



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

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

TEMA:

ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES
FÍSICAS EN ESTUDIANTES DE 10MO AÑO, UNIDAD EDUCATIVA “DIEZ DE
AGOSTO”

AUTOR/ES:

FALCÓN MORETA EMMA LISBETH
SILVA GUADAMUD MÓNICA NAYELY

TUTOR:

MSC, YOEL MARTIN GARCIA

BABAHOYO- ECUADOR – 2025

INDICE

RESUMEN.	4
CAPÍTULO I.....	6
INTRODUCCIÓN.....	6
Contextualización del problema.....	6
Planteamiento del problema.	8
1.2 Objetivos de investigación	10
Capítulo II.	11
Marco teórico.....	11
¿Qué son las actividades lúdicas?	12
Importancia de las actividades lúdicas.	12
Características de las actividades lúdicas.	13
Tipos de actividades lúdicas	13
CAPITULO III.....	17
METODOLOGÍA.....	17
Tipo de investigación:	17
Diseño de la investigación:.....	17
Métodos teóricos de investigación:	17
Hipotético – deductivo:.....	18
Operacionalización de variables.	19
Análisis e interpretación de datos:.....	25
Honestidad de redacción:	25
Valor científico:.....	25
Selección equitativa de la muestra:.....	25
Consentimiento informado:	25
Protección de datos:	26
CAPITULO IV	27
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	27
Tabla n.3	27
Gráfico N.1	27
Tabla n.4	28
Gráfico N.2	28
Tabla n.5	29
Gráfico N. 3	29
TABLA N.6	30
Gráfico N.4	30

Análisis e interpretación de resultados:	31
TABLA N.7	31
Gráfico N.5	32
Cronograma.	33
Presupuesto.	34
CAPITULO V	35
REFERENCIAS.	37
Referencias	37
ANEXOS.	39
Operacionalización de las variables.	42

RESUMEN.

El presente trabajo de investigación hace referencia a las actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de estudiantes de décimo año, ya que en la actualidad la mayor parte de los jóvenes tienen poco conocimiento sobre la importancia de la ejecución de las mismas, no expresan confianza y seguridad en los ámbitos sociales, culturales y deportivos de su entorno.

El objetivo primordial de la propuesta se encuentra en una línea de innovación porque pretende mejorar y potenciar el desarrollo de las capacidades físicas de los mencionados estudiantes, con el diseño de una guía de actividades lúdicas, que van acorde a la necesidad de cada uno de ellos, desarrollando así el interés, las actitudes y la motivación a participar.

Dentro del capítulo 1 se encuentra la contextualización de la situación problemática, el planteamiento del problema, justificación y objetivos que encaminan la investigación. En el capítulo 2 se presentan los antecedentes y bases teóricas que fundamentan la misma, para tener una mejor visión documentada, capítulo 3 detalla el diseño de la investigación, la metodología empleada, luego el capítulo 4 expone los resultados de manera sistematizada mediante gráficos estadísticos, finalmente las conclusiones y recomendaciones a las que hemos llegado después de aplicar todo el trabajo investigativo.

Palabras claves: actividades, lúdicas, capacidades, físicas.

SUMMARY.

The present research work refers to recreational activities for the development of physical abilities of tenth year students, since currently most young people have little knowledge about the importance of their execution, they do not express trust and security in the social, cultural and sporting spheres of their environment.

The primary objective of the proposal is in a line of innovation because it aims to improve and enhance the development of the physical capabilities of the aforementioned students, with the design of a guide of recreational activities, which are according to the needs of each of them. thus developing interest, attitudes and motivation to participate.

Within chapter 1 is the contextualization of the problematic situation, the statement of the problem, justification and objectives that guide the investigation. Chapter 2 presents the background and theoretical bases that underpin it, to have a better documented vision, Chapter 3 details the research design, the methodology used, then Chapter 4 presents the results in a systematized manner through statistical graphs, finally the conclusions and recommendations that we have reached after applying all the investigative work.

Keywords: activities, recreational, abilities, physical.

CAPÍTULO I.-

INTRODUCCIÓN.

Las actividades lúdicas son un gran referente del desarrollo de las capacidades físicas de niños, niñas y jóvenes en general, porque les permiten recrearse de manera dinámica, participativa y ordenada, combinando distintas facetas como el entretenimiento, el desarrollo físico, el estímulo mental y la competencia.

El presente trabajo de investigación está direccionado a determinar la incidencia de las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo, la cual facilitará la obtención de conocimientos, los mismos que se apoyaran en la formación del pensamiento individual en continua relación con el pensamiento colectivo.

La indagación que se efectúa es primordialmente, de campo, esto quiere decir, que se acudió directamente a la fuente, aplicando técnicas como la observación, la misma que facilitará la recolección de la mayor cantidad de información sobre la problemática, la cual viabilizará una orientación adecuada dentro de la propuesta que se propone, además de esto, también se tratará de facilitar y acrecentar nuestro nivel de conocimiento en relación con la lúdica y las capacidades físicas a desarrollar desde un punto de vista distinto, el de los protagonistas, en este caso, la población seleccionada.

Contextualización del problema.

1.1.1 Contexto Internacional.

Dentro de esta investigación surgen muchas interrogantes a las cuales se les busca dar solución o respuesta acerca del desarrollo de las capacidades físicas de niños y niñas; se traerá a mención varios aportes verificables efectuados tanto a nivel internacional, nacional y local.

En el repositorio de la universidad de Barcelona, estudios efectuados por (RIERA, 2019) destacan que, en países como Alemania, Inglaterra, Francia e Italia, consideran de suma importancia la gimnasia de ejercitación física tanto en estudiantes de primaria como

de educación secundaria, porque influye como un factor primordial en la salud, además de ganar un espacio de reconocimiento en el ámbito pedagógico- lúdico, de disfrute y salud mental.

En el caso de España que inevitablemente no es un país que se encuentre a la vanguardia de este fenómeno como lo es la lúdica en el desarrollo de las capacidades físicas, evidentemente durante los últimos años se ha registrado un incremento en las instituciones educativas, de capacitadores y equipamientos para este fin, con tecnología de última generación que facilitan al joven el descubrimiento de sus capacidades y proyecciones.

Al incluir en el currículo de educación esta temática se justifica por los beneficios directos que aporta a la salud de los estudiantes y también por la formación de hábitos cotidianos de ejercitación física asociados a un estilo de vida más sano.

1.1.2 Contexto Nacional.

Dentro del área o contexto nacional, en nuestro país el Ecuador de manera continua se efectúan investigaciones abordando la presente temática “las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas” desde el mismo Ministerio de educación en los últimos años se hace énfasis en la importancia de la transversalidad de esta área.

Un aporte de la universidad Indoamérica de Ambato, efectuado por (Quintana, 2019) destaca la importancia del desarrollo de las habilidades motrices a través de la lúdica, en las cuales la problemática radicaba, en que los jóvenes no expresaban confianza y seguridad en los ámbitos sociales y deportivos de la unidad educativa, la aplicación de una guía de actividades lúdicas con un paradigma crítico propositivo aportó al acrecentamiento de los valores y conocimientos que posee este deporte.

1.1.3 Contexto Local.

Dentro del contexto local sale a relucir el espacio considerado como objeto de investigación la Unidad Educativa Diez de Agosto del cantón Montalvo la misma que cuenta con estudiantes de educación general básica y bachillerato, en este caso nos enfocaremos en los jóvenes del décimo año.

