



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**



**Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de Educación**

**Pedagogía de la actividad física y deporte TEMA:**

Aproximación teórica a la incidencia de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de niños de 12 años de la unidad educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces.

**AUTORAS:**

MENDOZA ARIAS HAYDY MICHEL

PARRAGA SALDIVIA ARIANA ALAHIS

**TUTOR:**

LCDO. FONT LANDA JESUS. PHD.

**BABAHOYO**

**2024**

# ÍNDICE

|  |      |
|--|------|
| DEDICATORIA .....                                | I    |
| AGRADECIMIENTOS .....                            | III  |
| AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL .....     | V    |
| CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR.....         | VI   |
| CERTIFICADO FINAL DE ANTIPLAGIO COMPILATIO ..... | VII  |
| Resumen.....                                     | VIII |
| Abstract .....                                   | IX   |
| CAPÍTULO I. ....                                 | 1    |
| INTRODUCCIÓN .....                               | 1    |
| 1.1.    Contextualización del Problema.....      | 2    |
| 1.2.    Planteamiento del Problema .....         | 3    |
| 1.3.    Justificación.....                       | 4    |
| 1.4.    Objetivos.....                           | 6    |
| Objetivo General.....                            | 6    |
| Objetivos Específicos.....                       | 6    |
| 1.5.    Formulación de Hipótesis.....            | 6    |
| CAPÍTULO II. ....                                | 7    |

|  |    |
|--|----|
| MARCO TEÓRICO.....   | 7  |
| 2.1. Antecedentes.....   | 7  |
| 2.2. Bases Teóricas .....  | 8  |
| Variable Independiente: Juegos Tradicionales .....                     | 8  |
| Historia y Origen de los Juegos Tradicionales .....                    | 8  |
| Características de los Juegos Tradicionales .....                      | 9  |
| Importancia Sociocultural de los Juegos Tradicionales.....             | 10 |
| Beneficios de los Juegos Tradicionales en el Desarrollo Infantil ..... | 10 |
| Desarrollo Físico.....   | 11 |
| Desarrollo Cognitivo.....  | 11 |
| Desarrollo Emocional .....   | 11 |
| Desarrollo Social.....   | 12 |
| Preservación Cultural.....   | 12 |
| Variable Dependiente: Desarrollo Físico de Niños de 12 Años .....      | 12 |
| Componentes del Desarrollo Físico en la Preadolescencia.....           | 13 |
| Factores que Influyen en el Desarrollo Físico .....                    | 14 |
| Evaluación del Desarrollo Físico en Niños de 12 Años .....             | 14 |
| Impacto de la Actividad Física en el Desarrollo Físico .....           | 15 |

|  |    |
|--|----|
| Incidencia de los Juegos Tradicionales en el Desarrollo Físico ..... | 16 |
| CAPÍTULO 3.....  | 18 |
| METODOLOGÍA.....   | 18 |
| Tipo de Investigación.....   | 18 |
| Enfoque Mixto: .....   | 18 |
| Diseño de la Investigación .....                                     | 18 |
| Nivel Descriptivo y Explicativo: .....                               | 18 |
| Fuentes de Investigación:.....                                       | 19 |
| Diseño Cuasi-Experimental: .....                                     | 19 |
| Operacionalización de variables .....                                | 20 |
| Población y Muestra de la Investigación .....                        | 21 |
| Población.....   | 21 |
| Muestra .....  | 21 |
| Técnicas de Recolección de Datos e Instrumentos .....                | 22 |
| Técnicas .....   | 22 |
| Instrumentos.....  | 23 |
| Procedimientos de Datos.....   | 23 |
| Aspectos Éticos.....   | 23 |

|   |    |
|---|----|
| CAPÍTULO 4.....                           | 25 |
| RESULTADOS Y DISCUSION .....              | 25 |
| Resultados.....                           | 25 |
| Discusión.....                            | 38 |
| CAPITULO 5.....                           | 40 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....      | 40 |
| Conclusiones.....                         | 40 |
| Recomendaciones .....                     | 41 |
| Bibliografía .....                        | 44 |
| Anexos .....                              | 47 |
| PRESUPUESTO Y CRONOGRAMA .....            | 47 |
| Presupuesto .....                         | 47 |
| 4.1.    Cronograma .....                  | 48 |
| Actividades de Juegos Tradicionales ..... | 49 |
| Ficha de Observación.....                 | 52 |

## Índice de tablas

|                |    |
|----------------|----|
| Tabla 1 .....  | 25 |
| Tabla 2 .....  | 27 |
| Tabla 3 .....  | 28 |
| Tabla 4 .....  | 29 |
| Tabla 5 .....  | 30 |
| Tabla 6 .....  | 32 |
| Tabla 7 .....  | 33 |
| Tabla 8 .....  | 34 |
| Tabla 9 .....  | 35 |
| Tabla 10 ..... | 36 |

## Índice de gráficos

|                  |    |
|------------------|----|
| Gráfico 1 .....  | 25 |
| Gráfico 2 .....  | 27 |
| Gráfico 3 .....  | 28 |
| Gráfico 4 .....  | 29 |
| Gráfico 5 .....  | 30 |
| Gráfico 6 .....  | 32 |
| Gráfico 7 .....  | 33 |
| Gráfico 8 .....  | 34 |
| Gráfico 9 .....  | 35 |
| Gráfico 10 ..... | 36 |

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis, primero y ante todo, a mis padres, quienes han sido mis pilares fundamentales. A mi papá, por nunca rendirse y enseñarme que con esfuerzo y perseverancia se pueden superar todas las adversidades. A mi mamá, por su amor incondicional, su apoyo constante y por ser mi refugio en los momentos difíciles. Este logro es tanto suyo como mío. Dedico también este trabajo a mi abuelo, que ahora me acompaña desde el cielo. Su ejemplo de vida y su sabiduría han sido una guía silenciosa en este camino, y siempre lo llevaré en mi corazón. A mi pareja, que ha sido mi fuente de motivación e inspiración, y a mis hermanos, quienes siempre han estado a mi lado, este trabajo es para ustedes. Gracias por su apoyo inquebrantable y por ser mi fuerza en los momentos en que más lo necesitaba. A mis amigos y amigas de la universidad, en especial a mis amigos, quien ha estado conmigo desde la etapa preuniversitaria. Su amistad y compañía han sido un regalo invaluable.

**ARIANA ALAHIS PARRAGA SALDIVIA**

Dedico esta tesis a Dios, por iluminar mi camino y brindarme la fuerza y la sabiduría necesarias para llegar hasta aquí. A mi madre, por su amor incondicional y su apoyo constante. Tu sacrificio y dedicación han sido mi mayor fuente de inspiración a lo largo de este viaje. Hoy no solo quiero agradecerte por darme la vida, sino también por estar junto a mí en cada paso, sé que guiarme y ayudarme a convertirme en la persona que soy ahora fue un arduo trabajo, pero hoy puedes apreciar los frutos. Espero de ahora en adelante poder retribuir no solo tu amor sino todo lo que has dado por mí, ser un respaldo para ti y hacerte sentir orgullosa a cada paso que dé. Gracias por todo, te amo. A mi padre, por estar siempre a mi lado con tu orientación y apoyo inquebrantables. Tu confianza en mí ha sido fundamental para alcanzar este logro. A mi hermano, que desde el cielo me acompaña y me da fuerzas. Tu memoria vive en mi corazón y me guía en cada paso que doy.

A mi hijo, quien es la razón de mi esfuerzo y perseverancia. Tu alegría y amor han sido el mayor impulso para seguir adelante y superar cada desafío. Agradezco profundamente a quienes se encargaron del cuidado de mi hijo, brindándome la tranquilidad y el tiempo necesario Y a mis amigos de la universidad, quienes han hecho que este camino sea más llevadero y lleno de momentos memorables. Su apoyo y compañerismo han sido invaluable en cada etapa de este proceso.

**HAYDY MICHELL MENDOZA ARIAS**

## AGRADECIMIENTOS

Este proyecto, que marca el cierre de una etapa muy significativa en mi vida, no habría sido posible sin la colaboración y el apoyo de muchas personas. Es por ello que quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todos aquellos que me han acompañado en este viaje. A mis padres, gracias por ser el motor de mi vida. Papá, tu fortaleza y determinación han sido un ejemplo constante para mí, y gracias a ti aprendí a no rendirme nunca. Mamá, tu amor incondicional y tu apoyo han sido mi refugio y mi inspiración. Sin ustedes, este logro no habría sido posible. A mis maestros y maestras, gracias por haberme guiado y enseñado a lo largo de estos años. Sus conocimientos, paciencia y dedicación han sido esenciales para mi formación, tanto académica como personal. A lo largo de estos ocho semestres, he tenido la fortuna de aprender de personas extraordinarias que me han ayudado a crecer y a enfrentar nuevos desafíos. A mis hermanos, gracias por estar siempre ahí, en los buenos y malos momentos. Su compañía ha sido un gran apoyo durante todo este tiempo, y su amor me ha dado la fuerza para seguir adelante. A mi pareja, gracias por ser mi mayor fuente de inspiración y por apoyarme en cada paso de este camino. Tu amor y comprensión me han dado la energía para superar cada obstáculo. No puedo expresar con palabras cuánto valoro tenerte a mi lado. A mis amigos y amigas de la universidad, su compañía ha hecho este viaje mucho más enriquecedor. A mis amigos que estuvieron desde el pre en particular, gracias por estar conmigo desde el inicio, por las largas noches de estudio, las risas y los momentos compartidos. Tu amistad ha sido invaluable, y estoy profundamente agradecido/a por todo lo que hemos vivido juntos. Finalmente, a mi abuelo, quien me acompaña desde el cielo. Aunque ya no estés físicamente conmigo, tu ejemplo y tu amor siguen siendo una guía constante en mi vida. Este logro también es tuyo. Gracias a todos por ser parte de este viaje.

**ARIANA ALAHIS PARRAGA SALDIVIA**

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a Dios, cuya guía y fortaleza han sido fundamentales para superar los desafíos que surgieron durante la elaboración de esta tesis. Su inspiración y apoyo me han dado la determinación necesaria para alcanzar este logro. A mi madre, por su apoyo incondicional, amor y paciencia a lo largo de todo este proceso. Tu fe en mí y tus sacrificios han sido la base sobre la cual he construido mi éxito académico. No hay palabras suficientes para expresar mi gratitud por tu constante aliento y apoyo.

A mi padre, por estar siempre presente y ofrecerme su orientación y apoyo. Tu sabiduría y comprensión han sido invaluable en cada etapa de este recorrido. A mi hermano, quien desde el cielo me acompaña y protege. Su memoria y amor siguen siendo una fuente de fortaleza y guía en mi vida. Este logro también es para él.

A mi hijo, que ha sido mi mayor inspiración y motivación. Tu amor y alegría han sido el faro que me ha guiado durante los momentos más difíciles y el principal motivo para seguir adelante. Quiero dedicar un especial agradecimiento a mis amigos de la universidad, quienes han sido una parte fundamental de mi viaje académico. Su apoyo, compañerismo y comprensión han sido invaluable a lo largo de estos años.

A mis profesores, por su dedicación, orientación y apoyo a lo largo de mi trayectoria académica. Sus enseñanzas y consejos han sido esenciales para el desarrollo de esta tesis y para mi crecimiento personal y profesional. A todas las personas que han contribuido a mi éxito, ya sea con su apoyo directo o indirecto, les agradezco de corazón. Sin su ayuda y comprensión, este proyecto no habría sido posible. Con gratitud y aprecio.

