UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
(UTN)

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
(FECYT)

INFORME FINAL DEL TRABAJO DE TITULACIÓN, EN LA MODALIDAD PRESENCIAL.

TEMA:

JUEGOS TRADICIONALES PARA EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "A" DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LUIS LEORO FRANCO" EN EL PERIODO 2022-2023 IBARRA

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en: Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

Línea de Investigación: Gestión, calidad de la educación, procesos e idiomas.

Autor: Alisson Pamela Yar Revelo

Director: PhD Eugenio Víctor Doria de la Terga

Ibarra-2023

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1004770234		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Yar Revelo Alisson Pamela		
DIRECCIÓN:	Ibarra		
EMAIL:	Apyarr@utn.edu.ec		
TELÉFONO FIJO:	062511 357	**TELF. MOVIL**	0991713184

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	Juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de octavo año de Educación General Básica paralelo "A" de la Unidad Educativa "Luis Leoro Franco" en el periodo 2022-2023 Ibarra
AUTOR (ES):	Yar Revelo Alisson Pamela
FECHA: AAAAMMDD	25/09/2023
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	■ **PREGRADO** **POSGRADO**
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciada en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte
ASESOR /DIRECTOR:	PhD: Eugenio Doria

CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 25 días, del mes de septiembre de 2023

EL AUTOR:

(Firma)..... Alisson Yar
Nombre: Yar Revelo Alisson Pamela

CERTIFICADO DEL DIRECTOR

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR

Ibarra, 8 de septiembre de 2023

PhD Eugenio Doria
DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CERTIFICA:
Haber revisado el presente informe final del trabajo de titulación, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología (FECYT) de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

(f) ....
PhD Eugenio Doria
C.C.: 1753470985

DEDICATORIA

La presente tesis quiero dedicarla primeramente a Dios quien fue uno de los pilares fundamentales para poder culminar esta investigación, así mismo quiero dedicarles a mis padres quienes fueron los que estuvieron a mi lado brindándome su apoyo constantemente para finalizar, y sobre todo quiero dedicármela a mí que fui la persona que se motivó por la investigación para así lograr con su título universitario.

Yar Revelo Alisson Pamela

AGRADECIMIENTO

Quiero dar las gracias a mi familia que son mis padres y mis hermanos que fueron los que estuvieron acompañándome durante estos 8 largos semestres quienes me motivaron a seguir adelante y a nunca darme por vencida y quienes me levantaban cuando caía, agradezco a mis tías que siempre estuvieron al tanto de mi proceso universitario.

Quiero expresar un agradecimiento a mis amigos que fueron con los que compartí 8 bonitos semestres llenos de risas, enojos, llantos y sobre todo de solidaridad. Un agradecimiento especial a mi compañero Kevin Alcívar que fue con el que compartí trabajos, consejos y sobre todo una linda amistar, así mismo Kevin Chicaiza que me demostró ser un gran amigo durante todo este proceso universitario finalmente a Jordán Benalcázar que ha sido un amigo de años que me ha apoyado en todo momento.

Por ultimo agradecer a Leandro Rosero quien ha sido mi gran compañero de alegrías durante esta larga investigación.

Yar Revelo Alisson Pamela

Contenido

IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA II
CONSTANCIAS III
CERTIFICADO DEL DIRECTOR IV
DEDICATORIA V
AGRADECIMIENTO VI
RESUMEN X
ABSTRACT XI
CERTIFICADO DE TRADUCCIÓN XII
CERTIFICATE OF TRANSLATION XIII
Tema: Juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de octavo año de Educación General Básica paralelo "A" de la Unidad Educativa "Luis Leoro Franco" en el periodo 2022-2023 Ibarra 15
Formulación del problema 15
Justificación 16
Antecedentes 16
Objetivo General 18
Objetivos Específicos 18
Preguntas Directrices 18
Descripción 18
Delimitaciones 19
CAPÍTULO I: MARCO TEORICO 20
1.1. El Juego 20
1.1.1 Característica del juego 21
1.1.2 Beneficios del juego 21
1.2 Capacidades motrices básicas 22
1.2.1 Capacidades motrices básicas que encontramos en la rayuela 23
1.2.2 Capacidades que encontramos en los encostalados 25
1.2.3 Importancia 25
1.3 Juegos tradicionales 26
1.3.1. Características de los juegos tradicionales 27
1.3.2 Ventajas de los valores educativos de los juegos tradicionales 28
1.3.3 Origen de la rayuela 28
1.3.4 ¿Que es la rayuela? 29
1.3.5 Importancia 29
1.3.6 ¿Qué es y cómo se juega a la rayuela? 29
1.3.7 Origen de los juegos encostalados 30

