de manera permanente.

Del análisis e interpretación en la que se considera que el juego, hace que los niños desarrollen al máximo las capacidades tanto individuales como de conjunto para llegar al objetivo que es incluir, de los resultados el 50% manifiestan que el fútbol y el 50% el básquetbol respectivamente, son los juegos más practicados de manera permanente, podemos decir que otros como los juegos recreativos no son practicados por los estudiantes en la escuela y que involucra a todos no se puede mejorar el desarrollo físico, esto demuestra que los docentes no tienen mucho conocimiento sobre procesos de los juegos habiendo muchos que aplicarlos para el desarrollo y formación del niño.

8.- ¿Qué juegos practican los estudiantes de manera permanente en la casa, barrio o comunidad para mejorar el desarrollo físico?

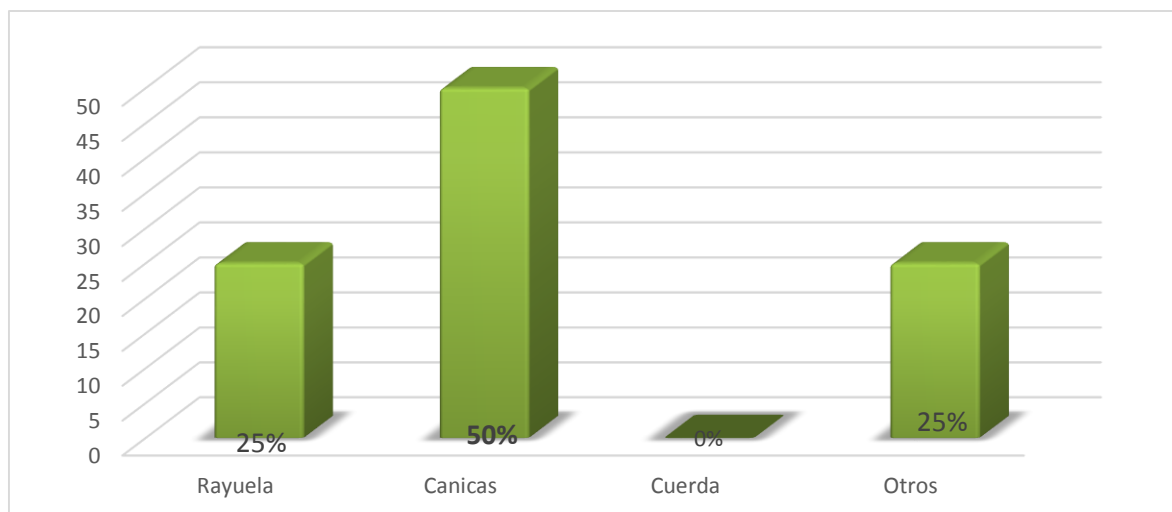
**TABLA N° 8**

Variables	f	%
La rayuela	1	25
Las canicas	2	50
La cuerda	0	0
Otros	1	25
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los profesores de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat

**El autor:** Pedro José Grefa Shiguango. **Año.** 2015

**Gráfico 8**



## **Análisis e Interpretación**

El juego es un deporte de grupal, donde interviene factores físicos, técnicos y psicológicos, los mismos que le permitirán un desarrollo integral y potencializar las cualidades técnicas y físicas del deportista.

Analizando los resultados el 50% manifiestan que las canicas, el 25% menciona que son la rayuela y el 25% otros juegos.

Del análisis e interpretación y conociendo que el juego es un deporte de grupal, donde interviene factores físicos, técnicos y psicológicos, los mismos que le permitirán un desarrollo integral y potencializar las cualidades técnicas y físicas del deportista los resultados el 50% manifiestan que las canicas, el 25% menciona que son la rayuela y el 25% otros juegos, por lo que determina que si las practicas de los juegos de los estudiantes no son de manera permanente en la casa, barrio o comunidad no podrá verse un desarrollo integral en los niños.

## **Evaluación del desarrollo físico de los niños**

La población objeto de estudio de la investigación fueron 90 niños(as) en la edad de 9 años de del sexo femenino y del sexo masculino, con un muestreo de 25 niñas y 29 niños de la Escuela Fiscal Enrique Rodriguez y el grupo de niños ubicados en el percentil 85 de talla según OPS/MS

### **Crecimiento de grupo de estudiantes por sexo.**

**TABLA N° 9**

<b>SEXO</b>	<b>NIÑAS</b>	<b>NIÑOS</b>
Crecimineto de los niños según OPS/MS	5,60 cm	5,60 cm
Crecimiento niños escuela fiscal Enrique Rodriguez	4,60 cm	4,28 cm
Diferencia entre percentil 85 y crecimiento niños escuela fiscal Enrique Rodriguez	1,00 cm	1,32 cm

**Fuente:** Talla a los niños de 9 años de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat y percentil 85 según OPS/MS  
**El autor:** Pedro José Grefa Shiguango. **Año.** 2015

## **Análisis e Interpretación**

El periodo de crecimiento estable, comprende el periodo preescolar y escolar y se extiende desde los tres años hasta el comienzo del estirón puberal, es un periodo de crecimiento lento y uniforme, la talla aumenta aproximadamente de 5 a 7 cm/año y sus incrementos tienden a disminuir ligeramente hasta alcanzar la mínima velocidad en el momento en que se inicia el estirón puberal. Hacia la edad de 7-8 años, el ritmo de



desaceleración disminuye y se observa un aumento ligero y transitorio de la velocidad. El peso sigue también un aumento lento y constante pero, al contrario que la talla, tiende a acelerarse progresivamente.

Del estudio realizado encontramos que los niños tienen una diferencia en el crecimiento de 1,32 cm en relación a la población ubicada en el percentil 85 de la misma edad, y las niñas tienen una diferencia de 1,00cm en relación a la población ubicada en el percentil 85 de la misma edad.

Del análisis e interpretación en el cual el periodo de crecimiento estable, comprende el periodo preescolar y escolar y se extiende desde los tres años hasta el comienzo del estirón puberal, es un periodo de crecimiento lento y uniforme, la talla aumenta aproximadamente de 5 a 7 cm/año y sus incrementos tienden a disminuir ligeramente hasta alcanzar la mínima velocidad en el momento en que se inicia el estirón puberal. Hacia la edad de 7-8 años, el ritmo de desaceleración disminuye y se observa un aumento ligero y transitorio de la velocidad y si de las medidas obtenidas encontramos que los niños tienen una diferencia en el crecimiento de 1,32 cm en relación a la población ubicada en el percentil 85 de la misma edad, y las niñas tienen una diferencia de 1,00cm en relación a la población ubicada en el percentil 85 de la misma edad, y luego de comprender que el juego es principal tipo de actividad en los niños de estas edades, predominando la preferencia por los juegos de acciones con objetos, desarrollándose así su actividad motora es importante aplicar programas amplios sobre como mejorar el desarrollo morfo psico social en los niños, por la relación directa entre la asistencia a los ejercicios y los niveles de crecimiento.

## g. DISCUSIÓN

Para comprender como se encuentran los resultados de la presente investigación se la realiza a partir de los objetivos planteados.

### **Objetivo específico uno.**

El objetivo uno se lo trata de analizar a partir del problema de investigación y dice *Valorar los fines con que utilizan los juegos los profesores de Educación Física en niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”*, para esto se aplicó una encuesta a los docentes de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, del Cantón Archidona, del área de cultura física y deportes, que atienden a los niños y niñas de quinto año de educación básica encontrándonos con lo siguiente:

En el análisis e interpretación tenemos que si consideramos que el juego es una actividad que tiene como objetivo principal desarrollar las capacidades físicas de los niños y elevar su rendimiento, mediante una serie de actividades y ejercicios que promuevan el desarrollo individual y colectivo, del estudio realizado se encuentra que el 75% manifiestan que a veces los estudiantes practican juegos en el hogar, barrio o comunidad, mientras que el 25% menciona que nunca, con esto se evidencia que los resultados no son positivos ya que debido a la falta de motivación en las clases a los estudiantes no despiertan un interés en realizar el juego, por lo tanto, se explica el por que los estudiantes no practican juegos en el hogar, barrio o comunidad.

Del análisis e interpretación se que tenemos, si el juego se basa en aquellas cosas que impulsan a un individuo a llevar a cabo ciertas acciones y a mantener firme su conducta hasta lograr cumplir todos los objetivos planteados, si consideramos que el 100% de los profesores encuestados dicen que practican juegos en la escuela en más de 5 horas se puede observar que los resultados son positivos ya que con incentivo a estudiantes en relación a los juegos, son una forma de activar el desarrollo físico.

Del análisis e interpretación si definimos al juego como el motor que nos emociona y dirige a realizar acciones, el niño motivado es aquel que se plantea un objetivo y se esfuerza en conseguirlo, del estudio realizado se encuentra que el 100% de los profesores encuestados en su totalidad manifiestan que siempre se encuentran satisfechos, con la

clase de juegos que desarrollan en la escuela los estudiantes, podemos decir entonces que si los resultados de la planificación del docente sobre los juegos que aplica en la clase son motivantes, los niños están predispuestos a un desarrollo morfosicosocial adecuado.

Del análisis e interpretación podemos decir que si el juego que reúne medios y recursos que facilitan la enseñanza y el aprendizaje, los resultados de la utilización de materiales e implementos para los juegos, en el desarrollo de las clases de Educación Física el 75% de los profesores manifiestan que a veces y el 25 % menciona que nunca podemos decir que la falta de utilización de materiales e instrumentos no garantiza el buen desenvolvimiento de la clase de educación física.

Del análisis e interpretación y considerando que el incentivo se refiere a todo aquello que motiva a la realización de juegos y se hace que los objetivos, metas, logros, sean conseguidos, debido al estímulo, si tenemos que el los resultados el 50% profesores dicen que a veces los estudiantes participan en la realización de ejercicios para alcanzar el desarrollo físico y el 50% menciona que nunca, nos demuestra que los estudiantes no comprenden de la importancia de la ejecución y los beneficios de los juegos.

Del análisis e interpretación y comprendiendo lo que el juego es una actividad que requiere habilidades y destrezas que debemos desarrollar, por ende es importante que para su enseñanza se utilice una metodología adecuada, en nuestra propuesta se propone un programa de ejercicios metodológicos para incentivar la práctica de este juego y por ende elevar el rendimiento de desarrollo físico y psicológico en los niños, de los resultados en que el 75% manifiestan que siempre los juegos inciden en el desarrollo físico de los estudiantes, si se aplican juegos siempre durante la clases aplicando reglas del juego, se puede tener un desarrollo físico en los alumnos.

Del análisis e interpretación en la que se considera que el juego, hace que los niños desarrollen al máximo las capacidades tanto individuales como de conjunto para llegar al objetivo que es incluir, de los resultados el 50% manifiestan que el fútbol y el 50% el básquetbol respectivamente, son los juegos más practicados de manera permanente, podemos decir que otros como los juegos recreativos no son practicados por los estudiantes en la escuela y que involucra a todos no se puede mejorar el desarrollo físico, esto demuestra que los docentes no tienen mucho conocimiento sobre procesos de los juegos habiendo muchos que aplicarlos para el desarrollo y formación del niño.

Del análisis e interpretación y conociendo que el juego es un deporte de grupal, donde interviene factores físicos, técnicos y psicológicos, los mismos que le permitirán un desarrollo integral y potencializar las cualidades técnicas y físicas del deportista los

resultados el 50% manifiestan que las canicas, el 25% menciona que son la rayuela y el 25% otros juegos, por lo que determina que si las practicas de los juegos de los estudiantes no son de manera permanente en la casa, barrio o comunidad no podrá verse un desarrollo integral en los niños.

Los profesores de Educación Física, como capital humano, necesita la capacitación y la actualización constantemente de los nuevos conocimientos y estar a la vanguardia de los adelantos tecnológicos de la ciencia, sobre todo en la formación multilateral, que es donde más se detectan necesidades de capacitación, los mismos deben poner mucho de su parte para hacer más productiva su profesionalidad para lograr el éxito deseado en las clases de a Educación Física.

### **Discusión del segundo objetivo.**

Si aplicarán el valor que tiene la actividad física durante juego al segundo objetivo que dice, *Determinar el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”*. De acuerdo al estudio realizado de la observación sobre el proceso de crecimiento durante la aplicación del juego encontramos que:

Del análisis e interpretación en el cual el periodo de crecimiento estable, comprende el periodo preescolar y escolar y se extiende desde los tres años hasta el comienzo del estirón puberal, es un periodo de crecimiento lento y uniforme, la talla aumenta aproximadamente de 5 a 7 cm/año y sus incrementos tienden a disminuir ligeramente hasta alcanzar la mínima velocidad en el momento en que se inicia el estirón puberal. Hacia la edad de 7-8 años, el ritmo de desaceleración disminuye y se observa un aumento ligero y transitorio de la velocidad y si de las medidas obtenidas encontramos que los niños tienen una diferencia en el crecimiento de 1,32 cm en relación a la población ubicada en el percentil 85 de la misma edad, y las niñas tienen una diferencia de 1,00cm en relación a la población ubicada en el percentil 85 de la misma edad, y luego de comprender que el juego es principal tipo de actividad en los niños de estas edades, predominando la preferencia por los juegos de acciones con objetos, desarrollándose así su actividad motora es importante aplicar programas amplios sobre como mejorar el desarrollo morfo psico social en los

niños, por la relación directa entre la asistencia a los ejercicios y los niveles de crecimiento.

También este pobre desarrollo físico puede estar dado porque las actividades físicas, superaron los límites máximos permitidos, la cual plantea que cuando se utilizan posiciones y ejecuciones incorrectas o se realiza con cargas excesivas podría tener efectos negativos, por ello es muy importante que las actividades físicas de base sean impartidos por profesionales suficientemente formados y especializados que sean capaces de adaptar la actividad física, el deporte y los juegos a las necesidades y capacidades de cada edad y de cada individuo, evitando así caer en posibles errores que puedan interferir negativamente en el desarrollo y crecimiento del niño o causarle lesiones o malformaciones que posteriormente tendrán difícil corrección en la vida futura.

### **Discusión de tercer objetivo**

Para dar el cumplimiento del tercer objetivo que es, *Diseñar y proponer una guía metodológica sustentada en juegos que contribuyan al desarrollo físico en los niños y niñas de Quinto Año de Educación Basica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodriguez Fabregat”*. Se elaboró una propuesta dirigida a los docentes de educación.

## **h. CONCLUSIONES**

El análisis teórico, las indagaciones empíricas y la implementación práctica de la guía metodológica sustentadas en los juegos y la incidencia sobre el desarrollo físico, nos permite concluir que:

1. El análisis teórico sobre la temática reveló deficiencias y limitaciones en la concepción del desarrollo de los juegos y su incidencia sobre el desarrollo físico en los estudiantes del Quinto Año Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, premisas detectadas en las encuestas realizadas a los profesores de Educación Física.
2. Determinados el desarrollo físicos efectuados durante la investigación pedagógica, los niños y niñas del Quinto Año Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, revelaron resultados poco significativo en los marcos de referencia de la dimensión del crecimiento físico demostrado en el estudio realizado y comparado con los datos internacionales, cuyos datos fueron obtenidos por las medidas antropométricas de la talla parado de los mismos.
3. El análisis de los elementos que caracterizan la guía metodológica sustentada en los juegos para el desarrollo físico en los estudiantes del Quinto Año Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, permitió concretar las dimensiones determinantes que contribuyeron a mejorar e individualizar el proceso de las actividades física, condicionando el incremento gradual de las tallas corporales de los estudiantes que fueron objeto de estudio.

## **i. RECOMENDACIONES**

Los resultados de la investigación, así como las conclusiones descritas, permiten recomendar lo siguiente:

1. Profundizar y diseñar otros métodos e instrumentos que garanticen los profesores de Educación Física con el objetivo de mejorar las actividades física en sus propias clases de esta asignatura, sustentados en los juegos y ejercicios para contribuir al desarrollo físico de los escolares.
2. Considerar por especialistas de la rama, la posibilidad de introducir la guía metodológica diseñada, a partir de los sustentos teóricos analizados en el marco de la investigación con el propósito de sistematizar estos conocimientos en esta área de la actividad física fundamental en escolares.
3. Considerar por los Directivos y los profesores de Educación Física de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, la posibilidad de introducir la guía metodológica diseñada, a partir de la motivación manifestada por los estudiantes con el objetivo de sistematizar los conocimientos en el área de la Educación Física.