**HAYDY MICHELL MENDOZA ARIAS**



## Resumen

Este estudio tuvo como objetivo analizar la posible incidencia de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de niños de 12 años en la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces. La investigación abordó la necesidad de comprender cómo los juegos tradicionales podían contribuir al desarrollo físico en un contexto donde la promoción de la actividad física era crucial para combatir el sedentarismo y mejorar la salud infantil. Se empleó un enfoque mixto, combinando métodos cuantitativos y cualitativos para obtener una comprensión integral del fenómeno. El diseño cuasi-experimental permitió observar y medir la incidencia de los juegos tradicionales sin manipular directamente las variables. Se utilizaron encuestas estructuradas y observaciones directas como técnicas de recolección de datos, con instrumentos específicos como cuestionarios de preguntas cerradas. La población de estudio estuvo compuesta por 68 niños de 12 años, y se seleccionó una muestra probabilística de aproximadamente 58 niños para asegurar una representación adecuada. Los datos recolectados se analizaron utilizando software estadístico como Excel, permitiendo transformar los datos en información comprensible a través de gráficos y tablas. Los resultados esperados de esta investigación contribuyeron a la formulación de políticas educativas y de salud que integraran los juegos tradicionales como una herramienta efectiva para el desarrollo físico de los niños. Se buscó demostrar que estas actividades lúdicas no solo preservaban el patrimonio cultural, sino que también promovían el bienestar físico y emocional de los estudiantes, facilitando su desarrollo integral en un entorno escolar.

**Palabras Claves:** *Juegos tradicionales, desarrollo físico, niños, enfoque mixto, cuasi-experimental.*

### **Abstract**

This study aimed to analyze the potential impact of traditional games on the physical development of 12-year-old children at the Francisco Martínez Aguirre Educational Unit in the Vinces Canton. The research addressed the need to understand how traditional games could contribute to physical development in a context where promoting physical activity was crucial to combat sedentary lifestyles and improve children's health. A mixed-methods approach was employed, combining quantitative and qualitative methods to obtain a comprehensive understanding of the phenomenon. The quasi-experimental design allowed for the observation and measurement of the impact of traditional games without directly manipulating the variables. Structured surveys and direct observations were used as data collection techniques, with specific instruments such as closed-ended questionnaires. The study population consisted of 68 12-year-old children, and a probabilistic sample of approximately 58 children was selected to ensure adequate representation. The collected data were analyzed using statistical software such as Excel, enabling the transformation of data into understandable information through graphs and tables. The expected results of this research contributed to the formulation of educational and health policies that integrated traditional games as an effective tool for children's physical development. The aim was to demonstrate that these playful activities not only preserved cultural heritage but also promoted the physical and emotional well-being of students, facilitating their overall development in a school environment.

**Keywords:** *Traditional games, physical development, children, mixed-methods, quasi-experimental.*

## **CAPÍTULO I.**

### **INTRODUCCIÓN**

La relevancia de este estudio radica en la necesidad de comprender cómo los juegos tradicionales pueden contribuir al desarrollo físico de los niños, considerando la promoción de la actividad física en el sistema educativo ecuatoriano y los desafíos regionales relacionados con la disponibilidad de recursos y espacios.

El objetivo principal de esta investigación será analizar la posible incidencia de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de los niños de 12 años. Para ello, se identificarán los juegos tradicionales más practicados, se evaluará su impacto en el nivel de actividad física diaria y la condición física de los niños, y se determinarán las percepciones de los docentes sobre la incidencia de estos juegos como herramienta para promover la actividad física y el desarrollo integral.

La metodología a utilizar será de enfoque mixto, combinando métodos cuantitativos y cualitativos para obtener una comprensión integral del fenómeno. Se empleará un diseño cuasi-experimental que permitirá observar y medir la incidencia de los juegos tradicionales sin manipular directamente las variables. Las técnicas de recolección de datos incluirán encuestas estructuradas y observaciones directas.

La población de estudio estará conformada por 68 niños de 12 años de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre. Se seleccionará una muestra probabilística de aproximadamente 58 niños, asegurando una representación adecuada de la población total. La recolección y el análisis de datos se realizarán con el apoyo de software estadístico como Excel y SPSS, para transformar los datos en información comprensible mediante gráficos y tablas. Este estudio buscará proporcionar evidencia sobre la efectividad de los juegos tradicionales en

el desarrollo físico de los niños, contribuyendo a la formulación de políticas educativas y de salud que promuevan la actividad física en el contexto escolar y comunitario.

### **1.1. Contextualización del Problema**

Entender la contextualización problemática en el ámbito internacional involucra reconocer la evolución de la pedagogía de la actividad física y el deporte como disciplina. A nivel mundial, se observa un creciente interés por la promoción de estilos de vida saludables y la importancia de la actividad física en el desarrollo integral de las personas, especialmente en el contexto de la infancia y la adolescencia. Organismos como la UNESCO y la OMS han destacado la relevancia de la educación física y el deporte como herramientas para mejorar la calidad de vida y prevenir enfermedades asociadas a la inactividad física (Berrospe, 2019).

En el contexto nacional de Ecuador, se evidencia una preocupación por la salud y el bienestar de la población, reflejada en políticas públicas orientadas a promover la actividad física desde edades tempranas. El Ministerio del Deporte y el Ministerio de Educación han impulsado programas y estrategias para integrar la educación física de manera efectiva en el sistema educativo, reconociendo su papel en el desarrollo físico, emocional y social de los estudiantes (García & Caracuel, 2021).

A nivel regional, en el Cantón Vinces, se enfrentan desafíos particulares relacionados con la disponibilidad de espacios y recursos para la práctica de actividad física y deporte. Factores como la urbanización, la falta de infraestructura adecuada y las limitaciones económicas pueden influir en las oportunidades que tienen los niños y jóvenes de participar en actividades físicas y deportivas de calidad (Gallardo, 2020).

La problemática identificada radica en la necesidad de comprender cómo los juegos tradicionales pueden contribuir al desarrollo físico de los niños de 12 años en la Unidad

Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces, considerando las dinámicas y limitaciones propias de cada contexto. Esto implica analizar no solo los beneficios intrínsecos de los juegos tradicionales, sino también cómo estos pueden integrarse de manera efectiva en el currículo educativo y en las prácticas pedagógicas para maximizar su impacto en el desarrollo integral de los estudiantes.

## **1.2. Planteamiento del Problema**

"¿Cómo inciden directamente los juegos tradicionales en el desarrollo físico de niños de 12 años de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces, considerando la promoción de la actividad física en el sistema educativo ecuatoriano y los desafíos regionales relacionados con la disponibilidad de recursos y espacios para la práctica de actividad física y deporte?"

### **1.3. Justificación**

El presente trabajo de investigación se justifica por múltiples razones, entre ellas la factibilidad del estudio, la cual es significativamente alta y se basa en la capacidad en la que los estudiantes de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces aprovechan su tiempo libre y ante la posibilidad de que la institución proporciona un entorno adecuado para la recopilación de datos y la observación de prácticas de juegos tradicionales. La infraestructura y el acceso a los recursos necesarios para la implementación de estos juegos permiten un análisis profundo y detallado.

El estudio resulta relevante porque se basa en indagar sobre una problemática muy común en niños de 12 años en adelante. La promoción de la actividad física es un componente crucial en el sistema educativo ecuatoriano, y los juegos tradicionales representan una herramienta valiosa para incentivar esta práctica entre los niños. Dado que el sedentarismo y los problemas de salud relacionados con la falta de actividad física están en aumento, explorar métodos efectivos y culturalmente relevantes para fomentar el ejercicio físico en los niños es de gran importancia.

Una de las principales problemáticas identificadas entre los estudiantes es el uso inadecuado de su tiempo libre. En la actualidad, muchos niños y adolescentes pasan gran parte de su tiempo jugando videojuegos, navegando en redes sociales, chateando en línea y realizando otras actividades sedentarias. Según un estudio de Gallardo (2020), el tiempo excesivo dedicado a los videojuegos está asociado con comportamientos sedentarios y una menor participación en actividades físicas. Este uso del tiempo libre en actividades digitales limita las oportunidades de los niños para participar en juegos tradicionales que promueven el desarrollo físico.

La preferencia por los videojuegos y otras formas de entretenimiento digital puede atribuirse a varios factores, como la accesibilidad, la interactividad y la atracción visual de estos medios. Sin embargo, estos hábitos sedentarios tienen consecuencias negativas para la salud física y mental de los niños, contribuyendo al aumento de la obesidad infantil y otros problemas de salud relacionados con la inactividad física (Galarza, 2019).

A pesar de los beneficios conocidos de los juegos tradicionales, estos no se utilizan ampliamente entre los estudiantes. Algunas razones para esta falta de uso incluyen la urbanización y la falta de espacios adecuados para jugar, la pérdida de tradiciones culturales y el desconocimiento de los beneficios de estos juegos. Además, la presión académica y la falta de tiempo libre estructurado también juegan un papel en la disminución de la práctica de juegos tradicionales (Soriano, 2020).

Investigaciones han mostrado que los juegos tradicionales no solo mejoran las habilidades físicas y motoras de los niños, sino que también promueven el desarrollo social y emocional. Por ejemplo, (García & Caracuel, 2021) demostraron que los juegos físicos tradicionales ayudan a los niños a desarrollar habilidades de cooperación, resolución de conflictos y comunicación.

Este estudio se justifica por la necesidad de redirigir el uso del tiempo libre de los estudiantes hacia actividades que promuevan su desarrollo físico, social y emocional. Al demostrar el impacto positivo de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de los niños, se puede fomentar la incorporación de estas prácticas en el entorno escolar. Además, al resaltar la importancia de los juegos tradicionales, se contribuye a la preservación del patrimonio cultural y a la integración de prácticas autóctonas en el currículo escolar.

## 1.4. Objetivos

### Objetivo General

Analizar la incidencia de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de niños de 12 años de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinges.

### Objetivos Específicos

- Identificar los juegos tradicionales más practicados por los niños de 12 años en la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre y su relación con el desarrollo de habilidades motoras y físicas.
- Evaluar el significado que tienen los juegos tradicionales en los estudiantes objeto de estudio.
- Aplicar los juegos tradicionales como herramienta para promover la actividad física y el desarrollo integral de los niños de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre en el contexto educativo.

## 1.5. Formulación de Hipótesis

El abordaje de los juegos tradicionales incidirá positivamente en el desarrollo físico de los niños de 12 años de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinges, mejorando significativamente su capacidad motriz y promoviendo una mayor participación en la actividad física dentro del sistema educativo ecuatoriano.

## CAPÍTULO II.

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

(Casais, 2022) examinaron los efectos de una sesión de educación física basada en el baile en la atención selectiva de niños de primaria. Los resultados mostraron mejoras significativas en la velocidad de procesamiento cognitivo y el rendimiento de concentración en el grupo de intervención en comparación con el grupo de control. Este estudio destaca cómo las actividades físicas estructuradas pueden potenciar la capacidad cognitiva de los niños.

Los efectos de una intervención de actividad física bilateral coordinada (CBPA) en la atención y concentración de niños en edad escolar (Flórez & Rojas, 2020). El estudio encontró aumentos significativos en la velocidad de procesamiento, la atención focalizada y el rendimiento de concentración en el grupo CBPA en comparación con el grupo de control, lo que sugiere que programas físicos coordinados pueden mejorar la atención y el rendimiento cognitivo en niños.

Un estudio de (Garcia, 2019) examinó la prevalencia de la actividad física y el tiempo de pantalla en niños escolares en Shanghái, encontrando que una mayor carga académica se asociaba con una menor actividad física y mayor tiempo de pantalla. Este estudio subraya la necesidad de estrategias que aumenten la actividad física y reduzcan el tiempo de pantalla en entornos escolares para mejorar la salud física y cognitiva de los niños.