En este contexto la propuesta es muy valiosa ya que se encuentra en una línea de innovación porque pretende mejorar y potenciar el desarrollo de las capacidades físicas

de los mencionados estudiantes con el diseño de una guía de actividades lúdicas que van acorde a la necesidad de cada uno de ellos, desarrollando así el interés, las actitudes y la motivación a participar. Al incrementar sus capacidades físicas también se fortalecen las cognitivas como: la atención, concentración, la memoria, discriminación, asociación y orientación que favorecen el rendimiento académico.

1.1.4 Planteamiento del problema.

El desarrollo de las capacidades físicas en los niños y niñas es de trascendental necesidad en toda edad por lo cual se debe aprovechar al máximo su evolución plena y qué mejor a través del juego, lo cual les va a servir en adelante para un buen desempeño físico que será determinante para su aprendizaje y la ejecución de movimientos corporales.

Es necesario incentivar al estudiante desde una corta edad en crear las condiciones básicas, que le faculten los engramas para la activación de habilidades motrices básicas las cuales brinden dinamismo físico corporal cuyo objeto de estudio está inmerso dentro del proceso de enseñanza - aprendizaje del área de Educación Física.

Sin embargo, en la actualidad dentro del contexto educativo pese al poco interés que se le da a la actividad lúdica esta va a desempeñar un rol fundamental en el desarrollo de las capacidades físicas del ser humano a lo largo de toda su vida, porque permite el fomento integral de las personas y contribuye potenciando sus capacidades cognitivas, sociales, emocionales y lingüísticas.

En la Unidad Educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo el objeto de estudio es el décimo año de educación básica y cuenta con un total de 30 estudiantes de los cuales 10 son mujeres y 20 hombres en el rango de edades de 13-14 años. Los mismos que necesitan ser guiados y motivados a desarrollar sus capacidades físicas desde esta concepción la actividad lúdica en los estudiantes va a contribuir de manera significativa, promoviendo la movilidad, la fuerza muscular, la coordinación y la resistencia porque con la práctica constante de ejercicios adaptados puede mejorar la salud cardiovascular, la postura y prevenir la atrofia muscular.

De acuerdo con lo expuesto anteriormente se ha formulado la siguiente pregunta de investigación:

¿De qué manera inciden las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la Unidad Educativa Diez de Agosto del cantón Montalvo?

1.3 Justificación.

La presente propuesta cuenta con un gran impacto en el aspecto del desarrollo de las capacidades físicas para los estudiantes involucrados, formando parte o siendo un apoyo fundamental para los docentes de esta área en la mencionada institución. Además, los aportes de esta investigación tienen diferentes proyecciones:

En el aspecto científico – educativo además de su carácter descriptivo y correlacional los hallazgos obtenidos se presentarán como un fundamento para expandir los conocimientos mediante futuras investigaciones que estén vinculadas con las variables de estudios.

Cada actividad planteada cuenta con una perspectiva innovadora dentro de la institución “Unidad Educativa Diez de Agosto” para los estudiantes donde se pondrá de manifiesto acciones que favorezcan el desarrollo físico considerando que más que una oportunidad para divertirse el juego enriquece el cerebro, el cuerpo y la vida del niño de una manera muy importante ya que incide en su sano crecimiento. Jugar mejora su capacidad para planificar, organizar, relacionarse y regular sus emociones.

La Unidad Educativa “Diez de Agosto” garantiza la viabilidad de la investigación presente, ya que se ha fijado como un entorno comprometido con la enseñanza aprendizaje dinámica y el desarrollo integral del educando, lo cual facilita la colaboración y el acceso a los estudiantes, docentes y padre de familia y también la utilización del espacio físico.

1.2 Objetivos de investigación.

1.4.1 Objetivos General.

- ✓ Implementar actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”

1.4.2 Objetivos Específicos.

- ✓ Contextualizar las bases teóricas que fundamentan la aplicación de las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”
- ✓ Elaborar una guía de actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”
- ✓ Aplicar una guía de actividades lúdicas que potencie el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”
- ✓ Evaluar el avance de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”

1.5 Hipótesis.

La aplicación de las actividades lúdicas va a incidir considerablemente en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la Unidad Educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo.

Variable dependiente: Desarrollo de las capacidades físicas.

Variable Independiente: Actividades lúdicas.

Capítulo II.

Marco teórico.

2.1 Antecedentes.

A continuación, se exponen algunos antecedentes teóricos que hacen posible el desarrollo del tema en investigación “actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas en los estudiantes del 10mo año de la unidad educativa Diez de Agosto del cantón Montalvo provincia de los Ríos.

En una investigación efectuada por (Polo.conoc., 2023) sobre una guía didáctica de actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa manifiestan que a través de los movimientos los niños desarrollan fuerza muscular, coordinación y equilibrio. Esto les permite explorar su entorno interactuar con otros y adquirir habilidades motoras finas más complejas.

Además, la motricidad gruesa fomenta el desarrollo cognitivo al involucrar el cerebro y el cuerpo en la coordinación de acciones. Por lo tanto, contribuir en el desarrollo de la motricidad gruesa les brinda una base sólida para su crecimiento integral y éxito en otras áreas de desarrollo. Las actividades planteadas eran juegos tradicionales y sensorio-motrices los mismos que fueron seleccionados con mucho tino.

También se expone otra base teórica como una colaboración de la Universidad Andina donde (Bermeo, 2020) hace énfasis a la importancia del factor lúdico para motivar a los estudiantes en su desarrollo físico y también, su repercusión dentro del proceso de enseñanza aprendizaje considerando al juego como un proceso mental que también aporta en el fomento de las inteligencias múltiples del ser humano debido a que todos estos procesos van de la mano y encaminan el rendimiento académico del niño o niña además de motivarlos y empoderarlos con su autoestima.

En un aporte de (CURCO, 2023) sobre “las actividades deportivas y el desarrollo físico” se considera que la inseguridad es una de las mayores causas por las cuales las personas no se dedican a efectuar algún tipo de actividad física recreativa, lo que ocasiona

que no se fortalezcan sus capacidades de manera general porque es necesario tener una práctica adecuada y adaptada a las necesidades de cada uno rompiendo esa barrera que imposibilita la vinculación social.

De acuerdo con (Amay, 2020) en su indagación sobre el desarrollo de las capacidades físicas a estudiantes de una escuela de formación deportiva sub-10 en la cual propuso que antes de potenciar este tipo de desarrollo era necesario conocer la velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad que cada niño o niña poseía a través de un diagnóstico situacional, para, posteriormente desplegar la serie de actividades planificadas a fin de mejorar estas falencias.

2.2 Bases teóricas.

En este apartado se fijan los temas más relevantes que justifican el cimiento o desarrollo de la presente investigación tanto de la variable dependiente como de la independiente, para una mejor comprensión lectora.

¿Qué son las actividades lúdicas?

El término lúdico hace referencia al juego, la recreación, el entretenimiento y la diversión, permitiendo relajarse al individuo y salir de la rutina diaria (Bienestar, 2020), desde este apartado podemos destacar que, llevado a la práctica educativa, la lúdica facilita el desarrollo de las clases, de manera activa y divertida. En este caso, la llevaremos al área de educación física, combinando actividades que van a fomentar el desarrollo físico de cada uno de los educandos.

Importancia de las actividades lúdicas.

(Bienestar, 2020), también manifiesta que las actividades lúdicas son de gran importancia dentro del proceso de desarrollo físico del niño /a, porque traen consigo beneficios físicos, sociales y cognitivos. Además de esto permiten se formen vínculos afectivos, se negocien conflictos y algo muy importante es el fomento de la capacidad de autoafirmación de cada estudiante.