## **j. BIBLIOGRAFÍA**

Kaplan, S. Growth. Rudolph's Pediatrics. Abraham Rudolph, 19th Edition, Prentice Hall Internacional Inc. 1991. 129-139.

Rosso, P. Aspectos biológicos del desarrollo. Pediatría Meneghello. 5ª Edición. Editorial Médica Panamericana. Buenos Aires. 1997. 65-79.

Valdés Martín Santiago, Gómez Vasallo Anabel (2006). Temas de Pediatría. La Habana, Editorial Ciencias Médicas.

Pediatría I .Colección Pediatría, Editorial Pueblo y Educación (1996). (Sin autor).

Ejercicios físicos y rehabilitación Tomo I. Colectivo de Autores (2006) La Habana Editorial Deportes.

N. V. Zimkin. (1975) Fisiología Humana .Ciudad de La Habana, Editorial científico técnica.

Indicaciones Metodológicas para la Educación Física y el Deporte Participativo. (2010).

Ashmarin Boris, Randol Ruiz(1981) Teoría y Métodos en la educación física. La Habana, Editorial Científico técnica.

Orientaciones metodológicas Educación Física 11no grado .Colectivo de autores. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana 1981.

CD de Universalización Asignatura GB / Folleto de la escuela Internacional de Educación física.

Lit. La Gimnasia y la Educación Rítmica. Colectivo de Autores. Editorial deportes. La Habana 2005.

Pila Teleña Hermenegildo. (1997) Preparación Física. Madrid España

Colectivo de Autores. Bioquímica de los Ejercicios Físicos (1981) La Habana, Editorial Pueblo y Educación.



Hernández Corvo, Roberto. (2007) Talentos Deportivos. La Habana, Editorial Deportes.

Colectivo de autores (2005) La Gimnasia y la Educación Rítmica, Editorial Deportes.

Colectivo de autores (2001) Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física Enseñanza Primaria, primer ciclo. Editorial Deportes.

Colectivo de autores (2007) Selección de lecturas sobre Trabajo Social Comunitario. La Habana, Editorial Ciencias Médicas.

Colectivo de autores (2005) Antropología Social Selección de lecturas. La Habana, Editorial Felix Varela.

Portal Moreno Rayza, Milena Recio Silva (2003) Comunicación y Comunidad. Ciudad de la Habana, Editorial Felix Varela.

F. Mueller, Robert, Ian de Young (2006) Genética Médica 10ma edición, Editorial Ciencias Médicas.

Álvarez Sintés, Roberto. (2001) Temas de Medicina General Integral volumen I. La Habana Editorial Ciencias Médicas.

Enciclopedia Autodidáctica Interactiva océano Tomo VIII. Barcelona España, Grupo Editorial SA.

R. E. Behrman, V. C. Vaughan (1988) Nelson Tratado de Pediatría I.(s.e)

Plaza Montero, Joaquín. (1974) Puericultura. La Habana, Editorial Deportes.

Teoría y Métodos en la educación física Autores: Boris Ashmarin y Randol Ruiz. Editorial Científico técnica La Habana 1981. (Es de Wichon).

## k. ANEXOS



# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

## **ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

### **CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES**

#### PROPUESTA ALTERNATIVA

“LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”. PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA”

#### **AUTOR:**

Pedro José Grefa Shiguango.

#### **DIRECTOR DE TESIS:**

DR. MILTON MEJÍA BALCÁZAR

Loja – Ecuador

2015

**TEMA:**

“LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”. PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA”

**DATOS INFORMATIVOS DE LA PROPUESTA:**

**INSTITUCIÓN BENEFICIADA:** Escuela Fiscal Enrique Rodriguez Fabregat

**3. BENEFICIARIOS DIRECTOS:** docentes de la Escuela Fiscal Enrique Rodriguez Fabregat

**BENEFICIARIOS INDIRECTOS:** Padres de familia y los niños de la Institución.

**UBICACIÓN:** Provincia de Napo, Cantón Archidona

**TIEMPO ESTIMADO PARA LA EJECUCIÓN:**

Inicio: septiembre 2015 a junio de 2016

**RESPONSABLE:**

Señor Pedro José Grefa Shiguango, estudiante de la UNL Sede Tena.

**ANTECEDENTES**

La escuela Fiscal Enrique Rodriguez Fabregat, se encuentra ubicado en la provincia de Napo, cantón Archidona, cuenta con 1,200 niños y 30 profesores 4 docentes de educación física la misma que se realizó la investigación con los paralelos de quintos años, con la finalidad de analizar el rendimiento de desarrollo físico, con que los profesores aplican juegos durante la clase.

La problemática detectada encontramos que el personal que labora como docentes de educación física se observa que no dan mayor importancia a los diferentes tipos juegos que aplican durante la clase para la enseñanza de desarrollo físico, ya que se ha comprobado que no tienen conocimiento y únicamente aplican juegos mas conocidos como es , el futbol y basqueth, igualmnetre de la observación que se a hecho a los niños encontramos que el nivel de desarrollo físico es muy baja por ende es necesario organizar

para poder dar charlas sobre la nutrición y la debida forma de alimentarse para su desarrollo .

En esta situación la necesidad de organizar una guía metodológico de ejercicios basados en juegos para su desarrollo fisico, que es menester de la institución aplicar la propuesta.

## **INTRODUCCIÓN**

El juego, visto de esta manera sirve para canalizarlas tensiones, llegando poco a poco a diferenciar qué cosa es juego y qué no lo es. En conseguir que el niño y la niña, también el adolescente y el adulto lleguen a adquirir el desarrollo físico. Si entiende esta diferencia, entonces es capaz de reconocer al juego como parte importante dentro de su trabajo y sólo así puede llegar a considerarse un ciudadano responsable con deberes y derechos en la sociedad a la cual pertenece.

En este ámbito, el desarrollo físico en la niñez, coadyuva a mejorar la flexibilidad del cuerpo, y más aún si se toma al juego como un medio estratégico para potenciar sus habilidades antes de iniciar la lecto-escritura y pre-matemática.

Toda persona que se relacione con los niños conoce de la atracción tan poderosa que ejerce el juego en estas edades ya que es una actividad que se utiliza para la diversión y el desarrollo el disfrute de los participantes, en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa para desarrollar , llevados también a la comunidad, pero ninguno de ellos relacionado con el desarrollo del crecimiento en la Educación Física en las edades escolares, por lo que se persigue mediante este programa alcanzar como objetivo fundamental aumentar el alcance de los juegos dosificado y controlado a mejorar la estatura.

## **IMPORTANCIA**

El juego es uno de los deportes que más personas atrae en el mundo, la práctica de este deporte se ha ido esparciendo por todos los rincones del mundo. Esta actividad es una

de las más favoritas en las instituciones educativas y en nuestra sociedad ha ido incrementando el número de adeptos por realizar diferentes juegos.

En nuestro país también es conocida esta actividad ya que gran parte de personas la practican los diferentes juegos, de igual manera observamos en nuestra provincia que gran parte de la población hace uso de ella, en especial los niños y adolescentes, debido a que esta actividad se encuentra inmerso en el programa de estudios que se imparte en las clases de Educación Física a nivel nacional en los centros educativos.

Pero existen circunstancias que no le permiten desarrollar por completo y su aplicación se ve mermada por una serie de acontecimientos que no deja que despegue en su plenitud los conocimientos que tiene este juego, esto se puede evidenciar al observar las clases de Educación física que se dan en las diferentes instituciones públicas y privadas, lo cual los profesores no le brindan el interés necesario a los fundamentos básicos y mayor a un a los fundamentos motivacionales en los juegos que son los cimientos para que esta actividad lúdica tenga un impacto profundo dentro de nuestra sociedad.

Al hacer el análisis del proceso que se lleva a cabo con los niños y niñas de quinto año de Educación Básica de la Escuela Fiscal Enrique Rodríguez Fabregat, se pudo descubrir ciertas falencias en la práctica de diferentes juegos, debido a una metodología inadecuada aplicada por los profesores para la aplicación del juego en los niños y lo cual se refleja en los resultados objetivos a nivel competitivo.

La falta de metodologías nos conmueve promover a los niños y niñas a realizar la práctica del juego de una forma adecuada y responsable.

## **JUSTIFICACIÓN.**

La importancia del presente estudio radica en los beneficios que genera hacia los profesores de Educación Física, no sólo en el ámbito del juego, sino también, en el profesional; además, para que sus niños y niñas que juegan estas disciplinas deportivas, les permita desarrollar en el crecimiento. Por otro lado, se podrá contribuir en el ámbito pedagógico, ya que el juego forma parte de los elementos del indicador de la formación y

desarrollo básica del actual Programa de Educación Física, implementándose como un nuevo modelo en la Educación Física en el Ecuador.

También, contribuirá en la planificación al establecer un conjunto de parámetros porcentuales y de los diferentes actividades a desarrollar para la dosificación de los ejercicios (condicionales y coordinativas) e intelectuales o cognoscitivos.

El autor de esta investigación, ha trabajado en el área de Educación Física, así como los niños y niñas y Docentes, ha visto una notoria mejoría en lo educativo y así como favorables resultados, al implementar este sistema al desarrollo de la niñez y la juventud.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

Aplicar un programa de ejercicios metodológicos, que sirvan para mejorar el desarrollo físico en niños y niñas del Quinto año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Ernque Rodriguez Fabregat” del canton Archidona, provincia de Napo.

### **Objetivos específicos**

- Socializar talleres sobre los juegos que se va aplicar con los Profesor de Educación Física que laboran en la Escuela Fiscal “Ernque Rodriguez Fabregat” del canton Archidona.
- Manifestar buena mecánicas de los movimientos partiendo de las estructuras postural de los niños, además de tener en cuenta las leyes de la biomecánica como ciencia de los movimientos del hombre.
- Valorar la calidad y efectividad de los juegos que desarrollan los Profesores que laboran en la Escuela Fiscal “Ernque Rodriguez Fabregat” del cantón Archidona

## FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Toda investigación educativa debe dar cuenta del fundamento racional que lo sustenta y afirmar en forma explícita y clara los principios básicos que dan orientación filosófica y dirección a la misma. La presente investigación procura cumplir con ese propósito. El mismo recoge los principios de carácter filosófico y psicológico sobre la naturaleza de la educación y los diferentes aspectos del proceso educativo. Contiene planteamientos en torno a la concepción de la educación y de la escuela, del conocimiento y del proceso del crecimiento físico y el aprendizaje, así como del rol y las características de los profesores y de los niños.

El crecimiento y desarrollo de un individuo es un fenómeno continuo que se inicia en el momento de la concepción y culmina al final de la pubertad, período durante el cuál se alcanza la madurez en sus aspectos: físico, psicosocial y reproductivo. Esta transformación involucra cambios en el tamaño, organización espacial y diferenciación funcional de tejidos y órganos. El aumento en el tamaño y masa corporal es el resultado de la multiplicación e hiperplasia celular, proceso conocido como crecimiento. Los cambios en la organización y diferenciación funcional de tejidos, órganos y sistemas son el resultado del proceso de desarrollo o maduración.

Los procesos de crecimiento y desarrollo son fenómenos simultáneos e interdependientes, ambos procesos tienen características comunes a todos los individuos de la misma especie, lo que los hace predecibles, sin embargo presentan amplias diferencias entre los sujetos, dadas por el carácter individual del patrón de crecimiento y desarrollo. Este patrón típico emerge de la interacción de factores genéticos y ambientales, que establecen, por una parte, el potencial del crecimiento y por otra, la magnitud en que este potencial se expresa. La información genética establece en forma muy precisa la secuencia y los tiempos en que estos procesos deben ocurrir, de modo que si alguna noxa actúa en estos períodos, impidiendo que un evento ocurra en los plazos establecidos, puede producir un trastorno definitivo del crecimiento y/o desarrollo.

Estos períodos se los denomina períodos críticos. La misma noxa actuando en otro momento del desarrollo puede no producir alteración o ésta ser reversible. El déficit de hormonas tiroideas durante la vida intrauterina y los dos primeros años de vida postnatal

deja un daño neurológico permanente; en cambio, en edades posteriores igual déficit puede producir alteraciones en el sistema nervioso que son reversibles a la sustitución de dichas hormonas. Esta situación ejemplifica por un lado la interdependencia que pueden tener los procesos de desarrollo (un trastorno tiroideo altera la maduración del SNC) y por otro lado, evidencia el período crítico de desarrollo del SNC.

El patrimonio hereditario le procura a cada individuo un patrón de crecimiento y desarrollo específico, el cual puede ser modificado por factores ambientales. En relación a la talla, los efectos genéticos se ven claramente ejemplificados al observar el patrón de crecimiento de los diferentes grupos étnicos, encontrándose el ejemplo más extremo al comparar la diferencia marcada de talla que existe entre individuos de origen nórdico y los pigmeos de Nueva Guinea. Las diferencias familiares son tan evidentes como las diferencias que existen entre las razas.

La influencia genética queda claramente establecida, al observar la similitud de talla que se da entre gemelos monocigotos, la cual tiene una correlación de 0,94; en cambio en los gemelos dicigóticos esta correlación baja a 0,5. Estudio de los coeficientes de correlación en familias, sugiere que los factores determinantes del crecimiento provienen de ambos progenitores y que cada uno de ellos tiene una influencia teórica de un 50% en la talla de los hijos. Estudios clínicos y de genética experimental, evidencian que la determinación de la talla es poligénica, participando genes ubicados tanto en los autosomas como en los cromosomas sexuales.

La herencia no sólo influye en la talla final y proporciones corporales de un individuo, sino también en diversos procesos dinámicos madurativos, tales como secuencia de maduración ósea y dentaria, la velocidad de crecimiento, la edad de menarquia, etc.

La influencia ambiental está determinada por diversos factores del ambiente físico, psicosocial y sociocultural de los individuos, siendo particularmente importantes el nivel de educación e ingreso familiar, así como la composición y estabilidad de la familia entre otros. La interacción de todos ellos, crea las condiciones de riesgo para contraer enfermedad. Dentro de los factores ambientales, la nutrición y las enfermedades infectocontagiosas son particularmente importantes en las comunidades en desarrollo. Esto hace que la evaluación del crecimiento y desarrollo sea un buen indicador de las



condiciones de salud del individuo o grupo poblacional evaluado. Un buen ejemplo de la influencia de los factores ambientales sobre el crecimiento, está representado por la menor estatura que alcanzan adultos provenientes de niveles socioeconómicos bajos, en relación a los de estratos con mejores ingresos, dentro de una misma población.

El proceso de crecimiento y desarrollo físico que es el tema que nos atañe en este trabajo, pues es un tema estudiado por numerosos autores Internacionales como; los conocidos estudios de Tanner sobre maduración sexual en adolescentes, cambios fisiológicos durante la etapa de crecimiento, velocidad de crecimiento etc. Autores nacionales como José R Jordán y Aldo León sobre crecimiento y desarrollo en asentamientos poblacionales de nuestro país, Hermenegildo Pila con los estudios de la Eficiencia física en Cuba y creación de los percentiles para seleccionar talentos.

Estudios realizados en el año 1972 por Tanner sobre “La aceleración del desarrollo físico” en varios países de europeos y de américa, del cual se derivan las tablas nutricionales por las que trabajan actualmente muchos pediatras, entre otros que han contribuido con grandes aportes.

Una tendencia muy positiva se observó en la dinámica del desarrollo físico de los niños y adolescentes cubanos en los últimos años, bajo la influencia del aumento progresivo del nivel de vida de nuestro pueblo, el cual debe tener acceso al desarrollo tecnológico más avanzado del mundo.