La revisión sistemática de (Soriano, 2020) sobre la gamificación en aplicaciones de gestión del estrés también aporta información relevante. Aunque centrada en adultos, esta revisión sugiere que los juegos pueden ser herramientas efectivas para la educación y la mejora de habilidades cognitivas y sociales, lo que es aplicable a contextos educativos infantiles.

Estos estudios proporcionan un contexto sólido para nuestra investigación sobre la incidencia de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de los niños. La evidencia sugiere que las actividades físicas estructuradas, como los juegos tradicionales, no solo mejoran las habilidades motoras y físicas, sino también las capacidades cognitivas y la atención de los niños. Por lo tanto, esta investigación se basa en estos antecedentes para explorar específicamente cómo los juegos tradicionales pueden integrarse efectivamente en el currículo educativo para maximizar su impacto en el desarrollo integral de los estudiantes en la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **Variable Independiente: Juegos Tradicionales**

Los juegos tradicionales son actividades lúdicas que se transmiten de generación en generación y que forman parte del patrimonio cultural de una comunidad. Estos juegos se caracterizan por su simplicidad, el uso de recursos naturales o elementos sencillos y, en muchos casos, por la promoción de la interacción social y el desarrollo de habilidades físicas y motoras (Casais, 2022).

### **Historia y Origen de los Juegos Tradicionales**

Los juegos tradicionales tienen una historia rica y diversa que se remonta a tiempos antiguos, siendo parte integral del patrimonio cultural de muchas comunidades en todo el mundo. En la antigüedad, civilizaciones como la egipcia, griega y romana practicaban juegos que no solo eran recreativos sino también educativos. Por ejemplo, los antiguos griegos jugaban "ephedrismos" y "kottabos", que fomentaban la destreza física y la coordinación. Estos juegos reflejaban la vida diaria y los valores de sus sociedades, sirviendo tanto para el entretenimiento como para la educación de niños y adultos (Organización Panamericana de la Salud, 2019).

Durante la Edad Media, los juegos tradicionales continuaron siendo una parte importante de la vida social y cultural. Juegos como el "ludus duodecim scriptorum", un precursor del backgammon, eran populares entre los romanos y se expandieron por toda Europa con el tiempo. En América Latina, juegos tradicionales como "la rayuela" y "el trompo" tienen orígenes indígenas y han sido adaptados y perpetuados a lo largo de los siglos. Estos juegos, transmitidos de generación en generación, han sobrevivido a cambios sociales y tecnológicos, manteniendo su relevancia cultural y educativa (Berrospe, 2019).

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

Los juegos tradicionales se distinguen por varias características esenciales que los diferencian de los juegos modernos. Primero, destacan por su simplicidad. Generalmente, requieren pocos materiales y tienen reglas sencillas, lo que facilita su práctica en cualquier lugar y momento. Utilizan elementos naturales o materiales de fácil acceso, como piedras, palos o cuerdas, lo que los hace inclusivos y accesibles para todos.

Otra característica importante es su transmisión oral. Estos juegos se pasan de generación en generación principalmente a través de la tradición oral. Las reglas y formas de juego son enseñadas por padres, abuelos y miembros de la comunidad, asegurando la continuidad cultural y la preservación de tradiciones ancestrales. Además, los juegos tradicionales fomentan la interacción social, promoviendo valores como el trabajo en equipo, la empatía y la resolución de conflictos. Esta interacción social es crucial para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales en los niños (Castaño, 2020).

Los juegos tradicionales también se caracterizan por su adaptabilidad. Las reglas pueden modificarse según el entorno o el número de participantes, permitiendo su práctica en diversas circunstancias y contextos. Esta flexibilidad asegura que los juegos sigan siendo relevantes y accesibles en diferentes situaciones. Además, están diseñados para desarrollar

diversas habilidades físicas y cognitivas, mejorando la coordinación, la fuerza, la resistencia y el pensamiento estratégico.

### **Importancia Sociocultural de los Juegos Tradicionales**

Los juegos tradicionales desempeñan un papel crucial en la preservación de la identidad cultural y la cohesión social de las comunidades. Su práctica contribuye a la transmisión de valores, conocimientos y tradiciones de una generación a otra, fortaleciendo el sentido de pertenencia y continuidad cultural. La preservación cultural es uno de los principales beneficios de estos juegos, ya que reflejan las culturas y sociedades de donde provienen. Al practicarlos, las nuevas generaciones aprenden sobre su historia, mitos y valores, ayudando a mantener viva la memoria colectiva y las tradiciones ancestrales (Galarza, 2019).

Además, los juegos tradicionales facilitan la integración social al reunir a personas de diferentes edades y antecedentes. Promueven la comunicación y la cooperación, fortaleciendo los lazos comunitarios y el sentido de unidad. Este aspecto es particularmente importante en sociedades modernas donde el individualismo y la tecnología pueden aislar a las personas.

Desde un punto de vista educativo, los juegos tradicionales no solo son recreativos, sino también herramientas educativas valiosas. Desarrollan habilidades físicas, cognitivas y sociales en los niños, preparándolos para enfrentar desafíos en la vida cotidiana. Enseñan valores importantes como la honestidad, la justicia y el respeto, y fomentan la creatividad y la resolución de problemas.

### **Beneficios de los Juegos Tradicionales en el Desarrollo Infantil**

Los juegos tradicionales desempeñan un papel crucial en el desarrollo integral de los niños, ofreciendo una amplia gama de beneficios que abarcan aspectos físicos, cognitivos,

emocionales y sociales. A continuación, se detallan algunos de los beneficios más significativos:

### ***Desarrollo Físico***

La práctica de juegos tradicionales fomenta el desarrollo de habilidades motoras gruesas y finas en los niños. Actividades como saltar la cuerda, jugar a la rayuela o lanzar el trompo requieren coordinación, equilibrio, y fuerza, contribuyendo al fortalecimiento muscular y al desarrollo de la motricidad. Además, estos juegos promueven la actividad física regular, lo cual es esencial para combatir el sedentarismo y prevenir problemas de salud como la obesidad y las enfermedades cardiovasculares (Herrero, Manrique, & López, 2021).

### ***Desarrollo Cognitivo***

Los juegos tradicionales también estimulan el desarrollo cognitivo de los niños. Juegos como las canicas, el ajedrez o los juegos de memoria requieren pensamiento estratégico, concentración, y resolución de problemas. Estos juegos ayudan a mejorar la memoria, la atención y las habilidades de pensamiento crítico. Además, al involucrar reglas y estrategias, los niños aprenden a planificar, tomar decisiones y evaluar diferentes situaciones, lo que enriquece su capacidad de aprendizaje y adaptación (Castaño, 2020).

### ***Desarrollo Emocional***

Participar en juegos tradicionales permite a los niños explorar y expresar sus emociones en un entorno seguro y controlado. Estos juegos enseñan a los niños a manejar el estrés, la frustración y la competencia de manera saludable. Al ganar y perder, los niños aprenden a desarrollar la resiliencia, la perseverancia y la capacidad de afrontar desafíos. Además, la interacción lúdica proporciona una oportunidad para que los niños experimenten y comprendan mejor sus propias emociones y las de los demás (Soriano, 2020).

### ***Desarrollo Social***

Los juegos tradicionales son inherentemente sociales, ya que a menudo requieren la participación de múltiples jugadores y fomentan la interacción social. A través de estos juegos, los niños aprenden importantes habilidades sociales como la cooperación, la comunicación, la negociación y el trabajo en equipo. Jugar en grupo ayuda a los niños a desarrollar el respeto por las reglas y la empatía hacia los demás, facilitando la formación de relaciones saludables y la integración social (Ámparo, 2019).

### ***Preservación Cultural***

Más allá de los beneficios individuales, los juegos tradicionales juegan un papel importante en la preservación de la cultura y las tradiciones comunitarias. Al participar en estos juegos, los niños se conectan con su herencia cultural, aprendiendo sobre las costumbres y valores de su comunidad. Esta conexión con el pasado fortalece su identidad cultural y su sentido de pertenencia, contribuyendo a la cohesión y continuidad cultural (Organización Mundial de la Salud, 2022).

### **Variable Dependiente: Desarrollo Físico de Niños de 12 Años**

El desarrollo físico en niños de 12 años se refiere al progreso y mejoría en las capacidades motoras, la fuerza, la coordinación, la resistencia y la flexibilidad. Este desarrollo es crucial en la etapa de la preadolescencia, ya que establece las bases para una vida saludable y activa. Se considera un indicador de bienestar y se evalúa mediante diferentes parámetros como el crecimiento, la composición corporal, la aptitud física y el rendimiento motor (Flórez & Rojas, 2020).

### ***Componentes del Desarrollo Físico en la Preadolescencia***

El desarrollo físico durante la preadolescencia es un proceso complejo y multifacético que incluye una serie de cambios y mejoras en las capacidades motoras, la fuerza, la coordinación, la resistencia y la flexibilidad. En esta etapa, que generalmente abarca de los 10 a los 12 años, los niños experimentan un crecimiento acelerado y una maduración significativa de sus sistemas neuromusculares y esqueléticos.

Uno de los componentes clave del desarrollo físico es el crecimiento esquelético. Durante la preadolescencia, los huesos de los niños crecen rápidamente en longitud y densidad, lo que contribuye a un aumento notable en altura y peso. Este crecimiento es impulsado por factores genéticos y hormonales, especialmente la hormona del crecimiento y las hormonas sexuales que comienzan a aumentar durante esta etapa (Lopez, 2020).

Otro componente esencial es el desarrollo de la fuerza muscular. A medida que los niños crecen, sus músculos se fortalecen y aumentan en masa. Este desarrollo muscular es crucial para mejorar las habilidades motoras y la capacidad de realizar actividades físicas intensas. El desarrollo de la coordinación también es significativo durante la preadolescencia. Los niños mejoran su capacidad para coordinar movimientos complejos que requieren precisión y sincronización, como correr, saltar y lanzar.

La resistencia y la flexibilidad son otros dos componentes críticos. La resistencia cardiovascular mejora a medida que el corazón y los pulmones se desarrollan, permitiendo a los niños participar en actividades físicas por períodos más largos sin fatigarse. La flexibilidad, por otro lado, es esencial para la prevención de lesiones y la realización de movimientos amplios y fluidos.

### ***Factores que Influyen en el Desarrollo Físico***

El desarrollo físico de los niños está influenciado por una combinación de factores genéticos, ambientales y de estilo de vida. Los factores genéticos determinan el potencial de crecimiento y desarrollo de cada individuo, incluyendo la estatura, la composición corporal y la predisposición a ciertas habilidades motoras.

El entorno y las condiciones de vida también juegan un papel crucial. Los niños que crecen en entornos con acceso a instalaciones deportivas y oportunidades para participar en actividades físicas tienden a desarrollar mejor sus habilidades físicas. Además, la nutrición adecuada es fundamental para el desarrollo físico. Una dieta balanceada que proporcione los nutrientes necesarios, como proteínas, vitaminas y minerales, es esencial para el crecimiento óseo y muscular, así como para la energía necesaria para la actividad física (Lorente & Villamizar, 2018).

El nivel de actividad física es otro factor determinante. Los niños que participan regularmente en actividades físicas, ya sean deportes organizados, juegos al aire libre o ejercicios estructurados, desarrollan mejor su fuerza, resistencia y habilidades motoras. La influencia de la familia y los pares también es significativa, ya que los niños tienden a imitar los comportamientos de actividad física de sus padres y amigos.

### ***Evaluación del Desarrollo Físico en Niños de 12 Años***

La evaluación del desarrollo físico en niños de 12 años implica una serie de pruebas y mediciones para determinar su progreso en diversas áreas de habilidades motoras y capacidades físicas. Estas evaluaciones son importantes para identificar áreas de fortaleza y necesidades de mejora, así como para monitorear el crecimiento y el desarrollo general del niño.