En el ámbito educativo se lo considera como un método que permite hacer el aprendizaje más divertido y ameno, se ha comprobado que a través del juego los estudiantes aprenden de mejor manera.

El sitio web (Adrian, 2021) hace una breve reseña de las etapas de Piaget y los Juegos, en la cual se manifiesta que a cada rango de edad le corresponde una fase, la misma que no debe saltarse, incluso se menciona que de la dificultad del juego lúdico va a depender la inteligencia del educando. En el presente trabajo de investigación se pondría de manifiesto la etapa de las operaciones concretas o formales, debido a que ya son estudiantes de noveno año de educación general básica.

Características de las actividades lúdicas.

Es de vital importancia que los niños, niñas y jóvenes dentro de su formación académica sepan resolver problemas de manera crítica, que aprendan a través de la lúdica, porque la libertad y creatividad que tiene un estudiante mediante del juego es trascendental para su desarrollo integral.

Dentro del portal web de (EUROINNOVA, 2022) se destaca que el aprendizaje lúdico es un método que existe hace muchos años y a través del tiempo se ha convertido en un paradigma educativo. Con esto se desea hacer énfasis en que, la educación desde siempre ha sufrido cambios y actualmente proyectando a la lúdica como un método, permite crear competitividad, desarrollar habilidades y reformar conocimientos de forma significativa, el método es adaptable a cualquier objetivo trazado por el docente. Dentro de las características que más destacan están las siguientes:

- Estimulan la concentración.
- Permite liberar tensiones.
- Mejora la creatividad.
- Mejoran el estado de ánimo.
- Fomentan el desarrollo de habilidades comunicativas.
- Otorgan conocimientos y adquisición de nuevos conceptos.
- Incentivan el desarrollo de aptitudes físicas y sociales.

Tipos de actividades lúdicas

Como se mencionó en los apartados anteriores, las actividades lúdicas son muy variadas, aunque conllevan a un mismo fin específico y se puede ir clasificando de la siguiente forma:

Deportes, Deportes de equipo, como el fútbol, baloncesto o voleibol, o deportes individuales, cabe mencionar, que, sobre este tipo de actividad lúdica, hemos fijado los cimientos del presente trabajo de investigación, para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes involucrados en el mismo.

Juegos de mesa: Juegos tradicionales como el ajedrez o el dominó, o juegos grupales como el monopolio o el ludo.

Actividades artísticas: Música, artes plásticas, baile, teatro

Actividades sociales: Fiestas, celebraciones, aniversarios

Actividades al aire libre: Campamentos, senderismo, deportes de aventura, andar en bicicleta, picnics

Actividades culturales: Visitas guiadas a museos o talleres de arte

Videojuegos: Jugar videojuegos en una consola, smartphone o computadora

Actividades de aprendizaje: Adquirir nuevos talentos, como la escultura, los idiomas o la pintura.

¿Qué son las capacidades físicas?

Las capacidades físicas son las condiciones que presenta un organismo, por lo general asociadas al desarrollo de una cierta actividad o acción (Definicion, 2022) Estas capacidades físicas están determinadas por la genética, aunque se pueden perfeccionar a través del entrenamiento. Diferenciando así, que, la capacidad es una cualidad, mientras que el físico es lo relacionado al cuerpo en sí.

La condición o prestación motriz de un individuo, la coordinación al realizar algún movimiento, el equilibrio, la reacción, resistencia, van a estar condicionados por la capacidad física que este posee. Aunque se cree que la resistencia del cuerpo tiene límites, siempre con la constancia podremos mejorar.

¿Cómo se desarrollan las capacidades físicas?

Para el desarrollo de las capacidades físicas siempre será necesario el entrenamiento y el perfeccionamiento, porque existe una diferencia muy amplia entre las posibilidades que nos da el talento natural y las que se abren ante nosotros una vez que hemos accedido a los conocimientos técnicos. (Definicion, 2022).

Tomemos el caso de los cantantes: en la música popular, lo común es que usen sus dotes naturales para entonar sus canciones, aplicando su propio estilo, pero sin muchos fundamentos técnicos; en la música académica, por otro lado, el despliegue de habilidad que puede tener lugar en un recital se halla en un plano muy superior.

Analizando varias definiciones en la revista web (Mendive, 2020), se concluye que el desarrollo físico ha estado presente desde antiguas civilizaciones, pero es la práctica la que define los resultados. Además, para el desarrollo de las capacidades físicas es necesario poner de manifiesto tres dimensiones: la educación física, la recreación y el deporte, todas conllevan aspectos relevantes para lograr el fin planteado.

Por lo cual se concluye que, desarrollo de las capacidades físicas mantiene una estrecha relación con la salud en general y también el rendimiento intelectual del estudiante, elevando su rendimiento académico, mientras más practiquen determinado deporte u actividad.

Importancia de las capacidades físicas

La importancia del desarrollo de las capacidades físicas radica en que va a contribuir en la buena condición física y el estilo de vida saludable (ANTONIO DAVID FLORES, 2020). Además, se pueden destacar más aspectos importantes.

- Mejorar la salud del corazón, el cuerpo y la mente
- Reducir los síntomas de depresión y ansiedad
- Disminuir el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, diferentes tipos de cáncer y depresión
- Mejorar la memoria, la concentración y disminuir la ansiedad
- Mejorar la autoconfianza
- Educar en valores porque fomenta el esfuerzo, la amistad y el espíritu de equipo.

Por tanto, la etapa del adolescente, es la mayormente apropiada para potenciar el desarrollo de las capacidades físico, mediante la constancia como una práctica activa, para proporcionar mayor capacidad aeróbica, fuerza, velocidad y una gran resistencia para prevenir lesiones en el cuerpo.

Algo tan importante como el desarrollo de las capacidades físicas del estudiante, se puede diferir en dos palabras: práctica y entrenamiento, ya que la condición física va

a determinarse por los hábitos que cada uno posee. Dentro de la educación física se pueden mencionar varias actividades que ayudan a potenciarlas.

- Correr
- Nadar
- Andar en bicicleta
- Aeróbicos
- Entrenamiento de intervalos de alta intensidad
- Levantamiento de pesas con poco descanso
- Abdominales
- Flexiones

También (Efdeportes, 2021) destaca que existen capacidades físicas básicas y estas son: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Todas ellas aportan a la sana formación integral del individuo y se pondrán de manifiesto en cualquier movimiento deportivo que este realice a lo largo de su vida.

CAPITULO III

METODOLOGÍA.

3.1 Tipo y diseño de la investigación.

En la investigación realizada se evidencia un enfoque mixto, combinando lo objetivo con subjetivo de cada uno de los datos que se han obtenido para su posterior análisis e interpretación según sea el caso. Los instrumentos empleados han sido una lista de cotejo para efectuar la observación de cada detalle acerca del nivel de desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes y la entrevista aplicada a los docentes del plantel unidad educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo.

Tipo de investigación:

En este caso se ha empleado un tipo de investigación descriptiva, ya que nos permitió describir cada una de las características y comportamientos de la población en estudio. También se puede mencionar la investigación cuantitativa en la cual hemos podido familiarizarnos con los datos numéricos y gráficos estadísticos con su respectiva interpretación a fin de asentar las causas y efectos del problema del desarrollo de las capacidades físicas presentado en esta población de estudiantes en la unidad educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo.

Diseño de la investigación:

En esta investigación se presenta un diseño de investigación preexperimental, porque se tendrá en consideración la aplicación de una serie de actividades lúdicas las mismas que van a determinar o cuantificar el impacto que tienen frente al desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación general básica de la unidad educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo.