Podemos decir, por estudios realizados, que el desarrollo físico de los niños y adolescentes de otros países que se encuentran en un alto nivel y refleja la tendencia constatada en otros países y poblaciones del proceso de aceleración del desarrollo físico de las nuevas generaciones. Esto, sin dudas, es una consecuencia de las enormes transformaciones sociales que han tenido lugar en nuestro país: el mejoramiento paulatino de las condiciones de vida de nuestra población, el perfeccionamiento de los sistemas de salud y educación para todo el pueblo y en especial la atención a la población infantil. Una muestra del desarrollo económico y social logrado por la Revolución desde sus primeras décadas de vida se hizo evidente cuando se constató lo que en lenguaje técnico se denomina "tendencia secular positiva en la población cubana".

Estudios nacionales realizados recientemente revelan valores promedio en la talla de los cubanos, calificados como talla media, por lo que resulta prudente seguir de cerca este indicador debido a los grandes cambios economicosociales y ambientales que inciden en el nivel de vida de la población, pudiendo afectar el desarrollo físico poblacional. En la medida en que se incrementen las investigaciones en su alrededor, así podremos, a partir de argumentos sólidos y actuales incidir de forma positiva en los factores que constituyen frenos en este proceso. Los que defienden la teoría acerca de la influencia de los ejercicios físicos en el desarrollo del crecimiento, nos planteamos desde nuestra esfera de actuación de la actividad física incidir en este proceso por razón de ejercicios físicos en el contexto comunitario para potenciar el desarrollo físico, de niños y niñas.

El crecimiento y desarrollo físico es un sin dudas un indicador que revela el estado de salud de un individuo o de grupos poblacionales, por tanto si se goza de buen crecimiento y desarrollo físico es sinónimo de buena salud. Es un parámetro condicionante para la iniciación deportiva tener buena talla, sobre todo para los deportes con pelota y el atletismo.

Los ejercicios de desarrollo físico general, la gimnasia básica y los juegos constituyen el medio fundamental de educación física, y unido a este el deporte masivo que constituyen la principal vía para el desarrollo físico e integral de nuestros niños, dentro de estas actividades juegan un papel fundamental para el crecimiento los ejercicios de estiramiento y flexibilidad. Plantea que de no realizarse estos ejercicios diariamente puede verse afectado el crecimiento. En la práctica a estos ejercicios no se les dedica el tiempo suficiente como para incidir de una forma más eficiente en el crecimiento pues no es el fin que se persigue en las actividades físicas antes mencionadas.

La importancia profiláctica y terapéutica de la cultura física es mundialmente conocida. Existe un infinito número de investigaciones que demuestran la influencia positiva de los ejercicios físicos sobre el aparato motor, el sistema nervioso central, las funciones de la circulación sanguínea, de la regulación térmica y la actividad de los órganos de secreción interna.

Como resultado del entrenamiento físico mejora considerablemente la coordinación de las funciones motoras y vegetativas por el sistema nervioso, aumentan las posibilidades de muchos órganos y sistemas de órganos. Por ejemplo durante las tensiones

musculares en las edades de crecimiento cuando se utilizan ejercicios de elongación de los músculos y articulaciones estos se hacen más elásticos y flexibles por lo que facilitan el desarrollo en longitud de los huesos y en general del crecimiento físico (R. E. Behrman, V. C. Vaughan; 1988).

Los huesos de los niños en esta etapa presentan bajos niveles de sales de calcio lo que los hace flexibles pero hay que tener mucho cuidado en la aplicación de cargas de trabajo así como la postura adoptada durante los mismos ya que con facilidad podría causar deformidades posturales y trastornos en el crecimiento.

Nutrición, es el más relevante dentro de este grupo. Se ha podido demostrar que niños de igual raza criados medios nutricionales óptimos muestran un crecimiento mayor incluso que sus progenitores. Los casos agudos de desnutrición afectan enormemente el crecimiento y desarrollo de los niños, al verse privado este de los nutrientes fundamentales para subsistir, comienza un estado de depauperación progresiva que lleva a los dos cuadros clínicos más extremos de desnutrición en los niños.

## **METODOLOGÍA**

El presente investigación se considera como un diseño de investigación no experimental, por cuanto el desarrollo de la investigación será descriptiva para conocer qué tipos de juegos practican los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, con fines de alcanzar un mejor desarrollo físico en la vida de los niños del plantel.

## OPERALIZACIÓN

PERIODOS	CONTENIDOS	MÉTODOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	OBSERVACIÓN	
<b>Septiembre A octubre 2015</b>	Aprobación de la propuesta por parte de las autoridades del plantel.	Socialización de la propuesta a los docentes y niños.	Reunión con los docentes de la institución	Computadora Papel bom Infocus Esfero	Cumplimiento de la socialización y las actividades de encuestas a los docentes		
		Elaboración de los instrumentos de encuesta para la aplicación.	Charlas con los docentes				
		Aplicación de los instrumentos.					
		Diseño de los talleres.					
	Talleres de alimentación y nutrición	Socialización a padres de familia y niños	Reunion con los padres de familia y niños de la institución				Rendimeinto de los ejercicios y juegos durante la clase
		Somatotipo	Contextura corporal de niños y niñas		Medición de tallas y peso		Balanza Cinta métrica Ficha antropométricas
Control médico	Test de valoración de estado de salud del niño	Medir la frecuencia cardiaca	Centro de salud	Verificar el estado de salud del niño.			
Noviembre a junio 2015	Juegos y su aplicación	Global y fragmentario	Charlas sobre los juegos a realizar y sus objetivos	Materiales e implementos deportivos	Aplicación de ejercicios y juegos recreativos		

## **RECURSOS**

### **Recursos institucionales**

- Universidad Nacional de Loja
- Área de la Educación el Arte y la Comunicación
- Carrera de Educación Física y Deportes
- Escuela de Educación Básica “Enrique Rodríguez Fabregat”

### **Recursos humanos**

En este estudio participaran las siguientes personas:

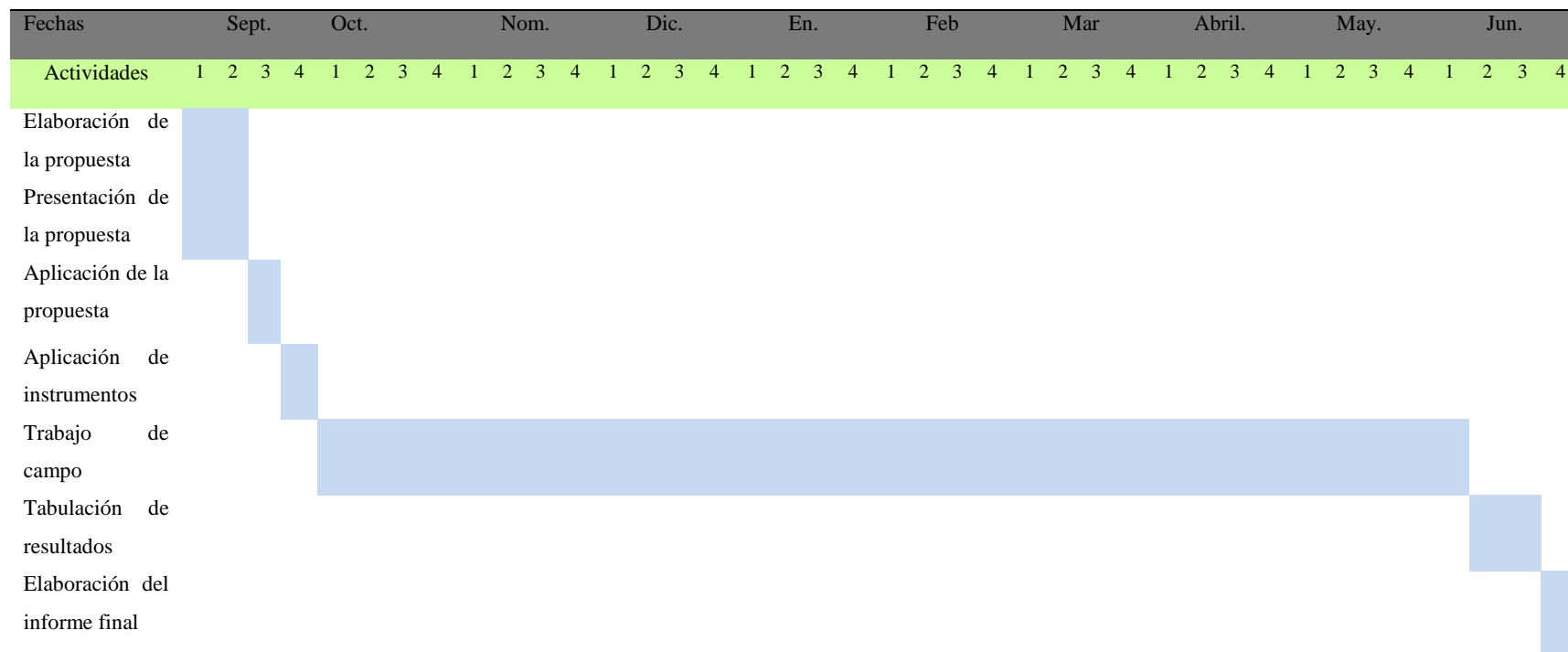
- Investigador:
- Director de tesis
- Estudiantes
- Docente de Educación Física de la Escuela de Educación Básica “Enrique Rodríguez Fabregat”

## **RECURSOS MATERIALES**

Los recursos materiales que se utilizaran en la presente investigación son:

- Balones
- Pito
- Cronometro
- Cuerdas
- Trompo
- Colchoneta
- Ulas
- Cnta
- Canicas
- Elástico

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES



## RECURSOS FINANCIEROS PARA LA PROPUESTA

No	Materiales	COSTO
01	Oficina	\$70.00
03	Transportación	\$70.00
04	Refrigerio	\$160.00
05	Impresión del informe	\$100.00
	TOTAL	\$400.00

**Autor:** Pedro José Grefa Shiguango

El financiamiento de los gastos que demandaron del diseño y ejecución del proyecto y la investigación, así como la elaboración del informe final de la tesis, fueron asumidos en su totalidad por el investigador.

### IMPACTO Y DIFUSIÓN DE LA PROPUESTA:

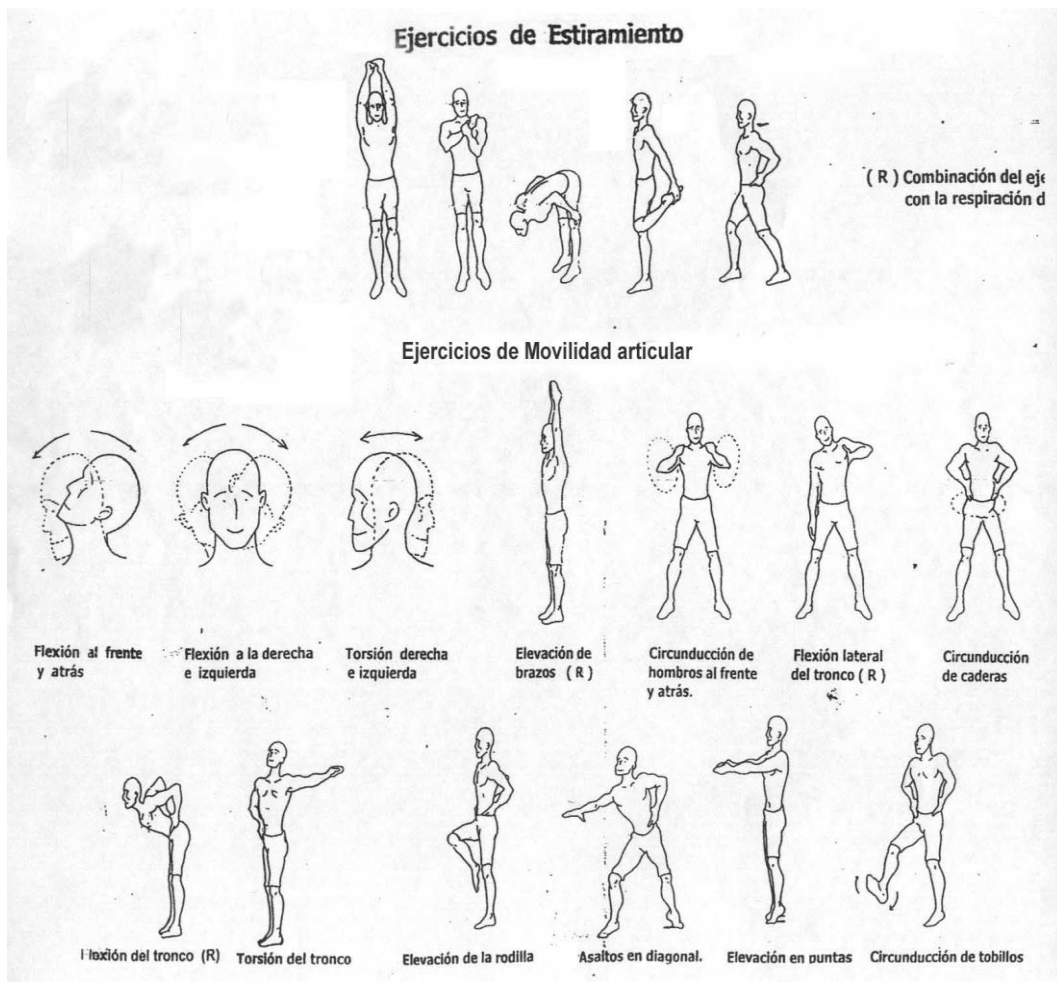
- El desarrollo de la Guía metodológica con los profesores de Educación Física y los estudiantes del Quinto Año Básica de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, tuvo un impacto positivo en la aplicación de la propuesta, ya que tanto los juegos como los ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas analizadas en los talleres realizados, repercutieron favorablemente en los resultados del desarrollo físico.
- Sustentados en una concepción de los juegos y su relación con la desarrollo físico, se hicieron más sólidos los conocimientos en los profesores de Educación Física lo que contribuyó al desarrollo de los conocimientos científico-metodológico y de las habilidades profesionales e investigativa con los estudiantes que fueron objeto de estudio, donde hubo un incremento cualitativo de hasta 3,72% de los niños evaluados en el nivel alto.
- Después de aplicada la propuesta de la guía metodológica en el estudio de la problemática planteada, los resultados obtenidos, indica que los Talleres de Capacitación a que fueron los profesores de Educación Física y estudiantes, tuvo un impacto positivo en el desarrollo físico de la muestra sometida a las variables objeto de estudio.

## Difusión.

La difusión de la presente propuesta se lo hizo sobre la base de los talleres realizados, dirigido a los profesores de Educación Física y estudiantes, algunos familiares, directivos y jóvenes que participaron, cuyo objetivo principal fue resaltar la importancia y los beneficios de los juegos y su influencia en el desarrollo físico en edad escolar.

## ANEXOS

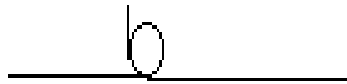
**Figura 1** Bateria de ejercicios de calentamiento



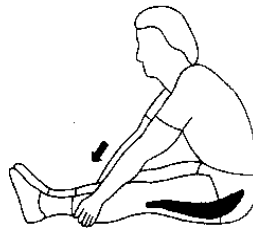
## Ejercicios de estiramiento.

1. PI (posición inicial). Parado, piernas separadas y brazos arriba con manos entrelazadas, realizar extensión de los brazos hacia arriba durante 10 segundos. Este ejercicio se puede realizar desde la posición acostada atrás.