Una de las principales herramientas de evaluación es la medición antropométrica, que incluye la altura, el peso, el índice de masa corporal (IMC) y la composición corporal. Estas mediciones proporcionan información básica sobre el crecimiento y el desarrollo físico del niño (García, 2019).

Las pruebas de fuerza muscular son otro componente clave de la evaluación. Estas pueden incluir pruebas de fuerza de agarre, flexiones y sentadillas, que miden la fuerza y la resistencia de diferentes grupos musculares. La evaluación de la coordinación se puede realizar a través de actividades que requieren movimientos precisos y sincronizados, como pruebas de equilibrio, lanzamientos y recepciones de pelota.

La resistencia cardiovascular se evalúa mediante pruebas de resistencia como el test de correr de 12 minutos o el test de escalada de pasos, que miden la capacidad del corazón y los pulmones para mantener la actividad física durante un período prolongado. La flexibilidad se evalúa con pruebas como el test de flexión hacia adelante, que mide la capacidad de los músculos y las articulaciones para moverse a través de su rango completo de movimiento (Castaño, 2020).

### ***Impacto de la Actividad Física en el Desarrollo Físico***

La actividad física tiene un impacto significativo en el desarrollo físico de los niños, promoviendo mejoras en diversos aspectos de su salud y bienestar. La práctica regular de actividad física contribuye al desarrollo de la fuerza muscular, la resistencia cardiovascular, la flexibilidad y la coordinación motora, todos ellos componentes esenciales del desarrollo físico.

Uno de los principales beneficios de la actividad física es el fortalecimiento del sistema musculoesquelético. Los ejercicios que implican resistencia, como correr, saltar y levantar pesas ligeras, ayudan a aumentar la masa muscular y la densidad ósea, lo cual es crucial durante

la preadolescencia, una etapa de rápido crecimiento y desarrollo óseo. Este fortalecimiento reduce el riesgo de fracturas y otras lesiones, y establece una base sólida para una vida adulta activa y saludable.

La resistencia cardiovascular también se ve significativamente mejorada con la actividad física regular. Actividades aeróbicas como correr, nadar o andar en bicicleta mejoran la capacidad del corazón y los pulmones para suministrar oxígeno a los músculos durante el ejercicio. Esto no solo mejora la resistencia física, permitiendo a los niños participar en actividades durante períodos más largos sin fatigarse, sino que también tiene beneficios duraderos para la salud cardiovascular, disminuyendo el riesgo de enfermedades cardíacas en el futuro (Casais, 2022).

La actividad física también tiene efectos positivos en la salud mental y emocional. Participar en deportes y juegos ayuda a reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y aumentar la autoestima. Los niños que están físicamente activos tienden a tener una mejor concentración y rendimiento académico, ya que la actividad física estimula la liberación de endorfinas y otros neurotransmisores que mejoran la función cerebral.

### ***Incidencia de los Juegos Tradicionales en el Desarrollo Físico***

Los juegos tradicionales tienen una incidencia notable en el desarrollo físico de los niños, ofreciendo una forma efectiva y divertida de promover la actividad física y mejorar diversas habilidades motoras. Estos juegos, a menudo transmitidos de generación en generación, no solo tienen un valor cultural significativo, sino que también son herramientas poderosas para el desarrollo físico.

Uno de los principales beneficios de los juegos tradicionales es su capacidad para mejorar la coordinación y la agilidad. Juegos como "la rayuela", "las canicas" y "el trompo"

requieren movimientos precisos y controlados, ayudando a los niños a desarrollar una mejor coordinación ojo-mano y equilibrio. Estas habilidades son fundamentales no solo para el rendimiento en otros deportes, sino también para las actividades diarias.

Los juegos tradicionales también promueven el desarrollo de la fuerza y la resistencia. Actividades como saltar la cuerda o jugar a "la sogá" implican movimientos repetitivos que fortalecen los músculos y mejoran la capacidad cardiovascular. Este tipo de ejercicios es especialmente beneficioso para el desarrollo de la musculatura de las piernas y el core, contribuyendo a un desarrollo físico equilibrado (Herrero, Manrique, & López, 2021).

Los juegos tradicionales fomentan la interacción social y el trabajo en equipo, lo cual es esencial para el desarrollo socioemocional de los niños. Juegos como "la sogá" y "el escondite" requieren colaboración y comunicación, enseñando a los niños a trabajar juntos y a respetar las reglas. Esta interacción social también tiene beneficios físicos, ya que los niños son más propensos a participar en actividades físicas cuando están en un entorno social positivo y de apoyo.

La diversión y el disfrute asociados con los juegos tradicionales hacen que los niños sean más propensos a participar regularmente en la actividad física. A diferencia de los ejercicios estructurados o los deportes organizados, los juegos tradicionales se perciben como una actividad lúdica y relajada, lo que puede aumentar la motivación y el compromiso a largo plazo con la actividad física (Soriano, 2020).

## CAPÍTULO 3.

### METODOLOGÍA

#### **Tipo de Investigación**

Para la investigación sobre la incidencia de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de niños de 12 años de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces, se utilizó un enfoque mixto. Este enfoque es ideal porque permite combinar la valoración objetiva de datos cuantitativos con la interpretación de datos cualitativos, proporcionando una comprensión más completa del fenómeno estudiado.

#### ***Enfoque Mixto:***

Cuantitativo: Se realizaron mediciones objetivas de variables físicas específicas como la fuerza, la resistencia y la coordinación mediante pruebas estandarizadas.

Cualitativo: Se aplicaron encuestas estructuradas para recolectar datos numéricos sobre la frecuencia y la duración de la participación en juegos tradicionales.

#### **Diseño de la Investigación**

#### ***Nivel Descriptivo y Explicativo:***

La investigación se abordó desde dos niveles:

- Descriptivo: Se realizó un análisis detallado y se describió la situación actual de la práctica de juegos tradicionales y su relación con el desarrollo físico de los niños. Se caracterizaron y presentaron aspectos específicos de las variables de estudio a través del análisis de porcentajes, frecuencias y tendencias.

- **Explicativo:** Se buscó entender y explicar cómo los juegos tradicionales influyen en el desarrollo físico de los niños, estableciendo relaciones causales. Se utilizaron pruebas estadísticas para verificar las hipótesis planteadas y comprender las causas detrás de los cambios observados en las capacidades físicas de los niños.

### **Fuentes de Investigación:**

**De Campo:** La investigación fue de campo, recolectando datos directamente en la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre. Se observaron las sesiones de juegos tradicionales y se realizaron mediciones físicas de los niños en su entorno natural.

**Documental:** Complementariamente, se consultaron documentos relevantes, como estudios previos y literatura académica, para fundamentar teóricamente los hallazgos y proporcionar un contexto más amplio.

### **Diseño Cuasi-Experimental:**

El diseño de la investigación fue cuasi-experimental, dado que no se manipularon directamente las variables, pero se observó y midió la incidencia de los juegos tradicionales en el desarrollo físico de los niños. Este diseño permitió comparar grupos y evaluar el impacto de los juegos tradicionales en condiciones naturales.

## Operacionalización de variables

| Variable                              | Definición conceptual  | Dimensiones                             | Indicadores   | Item / instrumento |
|---------------------------------------|--|---|---|--------------------|
| Juegos Tradicionales                  | Actividades lúdicas transmitidas de generación en generación, parte del patrimonio cultural, que promueven interacción social y habilidades físicas. | Dimensión 1:<br>Tipos de Juegos         | Indicador 1:<br>Variedad de juegos practicados                            | ENCUESTA           |
|                                       |  |   | Indicador 2:<br>Frecuencia de práctica de cada tipo de juego              |                    |
|                                       |  | Dimensión 2:<br>Participación en Juegos | Indicador 1:<br>Número de participantes en cada juego                     |                    |
|                                       |  |   | Indicador 2:<br>Duración de cada sesión de juego                          |                    |
|                                       |  | Dimensión 3:<br>Recursos y Espacios     | Indicador 1:<br>Disponibilidad de materiales necesarios para los juegos   |                    |
|                                       |  |   | Indicador 2:<br>Adecuación de los espacios para la práctica de los juegos |                    |
| Desarrollo Físico de Niños de 12 Años | Progreso y mejoría en capacidades motoras, fuerza, coordinación, resistencia y flexibilidad en niños de 12 años                                      | Dimensión 1:<br>Habilidades Motoras     | Indicador 1:<br>Coordinación motora                                       | ENCUESTA           |
|                                       |  |   | Indicador 2:<br>Habilidad de coordinación ojo-mano                        |                    |
|                                       |  | Dimensión 2:<br>Fuerza y Resistencia    | Indicador 1:<br>Fuerza muscular   |                    |
|                                       |  |   | Indicador 2:<br>Resistencia cardiovascular                                |                    |
|                                       |  | Dimensión 3:<br>Flexibilidad            | Indicador 1:<br>Flexibilidad articular                                    |                    |
|                                       |  |   | Indicador 2:<br>Rango de movimiento                                       |                    |

## **Población y Muestra de la Investigación**

### ***Población***

La población es un conjunto definido, limitado y accesible del universo que forma el referente para la elección de la muestra. Es el grupo al que se intenta generalizar los resultados de la investigación. En este estudio, la población está conformada por todos los estudiantes de 12 años de la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre del Cantón Vinces. Esta población se denota por la letra N. En este caso, la población total (N) es de 68 niños.

### ***Muestra***

La muestra fue una porción de la población que se determinó a través de la técnica del muestreo. Para esta investigación, se utilizó un muestreo probabilístico, que permitió obtener una muestra representativa de la población mediante fórmulas estadísticas, asegurando que todos los miembros de la población tuvieran la misma probabilidad de ser seleccionados.

Para determinar el tamaño de la muestra (n), utilizamos la fórmula para el cálculo de una muestra probabilística con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

La fórmula para el tamaño de la muestra es:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

- N = 68 (tamaño de la población)
- Z = 1.96 (valor Z para un nivel de confianza del 95%)
- p = 0.5 (probabilidad de éxito, se asume 50%)

- $q = 0.5$  (probabilidad de fracaso,  $1-p$ )
- $e = 0.05$  (margen de error)

$$n = \frac{68 \cdot 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}{0.05^2 \cdot (68 - 1) + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}$$

$$n = \frac{68 \cdot 3.8416 \cdot 0.25}{0.0025 \cdot 67 + 3.8416 \cdot 0.25}$$

$$n = \frac{68 \cdot 0.9604}{0.1675 + 0.9604}$$

$$n = \frac{65.3072}{1.1279}$$

$$n \approx 58$$

Por lo tanto, el tamaño de la muestra ( $n$ ) es aproximadamente 58 niños

## **Técnicas de Recolección de Datos e Instrumentos**

### *Técnicas*

Las técnicas básicas para la recolección de información en esta investigación fueron:

- Observación: Captó de forma sistemática y visual los fenómenos relacionados con la práctica de juegos tradicionales y el desarrollo físico de los niños.
- Recopilación Documental: Consistió en la recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios relevantes para el contexto del estudio.
- Encuesta: Se extrajo información de la muestra de estudiantes y docentes sobre la práctica y percepción de los juegos tradicionales y su impacto en el desarrollo físico.

### ***Instrumentos***

Los instrumentos para la recolección de datos incluyeron:

- Cuestionarios: Para estudiantes y docentes, evaluando la frecuencia, duración y percepción de los juegos tradicionales.
- Fichas de Observación: Para registrar comportamientos, habilidades motoras y la participación de los niños durante los juegos tradicionales.