Métodos teóricos de investigación:

Dentro de los métodos teóricos de investigación destaca la aplicación del método teórico analítico – sintético, porque este permite fundamentar de manera tórica las bases que sustentan la utilización las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades

físicas de los estudiantes antes mencionados. También cabe destacar que este método ha sido una pieza fundamental en el desarrollo del marco teórico.

Hipotético – deductivo:

Este método fue utilizado para comprobar la hipótesis de investigación a través de las pruebas estadísticas e ir determinando de qué manera inciden las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación general básica de la unidad educativa “Diez de Agosto” ya que partimos de lo general, para llegar a lo específico.

Operacionalización de variables.

Tabla 1. Operacionalización de variables.

Operacionalización de las variables.

<i>Variable</i>	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos
<i>V. independiente:</i> <i>Actividades Lúdicas</i>	El término lúdico hace referencia al juego, la recreación, el entretenimiento y la diversión, permitiendo relajarse al individuo y salir de la rutina diaria (Bienestar, 2020), desde este apartado podemos destacar que, llevado a la práctica educativa, la lúdica facilita el desarrollo de las clases, de manera activa y divertida. En este caso, la llevaremos al área de educación física,	Juego, recreación.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Si ✓ No ✓ Tal vez 	1.) ¿Considera usted como docente que las actividades lúdicas son útiles para mejorar el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes? 2.) ¿La institución cuenta con algún programa de preparación deportiva o de	Encuesta.

<p>combinando actividades que van a fomentar el desarrollo físico de cada uno de los educandos.</p>			<p>actividades lúdicas los estudiantes?</p> <p>3.) ¿Las clases de educación física que han utilizado han ayudado a los estudiantes a desarrollar sus capacidades físicas?</p> <p>4.) ¿se ha realizado alguna evaluación o toma de test para medir el impacto que tienen las clases de educación física en el desarrollo físico de los estudiantes?</p> <p>5.) ¿Usted como docente piensa que es necesario recibir</p>	
---	--	--	---	--

*V. Dependiente:
Desarrollo de las
capacidades físicas.*

			capacitaciones acerca de cómo incluir la lúdica en las clases de educación física para mejorar el rendimiento físico de los educandos?	
Las capacidades físicas son las condiciones que presenta un organismo, por lo general asociadas al desarrollo de una	Desarrollo Físico	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fuerza ✓ Resistencia ✓ Velocidad ✓ Flexibilidad 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Adopta posturas solicitadas. ✓ Mantiene el equilibrio y ritmo. ✓ Mantiene la resistencia respiratoria. 	Lista de cotejo.

<p>cierta actividad o acción (Definición, 2022) Estas capacidades físicas están determinadas por la genética, aunque se pueden perfeccionar a través del entrenamiento. Diferenciando así, que, la capacidad es una cualidad, mientras que el físico es lo relacionado al cuerpo en sí.</p>			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salta ejecutando impulsos con las piernas ✓ Mide la flexibilidad del tronco y cadera. 	
---	--	--	--	--

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

3.3 Población y muestra de investigación

3.3.1 Población.

La población estimada dentro de la investigación realizada es de 30 estudiantes con edades comprendidas de 13 -15 años 4 docentes y 1 directivo, en la unidad educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo.

Tabla 2. Distribución de la población.

Alternativas	Sexo		Total	Promedio de edad
	M	F		
Docentes	2	2	4	-
Estudiantes	20	10	30	13-15 años

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

3.3.2 Muestra.

En este caso, la muestra seleccionada es igual al número total de la población (30), por esta razón no se puede aplicar un criterio muestral. (HERNANDEZ, 2016) expresa que "si la población es menor a cincuenta (50) individuos, la población es igual a la muestra" (p.69). Lo señalado por este autor nos facilita la comprensión de que si se está empleando el total de la población entonces no se aplicará ningún criterio muestral.

Tabla 3. Muestra

Alternativas	Sexo		Total	Promedio de edad
	M	F		
Docentes	2	2	4	-
Estudiantes	20	10	30	13-15 años

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

3.4 Técnicas e instrumentos de medición

3.4.1 Técnicas.

Revisión documental:

La revisión documental se basa en la identificación, recolección y análisis de información documentada relacionados con la variable del objeto de estudio, en este caso las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la unidad educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo. Este tipo de técnica es fundamental en todo trabajo de investigación que busca respuestas dentro de la teoría y la práctica.

Observación directa:

La observación como técnica está considerada como un elemento fundamental en todo proceso de investigación facilitando la determinación y relación de las causas y efectos además permite al investigador obtener el mayor número de datos de primera mano en este caso el análisis del desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación general básica de la unidad educativa “Diez de Agosto”.

3.4.2 Instrumentos.

Los instrumentos aplicados en esta investigación son:

La lista de cotejo que se aplicó conjuntamente con la técnica de la observación a los estudiantes y su desempeño para así tener una visión clara del nivel de desarrollo de sus capacidades físicas y la encuesta a docentes.

EL cuestionario fue aplicado al personal directivo mediante la entrevista que se les realizó estructurada en cinco preguntas.

3.5 Procesamiento de datos

Luego de llevar a buen término el procesamiento de los datos que fueron recolectados con cada una de las técnicas e instrumentos aplicados se han ido cumpliendo de manera oportuna los siguientes pasos o etapas:

Socialización:

La socialización fue el primer paso a seguir e inició mediante una serie de reuniones conjuntamente con las autoridades, personal docente y los padres de familia con la con la

finalidad de comunicarles los objetivos que encaminaban nuestra presencia en la Unidad Educativa Diez de Agosto, del cantón Montalvo.

Recolección de datos:

La recolección de datos en la presente investigación se llevado a cabo mediante la utilización de las técnicas e instrumentos necesarios que determinaron cuál es la problemática a resolver, en este caso, el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes, así como las acciones a seguir.

Análisis e interpretación de datos:

Dentro del análisis e interpretación de los datos se considera el ordenamiento, la clasificación, y la presentación de resultados de la investigación efectuada se lo realiza en cuadros y gráficos estadísticos según sea el caso para que estén visibles y comprensibles al público lector evidenciando la correlación existente entre una variable y otra.

3.6 Aspectos éticos.

Honestidad de redacción:

En el presente proyecto se consideran y respetan las normas y principios fundamentales de la investigación, afirmando la eficacia de cada cita en la información seleccionada con cada apartado de los capítulos evitando caer en la superfluidad de los contenidos.

Valor científico:

El proyecto se orienta a conocer las condiciones de un grupo de individuos en función a dos variables: programa de preparación deportiva y el desarrollo físico esperando mediante este proceso de indagación poder atender oportunamente los problemas relacionados con los niños con discapacidad física de 7-15 años.

Selección equitativa de la muestra:

Se consideró que la muestra sea igual que la población porque son los individuos que conforman el perímetro investigativo de manera equitativa sin distinción de edad, sexo o nacionalidad.

Consentimiento informado:

Las respectivas actas con el consentimiento informado reposan en manos de las investigadoras, donde se establecen las condiciones y cláusulas a favor de la muestra de estudio. En este sentido, tales documentos son leídos y firmados por los representantes de la población.

Protección de datos:

Es tan importante que los datos informativos que han sido recopilados no se expongan ya que se estarían quebrantando los derechos de los involucrados en el proyecto de investigación y en caso de existir inconvenientes los participantes se acogen a la ley del derecho de protección de datos del Ecuador.