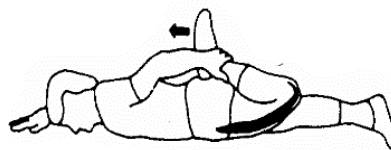




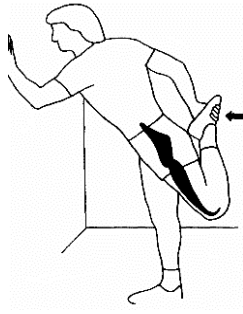
2. PI. Parado, piernas separadas, brazo extendido hacia el lado contrario por debajo de la barbilla, realizar extensión con ayuda del brazo contrario, durante el tiempo señalado anteriormente. Alterna con el otro brazo.
3. PI. Sentado, con las piernas extendidas hacia delante y las rodillas sólo ligeramente dobladas sobre el suelo. Extienda hacia delante los brazos y cójase las piernas lo más abajo posible. ¡Mantenga la espalda recta, a ser posible! Sienta la tensión en la parte posterior del muslo y permanezca así entre 10 y 15 segundos .Este ejercicio se puede realizar desde la posición de pie.



4. PI. Acostado al frente, con la mano auxiliar tire de la pierna hacia arriba, hasta que el talón toque los glúteos. Sienta la tensión en la parte anterior del muslo, y permanezca así de 10 a 15 segundos (alternar).Este ejercicio se puede realizar de pie apoyado de una espaldera, pared o compañero.



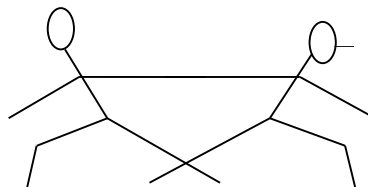
5. Nota: Esta técnica puede resultar muy efectivo practicándolo asimismo con la mano del lado opuesto, que pasando por detrás de la espalda, agarra el pie y lo levanta hasta presionar sobre los glúteos. Esta técnica durará de 10 a 15 segundos. Si se utiliza la mano opuesta a la pierna que se ejercita, la rodilla se flexiona formando un ángulo natural.



6. PI. Parado, pierna derecha adelantada en semiflexión, realizar un estiramiento de la pierna izquierda sin levantar el talón. Alternar.
7. PI. Parado, piernas separadas, brazos laterales, flexión del tronco al frente con vista al frente.
8. PI. Parados, manos entrelazadas atrás, realizar flexión del tronco al frente elevando brazos.
9. PI. Acostado atrás, con ambas manos tire de la pierna todo lo que pueda, tratando de pegar el muslo al abdomen, y permanezca así de 10 a 15 segundos. La otra pierna se mantiene extendida sobre el suelo. (alternar). Este ejercicio se puede realizar desde la posición parada con la espalda apoyada a la pared.



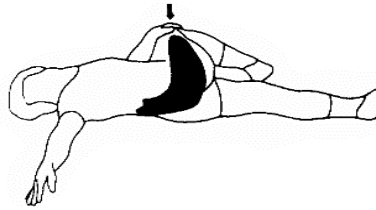
10. Parado una al lado del otro con las piernas abiertas de modo que se cruce la derecha de uno con la izquierda del otro, agarrándose mutuamente por las manos. Luchar



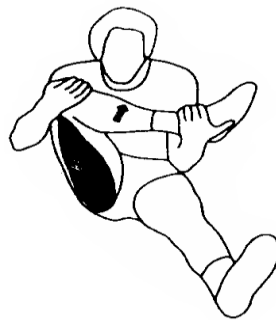
flexionando la pierna que queda hacia fuera para imponer al adversario su propia dirección. Mantener los brazos extendidos y permanezca así durante 10 a 15 segundos.

11. Con la mano en la rodilla de la pierna opuesta, tire de la pierna por encima de la otra hasta llegar al suelo. Permanezca en esta posición de 10 a 15 segundos. Los hombros

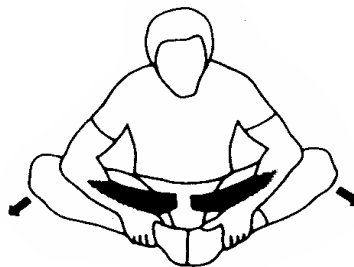
deben tocar el suelo; el brazo libre, relajado, debe estar extendido lateralmente, y la cabeza dirigida hacia la mano de ese mismo lado.



12. Tire la pierna con ambas manos lo más que pueda hacia el pecho y permanezca así de 10 a 15 segundos. Vigile que la rodilla no resulte sobrecargada. La sensación de tensión debe experimentarse en la parte posterior del muslo.



13. Lleve los talones hasta los glúteos y con las manos tire de los empeines hacia atrás. Apriete las rodillas hacia abajo, lo más fuerte que pueda, con los codos. Flexione ligeramente la espalda hacia delante por encima de las piernas y permanezca de 10 a 15 segundos. Éste se siente a lo largo de la parte interior del muslo.



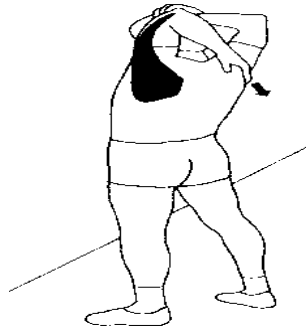
14. Flexiónese con cuidado hacia un lado, exactamente hacia la pierna levantada, y permanezca así de 10 a 15 segundos.



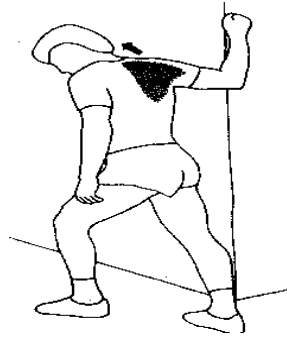
15. Flexiónese por la cadera hacia delante, manteniendo la espalda recta. Resulta más sencillo si se mira directamente hacia delante con las manos a la espalda. Permanezca en esa posición de 10 a 15 segundos.



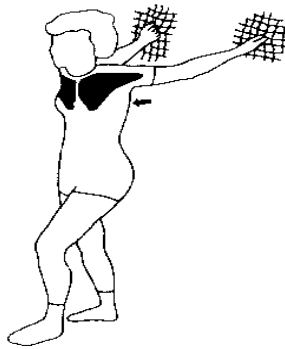
16. Doble el brazo hacia atrás contra la pared durante 15 segundos aproximadamente con la ayuda del brazo.



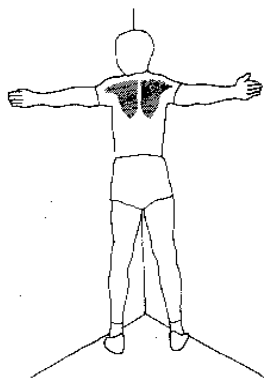
17. Mantenga inmóvil el antebrazo, y afiance los pies. Gire el tronco hacia delante y hacia afuera, de manera que la parte del pecho quede lo más avanzada posible. Sienta la sensación de tensión en el pecho, arriba, en la parte anterior de los hombros. Permanezca así entre 10 y 15 segundos.



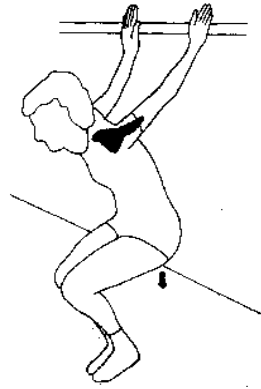
18. Extienda los brazos hacia arriba y hacia atrás, a ser posible de forma pasiva, y permanezca así entre 10 y 15 segundos, sujetándose en una red. La extensión puede efectuarse asimismo con la ayuda de un compañero que le sujete por las muñecas.



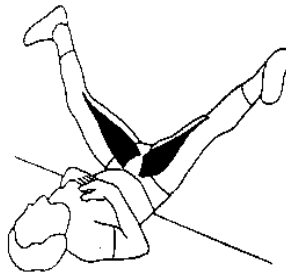
19. Sitúese en un rincón de la habitación, con la cara hacia éste. Apoye cada mano (o cada antebrazo) contra una pared y deje caer el cuerpo hacia delante. Oprima entre 10 y 15 segundos hacia delante de tal manera que experimente una sensación de tensión en la parte anterior de la caja torácica.



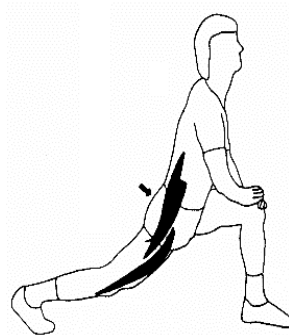
20. Mantenga las manos en la misma posición, pero flexione las rodillas y agáchese lo más que pueda. Sienta la tensión en los hombros, brazos y pecho. Permanezca así entre 10 y 15 segundos.



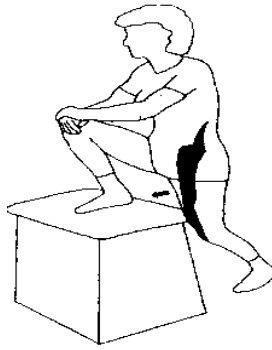
21. Separe las piernas todo cuanto pueda, lentamente. Permanezca pasivo de 10 a 15 segundos, con las piernas abiertas y los talones contra la pared. La pared sirve de apoyo y hace posible mantener entre 10 y 15 segundos.



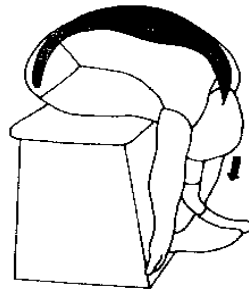
22. Con el cuerpo erguido y la pierna echada hacia atrás, proyecte las caderas hacia delante. Sienta la tensión en la cadera, y permanezca así de 10 a 15 segundos.



23. Mantenga la misma posición de piernas, pero proyecte las caderas lo más hacia delante que pueda. Sienta la tensión en la ingle y la cadera. Permanezca así de 10 a 15 segundos.



24. Deje caer el tronco hacia delante y hacia abajo, y permanezca en esta posición entre 10 a 15 segundos.



#### Ejercicios en la barra fija

- Suspendido en la barra. Realizar balanceos con las piernas hacia diferentes direcciones, entrecruzar las piernas.
- Soportar el mayor tiempo posible.
- Ejercicios de movilidad articular
- Cabeza: flexiones, torsiones y combinaciones.
- Brazos (con o sin implementos): flexiones, balanceos, elevación, círculos (simultáneos y alternos). Combinaciones
- Tronco: flexiones, torsiones y círculos. Combinaciones.
- Piernas: flexiones, elevaciones (simultáneas y alternas). Combinaciones.

#### **EJERCICIOS DE FLEXIBILIDAD.**

Cintura escapular: (brazos y hombros):

- Elevaciones asimétricas de los brazos en diferentes direcciones. Elevaciones de brazos en forma simétricas y en diferentes direcciones. Círculos amplios con brazos rectos al frente y atrás.

- Círculos amplios con manos en los hombros, al frente y atrás.
- Con manos en los hombros, llevar codos al frente y atrás, con y sin ayuda de otro compañero.
- Sentados con apoyo de brazos atrás, piernas unidas y extendidas, flexionar las piernas separando el tronco del apoyo de los brazos.
- Entrecruzar brazos al frente y atrás.
- Dislocación de brazos al frente y atrás con bastón o cuerda
- Dislocación de brazos laterales, manteniendo un bastón o una cuerda en las manos.

### **Ejercicios en parejas:**

- Brazos atrás, manos entrelazadas elevación de los brazos.
- Flexión del tronco al frente, tomado de las manos, realizar extensiones de brazos atrás.
- Entrecruzar brazos por detrás.
- En posición de pie o sentado, con brazos atrás, elevación de brazos con la ayuda de otro compañero.

### **Cintura pélvica: (piernas y cadera):**

- En posición de pie, con brazos arriba, flexiones al frente con ligeros empujes tocando el suelo (piernas rectas).
- Repetidas flexiones al frente desde la posición de sentados con piernas unidas y separadas (esparrancas), con y sin ayuda y empuje de otro compañero.
- De pie, piernas en esparrancas, flexiones a la izquierda, centro y derecha en forma alterna. Elevar piernas en diferentes direcciones y mantener la posición durante 5 segundos.
- Con agarres en otro compañero, espaldera, etc., balanceos de piernas.
- PI – Brazo izquierdo lateral a la derecha, con el otro brazo colocado en la parte posterior del brazo izquierdo, realizar presión hacia adentro. Alternar el ejercicio.
- Asaltos al frente con doble empuje.
- Asaltos laterales continuos.



- Acostados atrás, apoyado en los antebrazos, abrir y cerrar piernas laterales.

### **Ejercicios en pareja:**

- Elevación de piernas al frente y lateral.
- Elevación de piernas lateralmente por el compañero
- En parejas, sentados piernas abiertas y manos entrelazadas realizar alones consecutivos.

### **Columna vertebral:**

- Arqueos del tronco desde apoyo mixto de frente.
- Puente desde acostado. Descendiendo poco a poco el agarre de las manos por una espaldera o pared hasta lograr el puente (arco).
- Puente desde parado.
- Puente pasando por parado de mano con ayuda.
- Flexiones laterales del tronco (brazos arriba, manos en la cintura, en la nuca etcétera).
- Split. dinámica activa
- Flexión y arqueado del tronco con doble empuje.
- Flexiones laterales del tronco con doble empuje.
- Ejercicios en pareja.
- Sentados flexionado con ayuda
- Acostado arqueado, elevación del tronco por el compañero.
- PI. Acostado atrás en el piso, agarrándose las piernas con las manos y llevando las rodillas al pecho. En esa forma se levanta hasta sentarse y se acuesta de nuevo sobre la espalda, ladeándose hacia uno y otro costado. Finalmente, vuelve a sentarse. Este juego flexibiliza la columna vertebral.

### **Juegos con pelotas y otras actividades.**

Juegos predeportivos y motrices.

- Juegos predeportivos
  - Baloncesto
  - Fútbol
  - Atletismo
- Juegos motrices

A continuación se exponen ejemplos de algunos juegos a realizar .Estos preferentemente de saltar, halar, lanzar y correr:

- Relevos en saco
- Canguro Saltador
- La viola
- Salto de suiza individual y por equipo
- Cuatro esquinas
- Lucha de tracción

**Estas actividades también se pueden trabajar en su forma (maestría del profesor).**

**Saltar:**

- De diferentes formas.

Con las dos piernas:

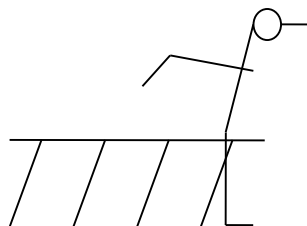
- Hacia diferentes direcciones con desplazamiento.

**De profundidad:**

- Saltar obstáculos a una altura, sin carrera de impulso
- Saltar obstáculos a una altura, con carrera de impulso
- Saltar para tocar objetos colgados.

25. PI .De pie al lado de una espaldera o pared, con los brazos al lado del cuerpo. Saltar verticalmente y luego tratar de tocar lo más alto posible, con una mano. Apoyarse sobre un pie o sobre ambos. **8/10 Rept.**

26. PI .De pie, con los brazos a los lados del cuerpo. Saltar verticalmente levantando los brazos flexionados hacia atrás y hacia arriba e inclinando ligeramente el tronco hacia delante. Mantener en el aire las piernas extendidas y juntas. . **8/10 Rept.**



27. PI .De pie, con los brazos a los lados del cuerpo. Saltar verticalmente, separar las piernas extendidas en forma lateral y tratar de tocar las puntas de los pies con las manos; después caer con las piernas juntas.

28. PI .Salto de suiza individual y por equipo.

NOTA: Estas actividades se pueden realizar como ejercicios

### **Lanzar:**

Lanzar pelotas pequeñas y medianas de formas diferentes hacia diferentes direcciones (con dos manos y con una alternando). Se utilizarán pesos pequeños y ligeros.

- PI. De pie, la pelota medicinal delante del cuerpo y los brazos extendidos. Describir amplios círculos delante del cuerpo en una y otra dirección.
- PI. De pie, las piernas separadas, la pelota medicinal sostenida con una sola mano y el brazo extendido a lo largo del cuerpo. Levantar el brazo extendido y lanzarla mediante un amplio movimiento circular, hacia un lado, por encima de la cabeza.
- PI. De pie, con las piernas separadas, y los brazos extendidos, sostener la pelota medicinal detrás de la espalda. Lanzarla hacia delante por encima de la cabeza con lo brazos extendidos; después recibirla por delante del cuerpo.