### ***Procedimientos de Datos***

El procesamiento de datos consistió en varios pasos secuenciales:

- Recolección de Datos: Obtención de datos en bruto mediante las técnicas e instrumentos seleccionados.
- Transformación y Limpieza de Datos: Uso de softwares como Excel para organizar y limpiar los datos, asegurando su calidad y coherencia.
- Análisis de Datos: Aplicación de técnicas estadísticas para analizar los datos cuantitativos, como análisis de frecuencias, tendencias y pruebas estadísticas. Para los datos cualitativos, se realizó un análisis de contenido para identificar patrones y temas relevantes.
- Presentación de Resultados: Transformación de los datos analizados en información entendible mediante gráficos, tablas y resúmenes que facilitaron la discusión de los resultados y la elaboración de conclusiones.

### ***Aspectos Éticos***

Toda investigación realizada con seres humanos debió respetar tres principios éticos básicos:

- Respeto a las Personas: Se garantizó la autonomía y el consentimiento informado de los participantes, asegurando que entendieran el propósito y los procedimientos del estudio y que pudieran retirarse en cualquier momento sin repercusiones.
- Búsqueda del Bien: Se maximizaron los beneficios y se minimizaron los riesgos para los participantes. La investigación estuvo diseñada para promover el bienestar de los participantes y evitar cualquier daño.
- Justicia: Se aseguró una distribución equitativa de los beneficios y cargas de la investigación, y se garantizó que todos los participantes fueran tratados con equidad y sin discriminación.

## CAPÍTULO 4.

### RESULTADOS Y DISCUSION

#### Resultados

#### 1. ¿Con qué frecuencia utilizas tu tiempo libre para jugar videojuegos?

Gráfico 1

1. ¿Con qué frecuencia utilizas tu tiempo libre para jugar videojuegos?

58 respuestas

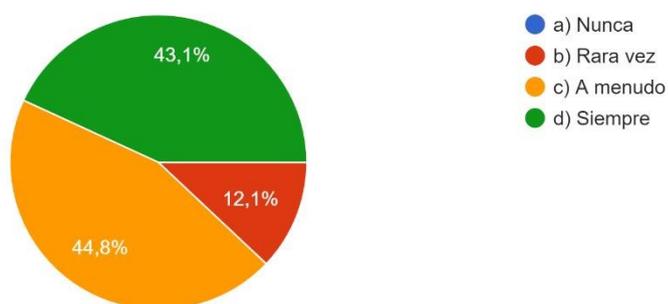


Tabla 1

| Pregunta           | Porcentaje  | Cantidad  |
|--------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Nunca</b>    | 0%          | 0         |
| <b>b) Rara vez</b> | 12,1%       | 7         |
| <b>c) A menudo</b> | 44,8%       | 26        |
| <b>d) Siempre</b>  | 43,1%       | 25        |
| <b>Total</b>       | <b>100%</b> | <b>58</b> |

Los resultados de la primera pregunta revelan una tendencia clara en cuanto al uso del tiempo libre para jugar videojuegos entre los estudiantes encuestados. El 87.9% de los estudiantes indica que juega videojuegos con frecuencia, con un 44.8% que lo hace a menudo

y un 43.1% que lo hace siempre. Solo el 12.1% afirma jugar videojuegos rara vez, y ningún estudiante reporta nunca jugar videojuegos. Estos datos sugieren que los videojuegos son una actividad dominante en el tiempo libre de los estudiantes. La elevada frecuencia de uso indica una posible sustitución de actividades físicas y tradicionales por videojuegos, lo que podría tener implicaciones para su salud física y social. Es importante considerar estrategias educativas y recreativas que equilibren el tiempo dedicado a los videojuegos con actividades físicas y juegos tradicionales, promoviendo así un desarrollo más integral y saludable en los estudiantes.

## 2. ¿Qué actividades realizas principalmente durante tu tiempo libre?

Gráfico 2

2. ¿Qué actividades realizas principalmente durante tu tiempo libre?

58 respuestas

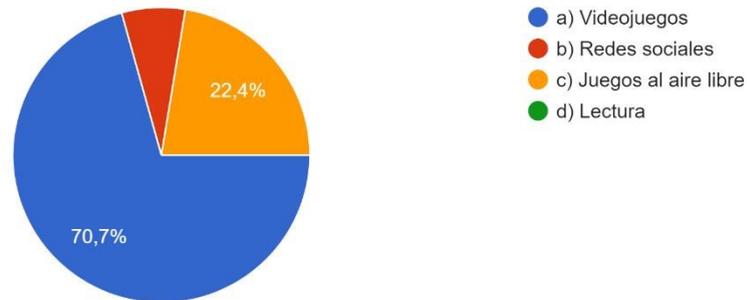


Tabla 2

| Pregunta                       | Porcentaje  | Cantidad  |
|--------------------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Videojuegos</b>          | 70,7%       | 41        |
| <b>b) Redes sociales</b>       | 22,4%       | 4         |
| <b>c) Juegos al aire libre</b> | 6,9%        | 13        |
| <b>d) Lectura</b>              | 0%          | 0         |
| <b>Total</b>                   | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La segunda pregunta del cuestionario revela que la mayoría de los estudiantes dedica su tiempo libre principalmente a los videojuegos, con un 70.7% (41 estudiantes) eligiendo esta opción. Un 22.4% (4 estudiantes) prefiere utilizar redes sociales, mientras que solo un 6.9% (13 estudiantes) opta por juegos al aire libre. Ninguno de los estudiantes reporta dedicar su tiempo libre a la lectura. Estos resultados reflejan una tendencia clara hacia actividades digitales y sedentarias, lo cual resalta la necesidad de fomentar actividades físicas y al aire libre que puedan equilibrar el uso de tiempo libre. La prevalencia de videojuegos y redes sociales

sugiere una dependencia significativa de la tecnología para el entretenimiento, lo que podría estar desplazando actividades que promueven un desarrollo físico y social más equilibrado.

### 3. ¿Cuánto tiempo dedicas diariamente a jugar juegos tradicionales (como el escondite, la rayuela, etc.)?

Gráfico 3

3. ¿Cuánto tiempo dedicas diariamente a jugar juegos tradicionales (como el escondite, la rayuela, etc.)?

58 respuestas

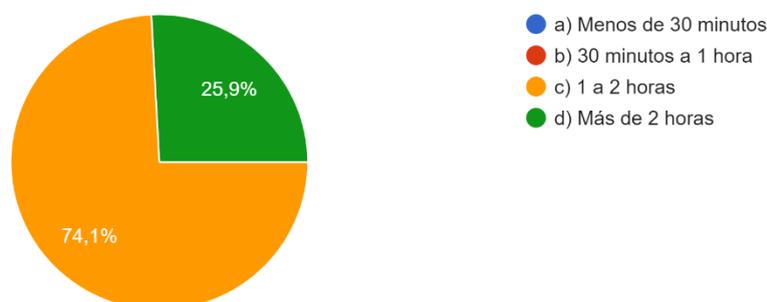


Tabla 3

| Pregunta                      | Porcentaje  | Cantidad  |
|-------------------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Menos de 30 minutos</b> | 0%          | 0         |
| <b>b) 30 minutos a 1 hora</b> | 0%          | 0         |
| <b>c) 1 a 2 horas</b>         | 74,1%       | 43        |
| <b>d) Más de 2 horas</b>      | 25,9%       | 15        |
| <b>Total</b>                  | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La tercera pregunta del cuestionario muestra que una mayoría significativa de los estudiantes dedica de 1 a 2 horas diarias a jugar juegos tradicionales como el escondite y la rayuela, con un 74.1% (43 estudiantes) seleccionando esta opción. Además, un 25.9% (15

estudiantes) dedica más de 2 horas diarias a estas actividades. Sorprendentemente, ninguno de los estudiantes dedica menos de 30 minutos o entre 30 minutos y 1 hora a estos juegos. Estos resultados indican una participación considerable en juegos tradicionales, lo cual es positivo para la promoción de actividad física y social entre los estudiantes.

#### 4. ¿Con qué frecuencia participas en actividades físicas en la escuela?

Gráfico 4

4. ¿Con qué frecuencia participas en actividades físicas en la escuela?

58 respuestas

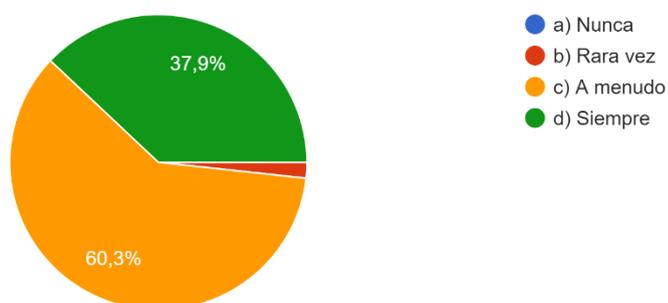


Tabla 4

| Pregunta           | Porcentaje  | Cantidad  |
|--------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Nunca</b>    | 0%          | 0         |
| <b>b) Rara vez</b> | 1,7%        | 1         |
| <b>c) A menudo</b> | 60,3%       | 35        |
| <b>d) Siempre</b>  | 37,9%       | 22        |
| <b>Total</b>       | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La cuarta pregunta del cuestionario revela que la mayoría de los estudiantes participa regularmente en actividades físicas en la escuela. Un 60,3% (35 estudiantes) reporta que a menudo participa en estas actividades, mientras que un 37,9% (22 estudiantes) lo hace siempre.

Solo un 1.7% (1 estudiante) rara vez participa, y ninguno indicó que nunca participa en actividades físicas escolares. Estos resultados indican una alta participación en actividades físicas, lo cual es beneficioso para el bienestar general y el desarrollo físico de los estudiantes. La frecuencia elevada de participación sugiere que las actividades físicas están bien integradas en el programa escolar, aunque se debería investigar más sobre las razones detrás de la mínima participación de algunos estudiantes.

### 5. ¿Qué te motiva más a jugar videojuegos en lugar de juegos tradicionales?

Gráfico 5

5. ¿Qué te motiva más a jugar videojuegos en lugar de juegos tradicionales?  
58 respuestas

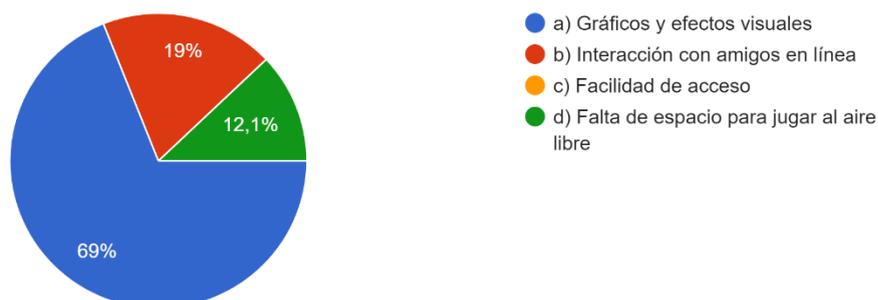


Tabla 5

| Pregunta  | Porcentaje  | Cantidad  |
|---|-------------|-----------|
| <b>a) Gráficos y efectos visuales</b>               | 69%         | 40        |
| <b>b) Interacción con amigos en línea</b>           | 19%         | 11        |
| <b>c) Facilidad de acceso</b>                       | 0%          | 0         |
| <b>d) Falta de espacio para jugar al aire libre</b> | 12,1%       | 7         |
| <b>Total</b>  | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La quinta pregunta del cuestionario revela que la principal motivación de los estudiantes para jugar videojuegos en lugar de juegos tradicionales son los gráficos y efectos visuales, con un 69% (40 estudiantes). La interacción con amigos en línea es la segunda razón más mencionada, con un 19% (11 estudiantes). Un 12.1% (7 estudiantes) indicó que la falta de espacio para jugar al aire libre es su principal motivación para elegir videojuegos. Ningún estudiante seleccionó la facilidad de acceso como una motivación. Estos resultados sugieren que la atracción visual y la posibilidad de socializar en línea son factores determinantes en la preferencia por los videojuegos.