Durante la recopilación de información se mantendrá una postura de respeto ante los comentarios de los participantes que pueden decidir si continuar o no con su participación en la investigación de manera libre y voluntaria.

CAPITULO IV.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados.

En este apartado se exponen de forma sistematizada los resultados de la encuesta aplicada a los docentes de la Unidad educativa “Diez de Agosto” del catón Montalvo.

ENCUESTA APLICADA A LOS DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DIEZ DE AGOSTO”

- 1.) ¿Considera usted como docente que las actividades lúdicas son útiles para mejorar el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes?

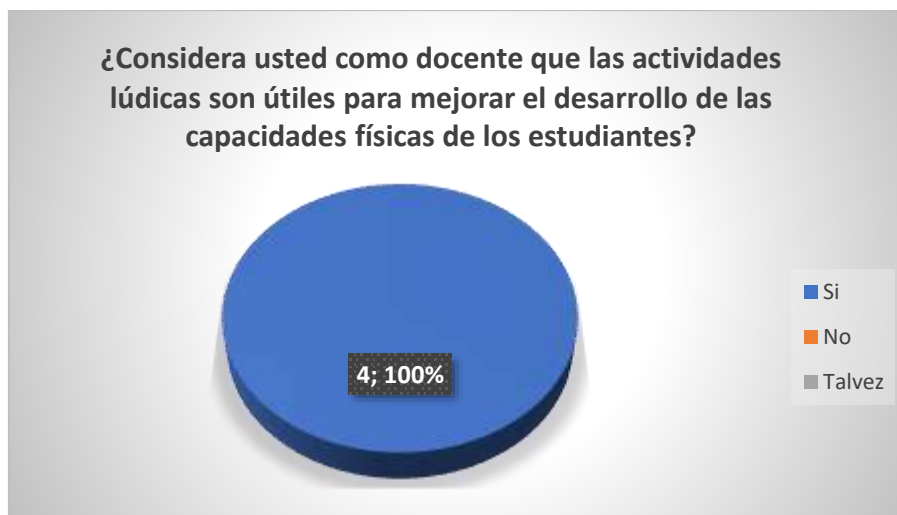
Tabla n.3

ITEM	CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	Si	4	100%
	No	0	0%
	Talvez	0	0%

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico N.1



Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Análisis cualitativo e interpretación: De manera general los cuatro docentes de la Unidad educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo, concuerdan en que coinciden en que las actividades lúdicas son muy útiles para mejorar las capacidades físicas de los estudiantes, lo que equivale al 100%.

2. ¿La institución cuenta con algún programa de preparación deportiva o de actividades lúdicas los estudiantes?

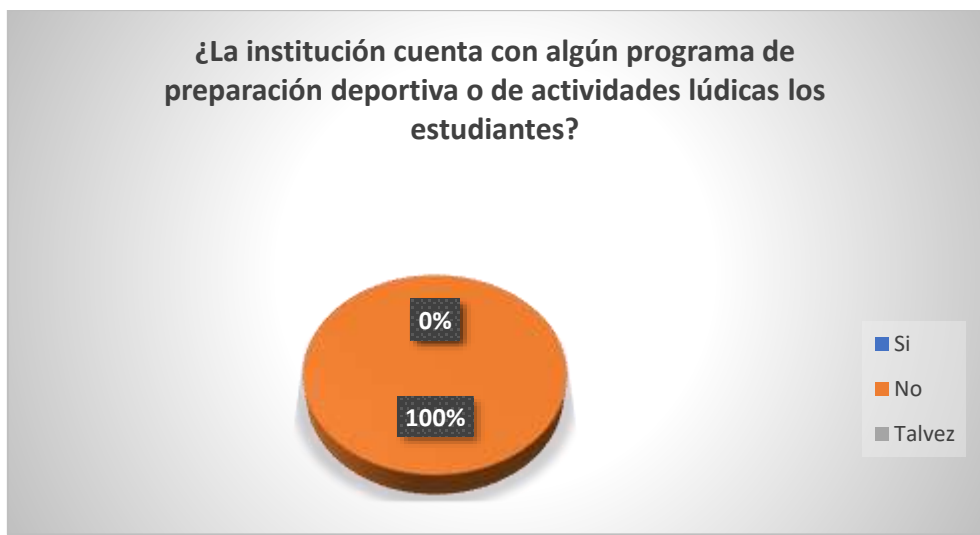
Tabla n.4

ITEM	CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	Si	0	01%
	No	4	100%
	Talvez	0	0%

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico N.2



Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Análisis cualitativo e interpretación:

Los docentes de la institución mencionada, en un 100% coinciden en la respuesta, que no cuentan con un programa de preparación deportiva ni de actividades lúdicas para que los estudiantes desarrollen sus capacidades físicas, lo que sería muy beneficioso para su desempeño académico.

3. ¿Las clases de educación física que han empleado han ayudado a los estudiantes a desarrollar sus capacidades físicas?

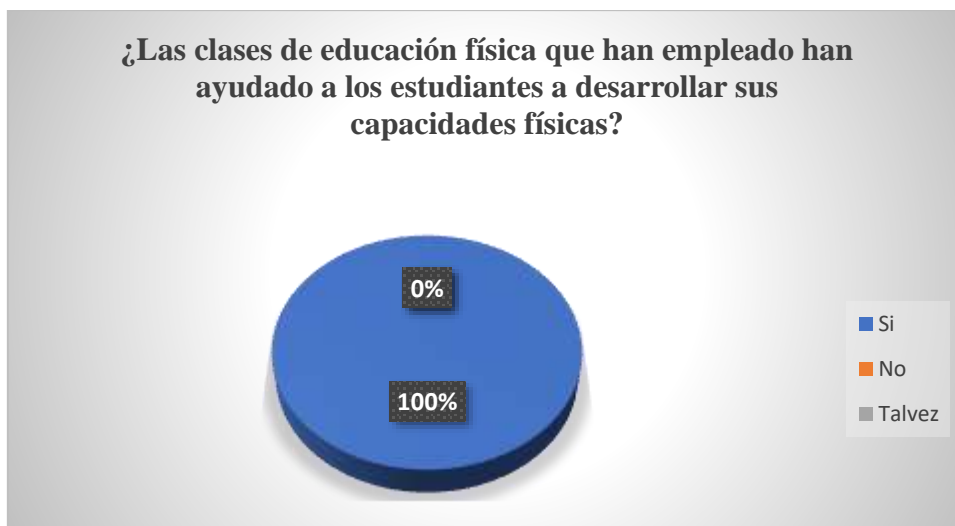
Tabla n.5

ITEM	CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	Si	4	100%
	No	0	0%
	Talvez	0	0%

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico N. 3



Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Análisis e interpretación de resultados:

Los cuatro docentes (100%) coinciden que las clases de educación física que ellos utilizan han ayudado a los estudiantes a fomentar en cierta medida su desarrollo de capacidades físicas, lo que permite inferir, que están en buen camino a lo que respecta a preparación y conocimiento.

4. ¿Se ha realizado alguna evaluación o toma de test para medir el impacto que tienen las clases de educación física en el desarrollo físico de los estudiantes?