1.3.8 ¿Qué es los juegos encostalados o carrera de sacos? 31
1.3.9 Beneficios de la carrera de sacos 31
1.3.10 ¿Qué es y cómo se juega los encostalados? 33
Marco legal 34
CAPITULO II METODOLOGIA 40
3.1.1 Método de Investigación 40
3.1.2 Método inductivo 40
3.1.3 Método deductivo 40
3.2 Técnicas e instrumentos de investigación 40
3.2.1 Encuesta 40
3.2.2 Ficha de Observación 41
3.3 Matriz de operacionalización de variables o matriz diagnóstica 41
3.5 Procedimiento y plan de análisis de datos 43
CAPITULO III RESULTADOS Y DISCUCIÓN 44
3.1 Guía de observación 44
Figura# 1 Guía de observación sobre la coordinación 44
Figura #2 Guía de observación sobre la coordinación 45
Figura #3 Guía de observación sobre la coordinación 46
Figura #4 Guía de observación sobre la coordinación 47
Figura #5 Guía de observación sobre la coordinación 48
3.2 Encuesta para estudiantes 49
Pregunta#1 ¿Qué tipo de juegos prefieres? 49
Pregunta#2 ¿Conoces de juegos tradicionales? 50
Pregunta#3 ¿Practicas alguno de los juegos tradicionales en la institución? 51
Pregunta#4 ¿Disfrutas jugar con tus compañeros? 52
Pregunta#5 ¿Ha jugado a la rayuela? 53
Pregunta#7 ¿En qué sitio jugas más juegos tradicionales? 55
Pregunta#8 Nombra tus juegos tradicionales favoritos 56
3.3 Encuesta docentes 57
Pregunta#1 ¿Conoce de juegos tradicionales? 57
Pregunta#2 ¿Conoce las capacidades motrices básicas que cuenta cada juegotradicional? 58
Pregunta#3 ¿Cree que es importante la práctica de los juegos tradicionales en lainstitución? 59
Pregunta#4 ¿Práctica algún juego tradicional dentro de las horas de clase con los estudiantes? 60
Pregunta#5 ¿Le gustaría recibir una guía de juegos tradicionales para desarrollarse enclases de educación física mostrando las capacidades de cada una de ellos? 61
CAPITULO IV PROPUESTA 62
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 72
ANEXOS 1 76

ANEXO 2 77
ANEXO 3 79
ANEXO 4 80

RESUMEN

El presente trabajo académico determina la influencia de los juegos tradicionales como una herramienta para el desarrollo de capacidades motrices básicas en los estudiantes de educación general básica en la ciudad de Ibarra. La investigación se desarrolla bajo un método mixto, utilizando técnicas cuantitativas y cualitativas, estableciendo así un escenario de análisis y discusión sobre el contexto de aplicación de los juegos tradicionales en la enseñanza de la educación física. Los resultados fueron contundentes en manifestar que los juegos tradicionales influyen en las capacidades motrices básicas. La relación entre juego y deporte dentro de nuestro sistema educativo cada vez se hace más estrecha desde el aprendizaje de las habilidades motrices a través del juego. A nadie se le escapa que el juego es una de las actividades más naturales que realizan los niños, que es un medio que genera una gran motivación entre sus practicantes, que incita a la superación personal, que posee un alto grado de autoformación instintiva y que por tanto facilita los aprendizajes, en nuestro caso de las habilidades motrices; pero no es menos cierto que en ocasiones estamos realizando un abuso y un mal uso de los juegos dentro de nuestras prácticas educativas y llegamos a manipularlos tanto que del juego solo les queda el nombre. Finalmente, se generó una propuesta técnica pedagógica que integra una selección de juegos tradicionales bajo un esquema que permite la evaluación inicial, desarrollo y medición de capacidades coordinativas en los estudiantes.