## 6. ¿Qué tan importante consideras la actividad física para tu salud?

Gráfico 6

6. ¿Qué tan importante consideras la actividad física para tu salud?

58 respuestas

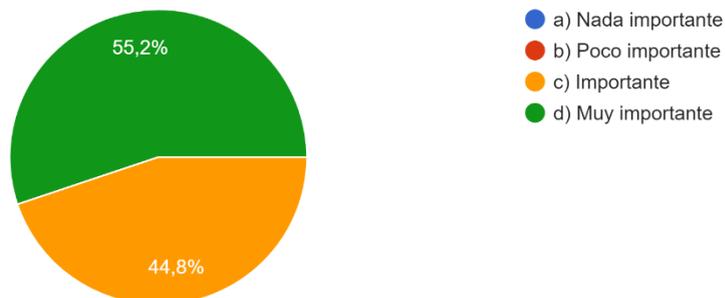


Tabla 6

| Pregunta                  | Porcentaje  | Cantidad  |
|---------------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Nada importante</b> | 0%          | 0         |
| <b>b) Poco importante</b> | 0%          | 0         |
| <b>c) Importante</b>      | 44,8%       | 26        |
| <b>d) Muy importante</b>  | 55,2%       | 32        |
| <b>Total</b>              | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La sexta pregunta del cuestionario indica que la mayoría de los estudiantes consideran la actividad física como muy importante para su salud, con un 55.2% (32 estudiantes) afirmando esto. Un 44.8% (26 estudiantes) considera que la actividad física es importante. No hubo respuestas indicando que la actividad física es poco importante o nada importante. Estos resultados muestran una percepción positiva hacia la actividad física entre los estudiantes, reconociendo su relevancia para mantener una buena salud. Esta actitud favorable hacia la

actividad física puede servir como base para fomentar la participación en juegos tradicionales y otras actividades físicas dentro y fuera de la escuela.

## 7. ¿Qué tan familiarizado estás con los juegos tradicionales?

Gráfico 7

7. ¿Qué tan familiarizado estás con los juegos tradicionales?  
58 respuestas



Tabla 7

| Pregunta                     | Porcentaje  | Cantidad  |
|------------------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Nada familiarizado</b> | 0%          | 0         |
| <b>b) Poco familiarizado</b> | 0%          | 0         |
| <b>c) Familiarizado</b>      | 44,8%       | 26        |
| <b>d) Muy familiarizado</b>  | 55,2%       | 32        |
| <b>Total</b>                 | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La séptima pregunta del cuestionario muestra que una mayoría significativa de los estudiantes está muy familiarizada con los juegos tradicionales, con un 55.2% (32 estudiantes) afirmando esto. Un 44.8% (26 estudiantes) se considera familiarizado con estos juegos. No hubo respuestas que indicaran que los estudiantes están poco o nada familiarizados con los juegos tradicionales. Estos resultados sugieren que, aunque los estudiantes conocen y entienden

los juegos tradicionales, no los practican frecuentemente en su tiempo libre, lo cual resalta una discrepancia entre el conocimiento de los juegos tradicionales y su práctica. Esto podría ser un punto de partida importante para diseñar estrategias que motiven a los estudiantes a participar más en actividades físicas que incluyan juegos tradicionales.

## 8. ¿Crees que los juegos tradicionales pueden ser divertidos?

Gráfico 8

8. ¿Crees que los juegos tradicionales pueden ser divertidos?

58 respuestas

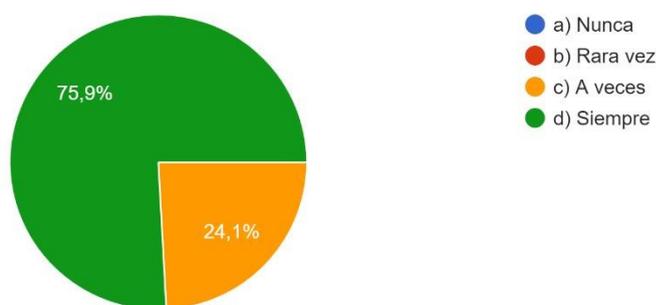


Tabla 8

| Pregunta           | Porcentaje  | Cantidad  |
|--------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Nunca</b>    | 0%          | 0         |
| <b>b) Rara vez</b> | 0%          | 0         |
| <b>c) A veces</b>  | 24,1%       | 14        |
| <b>d) Siempre</b>  | 75,9%       | 44        |
| <b>Total</b>       | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La octava pregunta revela que una mayoría considerable de los estudiantes cree que los juegos tradicionales pueden ser divertidos, con un 75.9% (44 estudiantes) respondiendo "siempre". Un 24.1% (14 estudiantes) considera que los juegos tradicionales pueden ser

divertidos "a veces". No hubo respuestas que indicaran que los juegos tradicionales nunca o rara vez son divertidos. Este resultado es positivo, ya que sugiere que, aunque los estudiantes no participen regularmente en juegos tradicionales, reconocen su potencial de diversión. Esta percepción favorable hacia los juegos tradicionales puede ser aprovechada para fomentar su práctica, integrándolos de manera más efectiva en las actividades recreativas y educativas de los estudiantes.

### 9. ¿Participas en programas o actividades escolares que promuevan los juegos tradicionales?

Gráfico 9

9. ¿Participas en programas o actividades escolares que promuevan los juegos tradicionales?  
58 respuestas

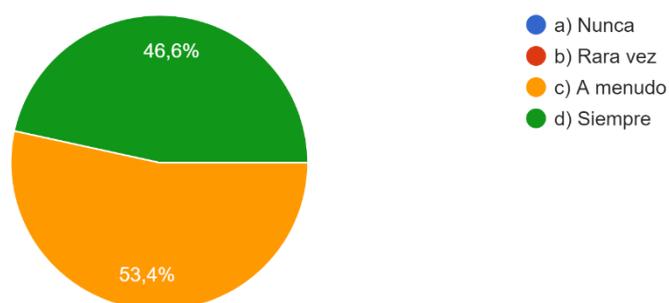


Tabla 9

| Pregunta           | Porcentaje  | Cantidad  |
|--------------------|-------------|-----------|
| <b>a) Nunca</b>    | 0%          | 0         |
| <b>b) Rara vez</b> | 0%          | 0         |
| <b>c) A menudo</b> | 53,4%       | 31        |
| <b>d) Siempre</b>  | 45,6%       | 27        |
| <b>Total</b>       | <b>100%</b> | <b>58</b> |

La novena pregunta muestra que la mayoría de los estudiantes participan en programas o actividades escolares que promueven los juegos tradicionales, con un 53.4% (31 estudiantes) respondiendo "a menudo" y un 45.6% (27 estudiantes) respondiendo "siempre". No hubo respuestas que indicaran que nunca o rara vez participan en dichas actividades. Este resultado sugiere que los juegos tradicionales tienen una presencia significativa en las actividades escolares y que los estudiantes están bastante involucrados en ellas. Esta participación activa puede ser una base sólida para continuar promoviendo los juegos tradicionales y destacar sus beneficios en el desarrollo físico y social de los estudiantes.

### 10. ¿Qué cambios crees que deberían hacerse en la escuela para fomentar más los juegos tradicionales?

Gráfico 10

10. ¿Qué cambios crees que deberían hacerse en la escuela para fomentar más los juegos tradicionales?  
58 respuestas

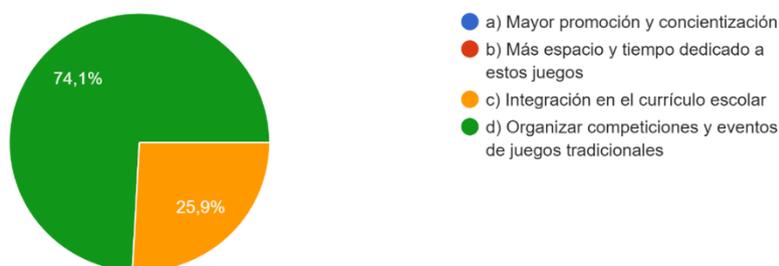


Tabla 10

| Pregunta  | Porcentaje | Cantidad |
|---|------------|----------|
| <b>a) Mayor promoción y concientización</b>                         | 0%         | 0        |
| <b>b) Más espacio y tiempo dedicado a estos juegos</b>              | 0%         | 0        |
| <b>c) Integración en el currículo escolar</b>                       | 25,9%      | 15       |
| <b>d) Organizar competiciones y eventos de juegos tradicionales</b> | 74,1%      | 43       |

|              |             |           |
|--------------|-------------|-----------|
| <b>Total</b> | <b>100%</b> | <b>58</b> |
|--------------|-------------|-----------|

En la encuesta sobre cómo fomentar los juegos tradicionales en la escuela, la mayoría de los encuestados (74,1%) prefiere organizar competencias y eventos como principal estrategia. Este alto porcentaje sugiere que la acción directa y la participación activa en eventos son vistas como las formas más efectivas para promover estos juegos. Integrar los juegos tradicionales en el currículo escolar obtuvo un 25,9% de apoyo, indicando que algunos ven esta opción como válida, pero menos urgente que los eventos organizados. Las opciones de mayor promoción y concientización y más espacio y tiempo no recibieron respuestas, lo que podría señalar que estos enfoques no son percibidos como suficientes por sí solos para fomentar el interés en los juegos tradicionales.

## Discusión

Los resultados del cuestionario sobre el uso del tiempo libre y los juegos tradicionales revelan una tendencia significativa hacia el predominio de los videojuegos y una participación considerable en juegos tradicionales. A pesar de que la mayoría de los estudiantes se muestra familiarizada con los juegos tradicionales y considera que estos pueden ser divertidos, la frecuencia de su práctica diaria y la motivación para elegir videojuegos sobre juegos tradicionales sugieren áreas importantes para la intervención educativa y recreativa.

La alta frecuencia con la que los estudiantes juegan videojuegos (87.9%) en comparación con su participación en juegos tradicionales indica una fuerte inclinación hacia actividades digitales y sedentarias. Esta inclinación puede tener implicaciones negativas para la salud física y el desarrollo integral de los estudiantes. Según la investigación de (Berrospe, 2019), el tiempo excesivo dedicado a videojuegos está asociado con comportamientos sedentarios y una disminución en la actividad física, lo cual puede contribuir a problemas de salud como la obesidad infantil y la reducción de habilidades sociales. Esto subraya la necesidad de encontrar un equilibrio entre actividades digitales y físicas, incluyendo juegos tradicionales que fomentan el movimiento y la interacción social.

Los datos también muestran que una gran mayoría de los estudiantes (74.1%) dedica entre 1 y 2 horas diarias a juegos tradicionales, y un 25.9% dedica más de 2 horas. Aunque estos números son positivos, reflejan solo una parte del tiempo libre que los estudiantes podrían dedicar a actividades físicas. Según (Castaño, 2020), los juegos tradicionales no solo promueven la actividad física, sino que también ayudan a desarrollar habilidades sociales y emocionales, ofreciendo beneficios que los videojuegos no siempre proporcionan. Los juegos tradicionales, como el escondite y la rayuela, son fundamentales para el desarrollo físico y

social, pues integran aspectos de coordinación, cooperación y competencia en un entorno lúdico y saludable.

El hecho de que el 75.9% de los estudiantes considere que los juegos tradicionales pueden ser siempre divertidos y un 24.1% que a veces lo son, demuestra una percepción positiva que puede ser capitalizada para fomentar su práctica. En esta línea, (García & Caracuel, 2021) argumentan que la incorporación de juegos tradicionales en el entorno escolar y familiar no solo mejora la salud física al incentivar el ejercicio, sino que también fortalece la cohesión social y la resiliencia emocional en los niños.