- PI. De pie, piernas en forma de paso, los brazos extendidos sentido vertical por encima de la cabeza. Lanzar la pelota hacia delante con los brazos extendidos.
- PI. De pie en guardia boxística. Lanzar la pelota a la altura de la cara, después golpearla con el puño (directo de derecha y luego de izquierda).

Si el área no tiene terrenos idóneos se puede tirar a un aro, patear y hacer pases con el balón de fútbol, pases de manos con la pelota de baloncesto o balonmano, estos pases pueden hacerse sentados, de pie, en movimientos, etc.

Otras actividades de carácter físico - recreativo que se pueden realizar por cuenta propia, las cuales favorecen mucho el desarrollo físico son: el baile, nadar, el campismo, montar bicicleta, y todas aquellas actividades que por sus requerimientos energéticos estén dentro de las posibilidades individuales de realización.

Para los niños tiene una gran importancia la natación, con la cual se debe comenzar en la edad preescolar desde los (2 a los 5 años). La actividad motora en el agua se perfecciona en condiciones próximas al estado de ingravidez, lo que brinda la posibilidad de influir de manera muy efectiva en la correcta formación del tronco y de las piernas.

### **Ejercicios posturales combinados con respiratorios.**

Son utilizados en la parte final de la clase con el objetivo de lograr una total recuperación de los signos vitales (presión arterial, frecuencia cardiaca y frecuencia respiratoria) y de la musculatura que intervino en la actividad. Estos se realizan a través de ejercicios posturales, si lo realiza con otros compañeritos se siente más motivado, generalmente son combinados con los ejercicios respiratorios, desde las posiciones de pie, sentado y acostado garantizando la formación de la postura correcta en edades tempranas así como la recuperación del niño.

### **Actividades que se realizan de pie en buena postura:**

- PI. De pie, los niños se cogen de la mano y se ponen de pie contra la pared con los talones a 8 a 10 cm de esta. La cabeza y hombros deben pegarse a la pared con el mentón recogido, cada niño debe tratar de recoger el abdomen hasta que la parte inferior de la espalda toque la pared, en este momento realizar inspiración y luego

la espiración sin separarse de la pared. El objetivo de la actividad es observar que el niño se pegue más a la pared.

- Los niños simulan ser gigantes y caminan en puntillas, estirándose lo más posible, llevando los brazos arriba conjuntamente con una inspiración, luego baja los brazos espirando el aire.
- PI. Acostado atrás en el suelo, con los brazos extendidos por encima de la cabeza (oblicuos), la barbilla recogida y la cintura contra el piso, el niño se estira tanto como puede, realizando una inspiración profunda. Conservando la cintura pegada al piso, expande el pecho y estira los brazos y piernas (flexión dorsal de los pies), luego espirar el aire.
- PI. Acostado atrás en el piso, con los brazos pegados al cuerpo y las piernas juntas. Cada niño contrae el abdomen y pega la cintura al piso. (enderezando la espalda).

Mientras se pronuncian las palabras una, dos el niño extiende sucesivamente cada brazo por encima del hombro y abre las piernas en igual forma a la vez realiza inspiración y al decir tres, cuatro, regresa a la posición inicial realizando de forma conjunta la espiración. Durante el ejercicio la cadera debe mantenerse pegada al piso.

- PI. De pie, la barbilla recogida, el pecho alto, el abdomen recogido, tratando de mantenerse tan erguido como sea posible. Manteniendo esta posición realiza las actividades que le indique el profesor o un niño (caminar, brazos arriba en arco, brazos laterales arriba agacharse, sentarse, acostarse y levantarse, arrodillarse, pegado a la pared apoyar la espalda, cadera y cabeza. Combinar con ejercicios respiratorios siempre que sea posible.

### **Ejercicios para la posición correcta de los hombros y la escápula.**

#### **Ejercicios caminando:**

- Los niños en posición de pie, con la cabeza erguida y la barbilla recogida, el pecho al frente, los dedos de las manos tocando los hombros, codos atrás, brazos unidos al cuerpo caminar en línea recta manteniendo la posición. Realizar

inspiración llevando los codos arriba y con la espiración regresa a la posición inicial.

#### **De la posición de acostado:**

- PI. Cada niño se acuesta al frente, realiza inspiración a la vez que adopta la siguiente posición: con la cabeza y los hombros en alto, la barbilla recogida, los pies en alto y juntos, los hombros cercanos al cuerpo con el dorso de las manos hacia el piso. La espiración la realiza regresando a la posición inicial.

#### **Ejercicios para la posición correcta de la espalda.**

##### **Posición sentada**

El niño se sienta pegado a la pared, con las piernas extendidas al frente realiza una inspiración y a la vez flexiona la rodilla de una pierna y la extiende expirando el aire de forma alternada. En estos movimientos la espalda, la cabeza y; los hombros, deben tocar la pared apoyándose en esta mientras dure el ejercicio.

#### **Indicaciones metodológicas para el trabajo de la flexibilidad:**

- Realizar los ejercicios de flexibilidad después de un adecuado calentamiento, para evitar lesiones.
- Nunca debe ejercitarse en estado de fatiga.
- Alternar los ejercicios dinámicos con ejercicios pasivos en relación 3 a 1.
- La intensidad de los ejercicios debe ser baja.
- Deben evitarse posiciones extremas, que puedan provocar lesiones.
- Debe trabajarse hasta un umbral predoloroso.
- Trabajar todos los grupos y planos musculares.
- Ejecutar los movimientos y ejercicios de forma progresiva y variada.
- Los métodos fundamentales para su desarrollo son el de repetición y esfuerzos mantenidos.
- Las formas y procedimientos más empleados son: frontal, parejas, secciones y circuito.

## **Métodos utilizados:**

- **Repeticiones:**
- **Esfuerzos mantenidos:**
- **Juegos:** Este método es ampliamente utilizado en las clases de gimnasia. Por su carácter eminentemente emulativo facilita que el alumno desarrolle el máximo de sus posibilidades, ya que se encuentra en un estado de franca motivación, por lo que es muy utilizado en el desarrollo de las capacidades motrices.
- Particularidades de la clase.

El programa propuesto tendrá una duración por sesión de ejercicio general entre 45 a 60 min. Este tiempo total de ejercicio, se divide en tres partes.

## **PRIMER TALLER DE LA GUÍA METODOLÓGICA**

**Horario:** 18 a 22 horas.

**Total de Horas:** 20 horas semanales.

**Tema:** El crecimiento físico

### **Conceptualización:**

Es el desarrollo de la movilidad de un niño, sus procesos de pensamiento y las características sexuales. Al nacer, los niños y las niñas se desarrollan más o menos al mismo ritmo. A medida que los niños crecen, el proceso se torna diferente para niños y niñas.

### **Objetivo:**

Valorar las características del desarrollo físico en escolares a través de los juegos y la actividad física.

### **Contenidos y actividades a desarrollar durante el Taller:**

#### 1. La madurez del niño.

- La edad cronológica.
- La edad esquelética.
- El nivel de madurez sexual.

#### 1. Datos a tener en cuenta.

- Las niñas maduran fisiológicamente entre 2 y 2,5 años antes que los niños.
- La estatura y el peso alcanzan su cota máxima a los 16,5 años de promedio en las niñas y a los 18 años en los niños.
- El ritmo máximo de crecimiento en las niñas es a los 12 años en peso y en estatura.



- En los niños el ritmo máximo de crecimiento se da a los 14 años y el del peso se da a los 14,5 años. Es decir, hay un ligero retraso con respecto a la estatura.

### 3. Consecuencias

- El gasto energético a estas edades.
- Intensidad de las actividades cuando que se practica en estas edades críticas es de máxima exigencia, se retrasa el crecimiento.
- Las lesiones en la epífisis pueden ocasionar la finalización prematura del crecimiento.

### 4. Factores determinantes en el crecimiento del escolar.

**Responsables:** Profesores de Educación Física y Directivos de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, del Cantón de Archidona, provincia de Napo.

**Recursos requeridos:** Laboratorio de computación con Internet, Marcadores, Material Didáctico, Infocus, Video, Pizarra.

**Participantes:** Profesores de Educación Física y estudiantes del Quinto Año Básica.

## SEGUNDO TALLER DE LA GUÍA METODOLÓGICA

**Horario:** 18 a 22 horas.

**Total de Horas:** 20 horas semanales.

**Tema:** Los juegos y su relación con la capacidad física Rapidez.

### **Conceptualización:**

Un juego es una actividad que se utiliza como diversión y disfrute para su participación; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Los juegos normalmente se diferencian de los trabajos por el objeto de su realización, pero en muchos casos estos no tienen una diferencia demasiado clara. También un juego es considerado un ejercicio recreativo sometido al concurso de reglas.

### **Objetivo:**

Valorar los aspectos científicos y metodológicos de la clase de la Educación Física y su relación con las actividades programadas.

### **Contenidos y actividades a desarrollar durante el Taller:**

- En el orden didáctico-pedagógico.
- En el orden fisiológico.
- En el orden psicológico.
- En el orden medio ambiental.
- Los aspectos endógenos y exógenos.

**Responsables:** Profesores de Educación Física y Directivos de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, del Cantón de Archidona, provincia de Napo.

**Recursos requeridos:** Laboratorio de computación con Internet, Marcadores, Material Didáctico, Infocus, Video, Pizarra.

**Participantes:** Profesores de Educación Física y estudiantes del Quinto Año Básica.

## TERCER TALLER DE LA GUÍA METODOLÓGICA

**Horario:** 18 a 22 horas.

**Total de Horas:** 20 horas semanales.

**Tema:** Los juegos y su relación con la capacidad física Rapidez.

### **Conceptualización:**

Un juego es una actividad que se utiliza como diversión y disfrute para su participación; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Los juegos normalmente se diferencian de los trabajos por el objeto de su realización, pero en muchos casos estos no tienen una diferencia demasiado clara. También un juego es considerado un ejercicio recreativo sometido al concurso de reglas.

### **Objetivo:**

Valorar la a través de los juegos.

### **Contenidos y actividades a desarrollar durante el Taller:**

- Los tipos de ejercicios
- Relevos
- Acelera y sigue
- La olla loca
- La tortuga
- La estatua
- Cuatro esquinas
- El Pañuelo
- El espabilado

**Responsables:** Profesores de Educación Física y Directivos de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, del Cantón de Archidona, provincia de Napo.

**Recursos requeridos:** Laboratorio de computación con Internet, Marcadores, Material Didáctico, Infocus, Video, Pizarra.

**Participantes:** Profesores de Educación Física y estudiantes del Quinto Año Básica.

## CUARTO TALLER DE LA GUÍA METODOLÓGICA

**Horario:** 18 a 22 horas.

**Total de Horas:** 20 horas semanales.

**Tema:** Los juegos y su relación con la capacidad física resistencia aerobia.

### **Conceptualización:**

Es la capacidad que tiene el cuerpo humano de dominar el ritmo de la respiración, después de sostener un esfuerzo durante el mayor tiempo posible. Se puede decir entonces, que la resistencia aeróbica se refiere a la habilidad del aparato respiratorio para suministrar una adecuada provisión de oxígeno a las células y remover los productos metabólicos de desechos producidos por el trabajo muscular corporal.

### **Objetivo:**

Valorar la resistencia aerobica a través de los juegos.

### **Contenidos y actividades a desarrollar durante el Taller:**

- Los tipos de ejercicios.
- Los métodos y procedimientos a utilizar.
- Las orientaciones metodológicas por cada ejercicio a desarrollar.

**Responsables:** Profesores de Educación Física y Directivos de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, del Cantón de Archidona, provincia de Napo.

**Recursos requeridos:** Laboratorio de computación con Internet, Marcadores, Material Didáctico, Infocus, Video, Pizarra.

**Participantes:** Profesores de Educación Física y estudiantes del Quinto Año Básica.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA  
AREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN  
CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

TEMA

“LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE  
LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA  
DE LA ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”.  
PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA”

Proyecto de Tesis, previa a la obtención del  
grado de Licenciado en Ciencias de la  
Educación, Mención: Cultura Física y Deportes.

AUTOR

Pedro José Grefa Shiguango

DOCENTE

Lic. Eriarnes Laza Torres., Mg, Sc

TENA – ECUADOR

2015

a. TEMA

“LOS JUEGOS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL “ENRIQUE RODRIGUEZ FABREGAT”. PROPUESTA DE UNA GUÍA METODOLÓGICA”

## b. EL PROBLEMA

### **Conceptualización.**

La aplicación de los juegos como estrategia facilita el desarrollo de las habilidades y destrezas en el niño, porque son procesos dinámicos con la participación activa de ellos. El juego es una actividad esencial desde la infancia, ya que permite la expresión de emociones y alimenta la imaginación.

A través de la actividad lúdica el niño libera tensiones, sueña, crea, exterioriza sus pensamientos, manifiesta su curiosidad, resuelve problemas y aprende. Los juegos populares son una alternativa muy valiosa como recurso instruccional y como elemento de una estrategia de aprendizaje.

El juego tiene un valor educativo importante, por cuanto facilita que los niños y niñas adquieran el desarrollo de procesos intelectuales que le permiten fomentar hábitos y actitudes positivas hacia el trabajo escolar. Las ideas expuestas, permiten inferir que el juego en la vida del niño preescolar se considera como la herramienta en la cual se sustenta el logro de futuras enseñanzas y el elemento primordial en el desarrollo de la personalidad y la adquisición de diversas funciones motrices y psíquicas.

En el Ecuador, el Ministerio del Deporte emprende el programa Ejercítate Ecuador que se constituye en una oportunidad real para que los niños o niñas realicen actividad física (Bailoterapia y Aeróbicos) en todo el país. Así, este año se han activado 1040 puntos de Ejercítate Ecuador en las 24 provincias.

Esta investigación se realizará en el Cantón de Archidona, con niños y niñas de Quinto Año de la Escuela Educación Básica General “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo donde existen establecimientos que no cuentan con espacios deportivos suficientes, para que el niño o la niña puedan hacer ejercicios físicos en su tiempo libre.

## **Situación problemática del objetivo de investigación**

El juego constituye un elemento básico en la vida de un niño, que además de divertido resulta necesario para su desarrollo. Pero ¿por qué es importante y qué les aporta? Los niños necesitan estar activos para crecer y desarrollar sus capacidades, el juego es importante para el aprendizaje y desarrollo integral de los niños puesto que aprenden a conocer la vida jugando.

Los niños sienten necesidad de hacer las cosas una y otra vez antes de aprenderlas por lo que los juegos poseen un carácter formativo al hacerlos enfrentar una y otra vez, situaciones las cuales podrán dominarlas o adaptarse a ellas. Además, los juegos pueden ser de todo tipo: de mesa deportivos, etcétera. Mediante el juego los niños buscan, exploran, prueban y descubren el mundo por sí mismos, siendo un instrumento eficaz para la educación

En esta investigación el principal problema es que momento los niños pueden jugar en el ambiente escolar y en su tiempo libre, ya que ellos solo practican los deportes conocidos como el Juego, el Baloncesto, Atletismo, Taekwondo entre otros, ya que en las competencias estudiantiles en las instituciones solo presentan las disciplinas deportivas más conocidas, por lo existe poco interés de los niños y niñas de no practicar los juegos tradicionales autóctonos de la zona, lo que conlleva a buscar un espacio para dar nuevamente vida a la cultura y tradición del pueblo (Kichwa).

La prioridad de este estudio de investigación es mejorar el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de la Escuela Educación Básica General “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo y crear en los más pequeños un hábito saludable con la finalidad de prevenir enfermedades a futuro.

Frente a esta problemática se ha creído conveniente desarrollar la investigación como guía para proyectos a futuro en mejora del deporte, del diario vivir de la población infantil, del cantón y la provincia de Napo.



## **Problema de investigación**

¿Cómo incidirá una guía metodológica de juegos en el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo, año lectivo 2014 – 2015?

## **Preguntas significativas**

¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos para diseñar una guía metodológica de juegos que incidan en el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo, año lectivo 2014 -2015?