Palabras clave: juegos tradicionales, capacidades motrices básicas, deporte, enseñanza, educación física

ABSTRACT

The current academic work determines the influence of traditional games as a tool for the development of basic motor skills in students of basic general education in Ibarra city. The research is developed under a mixed method, using quantitative and qualitative techniques, therefore establishing a scenario of analysis and discussion about the context of traditional games implementation in physical education teaching area. The results were conclusive stating that traditional games have an influence on basic motor skills. The relationship between games and sports in our educational system is becoming closer and closer, as a result of learning motor skills through games. It is not a secret to anyone that play is one of the most natural activities that children perform, that this is a means that generates strong motivation among its practitioners, that encourages personal improvement, that has a high degree of instinctive self-training and thereby facilitates learning, in our case of motor skills; but it is no less true that sometimes we are abusing and misusing games in our educational practices and we manipulate them so much that only the name of the game is left. Finally, a technical pedagogical proposal was generated that integrates a selection of traditional games under a scheme that allows the initial evaluation, development and measurement of coordination skills in students.

Keywords: traditional games, basic motor skills, sport, teaching, physical education.

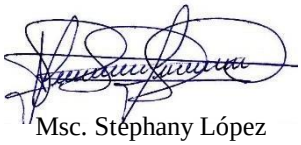
CERTIFICADO DE TRADUCCIÓN

Yo, Msc. Stephany Alexandra López Dávila, portadora de la cédula de identidad número: 100300874-3, docente, traductora e intérprete de inglés, certifico que la traducción al Inglés del resumen del trabajo de titulación: "Juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de octavo año de educación básica paralelo "A" de la Unidad Educativa "Luis Leoro Franco" en el periodo 2022-2023 Ibarra", previo a la obtención del título de Licenciatura en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Srta. Alisson Pamela Yar Revelo, con cédula de identidad número: 100477023-4, estudiante de la Universidad Técnica del Norte corresponde al texto original en Español.

DECLARACIÓN JURADA DE EXACTITUD

Yo, Stephany Alexandra López Dávila, por la presente certifico bajo pena de perjurio que esta traducción es una interpretación verdadera, completa y precisa al inglés del documento en español que se me presentó de acuerdo con mi leal saber y entender. No se ha agregado ni omitido información, por lo que esta traducción es verdadera y correcta.

Soy traductor jurado por la Secretaría Técnica del Sistema Nacional de Cualificaciones Profesionales SETEC, código de reconocimiento: SETEC-REC-2019-104, Certificación No. MDT-3104-CCL-236595



Msc. Stephany López
C.I.: 100300874-3
Teléfono: 0984479790
Traductora e interprete idioma Inglés-Español
No. de registro: MDT-3104-CCL-236595
Email: stephanylopezdavila@gmail.com

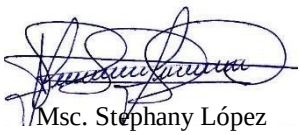
CERTIFICATE OF TRANSLATION

I, Msc. Stephany Alexandra López Dávila, I.D. number: 100300874-3, English teacher, English translator and interpreter, certify that the English translation of the abstract of the degree thesis entitled: "Traditional games for the development of basic motor skills in eighth grade students of basic education parallel "A" of the "Luis Leoro Franco" Educational Unit in 2022-2023 period, Ibarra.", prior to obtain the title of Bachelor's Degree in Physical Activity and Sports Pedagogy of Miss. Alisson Pamela Yar Revelo, with I.D. number: 100477023-4, student at "Universidad Técnica del Norte" corresponds to the original text in Spanish, it is true and accurate to the best of my abilities.

AFFIDAVIT OF ACCURACY

I, Stephany Alexandra López Dávila hereby certify under penalty of perjury that this translation is a true, complete, and accurate rendition into English of the document in Spanish presented to me in accordance with the best of my knowledge and belief. No information has been added and or omitted, thus this translation is true and correct.