A pesar de la familiaridad y el reconocimiento de la diversión en los juegos tradicionales, la alta preferencia por los videojuegos sugiere una necesidad de promover estos juegos de manera más efectiva. Los estudiantes no participan en juegos tradicionales con la misma frecuencia con la que juegan videojuegos, lo cual podría ser un reflejo de la falta de promoción y oportunidades adecuadas en el entorno escolar. Para maximizar los beneficios de los juegos tradicionales y la actividad física, es crucial integrar estos juegos en el currículo escolar y organizar eventos que los promuevan. (Casais, 2022) destaca que la participación en juegos físicos no solo mejora la salud y el bienestar, sino que también proporciona oportunidades para el desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y resolución de problemas, habilidades esenciales para el éxito académico y personal. Los resultados del cuestionario también indican que los estudiantes están involucrados en programas escolares que promueven los juegos tradicionales, con un 99% participando en tales programas. Esto sugiere que hay una infraestructura en marcha para fomentar estas actividades, pero el hecho de que solo un 25.9% de los encuestados considere que integrar los juegos tradicionales en el currículo escolar es una solución eficaz podría reflejar una necesidad de adaptar y actualizar estas iniciativas para hacerlas más atractivas y accesibles para todos los estudiantes.

## CAPITULO 5

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### Conclusiones

Los juegos tradicionales juegan un papel fundamental en el desarrollo físico y social de los niños. La combinación de su alta valoración entre los estudiantes y su significativa presencia en el entorno escolar demuestra su potencial como herramienta para mejorar el bienestar físico y social. Para maximizar estos beneficios, es esencial integrar los juegos tradicionales de manera más sistemática en el currículo escolar, organizar eventos y competiciones que fomenten su práctica y proporcionar los recursos necesarios para su implementación efectiva.

Los resultados del análisis demuestran que los juegos tradicionales juegan un papel significativo en el desarrollo físico de los niños de 12 años en la Unidad Educativa Francisco Martínez Aguirre. La alta frecuencia de participación en juegos tradicionales (74.1% de los estudiantes dedican entre 1 y 2 horas diarias) sugiere que estas actividades contribuyen de manera efectiva al desarrollo motor y físico. Estos juegos, que incluyen actividades como el escondite y la rayuela, permiten a los niños mejorar su coordinación, equilibrio y resistencia física, al mismo tiempo que fomentan la interacción social y el trabajo en equipo. La evidencia recogida apoya la premisa de que los juegos tradicionales son fundamentales para el desarrollo integral de los niños, complementando las actividades físicas más estructuradas y ofreciendo beneficios adicionales en términos de habilidades sociales y emocionales.

La evaluación del significado de los juegos tradicionales revela que estos son percibidos positivamente por los estudiantes. A pesar de la mayor inclinación hacia los videojuegos, un 75.9% de los estudiantes consideran que los juegos tradicionales son siempre divertidos. Esta

percepción positiva indica que los juegos tradicionales aún tienen un valor significativo para los niños, aunque su frecuencia de práctica puede no reflejar completamente esta valoración. La combinación de diversión y beneficios físicos de los juegos tradicionales es clave para entender su relevancia en el contexto educativo y recreativo. La familiaridad con estos juegos y la percepción de diversión asociada con ellos destacan la importancia de integrarlos más activamente en el currículo y en las actividades extracurriculares para maximizar su impacto positivo en el desarrollo físico y social de los estudiantes.

La aplicación de los juegos tradicionales como herramienta en el contexto educativo es esencial para comprender su impacto y potencial en el desarrollo de los niños. Los resultados sugieren que los programas escolares actuales que promueven los juegos tradicionales están bien establecidos, con un 99% de los estudiantes participando en estos programas. Sin embargo, las percepciones de los docentes sobre la efectividad de estos programas y la necesidad de ajustes curriculares son cruciales para garantizar una integración efectiva. Los docentes deben reconocer y valorar los beneficios de los juegos tradicionales no solo como una forma de actividad física, sino también como una herramienta para fomentar el desarrollo integral de los estudiantes. La incorporación de juegos tradicionales en el currículo y la organización de eventos y competiciones pueden servir como estrategias clave para potenciar el impacto de estas actividades en el bienestar físico y social de los niños.

## **Recomendaciones**

**Integrar los Juegos Tradicionales en el Currículo Escolar:** Es esencial incorporar los juegos tradicionales de manera sistemática en el currículo escolar. Estos juegos, que

demuestran beneficios significativos para el desarrollo físico y social de los niños, deben ser incluidos en las clases de educación física y en otras actividades extracurriculares. Esta integración puede ayudar a maximizar los beneficios asociados a estas actividades, promoviendo habilidades motoras, coordinación, y trabajo en equipo, al mismo tiempo que se preserva el valor cultural de estos juegos.

**Organizar Eventos y Competiciones:** La organización regular de eventos y competiciones de juegos tradicionales en la escuela puede ser una estrategia efectiva para fomentar la participación activa y el interés en estas actividades. Los eventos pueden incluir torneos y festivales de juegos tradicionales que no solo motiven a los estudiantes a participar, sino que también refuercen la importancia de estos juegos como una forma divertida y saludable de actividad física. Estas actividades pueden fortalecer el sentido de comunidad y promover una mayor apreciación por los juegos tradicionales.

**Proporcionar Recursos y Espacios Adecuados:** Asegurar que haya espacios y recursos adecuados para la práctica de los juegos tradicionales es crucial para su implementación efectiva. Las escuelas deben disponer de áreas de juego apropiadas y equipadas, y los docentes deben recibir capacitación sobre cómo organizar y facilitar estos juegos de manera segura y efectiva. Invertir en la creación de espacios al aire libre y en la provisión de materiales necesarios ayudará a que los juegos tradicionales sean una opción viable y atractiva para los estudiantes.

**Evaluar y Ajustar los Programas Actuales:** Los programas escolares que promueven los juegos tradicionales deben ser evaluados regularmente para asegurar su efectividad y relevancia. Los docentes y administradores deben recopilar retroalimentación de los estudiantes sobre los juegos y ajustar los programas según sea necesario para mantener el

interés y la participación. La evaluación continua permitirá identificar áreas de mejora y adaptar los programas a las necesidades cambiantes de los estudiantes.

**Promover la Participación de la Comunidad:** Involucrar a la comunidad en la promoción de los juegos tradicionales puede fortalecer su impacto y sostenibilidad. Las escuelas pueden colaborar con organizaciones locales, familias y comunidades para apoyar y expandir las actividades relacionadas con los juegos tradicionales. La participación comunitaria puede proporcionar recursos adicionales, apoyo y una mayor motivación para los estudiantes, creando un entorno más favorable para el desarrollo físico y social.

**Aprovechar la Percepción Positiva de los Estudiantes:** Dado que un alto porcentaje de estudiantes considera los juegos tradicionales como siempre divertidos, es importante aprovechar esta percepción positiva para aumentar la participación. Promover los juegos tradicionales utilizando enfoques que resalten su aspecto lúdico y beneficioso puede ayudar a mantener el interés y motivar a los estudiantes a integrarlos más en su rutina diaria y en sus actividades recreativas.

## Bibliografía

- Ámparo, M. (2019). Una oportunidad para avanzar hacia la evaluación auténtica en Educación Física. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)*(Num. 36), 259 - 265. Recuperado el 20 de Junio de 2023, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260912>
- Berrospe, R. (Febrero de 2019). Psicología del Deporte y motivación. 43. Recuperado el 14 de Febrero de 2023, de <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/21712/1/Berrospe%20C%20Rodrigo.pdf>
- Casais, L. (2022). Revisión de las estrategias para laprevención de lesiones en el deporte desde la actividad física. *Apunts*, 30-40. Recuperado el 12 de Marzo de 2023, de <https://www.apunts.org/es-revision-estrategias-prevencion-lesiones-el-articulo-X0213371708174274#:~:text=Siguiendo%20la%20propuesta%20ya%20cl%C3%A1sica,por%20%C3%BAltimo%2C%20evaluar%20su%20eficacia>
- Castaño, G. (2020). Exploración psicométrica sobre deficiencia motivacional. *Universidad CES*, 17. Recuperado el 5 de Marzo de 2023, de <http://www.scielo.org.ar/pdf/interd/v37n1/1668-7027-Interd-37-01-00004.pdf>
- Flórez, L., & Rojas, M. (2020). Intervención motivacional en psicología de la salud: revisión de sus fundamentos conceptuales, definición, evolución y estado actual. *Redaly*, 24. Recuperado el 5 de Marzo de 2023, de <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297232756004.pdf>

- Galarza, G. (2019). *Caces*. Recuperado el 12 de Marzo de 2023, de [https://www.caces.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/12/3.-Modelo\\_Eval\\_UEP\\_2019\\_compressed.pdf](https://www.caces.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/12/3.-Modelo_Eval_UEP_2019_compressed.pdf)
- Gallardo, F. (2020). Evaluación formativa en educación física y atención a la diversidad. *Magis. Revista Internacional de Investigación en Educación, Vol. 12*(Num. 25), 169 - 186. Recuperado el 20 de Junio de 2023, de <https://www.redalyc.org/journal/2810/281060625010/281060625010.pdf>
- García, J. (2019). MOTIVACIÓN Y EJERCICIO FÍSICO DEPORTIVO: UNA AÑEJA RELACIÓN. 19. Recuperado el 14 de Febrero de 2023, de <https://www.redalyc.org/pdf/654/65452570005.pdf>
- García, R., & Caracuel, J. (Noviembre de 2021). *Alto Rendimiento*. Recuperado el 13 de Febrero de 2023, de <https://altorendimiento.com/teorias-sobre-la-motivacion-en-el-contexto-deportivo/>
- Herrero, D., Manrique, J., & López, V. (2021). Incidencia de la formación inicial y permanente del profesorado en la aplicación de la evaluación formativa y compartida en educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(Num. 21), 533-543. Recuperado el 20 de Junio de 2023, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7953246>
- Lopez, V. M. (2020). La Evaluación Formativa y Compartida en contextos de Aprendizaje Cooperativo en Educación Física en Primaria. *Cultura, ciencia y deporte, Vol. 15*(Num. 44), 213 - 222. Recuperado el 20 de Junio de 2023, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7427876>

Lorente, P., & Villamizar, D. (2018). ANÁLISIS EXPERIMENTAL DE LOS DEFICITS MOTIVACIONALES Y COGNITIVOS DEL ((LEARNED HELPLESSNESS)) EN UNA MUESTRA DE ADOLESCENTES NO DEPRESIVOS. *Cuadernos de Psicología*, 28. Recuperado el 5 de Marzo de 2023, de file:///C:/Users/Hp/Downloads/195922-Texto%20del%20art%C3%ADculo-262830-1-10-20100715.pdf

Organización Mundial de la Salud. (5 de Octubre de 2022). *OMS*. Recuperado el 12 de Marzo de 2023, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Paho*. Recuperado el 12 de Marzo de 2023, de <https://www.paho.org/uru/dmdocuments/WEB%20-%20Guia%20de%20actividad%20fisica2%20-%20MSP-compressed.pdf>

Soriano, M. (2020). La motivacion, pilar basico de todo tipo de esfuerzo. *Psicologia Evolutiva*, 21. Recuperado el 5 de Marzo de 2023, de file:///C:/Users/Hp/Downloads/Dialnet-LaMotivacionPilarBasicoDeTodoTipoDeEsfuerzo-209932.pdf