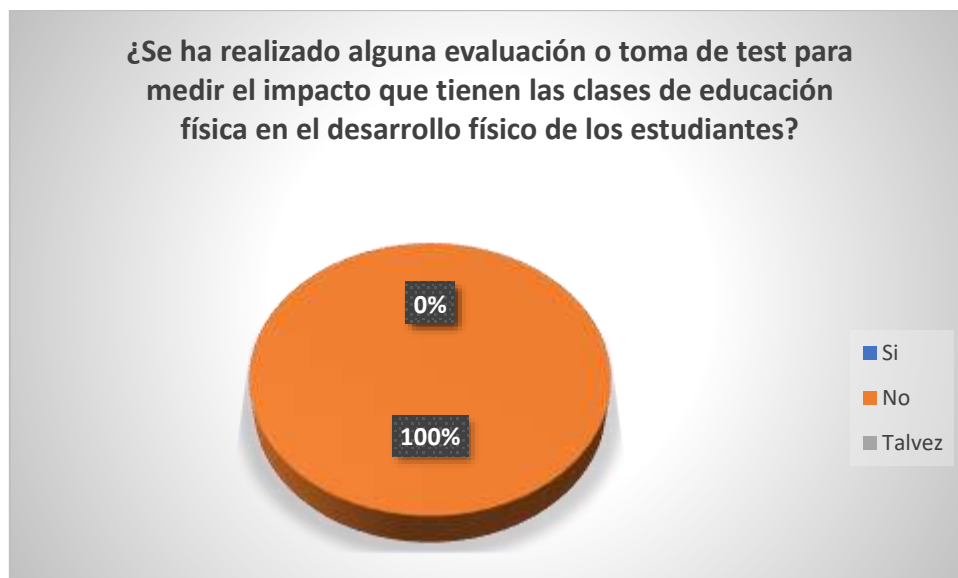
TABLA N.6

ITEM	CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	Si	0	0%
	No	4	100%
	Talvez	0	0%

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico N.4



Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Análisis e interpretación de resultados:

Al preguntarles si se ha realizado alguna evaluación o toma de test para medir el impacto que tienen las clases de educación física sobre actividades lúdicas en los estudiantes, todos los docentes, lo que equivale al 100% coinciden en que no se ha aplicado, seguramente si tuvieran la opción o facilidad de emplearlos, ayudaría a mejorar ciertos aspectos de sus condiciones.

- 1.) ¿Usted como docente piensa que es necesario recibir capacitaciones acerca de cómo incluir la lúdica en las clases de educación física para mejorar el rendimiento físico de los educandos?**

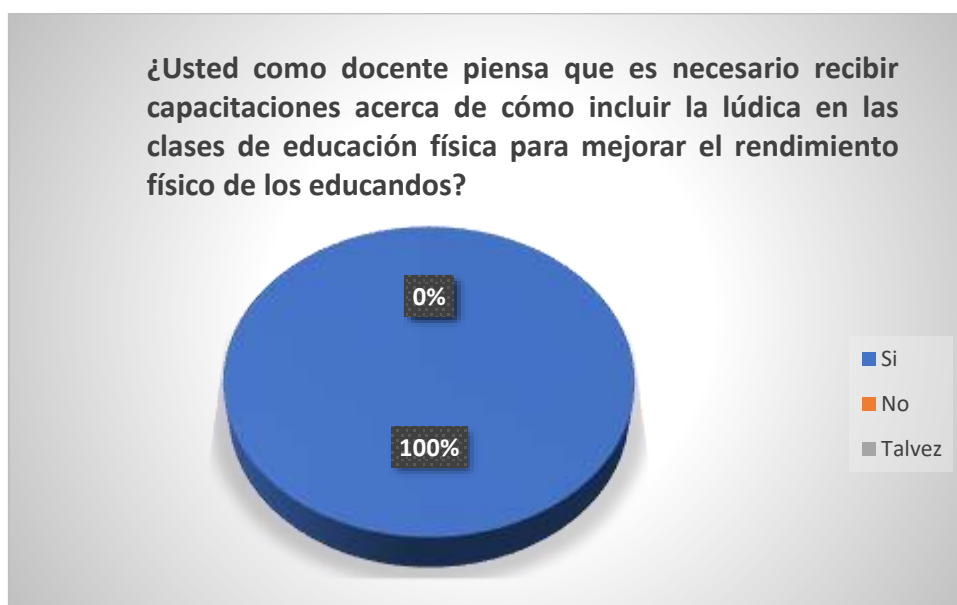
TABLA N.7

ITEM	CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	Si	4	100%
	No	0	0%
	Talvez	0	0%

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico N.5



Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

Análisis e interpretación de resultados:

Dentro del rango de los cuatro docentes encuestados, con la pregunta que si es necesario recibir capacitaciones acerca de cómo incluir la lúdica en las clases de educación física para mejorar el rendimiento físico de los educandos, un 100% coincide en que si es necesario, y acogerían con gusto una propuesta, porque ayudaría a desarrollar con mayor facilidad sus clases.

4.2 Discusión.

Al efectuar la sistematización de los datos referentes a la problemática determinada como “Las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del noveno año de educación general básica de la Unidad Educativa Diez de Agosto, del cantón Montalvo y de acuerdo a la encuesta aplicada a los docentes, en un aspecto muy relevante, mencionan que, pese a la aplicación de varias actividades dentro de la materia de Educación física, no cuentan con una guía o actividades selectas acorde a las exigencias y necesidades de los estudiantes.

De manera oportuna, coherente y clara se ha aplicado la metodología seleccionada, dentro de la recolección de datos, en el análisis y en la tabulación de

3	Capítulo II. Marco Teórico					x	x	x	X	x	X							
4	Capítulo III. Metodología							x	X	x	X							
5	Diseño de la investigación									x	X	x	x					
6	Tipo de Investigación									x	X	x	x					
7	Población y Muestra					x	x	x	X									
8	Técnicas e Instrumentos de Recogida de datos									x	X	x	x					
9	Técnicas de Análisis de Resultados									x	X	x	x					
10	Capítulo IV. Resultados y Discusión									x	X	x	x					
11	Resultados y análisis en la Investigación									x	X	x	x					
12	Pruebas estadísticas aplicadas									x	X	x	x					
13	Discusión de resultados									x	X	x	x					
14	Capítulo V. Conclusiones y Recomendaciones									x	X	x	x					
15	Conclusiones													x	x	x	x	
16	Recomendaciones													x	x	x	x	
17	Capítulo VI. Bibliografía													x	x	x	x	
18	Anexos													x	x	x	x	
19	Entrega del informe final del proyecto de investigación																	x

Presupuesto.

PRESUPUESTO DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN					
Fuentes financiadoras	Categoría	Rubro	Cantidad	Costo/U	Costo Total
		Materiales de trabajo			

Recursos Necesarios - Financiamiento personal	1. Presupuesto sobre Equipos y bienes duraderos	Lapiceros	5	0,25	,25
		Esferos punta gruesa	5	0,50	2,50
		Rema de papel A4	2	4.00	8
		Tinta Black para cartucho Hp	1	6	5
		Tinta Tricolor para cartucho Hp	1	18	8
		Impresora Hp	1	150	150
		Silbatos	2	5	10
		Platillos	30	0,70	21
		Cinta métrica de 50 M	1	20	20
		Conos	30	0,8	24
		Colchoneta	1	22	22
	Tablero	1	2.00	2.00	
	2. Presupuesto sobre Asesorías especializadas y servicios	2. Productos			
Estadísticos		2	25	50	
Tipeo		0	0	0	
3. Presupuesto sobre Gastos operativos	Pasajes	4	5	0	
	Celular	1	110	110	
Recursos Disponibles - Institución	4. Infraestructura y organización	Limpieza del terreno	0	0	
		Uso de canchas	0	0	
		Proyectores	0	0	
		Computadoras	0	0	
		Valor total del presupuesto de investigación			63,75

CAPITULO V

5.1 Conclusiones.

Luego de haber concluido con la presente investigación se presentan las siguientes conclusiones, en relación a cada uno de los objetivos planteados.