¿Qué tipos de juegos utilizan los profesores de Educación Física para el desarrollo físico en los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica en la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo?

¿El establecimiento de una guía metodológica para juegos podrá incidir en el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo?

## **Delimitación del problema**

### **Temporalmente.**

La presente investigación se realizará durante el año lectivo 2015.

### **En lo que al espacio físico se refiere.**

La presente estudio se realizará en la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo, tomando en cuenta como fuente principal a la investigación bibliográfica y de campo.

## **Las unidades de observación.**

Las fuentes de información para realizar la presente tesis de grado se obtendrá de los sujetos siguientes:

- Profesores de Educación Física de la propia escuela.
- Niños y niñas de Quinto Año de Educación General Básica.

### **c. JUSTIFICACIÓN**

Esta investigación tiene como fin obtener un diagnóstico acertado de los juegos que realizan los niños y niñas de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo, año lectivo 2014 - 2015

En los encuentros deportivos estudiantiles que se celebran cada año, los niños y niñas de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” no han realizado una total participación en los últimos años. En la actualidad, se interesan más por estar frente al televisor, el computador y los videojuegos, utilizando de mala manera el tiempo libre, por lo tanto, el aporte que realiza esta investigación es en beneficio de los niños y niñas de la escuela, con el fin de mejorar su desarrollo físico y obtener a futuro mejores resultados en las competencias estudiantiles que organiza la Federación Deportiva Estudiantil de Napo.

La forma de prevenir diversas enfermedades es mediante la práctica de los diferentes deportes (juegos) desde edades tempranas y es aquí donde nace la idea de realizar un programa deportivo - recreativo de manera permanente que mantenga a los niños y niñas empleando positivamente el tiempo libre, lo cual le va a facilitar que su cuerpo en la parte física se desarrolle en términos adecuados.

Lastimosamente, la institución educativa no cuenta con espacios físicos adecuados, en donde no se puede practicar deportes más comunes como: el juego, básquetbol, atletismo. Se puede incorporar nuevos deportes que la población no tiene conocimiento (Béisbol, tenis de mesa, levantamiento de pesas, etc.) y recuperar los juegos tradicionales que se han perdido a través de los años como la perinola, las canicas, la rayuela, el gato, el trompo, etc.

La investigación se considera factible de ejecutarse, al saber que los niños y niñas ocupan la mayor parte del tiempo libre en actividades sedentarias, a pesar de que en el contexto local (espacios deportivos de los Barrios) cuentan con los espacios físicos adecuados para realizar cualquier tipo de actividad física deportiva y recreativa, pero, optan por no practicar ningún deporte, debido al escaso interés y desconocimiento de los grandes beneficios que genera la práctica deportiva en el desarrollo físico.

Existe el interés de las autoridades del plantel en la implementación de programas deportivos y recreativos, con lo cual los niños y niñas mejorarán el desarrollo físico e intelectual, que formará al estudiante en valores y en el espíritu del juego limpio, aceptando con gallardía la derrota y el respeto hacia los demás.

#### d. OBJETIVOS

##### Objetivo General

- Diseñar una guía metodológica sustentada en los juegos que contribuyan al desarrollo físico de niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo.

##### Objetivos Específicos

- Valorar los fines con que utilizan los juegos los profesores de Educación Física en niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica.
- Determinar el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica.
- Diseñar y proponer una guía metodológica sustentada en juegos que contribuyan al desarrollo físico en niños y niñas de Quinto Año de Educación.

## e. MARCO TEÓRICO

### **Antecedentes de la investigación**

El juego constituye la ocupación principal del niño, así como un papel muy importante, pues a través de éste puede estimularse y adquirir mayor desarrollo en sus diferentes áreas como son psicomotriz, cognitiva y afectivo-social. Además el juego en los niños tiene propósitos educativos y también contribuye en el incremento de sus capacidades creadoras, por lo que es considerado un medio eficaz para el entendimiento de la realidad.

Por medio del juego los pequeños experimentan, aprenden, reflejan y transforman activamente la realidad. Los niños crecen a través el juego, por eso no se debe limitar al niño en esta actividad lúdica

El desarrollo físico se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en los que están implicados el desarrollo cerebral, como ya se ha indicado, el desarrollo óseo y muscular.

El crecimiento es continuo a lo largo de la infancia y adolescencia, pero no se realiza uniformemente. El ritmo de crecimiento es rápido en el primer año de vida, a partir del segundo año muestra un patrón más lineal y estable, enlenteciéndose gradualmente hasta la pubertad.

En la adolescencia se acelera de nuevo y se detiene al finalizar ésta. Las diferentes partes del cuerpo, así como los órganos del mismo, varían también en el ritmo de maduración. La asincronía del desarrollo de los diferentes sistemas corporales está incorporada a la herencia de nuestra especie. Por ejemplo, el crecimiento de la cabeza y del cerebro es más rápido que el resto del cuerpo y pronto alcanza proporciones de adulto, mientras que los órganos sexuales reproductores crecen de forma lenta y se aceleran en la adolescencia

Moreno González (2014) realizó un estudio transversal que permite determinar la prevalencia de la actividad física en tres ámbitos de la vida cotidiana: “transporte, hogar y tiempo libre”.

El estudio de la actividad física en el tiempo libre por lo tanto será el primer estudio que se realice en el ámbito de la Cultura Física y el Deporte en la institución educativa.

### **Construcción del marco teórico**

El juego no es un privilegio, sino un derecho fundamental de los niños, acreditado en la Convención sobre los Derechos del Niño. El juego desempeña un importante papel en la preservación de ese derecho infantil. Es un lenguaje universal de millones de personas en todo el mundo, incluidos niños, niñas y adolescentes, independientemente de dónde sean, el idioma que hablen, o la religión que sigan. El denominador común es el juego, con lo cual los niños juegan en canchas, en el campo, en las calles, en campamentos, aparcamientos, e incluso en lugares abandonados.

El juego es la actividad más popular del mundo. En muchos lugares del mundo, especialmente en Europa y Sudamérica, el juego es mucho más que un juego. Es un estilo de vida. Cada vez más niños se apuntan a las escuelas de juego, ilusionados por convertirse en un jugador estrella. Las niñas también están conquistando espacios dentro de ese deporte. La afición es cada día más grande.

En Ecuador, más de un millón de niños realizan el juego de manera regular pero sin motivos arraigados, ves como demuestra destreza en las diferentes actividades, y muestra que quiere seguir los pasos de sus ídolos. Existen escuelas de juego por todos lados. Normalmente, las escuelas cuentan con entrenadores, médicos y fisioterapeutas. Las sesiones de entrenamiento son divertidas y entretenidas. En la escuela, tu hijo no solo aprenderá técnicas y habilidades deportivas, como también trabajará la dinámica de grupo, la psicomotricidad, y ganará confianza en el terreno de juego.

Para que el trabajo fructifique, las escuelas suelen entrenar grupos divididos por las diferentes etapas de edades. A medida que los niños se van superando en los entrenamientos, y van creciendo, pasan al siguiente grupo, y tienen que practicar al juego más veces por semana.

A los 8 o 10 años de edad, los niños comienzan a competir en campo y a entrenarse tres veces a la semana, como mínimo, pero no se tiene al juego como incentivo para el desarrollo físico. La categoría de infantiles está formada por niños de unos 13 años, y solo algunos llegan hasta ahí. Algunos desisten por el cansancio y otros porque sienten que no valen para ello. Pero el juego ha estado en sus vidas, seguro que el juego les aportó numerosos beneficios a su salud.

El Unicef reconoce que el juego es un instrumento educativo valioso que puede ayudar a los niños a superar traumas y frustraciones. Niños mayores pueden recuperar la infancia perdida a través del juego. Unicef utiliza el juego de muchas formas y en muchos países, para educar a los niños en sus relaciones con los demás, a divertirlos, a protegerles de la violencia, de los abusos, y de otros males que aquejan a la sociedad.

### **Aproximación conceptual**

#### **Los Juegos**

El juego constituye la ocupación principal del niño, así como un papel muy importante, pues a través de éste puede estimularse y adquirir mayor desarrollo en sus diferentes áreas como son psicomotriz, cognitiva y afectivo-social. Además el juego en los niños tiene propósitos educativos y también contribuye en el incremento de sus capacidades creadoras, por lo que es considerado un medio eficaz para el entendimiento de la realidad.

Por medio del juego los pequeños experimentan, aprenden, reflejan y transforman activamente la realidad. Los niños crecen a través el juego, por eso no se debe limitar al niño en esta actividad lúdica.

Es el primer acto creativo del ser humano. Comienza cuando el niño es bebé, a través del vínculo que se establece con la realidad exterior y las fantasías, necesidades y deseos que va adquiriendo. Cuando un niño toma un objeto cualquiera y lo hace volar, está creando un momento único e irrepetible que es absolutamente suyo.

Porque ese jugar no sabe de pautas preestablecidas, no entiende de exigencias del medio, no hay un "hacerlo bien". ¿Todos los juguetes conducen a un juego? El juguete es el medio que se utiliza para jugar: incluye desde una sabanita, hasta una muñeca, una pelota, una hormiga, o una computadora. Todos estos elementos pueden también ser utilizados con fines educativos.

Pero si se vuelven una herramienta didáctica, pierden su entidad de juego. Muchos papás, cuando se sientan a jugar con su hijo, confunden el jugar con el enseñar. Y el niño que quería jugar de igual a igual, sin exigencias, sin aprender nada, se frustra.

Se puede aprender con gusto, creando un vínculo de sabiduría y afecto, entre el que enseña y el que aprende. Esto es muy bueno y necesario. Pero debe quedar en claro que el juego de reglas es una herramienta por la cual se está intentando llegar a una meta. Uno sabe y el otro no. A medida que uno se va volviendo adulto, el juego propiamente dicho se pierde.

### **Características de los juegos**

Es una actividad espontánea y libre, además de que el juego es el cambio para construir libremente su espíritu creador y contiene los elementos siguientes:

- El juego se orienta sobre la misma práctica.
- El jugador se preocupa por el resultado de su actividad.
- La interacción de juego es la recreación de las escenas e imágenes del mundo real con el fantástico, de lo cual participan los roles de los personajes, donde el pequeño lo asigna.
- El juego es que el niño tenga una actitud espontánea y de libertad y cuando el niño juega hace una recreación de escenas he imágenes del mundo real o fantástico.
- El niño expresa una actitud lúdica que tiene necesidades psicobiológicas lo que le permiten prepararse para el futuro.

- Otra cosa interesante es el grado hasta donde el niño es capaz de fantasear para llegar a la realidad a tomando en cuenta que los niños juegan a los héroes, villanos, papá, mamá y ellos imitan lo que observan.
- El juego es evolutivo ya que empieza por el dominio del cuerpo y posteriormente maneja las relaciones sociales y su medio.
- Por medio del juego el niño se socializa, es divertido, placentero, voluntario y lo más importante no es obligatorio.

### **Juegos tradicionales**

Los juegos tradicionales se los realizan en el tiempo libre y en un lugar determinado, a través del cual se experimenta, explora y establecen nuevas relaciones y vínculos entre los niños y niñas que practican los juegos tradicionales que han sido transmitidos de generación en generación, estos juegos son típicos de un pueblo o una región en especial. A través del tiempo, ha existido el interés del ser humano por ocupar el tiempo libre, creando juegos lúdicos para divertirse en los cuales no existan reglas complejas y materiales costosos.

Existe distintos tipos de juegos como los juegos en grupo y los juegos individuales, considerados en la actualidad como juegos tradicionales y son practicados por las personas mayores como el juego de la pelota nacional y otros tipos de juegos practicados por los niños y niñas como el bombón y el trompo, estos juegos son empleados para romper con la rutina de las obligaciones y labores diarias, ayudando a liberar el estrés y a socializar con las personas.

Las tradiciones deportivas y recreativas, constituyen una práctica importante en el desarrollo de cada pueblo, ya que dentro de ellas se conserva y transmiten los valores autóctonos que lo identifican.

### **Características de los Juegos Tradicionales**

- Son jugados por los niños y niñas con el mismo placer de jugar.
- Los niños y niñas son quienes deciden cuándo, dónde y cómo se juegan
- Responden a necesidades básicas de los niños y niñas.



- No requieren mucho material ni costo alguno.
- Son simples de compartir.
- Practicables en cualquier momento y lugar.
- Los que utilizan objetos, son fácilmente elaborados por cualquier persona.
- Pueden ser tanto individuales como colectivos.
- Sus reglas son sencillas.

Betancout (2014) menciona que: “Constituyen un elemento esencial para fortalecer las destrezas, habilidades, valores, entre otros como: Expresión corporal, oral, musical, relaciones lógico matemáticas, identidad, autonomía personal y desarrollo social del ser humano”.

Promueve el desarrollo de hábitos de aseo, trabajo, aprender a ser ordenado, a esperar su turno, a compartir, a ser grato con los demás, entre otras cosas básicas para toda la vida.

Preservan nuestras raíces y el desarrollo integral de la personalidad por los valores que encierran.

## **Clasificación de los Juegos Tradicionales**

### **Con Objetos.**

- Saltar la cuerda, carrera de sacos, juego del pañuelo, trompos, canica o metras, cometa, gurrufío, yoyo, perinola, papagayo, palo encebado, palito mantequillero, etc.

### **Juegos con partes del cuerpo.**

- Piedra, papel o tijera; pares o nones, cero contra por cero, rondas, etc.

### **Juegos de persecución.**

- Escondite, gato y ratón, policía y ladrones, encantados, etc.

### **Juegos verbales.**

- Retahíla, adivinanzas, telegrama, gallinita ciega, etc.

### **Individuales.**

- Se juega en forma individual: perinola, yoyo, etc.

### **Colectivos.**

- Se juega con dos o más personas: escondite, rondas, banderas, etc.

### **Actividad física deportiva**

La actividad física deportiva, es la práctica deportiva en general la que involucra movimientos de todo el cuerpo o de una parte del cuerpo que implica el consumo de energía.

La actividad física deportiva, se basa en reglas de juego y se práctica de forma individual o en grupo, de acuerdo al deporte que se realice. En las edades tempranas es el mejor tiempo para crear un hábito saludable con el fin de liberar tensiones y mantener un estado físico óptimo.

GONZÁLEZ, J. y GOROSTIAGA, E. (1995) señala dos parámetros esenciales al considerar en las actividades físicas; “Por un lado, lo cuantitativo, que se refiere al grado de consumo y movilización de energía necesaria para realizar el movimiento, aspecto que es controlado a través del volumen, la intensidad y la frecuencia de dicha actividad. Por otro lado, lo cualitativo, vinculado al tipo de actividad a realizar, así como el propósito y el contexto en el cual se realiza”.

### **El deporte**

El deporte es toda actividad física que está sujeto a reglas o que se haga de forma planificada, se puede considerar como una actividad deportiva.

PAREDES (2002) manifiesta que: “El término deporte, con el que en la actualidad se refiere a algo tan claro y que evidencia un fenómeno sociocultural y educativo por todos conocidos, es una de las palabras más polémicas, además de ser uno de los términos más fascinante y complejo”.

El deporte es la práctica de actividades físicas que el ser humano realiza. Los deportes de competición, que se cumplen bajo el respeto de códigos y reglamentos establecidos, implican la superación de un elemento. En la antigüedad se consideraba como una actividad lúdica que redundaba en una mejor salud.

## **Deportes Colectivos**

### **Juego**

MOJICA (2015) dice que: El juego es un deporte competitivo, sumamente popular, que se juega con dos equipos de 11 jugadores cada uno, que se mueven conduciendo una pelota de forma redonda, con los pies, en un campo rectangular de juego, de medidas variables de aproximadamente 100 metros de largo por 75 metros de ancho, de césped, natural o artificial, con dos arcos enfrentados, cada uno defendido por un arquero que debe impedir que el equipo contrario introduzca en ese arco el balón”. (Pág. 95)

Si esto sucede el equipo que logra ingresar la pelota en el arco contrario anota un gol. Las manos solo se usan para hacer los saques. El juego es el rey de los deportes y el que más seguidores atrae, así lo demuestra el gran número de aficionados en todo el mundo.