## Anexos

## PRESUPUESTO Y CRONOGRAMA

## Presupuesto

Tabla N1 - Presupuesto sobre Equipos y bienes duraderos

| Descripción                                 | Cantidad | Costo Unitario | Total          |
|---|----------|----------------|----------------|
| Computador                                  | 1        | 0.00           | 0.00           |
| Impresora                                   | 1        | 0.00           | 0.00           |
| Memoria USB                                 | 1        | 0.00           | 0.00           |
| .....                                       |          |                |                |
| <b>Sub Total Equipos y bienes duraderos</b> |          |                | <b>\$ 0.00</b> |

Fuente: Elaboración propia

Tabla N2 - Presupuesto sobre Materiales e insumos

| Descripción                           | Cantidad | Costo Unitario | Total           |
|---------------------------------------|----------|----------------|-----------------|
| Papel                                 | 2        | 4.50           | 9.00            |
| Tinta                                 | 1        | 15.00          | 15.00           |
| Folders                               | 1        | 0.00           | 0.00            |
| .....                                 |          |                |                 |
| <b>Sub Total Materiales e insumos</b> |          |                | <b>\$ 24.00</b> |

Fuente: Elaboración propia

Tabla N3 - Presupuesto sobre Asesorías especializadas y servicios

| Descripción   | Unidad | Costo Unitario | Monto Total    |
|---|--------|----------------|----------------|
| Estadístico   | 1      | 0.00           | 0.00           |
| Tipeo   | 1      | 0.00           | 0.00           |
| .....   |        |                |                |
| <b>Sub Total Asesorías especializadas y servicios</b> |        |                | <b>\$ 0.00</b> |

Fuente: Elaboración propia

## Gastos operativos:

Tabla N4 -. Presupuesto sobre Gastos operativos

| Descripción | Unidad | Costo Unitario | Monto Total |
|-------------|--------|----------------|-------------|
| Útiles      | 4      | 1.00           | 4.00        |



*Actividades de Juegos Tradicionales*

| <b>Nombre del Juego</b> | <b>Reglas del Juego</b>  | <b>Tiempo de Juego</b> | <b>En qué Favorece</b>  | <b>Observaciones</b>                                    |
|-------------------------|--|------------------------|---|---|
| <b>Rayuela</b>          | Se dibuja un diagrama en el suelo con números y los jugadores deben lanzar una piedra en secuencia mientras saltan de un número a otro sin tocar las líneas. | 15-30 minutos          | Mejora la coordinación motora gruesa, el equilibrio y la agilidad. Favorece la percepción espacial y el control corporal.     | Adecuado para desarrollar habilidades motoras básicas.  |
| <b>Escondite</b>        | Un jugador cuenta mientras los demás se esconden. El objetivo es encontrar a todos los jugadores escondidos.   | 20-40 minutos          | Desarrolla habilidades de búsqueda y percepción. Fomenta la agilidad, el trabajo en equipo y la capacidad de reacción rápida. | Promueve la interacción social y el desarrollo táctico. |

|                            |   |               |  |  |
|----------------------------|---|---------------|--|--|
| <b>La Soga</b>             | Los jugadores se dividen en dos equipos y tiran de una cuerda en direcciones opuestas. El equipo que logre arrastrar al otro equipo más allá de una línea gana. | 10-20 minutos | Fortalece la fuerza muscular, la resistencia y el trabajo en equipo. Mejora la sincronización y la estrategia grupal.                                    | Ideal para fortalecer la cohesión grupal.          |
| <b>La Carrera de Sacos</b> | Los jugadores deben saltar dentro de sacos hasta llegar a la meta. El primero en cruzar la línea de llegada gana.   | 10-20 minutos | Favorece el desarrollo de la fuerza explosiva, la coordinación y la resistencia. Aumenta la agilidad y la capacidad de adaptación a movimientos rápidos. | Efectivo para mejorar la condición física general. |
| <b>El Atrapados</b>        | Un jugador es el "atrapado" y debe tocar a los demás para que también se conviertan en  | 15-30 minutos | Fomenta la velocidad, la agilidad y la resistencia cardiovascular. Promueve la   | Bueno para el acondicionamiento físico general.    |

|                |   |               |  |  |
|----------------|---|---------------|--|--|
|                | atrapados. El juego continúa hasta que todos sean atrapados.  |               | capacidad de reacción rápida y la coordinación motora.   |  |
| <b>La Hoca</b> | Los jugadores deben lanzar pequeñas piedras (hocadas) a una serie de casillas en el suelo, siguiendo un orden específico. | 20-30 minutos | Desarrolla la coordinación mano-ojo, la precisión y la motricidad fina. Mejora la estabilidad y el control motor fino. | Beneficioso para la coordinación y la precisión. |

Descripción Técnica Adicional:

- **Coordinación Motora Gruesa:** Mejora la habilidad de los niños para realizar movimientos amplios y complejos que requieren la integración de diferentes grupos musculares.
- **Equilibrio y Agilidad:** Favorece la capacidad de mantener el control del cuerpo en diferentes posturas y de realizar movimientos rápidos y precisos.
- **Percepción Espacial:** Desarrolla la capacidad de entender y recordar la ubicación de objetos y la relación entre ellos en el espacio.
- **Resistencia Cardiovascular:** Aumenta la capacidad del corazón y los pulmones para suministrar oxígeno a los músculos durante el ejercicio continuo.

- **Motricidad Fina:** Mejora la capacidad de realizar movimientos precisos y coordinados con los músculos pequeños, como los de las manos y los dedos.

*Ficha de Observación*

| <b>Aspecto Observado</b>                               | <b>Sí</b> | <b>No</b> | <b>Comentarios</b>  |
|--|-----------|-----------|---|
| <b>Participación en juegos tradicionales</b>           | X         |           | El niño participa activamente en juegos tradicionales como escondite y rayuela. |
| <b>Desarrollo de habilidades motoras</b>               | X         |           | Se observa mejora en coordinación, equilibrio y resistencia física.             |
| <b>Interacción social durante los juegos</b>           | X         |           | El niño muestra habilidades de trabajo en equipo y comunicación.                |
| <b>Frecuencia de participación (1-2 horas diarias)</b> | X         |           | El niño participa entre 1 y 2 horas diarias en juegos tradicionales.            |
| <b>Percepción de diversión en juegos tradicionales</b> | X         |           | El niño se muestra contento y entusiasta durante los juegos.                    |
| <b>Desempeño en actividades físicas</b>                | X         |           | El niño muestra buen desempeño en actividades físicas asociadas a los juegos.   |

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <b>Cumplimiento de normas de juego</b>         | X |  | El niño sigue las reglas y normas establecidas para los juegos.              |
| <b>Desarrollo emocional y social</b>           | X |  | Se nota que el niño desarrolla habilidades emocionales y sociales positivas. |
| <b>Adaptación a diferentes tipos de juegos</b> | X |  | El niño se adapta bien a diferentes juegos tradicionales.                    |

**Tabla de Observaciones Aplicada a los Docentes**

| <b>Ítem</b>  | <b>Sí</b> | <b>No</b> | <b>Comentarios adicionales</b>   |
|--|-----------|-----------|--|
| 1. Utiliza juegos tradicionales en sus clases regularmente.  | X         |           | Algunos docentes integran juegos tradicionales en actividades específicas, pero no es una práctica uniforme. |
| 2. Considera que los juegos tradicionales mejoran la participación de los estudiantes en la clase.                     | X         |           | La mayoría observa un aumento en la participación cuando se usan estos juegos.                               |
| 3. Ha recibido capacitación o formación sobre la implementación de juegos tradicionales en el currículo escolar.       |           | X         | La mayoría de los docentes no ha recibido capacitación formal en esta área.                                  |
| 4. Observa un mayor interés de los estudiantes cuando se integran juegos tradicionales en las actividades físicas.     | X         |           | Se observa un interés notable, especialmente en los estudiantes más jóvenes.                                 |
| 5. Piensa que los juegos tradicionales contribuyen positivamente al desarrollo físico de los estudiantes.              | X         |           | Se reconoce el valor de estos juegos para el desarrollo físico y social.                                     |
| 6. Está de acuerdo en que los juegos tradicionales deben ser parte del currículo de educación física.                  | X         |           | Consenso general sobre la inclusión de estos juegos en el currículo formal.                                  |
| 7. Percibe barreras (como falta de espacio o recursos) para la implementación de juegos tradicionales en la escuela.   | X         |           | La falta de espacios adecuados y recursos es una barrera comúnmente mencionada.                              |
| 8. Considera que los juegos tradicionales fomentan la interacción social entre los estudiantes.                        | X         |           | Los docentes ven una mejora en la interacción y cooperación entre los estudiantes.                           |
| 9. Evalúa regularmente el impacto de los juegos tradicionales en el rendimiento académico y físico de los estudiantes. |           | X         | No se realizan evaluaciones sistemáticas sobre este aspecto.   |

| Ítem  | Sí | No | Comentarios adicionales  |
|---|----|----|--|
| 10. Está dispuesto a integrar más juegos tradicionales en su planificación didáctica si se le proporcionan los recursos necesarios. | X  |    | Los docentes están abiertos a la integración si se abordan las barreras mencionadas. |

### **Análisis e Interpretación**

El análisis de las observaciones revela que los docentes reconocen ampliamente los beneficios de los juegos tradicionales en la educación física, destacando su impacto positivo en la participación y desarrollo físico de los estudiantes. Sin embargo, la falta de capacitación y la presencia de barreras como la falta de recursos y espacio adecuado limitan la implementación consistente de estos juegos. Aunque los docentes están dispuestos a integrar más juegos tradicionales en su planificación, es necesario proporcionarles los recursos y apoyo necesarios para superar las limitaciones actuales. Esto indica un interés genuino en mejorar las prácticas educativas mediante la inclusión de juegos tradicionales, siempre y cuando se faciliten las condiciones adecuadas.

**Encuestas (Borrador)**

1. ¿Con qué frecuencia utilizas tu tiempo libre para jugar videojuegos?

- a) Nunca
- b) Rara vez
- c) A menudo
- d) Siempre

2. ¿Qué actividades realizas principalmente durante tu tiempo libre?

- a) Videojuegos
- b) Redes sociales
- c) Juegos al aire libre
- d) Lectura

3. ¿Cuánto tiempo dedicas diariamente a jugar juegos tradicionales (como el escondite, la rayuela, etc.)?

- a) Menos de 30 minutos
- b) 30 minutos a 1 hora
- c) 1 a 2 horas
- d) Más de 2 horas

4. ¿Con qué frecuencia participas en actividades físicas en la escuela?

- a) Nunca
- b) Rara vez
- c) A menudo
- d) Siempre

5. ¿Qué te motiva más a jugar videojuegos en lugar de juegos tradicionales?

- a) Gráficos y efectos visuales
- b) Interacción con amigos en línea
- c) Facilidad de acceso
- d) Falta de espacio para jugar al aire libre

6. ¿Qué tan importante consideras la actividad física para tu salud?

- a) Nada importante
- b) Poco importante
- c) Importante
- d) Muy importante

7. ¿Qué tan familiarizado estás con los juegos tradicionales?

- a) Nada familiarizado
- b) Poco familiarizado

c) Familiarizado

d) Muy familiarizado

8. ¿Crees que los juegos tradicionales pueden ser divertidos?

a) Nunca

b) Rara vez

c) A menudo

d) Siempre

9. ¿Participas en programas o actividades escolares que promuevan los juegos tradicionales?

a) Nunca

b) Rara vez

c) A menudo

d) Siempre

10. ¿Qué cambios crees que deberían hacerse en la escuela para fomentar más los juegos tradicionales?

a) Mayor promoción y concientización

b) Más espacio y tiempo dedicado a estos juegos

c) Integración en el currículo escolar

d) Organizar competencias y eventos de juegos tradicionales