I am a certified translator by the Technical Secretariat of the National System of Professional Qualifications SETEC-Ecuador, recognition code: SETEC-REC-2019-104, Certification No. MDT-3104-CCL-236595



Msc. Stephany López
I.D.: 100300874-3
Phone: 0984479790
English-Spanish Certified Translator and Interpreter
Registry number: MDT-3104-CCL-236595
Email: stephanylopezdavila@gmail.com

Tema: Juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de octavo año de Educación General Básica paralelo "A" de la Unidad Educativa "Luis Leoro Franco" en el periodo 2022-2023 Ibarra

Formulación del problema

El juego en las culturas antigua no era realizar una actividad recreativa sino más bien nos dice que los juegos, en las culturas antiguas, estuvieron relacionados con los trabajos diarios. Se basaban fundamentalmente en demostrar las habilidades artesanales o laborales más habituales de una zona. Después de mucho tiempo de demostración, se hicieron habituales lascompeticiones, pasando a ser consideradas como juegos.

Los juegos tradicionales a lo largo de su historia han evolucionado con una minina variante (Rosa & Mateos, 2000). Plantean que "el juego popular y tradicional se le conoce, sin importar los años que han pasado ya que sigue teniendo el mismo objetivo". Como sabemos el juego tradicional viene de una determinada región comunidad o país, por eso que se lo llama tradicional también existen juegos tradicionales que son por dichas costumbres que cuenta la comunidad o por las etnias que cuenta en dicha región.

En el Ecuador, los juegos tradicionales han sido de gran importancia a través de la historia, pero con el pasar de los tiempos se ha ido perdiendo la práctica en los niños y niñas de nuestro país, por esta razón es primordial que sean rescatados ya que en la actualidad algunos niños prefieren realizar otros tipos de actividades que no están de acorde a sus edades sin que tengan beneficio alguno.

Es importante abordar el aprendizaje de las habilidades motoras básicas de una manera lúdica. Esto corresponde a lo primero, porque el juego reacciona de manera realista al niño, porque esta es la mejor forma en que Piaget recomienda adaptar a los niños en el proceso de asimilación y adaptación.

De ahí que basados en las necesidades y preocupaciones, nos tracemos la siguiente investigación a través de la solución del problema científico.

Justificación

La importancia fundamental de esta investigación es para una mejora en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de ovo grado de Educación Básica paralelo "A" de la Unidad Educativa Luis Leoro Franco mediante la aplicación de Juegos Tradicionales.

Es de interés ya que se buscan estrategias innovadoras para así poder logar un buen desarrollo, salvando los juegos tradicionales que contribuyen al desarrollo de las actividades motrices básicas.

Es factible realizar dicha investigación por la colaboración y el apoyo tanto de autoridades de la institución como de dichos representantes, donde los beneficiarios directos serán los estudiantes de 8vo año de Educación General Básica paralelo "A" quienes serán motivados a realizar juegos tradicionales buscando el objetico de lograr un desarrollo de capacidades motrices básicas,

El impacto que tendrá el presente estudio será los juegos tradicionales como desarrollo de las capacidades motrices en los estudiantes de 8vo año de Educación General Básica paralelo "A" de la unidad educativa ya que gracias a una planificación apropiada se logrará el alcance de los objetivos planteados en la presente investigación

Antecedentes

La práctica de juegos tradicionales es de suma importancia por lo que no vamos dejando a un lado los juegos que se han venido dando de un tiempo pasado por medio de costumbres culturas etc. Según Segundo torres (2013):

> "Los juegos tradicionales y su incidencia en las habilidades y destrezas de los estudiantes del tercero y cuarto grado de educación básica del centro educativo reforma integral CERIT, de la ciudad de Latacunga, provincia de Cotopaxi", dado a conocer su objetivo general que es , determinar la importancia de la práctica de los

juegos tradicionales y su incidencia en las habilidades y destrezas con los estudiantes del tercero y cuarto año de educación básica del centro educativo reforma integral CERIT, de la ciudad de Latacunga, provincia de Cotopaxi. con una conclusión que nos dice que después del análisis realizado se pudo establecer que se rechaza el hoy se acepta la cual se refiere a los juegos tradicionales si inciden en las habilidades y destrezas de los estudiantes del tercero y cuarto año de educación básica del CERIT de la ciudad de Latacunga, provincia de Cotopaxi.