### **Básquetbol o Baloncesto**

El básquetbol o el Baloncesto, es un deporte de equipo, que se puede desarrollar tanto en una cancha cubierta como en descubierta, en el que dos equipos de 5 jugadores cada uno, intentan anotar puntos, también llamados canastas o dobles y triples introduciendo un balón en un aro colocado a 3,05 metros del suelo del que cuelga una red, lo que le da un aspecto de la canasta.

LUNI (2014) manifiesta que: “El básquetbol es un deporte practicado en todo el mundo, los cambios introducidos en el juego han influido en las acciones individuales y de equipo, aumentando las técnicas, la habilidad y el desarrollo físico de sus practicantes en todo el mundo”. (75).

El básquetbol es un deporte apasionante para todas las edades y niveles de habilidad, donde la técnica y la táctica priman sobre la fuerza.

## **Deportes Individuales**

### **Atletismo**

El atletismo es un deporte que contiene un gran conjunto de disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha. Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en altura.

El número de pruebas, ya sean individuales o en equipo, ha variado con el tiempo y las mentalidades. El atletismo es uno de los pocos deportes practicados universalmente, ya sea en el mundo aficionado o en muchas competiciones a todos los niveles. La simplicidad y los pocos medios necesarios para su práctica explican en parte este éxito.

### **La Natación**

MAIA, (2014) dice que: “La natación es el movimiento a través del agua mediante el uso de las extremidades corporales y por lo general sin utilizar ningún instrumento artificial. La natación es una actividad que puede ser útil y recreativa. Sus usos principales es el baño, refrescarse para combatir el calor, pesca submarina, salvamento acuático, actividad lúdica, ejercicio y deporte”.

### **Desarrollo físico**

El crecimiento se emplea para referirse al aumento de tamaño y peso; mientras que desarrollo se aplica a los cambios en composición y la complejidad orgánica del individuo que se desarrolla a través de una actividad.

**Crecimiento:** Es el proceso mediante el cual los seres humanos aumentan su tamaño y se desarrollan hasta alcanzar la forma y la fisiología propias de su estado de madurez. Tanto el aumento de tamaño como la maduración dependen de que exista un aporte adecuado de sustancias nutritivas y de vitaminas, y de que se produzcan las distintas hormonas necesarias.

**El desarrollo:** Efecto combinado de los cambios en tamaño y complejidad o en composición; así como de los cambios resultantes de la maduración y del aprendizaje. Designa los cambios que con el tiempo ocurren en la estructura, pensamiento o comportamiento de una persona a causa de los factores biológicos y ambientales.

**Maduración:** desde un punto de vista psicobiológico, es el conjunto de los procesos de crecimiento físico que posibilitan el desarrollo de una conducta específica conocida. Desde una perspectiva más general, es el proceso de evolución del niño hacia el estado adulto.

**Aprendizaje:** Este término incluye aquellos cambios en las estructuras anatómicas y en las funciones psicológicas que resultan del ejercicio y de las actividades del niño. La maduración y el aprendizaje están muy relacionados. La primera proporciona la materia elemental sin la cual el segundo sería imposible.

**Crecimiento físico:** Por lo general, un recién nacido pesa 3,4 kilos, mide 53 centímetros y presenta un tamaño de cabeza desproporcionadamente mayor que el resto del cuerpo. En los tres primeros años el aumento de peso es muy rápido, después se mantiene relativamente constante hasta la adolescencia, momento en el que se da el 'estirón' final, menor, no obstante, que el de la infancia. Los estudios realizados muestran que la altura y el peso del niño dependen de su salud, disminuyendo durante las enfermedades para acelerarse de nuevo al restablecerse la salud, hasta alcanzar la altura y el peso apropiados.

### **Características generales del desarrollo físico**

El desarrollo procede de lo homogéneo hacia lo heterogéneo. En la mayoría de sus aspectos, el desarrollo ocurre de lo general hacia lo particular o del todo hacia las partes. En su comienzo la criatura humana es una masa globular uniforme que se diferencia luego cuando surgen nuevas estructuras. El recién nacido se estremece de pies a cabeza antes de empezar a mover sus órganos o partes.

El desarrollo pues, va de lo vago y general a lo específico y definido. El desarrollo tiene una dirección cefálico-caudal. El desarrollo se orienta de la región de la cabeza hacia los pies. Esta tendencia se observa tanto en el desarrollo prenatal como en la postnatal. Mientras más cerca de la cabeza este el órgano, con mayor rapidez lograra su madurez. El ritmo del desarrollo es más veloz en el extremo cefálico que en el caudal.

Cuando el niño nace, la estructura más desarrollada es la cabeza, mientras que las más inmaduras son las extremidades. El desarrollo tiene una dirección próxima distante. El desarrollo procede del centro del cuerpo hacia los lados. Los órganos que están más próximos al eje del cuerpo se desarrollan primero que los más distantes.

**El desarrollo es continuo y gradual.** El desarrollo del ser humano es continuo desde la concepción hasta el logro de la madurez. Las características humanas no aparecen repentinamente.

**El desarrollo es regresivo.** De acuerdo con la ley de regresión los individuos tienden a aproximarse a su desarrollo al promedio de su población en general. Si los padres sobre o bajo el promedio de la población en cierto rasgo físico o mental, el promedio de todos los hijos en cuanto a ese rasgo tendera a cercarse más al de la población general que al promedio de los padres.

El desarrollo tiende a ser constante. Si no interviene factores ambientales, el niño que al principio se desarrolla rápidamente continuara haciéndolo con el mismo ritmo, mientras que aquel cuyo desarrollo es inicialmente lento seguirá desarrollándose de la misma manera. El desarrollo tiende a ser constante siempre y cuando no intervengan factores ambientales adversos.

Las diferentes estructuras u organismos del cuerpo se desarrollan a diferentes velocidades. Las partes del cuerpo no se desarrollan uniformemente, como puede comprobarse en el mismo momento del nacimiento cuando las diferentes partes del cuerpo tienen distintos grados de desarrollo. El desarrollo tiende hacia la correlación positiva entre los distintos rasgos y no hacia la compensación.

## **Cambios durante el desarrollo**

Los cambios que ocurren en el desarrollo no son todos de la misma clase pueden señalarse los siguientes cambios:

- Cambios en tamaño.
- Cambios en la composición de los tejidos del cuerpo.
- Cambios en las proporciones del cuerpo.
- Desaparición y adquisición de rasgos.
- La herencia y el ambiente.

Todos están de acuerdo en que las pautas del desarrollo del niño están determinadas conjuntamente por condiciones genéticas y circunstancias ambientales, aunque subsisten vehementes discrepancias sobre la importancia relativa de las predisposiciones genéticas de un individuo. "Un individuo es el producto de su naturaleza original y de las influencias ambientales sufridas antes y después de su nacimiento"

## **Factores específicos que influyen en el desarrollo físico.**

Existen diversos factores específicos que afectan en el desarrollo físico o que están relacionados con él y son los siguientes:

- Sexo e Inteligencia.
- Desarrollo motor.

La mayoría de los niños desarrolla sus habilidades motoras en el mismo orden y a aproximadamente la misma edad. En este sentido, casi todos los autores están de acuerdo en que estas capacidades están preprogramadas genéticamente en todos los niños.

El ambiente desempeña un papel en el desarrollo, de modo que un ambiente enriquecedor a menudo reduce el tiempo de aprendizaje, mientras que un ambiente empobrecido produce el efecto contrario.

La lista siguiente describe el desarrollo motor de los niños en orden secuencial. Las edades mostradas son promedios y es normal que éstos varíen en un mes o dos en cualquier dirección.

- 2 meses. Son capaces de levantar la cabeza por sí mismos.
- 3 meses. Pueden girar sobre su cuerpo.
- 4 meses. Pueden sentarse apoyados sin caerse.
- 6 meses. Pueden sentarse derechos sin ayuda.
- 7 meses. Comienzan a estar de pie mientras se agarran a algo para apoyarse.
- 9 meses. Pueden comenzar a caminar, todavía con ayuda.
- 10 meses. Pueden estar de pie momentáneamente sin ayuda.
- 11 meses. Pueden estar de pie sin ayuda con más confianza.
- 12 meses. Comienzan a caminar solos sin ayuda.
- 14 meses. Pueden caminar hacia atrás sin ayuda. 17 meses. Pueden subir escalones con poca o nada de ayuda.
- 18 meses. Pueden manipular objetos con los pies mientras caminan, por ejemplo, golpear un balón con el pie.

### **Desarrollo de las capacidades lingüísticas**

Se llama desarrollo del lenguaje (o adquisición de la lengua materna) al proceso cognitivo por el cual los seres humanos adquieren la capacidad de comunicarse verbalmente usando una lengua natural.

Este desarrollo se produce en un período crítico, que se extiende desde los primeros meses de vida hasta el inicio de la adolescencia. En la mayoría de seres humanos el proceso se da principalmente durante los primeros cinco años, especialmente en lo que se refiere a la adquisición de las formas lingüísticas y de los contenidos.

Durante estos primeros años tiene lugar a mayor velocidad de aprendizaje y se adquieren los elementos básicos y sus significados, y hasta la preadolescencia se consolida el uso, la inferencia pragmática y la capacidad para entender enunciados no-literales



(irónicos, sarcásticos, etc.). Los primeros años, constituyen el período fundamental aunque el desarrollo del lenguaje se prolonga mucho más allá de los primeros años.

Para que tenga lugar este desarrollo se considera necesario la ocurrencia de una serie de condicionantes básicos:

Ausencia de lesión en los órganos implicados (aparato fonador, sistema auditivo, etc.):

- Correcto funcionamiento y maduración adecuada del sistema nervioso;
- Una capacidad intelectual mínima, ya que es conocido que algunas personas con retraso mental profundo no llegan a adquirir ni el uso normal de la lengua;
- Habilidades sociales cognitivas mínimas, es decir, la intencionalidad o motivación de comunicación con las personas que lo rodean, (esta capacidad estaría ausente en los niños autistas), etc.
- Contacto con hablantes competentes, la intervención del adulto es importante, ya que la evidencia empírica muestra que los "niños salvajes", sin contacto con adultos o personas con competencia lingüística son incapaces de desarrollar lenguaje por sí mismos, aun poseyendo una inteligencia normal.

Muy pronto se produce en el niño la motivación e intento comunicativo, hecho que se denomina pronto conversación. Son diálogos muy primitivos, caracterizados por el contacto ocular, sonrisas, gorgojeos y alternancia de las expresiones. Podemos encontrar este tipo de conducta ya en niños de dos meses.

### **Desarrollo emocional.**

El estudio de las emociones de los niños es difícil, porque la obtención de información sobre los aspectos subjetivos de las emociones solo puede proceder de la introspección, una técnica que los niños no pueden utilizar con éxito cuando todavía son demasiados pequeños.

Pero en vista del papel importante que desempeñan las emociones en la vida del niño no es sorprendente que algunas de las creencias tradicionales sobre las emociones, que han surgido durante el curso de los años para explicarlas, hayan persistido a falta de

información precisa que las confirme o contradiga. Por ejemplo, hay una creencia muy aceptada de que algunas personas, al nacer, son más emotivas que otras. En consecuencia, ha sido un hecho aceptado el de que no hay nada que se pueda realizar para modificar esa característica.

Dentro de esas creencias, también se vio que las diferencias de emotividad se enlazaron al color de cabello. Por ejemplo, se decía que los pelirrojos tienen por naturaleza un temperamento "fiero", mientras que los rubios son naturalmente cálidos y cariñosos.

En la actualidad, aunque se acepta que puede haber diferencias genéticas de la emotividad, las evidencias señalan a las condiciones ambientales como las principales responsables de las diferencias de emotividad de los recién nacidos se han atribuido en parte, a las diferentes tensiones emocionales experimentadas por sus madres durante el embarazo. Hay también pruebas de que los niños que se crían en un ambiente excitante o están sujetos a presiones constantes para responder a las expectativas excesivamente altas de los padres o maestros de escuela, pueden convertirse en personas tensas, nerviosas y muy emotivas.

La capacidad para responder emotivamente se encuentra presente en los recién nacidos. La primera señal de conducta emotiva es la excitación general, debido a una fuerte estimulación. Esta excitación difundida se refleja en la actividad masiva del recién nacido. Sin embargo, al nacer, el pequeño no muestra respuestas bien definidas que se puedan identificar como estados emocionales específicos.

El patrón general emocional no sólo sigue un curso predecible, sino que también pronosticable, de manera similar, el patrón que corresponde a cada emoción diferente. Por ejemplo, los "pataleos" o "berrinches" llegan a su punto culminante entre los 2 y 4 años de edad y se ven reemplazados por otros patrones más maduros de expresiones de ira, tales como la terquedad y la indiferencia.

Aun cuando el patrón de desarrollo emocional es predecible, hay variaciones de frecuencia, intensidad y duración de las distintas emociones y las edades a las que aparecen. Todas las emociones se expresan menos violentamente cuando la edad de los niños aumenta, debido al hecho de que aprenden cuáles son los sentimientos de las

personas hacia las expresiones emocionales violentas, incluso las de alegrías y otras de placer.

Las variaciones se deben también, en parte, a los estados físicos de los niños en el momento de que se trate y sus niveles intelectuales y, en parte, a las condiciones ambientales. Las variaciones se ven afectadas por reacciones sociales, a las conductas emocionales. Cuando esas reacciones sociales son desfavorables, como en el caso del temor o la envidia, a las emociones aparecerán con menos frecuencia y en forma mejor controlada que lo que lo harían si las reacciones sociales fueran más favorable; si las emociones sirven para satisfacer las necesidades de los niños esto influirá en las variaciones que nombrábamos anteriormente.

Los niños, como grupo, expresan las emociones que se consideran apropiadas para su sexo, tales como el enojo, con mayor frecuencia y de modo más intenso que las que se consideran más apropiadas para las niñas, tales como temor, ansiedad y afecto. Los celos y berrinches son más comunes en las familias grandes, mientras que la envidia lo es en las familias pequeñas.

### **Ejercicio físico en el niño y adolescente**

El Instituto de la Galleta (2014) menciona que: “El ejercicio físico continuado, acompañado de una dieta equilibrada, va a contribuir a la regulación del peso corporal, evitando la aparición de obesidad, tanto en la infancia como en la vida adulta (el 80% de los adultos obesos han sido niños obesos)”.

Con el deporte se transmiten infinidad de valores como la solidaridad, compañerismo y es la terapia más divertida que pueden realizar los niños y niñas. Ayuda a la prevención de las enfermedades degenerativas como la arteriosclerosis, relacionada con las enfermedades cardiovasculares.

En el niño o niña un entrenamiento regular produce beneficios en las habilidades motoras y cognitivas, siendo beneficioso también para sus relaciones personales y en el grupo social que le rodea, aprendiendo a integrarse y obteniendo bienestar físico y

psicológico. Todos los beneficios que se obtienen de una vida activa son especialmente significativos a partir de la pubertad.

Los niños y niñas deben encontrar y practicar un deporte que les guste y apasione. Lo primordial es que los pequeños estén motivados para practicar cierto deporte, nunca se les debe obligar. Al principio puede costarles coger el ritmo, pero si el niño o niña cuenta con el apoyo, la determinación y la seguridad de los padres, todo irá bien.

### **Los beneficios de la práctica de la actividad física a través del juego en niños y niñas**

La práctica del deporte es buena para la mayoría de las personas y en el caso de los niños y niñas, aún más. BAMBUCHA (2014) manifiesta que: “No sólo ayudará al desarrollo de su organismo que es tan importante en esta etapa sino, también, servirá para prevenir hábitos muy perjudiciales como el consumo de tabaco, alcohol o drogas en el futuro”.

Además de esos innegables beneficios físicos, la práctica deportiva tiene aún más ventajas para los niños y niñas en su proceso de maduración personal. En ese período complejo puede no ser nada fácil para unos padres lograr que su hijo o hija en el futuro retomem la práctica deportiva o la comiencen si de niños no se han dedicado a ella.