- La fundamentación teórica acerca de las actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la unidad educativa “Diez de Agosto” nos ha facilitado el establecimiento de un marco conceptual variado y fortalecido mediante varias teorías pedagógicas y psicológicas, lo que ha demostrado que la lúdica es una puerta de salida al fortalecimiento de las

inteligencias que posee el ser humano.

- La selección de actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la unidad educativa “Diez de Agosto” ha sido importante, porque se ha tratado e ajustarlas a las necesidades e intereses de los educandos.
- El avance en cuanto al desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes de del décimo año de la unidad educativa “Diez de Agosto” ha sido evaluado a través de la observación en cada ejercicio aplicado y es muy satisfactorio darse cuenta que ha sido de gran ayuda este proyecto.

5.2 Recomendaciones.

- Se debe tener en cuenta que como docentes no estamos al cien por ciento a la vanguardia de la educación y que es necesario seguir indagando y enriqueciendo nuestro saber, ya que los únicos beneficiados serán los estudiantes.
- Se recomienda al personal docente, seguir tomando en consideración la guía de actividades lúdicas plateadas en la presente investigación, como un referente para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la unidad educativa “Diez de Agosto”.

- La evaluación del avance del desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año básico de la unidad educativa “Diez de Agosto”, debe ser constante.

REFERENCIAS.

Referencias

Adrian, G. Y. (2021). Obtenido de <https://gabrielyadrian.com/juegos-etapas-de-piaget/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Piaget%20los%20juegos%20de,%2C%20de%20mesa%20complejos%2C%20estrategia>.

Amay, M. L. (2020). Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/14772/1/TESIS%20MAR%C3%8DA%20L%C3%93PEZ%20AMAY.pdf>

ANTONIO DAVID FLORES. (2020). *UDLA-EC*. Obtenido de <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/12274/1/UDLA-EC-TPE-2020-18.pdf>

Bermeo, E. P. (2020). *Repositorio Universidad Andina*.

Bienestar, S. D. (2020). Obtenido de <https://www.google.com/search?q=que+son+las+actividades+ludicas&oq=que+son+la>

s+ac&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUqBwgBEAAYgAQyBggAEEUYOTIHCAEQABiABDIHCAIQABiA
BDIHCAMQABiABDIHCAQQABiABDIHCAUQABiABDIHCAYQABiABDIHCACQABiABDIHCA
gQABiPAjIHCAkQABiPATiBCTQ4MDNqMGoxNagCCLACA

CORDOVA FALARDO, V. C. (2019). *RESPOSITORIO UCUENCA*. Obtenido de
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/20780>

CURCO, C. (2023).

Definicion. (2022). Obtenido de <https://definicion.de/capacidades-fisicas/>

Efdeportes. (2021). Obtenido de <https://efdeportes.com/efd131/capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm>

EUROINNOVA. (2022). Obtenido de <https://www.euroinnova.com/blog/aprendizaje-ludico>

GAONA, R. (2020).

Guadamud., A. G. (2024).

HERNANDEZ. (03 de 2016). *METODOLOGIA*. Obtenido de
<https://m3todologia1.blogspot.com/2016/03/poblacion-y-muestra.html#:~:text=Por%20su%20parte%20Hern%C3%A1ndez%20citado,se%20aplicar%C3%A1%20ning%C3%BAn%20criterio%20muestral>

HIDALGO, U. A. (2022). Obtenido de
<https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa4/n5/m15.html>

INSTITUTUTO INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEPORTIVAS. (01 de 03 de 2023). Obtenido de
INSTITUTUTO INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEPORTIVAS:
<https://cienciasdeportivas.com/entrenamiento-deportivo-puntos-principales/>

Mendive. (2020). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-76962020000400794

OBSERVATORIO DISCAPACIDAD FISICA. (2024). Obtenido de
<https://www.observatoridiscapacitat.org/es/la-discapacidad-fisica-que-es-y-que-tipos-hay>

PARAPUPAS. (2022). Obtenido de <https://parapupas.com/tipos-de-discapacidad-fisica/>

Polo.conoc. (2023). *Dialnet*.

PROGRAMA DE ESTUDIO Y SALUD. (2021). Obtenido de Guia para la educadora preescolar:
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/573/Gu_a_para_la_Educadora._Desarrollo_F_sico_y_Salud.pdf

PSICOLOGIA Y MENTE. (2022). Obtenido de <https://psicologiymente.com/salud/tipos-de-discapacidad-fisica>

Quintana, B. M. (2019). *Repositorio UI*.

RIERA, M. C. (2019). *UNIVERSIDAD DE BERCELONA*.

TOPDOCTORS. (22 de 10 de 2023). *TOPDOCTORS*. Obtenido de
<https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/plan-de->

PREPARACIÓN DEPORTIVA O DE ACTIVIDADES LÚDICAS LOS ESTUDIANTES?

SI	
NO	
TALVEZ	

3. ¿LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA QUE HAN EMPLEADO HAN AYUDADO A LOS ESTUDIANTES A DESARROLLAR SUS CAPACIDADES FÍSICAS?

SI	
NO	
TALVEZ	

4. ¿SE HA REALIZADO ALGUNA EVALUACIÓN O TOMA DE TEST PARA MEDIR EL IMPACTO QUE TIENEN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS ESTUDIANTES?

SI	
NO	
TALVEZ	

5. ¿USTED COMO DOCENTE PIENSA QUE ES NECESARIO RECIBIR CAPACITACIONES ACERCA DE CÓMO INCLUIR LA LÚDICA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO FÍSICO DE LOS EDUCANDOS?

SI	
NO	
TALVEZ	

Operacionalización de las variables.

<i>Variable</i>	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos
<i>V. independiente:</i> Actividades Lúdicas	El término lúdico hace referencia al juego, la recreación, el entretenimiento y la diversión, permitiendo relajarse al individuo y salir de la rutina diaria (Bienestar, 2020), desde este apartado podemos destacar que, llevado a la práctica educativa, la lúdica facilita el desarrollo de las clases, de manera activa y divertida. En este caso, la llevaremos al área de educación física, combinando actividades que van a fomentar el desarrollo físico de cada uno de los educandos.	Juego, recreación.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Si ✓ No ✓ Tal vez 	<p>6.) ¿Considera usted como docente que las actividades lúdicas son útiles para mejorar el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes?</p> <p>7.) ¿La institución cuenta con algún programa de preparación deportiva o de actividades lúdicas los estudiantes?</p> <p>8.) ¿Las clases de</p>	Encuesta.

			<p>educación física que han utilizado han ayudado a los estudiantes a desarrollar sus capacidades físicas?</p> <p>9.) ¿se ha realizado alguna evaluación o toma de test para medir el impacto que tienen las clases de educación física en el desarrollo físico de los estudiantes?</p> <p>10.) ¿Usted como docente piensa que es necesario recibir capacitaciones acerca de cómo incluir la lúdica en</p>	
--	--	--	--	--

*V. Dependiente:
Desarrollo de las
capacidades físicas.*

			las clases de educación física para mejorar el rendimiento físico de los educandos?	
Las capacidades físicas son las condiciones que presenta un organismo, por lo general asociadas al desarrollo de una cierta actividad o acción (Definición, 2022) Estas	Desarrollo Físico	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fuerza ✓ Resistencia ✓ Velocidad ✓ Flexibilidad 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Adopta posturas solicitadas. ✓ Mantiene el equilibrio y ritmo. ✓ Mantiene la resistencia respiratoria. ✓ Salta ejecutando impulsos con las piernas 	Lista de cotejo.

capacidades físicas están determinadas por la genética, aunque se pueden perfeccionar a través del entrenamiento. Diferenciando así, que, la capacidad es una cualidad, mientras que el físico es lo relacionado al cuerpo en sí.			✓ Mide la flexibilidad del tronco y cadera.	
---	--	--	---	--

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

MATRIZ DE CONSISTENCIA.