Los beneficios pueden ser enormes. Así que un consejo para los padres de los niños y niñas es que se marquen como prioridad lograr que sus hijos e hijas le dediquen unas horas semanales al deporte.

### **Planteamiento de la hipótesis**

#### **Hipótesis General.**

Si se aplica una guía metodológica sustentada en juegos, entonces incidirá negativamente en el desarrollo físico de niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo.

## Hipótesis Específicas.

- Los profesores de Educación Física de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat, desconocen las potencialidades que poseen los juegos para el desarrollo físico en niños y niñas.
- Los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat no realizan juegos que contribuya al desarrollo físico.
- El diseño y establecimiento de una guía metodológica sustentada en los juegos, no contribuirá al desarrollo físico de de niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”.

## Operacionalización de las variables

- Variable Independiente:** una guía metodológica sustentada en los juegos
- Variable Dependiente:** entonces incidirá positivamente en el desarrollo físico de niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo.
- Variable interviniente:** Asistencia a los juegos.

## Operacionalización de las variables

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALAS
<b>Guía metodológica</b>	Documento	- Conceptos -Definiciones	-Se desarrolla -No se desarrolla
<b>Desarrollo físico</b>	-Crecimiento -Desarrollo de sistemas orgánicos	-Capacidades físicas. -Tamaño	- Aumenta - Se mantiene
<b>Asistencia a los juegos planificados</b>	Accesibilidad a los juegos	Porcentaje de asistencias	100-90 % de asistencia.

Elaborado por: El autor

## f. METODOLOGÍA

### **Diseño Asumido.**

El presente trabajo de investigación se considera como un diseño de investigación no experimental, por cuanto el desarrollo de la investigación será descriptiva para conocer qué tipos de juegos practican los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat”, con fines de alcanzar un mejor desarrollo físico en la vida de los niños y niñas del plantel.

### **Investigación descriptiva**

DALEN, Van y MEYER (2011) afirman que: “El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas”.

Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Los investigadores recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento.

Con la ayuda de la investigación descriptiva se obtiene datos exactos de que realizan en el tiempo libre los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del cantón Archidona.

### **Investigación de Campo**

La investigación de campo se presenta mediante la manipulación de una variable externa no comprobada, en condiciones rigurosamente controladas, con el fin de describir de qué modo o causas se produce una situación o acontecimiento particular.

La investigación de campo, es la forma de recoger datos mediante la observación y registrar los acontecimientos más relevantes que existe en el lugar donde se va a realizar el proyecto de investigación, para tratar de dar una solución o resolver el problema planteado.

### **Investigación Bibliográfica**

Esto se lo cumplirá en libros, enciclopedias, bibliotecas, en donde se hallará toda la información referente al tema de estudio, lo que conducirá a un conocimiento más profundo de la investigación.

### **Métodos, técnicas e instrumentos**

#### **Métodos**

El proceso metodológico escogido en la investigación corresponde a las diversas actividades a desarrollar, para lo cual se utilizar varios métodos como:

**Método Científico.-** Este método sirve para realizar la fundamentación teórica en el desarrollo del trabajo, analizando y sistematizando la información adaptando al tema objeto de estudio, con el fin de presentar las mejores alternativas

**Método Inductivo.-** Se utilizará al empezar el proceso investigativo, con la determinación clara y específica del tema objeto de estudio y para considerar las particularidades en su desarrollo.

**Método Deductivo.-** Este método se utilizará para obtener ideas y determinar las conclusiones y recomendaciones del trabajo investigativo, basándose en los resultados obtenidos, así como también el resumen ejecutivo que permita conocer todos los elementos relevantes a la investigación.

**Método Analítico.-** Se utiliza el análisis e interpretación de la información obtenida a través de la aplicación de encuestas para la formulación del problema, con el fin de tener elementos de juicio necesarios para determinar, respecto a los juegos y su influencia en el desarrollo físico de los niños y niñas de Quinto Año de Educación Básica de la Escuela

Fiscal “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona, provincia de Napo, para proponer una guía metodológica de estos juegos para los niños de esta institución, con la finalidad de que puedan practicar algún tipo de deporte lo que les facilite contribuir a un desarrollo físico sano.

### **Técnicas e Instrumentos**

Para el estudio de la investigación se aplicarán las técnicas e instrumentos que facilitarán la recolección de datos de manera directa.

**Recolección Bibliográfica.-** Esta técnica permitirá la recolección de información importante de libros, revistas, folletos, enciclopedias, boletines; cuyo contenido servirá de base para la elaboración del marco teórico.

**Técnica de la Observación.-** Con esta técnica del área de influencia directa e indirecta, se recabará la información necesaria que permita realizar un diagnóstico ambiental de la magnitud de los impactos producidos, se utilizará el instrumento “ficha de observación”.

**Técnica de la encuesta.-** Facilitará aplicar a los usuarios directos, permitiendo determinar la fuente de información más acertada a la investigación.

**Técnica de la entrevista.-** Se utiliza con el fin de obtener información en forma amplia y detallada, por ello, las preguntas suelen ser abiertas y se aplicará a quienes poseen datos y experiencias relevantes para el estudio.

**Técnica de recolección bibliográfica.-** Se aplicará esta técnica durante todo el proceso, además la investigación se basará en fichas bibliográficas, artículos, libros, revistas. Esto ayudará a acceder a fuentes de información necesarias para la realización de la presente investigación empleando:

**Fichas Nemotécnicas.-** Sirven para recordar los aspectos más importantes del contenido de un libro, revista o artículo periodístico.



**Fichas Bibliográficas.-** Permitirán almacenar y registrar los datos extraídos de fuentes bibliográficas y no bibliográficas.

**Técnica para la recolección de datos empíricos.-** Es el camino o instrumento que se utiliza para recolectar y registrar la información obtenida. Al hablar de métodos e instrumentos de recolección de datos también se menciona el uso de fuentes primarias y secundarias. Las fuentes primarias son la que obtienen información a través del contacto directo con el sujeto de investigación y son: entrevista, observación, y el cuestionario. Y las fuentes secundarias se refieren a la obtención de información a través de publicaciones, documentos, resúmenes etc.

**La Encuesta.-**Se utilizará tomando como eje el problema principal y derivados de la investigación, así como las características de los sujetos a los cuales está dirigida De esta manera, será necesario construir el cuestionario respectivo que incluya preguntas cerradas con para docentes y niños/as.

**La entrevista.-**Se aplicará, como técnica directa, a las autoridades. El propósito de la técnica será obtener información de la actividad física y su incidencia en el tiempo libre de los niños.

### **Población de investigación**

La población donde se realizará el estudio de investigación corresponde a los estudiantes de Quinto Año de Educación Básica “Enrique Rodríguez Fabregat” del Cantón de Archidona.

#### **Población de la Investigación**

SECTOR A INVESTIGAR	NÚMERO DE PERSONAS
<b>Docentes de la Institución</b>	<b>4</b>
<b>Niños/as</b>	<b>90</b>
Total	94

**Elaborado por:** El autor

## **Procedimiento a seguirse para el desarrollo de la investigación**

Después de aplicar la técnica y métodos mediante instrumentos de investigación, se procesará los datos, para lo cual serán necesarias las siguientes actividades:

Tabulación de la información de campo recabada con el trabajo de campo. Para el cumplimiento de esta fase del proceso investigativo, será necesario proceder de la siguiente manera:

- Organización de la información, actividad que se cumplirá tomando como referente de agrupación de los datos las variables de las hipótesis que direccionaron el proceso investigativo.
- Representación de los datos en tablas, cuadros y gráficos, con la finalidad de facilitar la comprensión e interpretación de la información. Para esta actividad se utilizará el programa informático Microsoft Excel.
- Análisis e interpretación de la información empírica, actividad que se cumplirá a continuación de cada una de las preguntas formuladas y de su correspondiente tabla y gráfico.
- Verificación o no de las hipótesis particulares de la investigación, Esta actividad permitirá confirmar los supuestos iniciales planteados en esta investigación de su contrastación con la teoría, permitirá ratificar o negar cada uno de los planteamientos hipotéticos iniciales.

Formulación de las conclusiones finales del trabajo de investigación que se constituirán en nuevos puntos de partida o problemáticas para futuras investigaciones. En este momento del proceso investigativo será necesario considerar los objetivos generales y específicos de la investigación y los principales resultados encontrados en relación a las hipótesis particulares.

**g. CRONOGRAMA**

Tiempo	2015																																
	Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio				Agosto								
Actividades	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Elaboración del perfil de proyecto			X	X																													
Presentación y sustentación del perfil de proyecto					X	X																											
Incorporación de recomendaciones al perfil								X																									
Aprobación del proyecto y designación del director de tesis									X																								
Revisión y reconstrucción del marco teórico									X																								
Revisión y rediseño de los instrumentos de investigación										X																							
Trabajo de campo											X	X	X																				
Procesamiento de la información													X	X																			
Verificación de hipótesis																	X																
Formulación de conclusiones																		X															
Construcción de lineamientos alternativos																			X														
Integración de elementos y elaboración del informe de investigación																			X	X													
Sustentación/calificación privada de la tesis																			X	X													
Incorporación de recomendaciones a la tesis																				X	X												
Presentación del informe final y declaratoria de aptitud legal																									X	X							
Sustentación pública de la tesis e incorporación profesional																																X	

Elaborado por: El autor

## h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

### Talento humano

- Autoridades de la institución.
- Docentes.
- Estudiantes.

### Recursos materiales

- Computador, Impresora
- Internet
- Cámara
- Copias
- Papel bond

### Recursos económicos (presupuesto)

RUBROS DE GASTO	VALOR
Computadora	1.000,00
Material de escritorio	400,00
Material bibliográfico	400,00
Transporte	200,00
Transcripción del proyecto e informe	200,00
Reproducción de instrumentos	100,00
Fotocopias de proyecto, informe y otros documentos	200,00
Anillados y empastados de proyecto e informe	250,00
Grabadora	30,00
Cámara	200,00
Uso de Internet	100,00
Imprevistos	308,00
<b>TOTAL</b>	<b>3.388,00</b>

Elaborado por: el autor

## **Financiamiento**

Los gastos que demanden el diseño y ejecución del proyecto, así como la elaboración del informe final de investigación, serán asumidos, en su totalidad, por el investigador.

## k. BIBLIOGRAFÍA

- Aberasturi, A. (2011). *El niño y sus Juegos*. Buenos Aires: Paidós.
- Arango. (2000). *Importancia del juego*. Bosco.
- Arango. (2000). *La importancia del juego*. Bosco.
- Arce. (1982). *El juego posee cualidades análogas*. Paidotribo Madrid España.
- Armendáriz, M. (1 de mayo de 2013). *Juegos tradicionales en el Ecuador*. Obtenido de <http://tradicione.blogspot.com/2013/05/juegos-tradicionales-del-ecuador.html>
- Beal. (2007). *Los juegos tradicionales*. Pearson Educación.
- Benítez. (2009). *El juego como una herramienta de aprendizaje*.
- Cajigal. (2013). *Los juegos es una acción libre*. Trillas.
- Casui. (2012). *EL juego es como un fenómeno*. Editora Nacional. Colección Cultura y Deporte. Madrid.
- Disponible. (8 de mayo de 2013). *Los juegos tradicionales en el Ecuador*. Obtenido de <http://tradicione.blogspot.com/>
- Francisco, M. A. (1975). *Fisiología humana*. Habana: Científico técnica.
- Granada. (2009). *El juego predeportivo en Educación física*. Madrid: Pila telaña.
- <http://www.tiposde.org/cotidianos/85-tipos-de-juegos/>. (s.f.). Obtenido de <http://www.tiposde.org/cotidianos/85-tipos-de-juegos/>.
- Huxley. (1997). *Aspectos biológicos del desarrollo*. Buenos Aires: Médica panamericana.
- Ibidem. (2000). *El juego es una actividad libre*. Paidotribo.
- Krogman. (1996). *Crecimiento, desarrollo y maduración*. Rev Cubana Ortod: Médica panamericana.
- Martín, V. (2006). *Temas de pediatría*. Habana: Ciencias médicas.
- Pérez. (2007). *Los juegos tradicionales*.
- Tipos de juegos*. (2016). Obtenido de <http://www.tiposde.org/cotidianos/85-tipos-de-juegos/>
- Wikipedia*. (1 de noviembre de 2016). Obtenido de <https://es.wikipedia.org/wiki/Juego>
- Zimkim. (1975). *Fisiología humana*. Habana: Científico técnica.

ENCUESTA REALIZADA A LOS DOCENTES

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

**CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES**

Estimado profesor de Educación Física, con el fin de conocer los juegos y su incidencia en el desarrollo físico de los niños/as de quinto de educación básica de la escuela fiscal Enrique Rodríguez Fabregat, mediante la aplicación de una guía metodológica, le solicito muy comedidamente, se digne contestar el presente cuestionario de una manera confiable. Los resultados ayudarán a la elaboración de una propuesta en beneficio de la institución.

**Instrucción:** Sírvase colocar una **X** en la opción de respuesta que Usted esté de acuerdo.

1.- ¿Con qué frecuencia considera usted que los estudiantes practican juegos en el hogar, barrio o comunidad?

a) Siempre (     )

b) A veces (     )

c) Nunca (     )

2.- ¿Cuántas horas por semana realizan los estudiantes la práctica de juegos en la escuela?

a) 1 a 2hs. (     )

b) 3 a 4hs. (     )

c) 5hs en adelante (     )

3.- ¿Usted se encuentra satisfecho como docente con la clase de juegos que desarrollan los estudiantes en la escuela?

a) Siempre (     )

b) A veces (     )

c) Nunca (     )

4.- ¿Los juegos que usted desarrolla en las horas de Educación Física lo hace utilizando materiales e instrumentos?

a) Siempre (     )

b) A veces (     )

c) Nunca (     )

5.- ¿Considera usted que los estudiantes participan en la realización de ejercicios para alcanzar el desarrollo físico?

a) Siempre ( )

b) A veces ( )

c) Nunca ( )

6.- ¿Considera usted que la practica de los juegos inciden en el desarrollo físico que realizan los estudiantes?

a) Siempre ( )

b) A veces ( )

c) Nunca ( )

7.- ¿Qué juegos practican de manera permanente los estudiantes en la escuela para mejorar su desarrollo físico?

a) Fútbol ( )

b) Básquetbol ( )

c) Ecuavoley ( )

d) Otros ( )

8.- ¿Qué juegos practican los estudiantes de manera permanente en la casa, barrio o comunidad para mejorar el desarrollo físico?

a) La rayuela ( )

b) Las canicas ( )

c) La cuerda ( )

d) Otros ( )

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**



Vista interna del plantel



Cancha cubierta de uso múltiple



Estudiantes saltando la cuerda.



Estudiantes en grupos saltando la cuerda





Niños jugando canicas



Niñas jugando canicas



Estudiantes en la carrera de tres pies



Niños en la carrera de los ensacados





Niños jugando la rayuela



Niños jugando el elástico



La carrera del huevo en la cuchara



Niñas en la carrera del huevo en la cuchara



## INDICE

PORTADA .....	i
CERTIFICACIÓN .....	ii
AUTORÍA .....	iii
CARTA DE AUTORIZACIÓN .....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
DEDICATORIA .....	vi
ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN .....	vii
UBICACIÓN GEOGRÁFICA DE LA PROVINCIA NAPO .....	viii
ESQUEMA DE TESIS .....	ix
a. TÍTULO .....	1
b. RESUMEN .....	2
ABSTRACT .....	3
c. INTRODUCCIÓN .....	4
d. REVISIÓN DE LITERATURA .....	6
e. MATERIALES Y MÉTODOS .....	36
f. RESULTADOS .....	38
g. DISCUSIÓN .....	48
h. CONCLUSIONES .....	52
i. RECOMENDACIONES .....	53
j. BIBLIOGRAFÍA .....	54
k. ANEXOS .....	56
INDICE .....	133