Pregunta general	Objetivo general	Hipótesis general	Indicadores	Población	Método	Instrumentos
<p>¿De qué manera inciden las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la Unidad Educativa Diez de Agosto del cantón Montalvo?</p>	<p>Implementar actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”</p>	<p>La aplicación de las actividades lúdicas va a incidir considerablemente en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la Unidad Educativa “Diez de Agosto” del cantón Montalvo.</p>	<p style="text-align: center;">Variable 1.</p> <p>Desarrollo de las capacidades físicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mejoramiento de la fuerza. • Resistencia. • Coordinación • Agilidad. 	<p>Estudiantes y docentes de la Unidad educativa “Diez de Agosto”</p> <p>Muestra:</p> <p>4 docentes de la I.E</p> <p>30 estudiantes de la I. E</p>	<p>Método:</p> <p>Descriptivo.</p> <p>Tipo de investigación.</p> <p>Investigación descriptiva.</p>	<p>Lista de cotejo.</p> <p>Cuestionario</p>

Preguntas específicas.	Objetivos específicos.	Hipótesis Específicas.	Variable 2.			
<p>¿De qué manera inciden las actividades lúdicas en la agilidad de los movimientos físicos?</p> <p>¿De qué manera inciden las actividades lúdicas en la resistencia física de los estudiantes?</p>	<p>Contextualizar las bases teóricas que fundamentan la aplicación de las actividades lúdicas en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”</p>	<p>Las actividades lúdicas van a facilitar el desarrollo físico de los estudiantes.</p> <p>Las actividades lúdicas serán referente de desenvolvimiento físico en los estudiantes.</p>	<p>Actividades lúdicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a través del juego. • Recreación. • Desenvolvimiento. 			

	<p>Elaborar una guía de actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”</p> <p>Aplicar una guía de actividades lúdicas que potencie el desarrollo de las capacidades físicas de los</p>					
--	---	--	--	--	--	--

	<p>estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”</p> <p>Evaluar el avance de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”</p>					
--	--	--	--	--	--	--

Elaborado por: Emma Falcón Moreta y Mónica Silva Guadamud (2024).

Fuente: Elaboración propia.

GUIA DE ACTIVIDADES LÚDICAS.

Juegos para mejorar el desarrollo físico.

1. NOMBRE: ENTRE BANDERAS.
<ul style="list-style-type: none">• Objetivos: Mejorar la fuerza de piernas.
<ul style="list-style-type: none">• Medios: Banderitas de diferentes colores.
<ul style="list-style-type: none">• Organización: Se forman los equipos en hileras, detrás de una línea de partida. Frente a cada hilera, a 1 metro de distancia, se colocan tres banderitas de diferentes colores.
<ul style="list-style-type: none">• Desarrollo: A la señal del maestro sale el primer niño de cada hilera saltando y bordeando cada bandera; al terminar regresa corriendo y se incorpora al final de su hilera. El siguiente niño inicia su recorrido cuando el que le antecede esté bordeando la segunda bandera, y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado el recorrido.
<ul style="list-style-type: none">• Variante: El juego se puede realizar saltando con una sola pierna.

3. NOMBRE: SALTA Y CORRE.
<ul style="list-style-type: none"> • Objetivo: Mejorar la fuerza de piernas.
<ul style="list-style-type: none"> • Medios: Bolsitas de arena, cubos plásticos, bloques pequeños de madera.
<ul style="list-style-type: none"> • Organización: Se forman los equipos detrás de una línea de salida. A una distancia determinada por el profesor se traza la meta. Frente a cada equipo y a un metro de distancia se debe situar el primero de cinco obstáculos pequeños, colocados uno detrás del otro y separados entre si.
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo: A la señal del maestro, el primer alumno de cada equipo avanza hacia los obstáculos y los salta. Debe llegar corriendo a la línea final y situarse detrás de esta. El segundo alumno de cada equipo realiza la actividad, después que el primero esté colocado detrás de la línea de llegada, frente a el, y así sucesivamente hasta que llegue el último niño de cada hilera.
<ul style="list-style-type: none"> • Regla: Gana el equipo que logre realizar la tarea primero.

4. NOMBRE: RELEVO EN SACO.

- **Objetivos:** Mejorar la fuerza de piernas.

- **Medios:** Sacos.

- **Organización:** Se dividen los alumnos en equipos. Cada equipo se subdivide en dos hileras, una frente a la otra, se marca el terreno con dos líneas paralelas separadas entre si a 15 m. Los equipos ya subdivididos se colocan uno frente a otro y detrás de cada línea, el primer alumno de cada hilera estará dentro de un saco sujeto con las manos y a la altura de la cintura.

- **Desarrollo:** A la señal del profesor, el primer alumno de cada hilera comienza a saltar en dirección al que tiene al frente, cuando llega a la línea se quita el saco, lo entrega al alumno que le corresponde y se coloca al final. El compañero se introduce en el saco y realiza la misma actividad y así sucesivamente. Gana el equipo que termine primero.

- **Regla:** Si se produce una caída se comenzará de nuevo desde ese lugar.

5. NOMBRE: A BATIR AL ENEMIGO.
<ul style="list-style-type: none"> • Objetivo: Mejorar la fuerza de brazos.
<ul style="list-style-type: none"> • Medios: Pelotas pequeñas o saquitos rellenos y láminas con un barco, avión, tanque, etc. que sirva de diana montada en una cartulina de 50 centímetros cuadrados.
<ul style="list-style-type: none"> • Organización: Se forman varios equipos en hileras detrás de una línea trazada en el piso. A una distancia determinada por el profesor y a un metro del suelo, se coloca una diana para cada equipo y se sitúa un alumno detrás de esta. El primer alumno de cada hilera sostiene la pelota en la mano.
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo: A la señal del profesor, el primer alumno de cada hilera ejecuta un lanzamiento tratando de dar en la diana y corre a sustituir al alumno que está detrás de esta, quien recoge la pelota, corre a entregarla al que sigue y se incorpora al final de la hilera. El profesor anota los tantos que suman los blancos tocados.
<ul style="list-style-type: none"> • Regla: Gana el equipo que más puntos acumule.

6 NOMBRE: PERSECUCIÓN EN FILA.

- **Objetivo:** Mejorar la rapidez.

- **Medios:** Tizas, banderitas.

- **Organización:** Se trazan dos líneas de partida (A y B) paralelas y con una separación de 5 metros; a 15 metros de B una línea de llegada. Los alumnos formados en filas, divididos en dos equipos (A y B) se ubican sobre las líneas respectivas: el A en posición de pie; el B en la [posición que indique el profesor (cuclillas, sentados, de espaldas, etc.)

- **Desarrollo:** A la señal del profesor comienza la persecución, donde los alumnos del equipo A (perseguidores) tratarán de tocar a los alumnos del equipo B (perseguidos) antes de llegar a la línea de llegada. Después de cada repetición, los perseguidores pasan a ser perseguidos y viceversa. Cada perseguido tocado antes de la línea de llegada, representa un punto para los perseguidores. Gana el equipo que más puntos acumule.

- **Regla:** El alumno que salga adelantado a la señal del profesor, representa un punto para el equipo contrario.