Un buen desarrollo dentro de las habilidades motrices es de suma importancia porque nos ayudara en un futuro y sobre todo en una buena coordinación en nuestra vida diaria. Según María Peña (2015):

> "Propuesta de un programa de actividades motoras para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de 3 a 5años del nivel inicial de la unidad educativa santana" con su objetico general que es Aplicar un programa de actividades psicomotoras en niños y niñas de nivel inicial entre 3 y 5 años de la Unidad Educativa Santana, que contribuya al desarrollo de sus habilidades motrices como parte de su formación integral. Con una conclusión que es, La aplicación de los test en los tres momentos, nos permite indicar que resultados han sido positivos en su gran mayoría. Observando que las diferentes habilidades motrices trabajadas, se desarrollaron y evolucionaron positivamente en los dos grupos de edades.

Preguntas Directrices

El aprendizaje a través del juego es de gran ayuda porque ganaremos atención lo cual nos ayudara a realizar un buen proceso de las coordinaciones motrices básicas según Luz Cortez (2020):

El juego como fortalecimiento de la coordinación dinámica global y la autonomía en los niños y las niñas de 5 a 6 años en el jardín infantil los muñecos de nany del barrio Normandía ii sector en Bogotá con su objetivo que es Identificar como el juego aporta al fortalecimiento para favorecer con la coordinación dinámica global y la autonomía de los niños y las niñas del nivel de transición entre las edades de 5 a 6 años, con una conclusión que no dice que se pudo establecer el poco conocimiento que tienen los niños y niñas de su esquema corporal en actividades como mirarse al espejo y describiros o dibujarse.

Objetivo General:

- Desarrollar capacidades motrices básicas en estudiantes de 8vo. Grado de la Unidad Educativa Luís Leoro Franco en el período 2022-2023 a través de juegos tradicionales, como la Rayuela y Carreras de Sacos.

Objetivos Específicos

- Diagnosticar el nivel de desarrollo de las capacidades motrices a través de tests donde se tengan en cuenta: de la Rayuela (equilibrio ypuntería, percepción corporal,espacial y temporal; coordinación y relajación. Con Corrida de sacos: capacidad deequilibrio y coordinación motriz.
- Introducir juegos tradicionales en las clases de educación física que contribuyan al desarrollo de las capacidades motrices básicas descritas
- Evaluar el nivel alcanzado en el desarrollo de las capacidades motrices básicasa través de los juegos tradicionales en los estudiantes que constituyen la muestra,
- Proponer una guía de juegos tradicionales a desarrollarse en las clases de educación física de 8vo. Grado, donde rescatemos los mismos y se continúe con sus beneficios.

- ¿Cómo desarrollaremos las distintas capacidades motrices en los estudiantes?
- ¿Qué juegos tradicionales los estudiantes y cuales han practicado?
- ¿Cómo lograremos que los estudiantes practiquen juegos tradicionales?
- ¿Cuáles elementos considera para confeccionar una guía metodológica sobre juegos tradicionales?

Descripción

Dentro de la Unidad Educativa Luis Leoro Franco encontramos una gran problemática que es la falta de desarrollo de capacidades motrices lo cual nos llevó a pensar que lo apropiado será inculcar los juegos ya que nos resultaría de una manera más fácil de ser entendido y factible de ser asimilado por los niños, al tomarlos de la mejora manera y así

mismo pudieran aprender y disfrutar al mismo tiempo de ello. De ahí que en nuestro trabajo de titulación de investigación por la titulación desarrollaríamos las distintas capacidades motrices que encontramos en los diferentes juegos que hemos tomado en cuenta la esta investigación.

Delimitaciones

No han existido grandes limitaciones para realizar la investigación, tanto en la Unidad Educativa escogida, como en la Universidad y carrera. Ha fluido constantemente a través de un espíritu de cooperación, entendimiento y solidaridad por parte de todos los factores comprometidos de una u otra forma. Las áreas de interés especificadas, la búsqueda de la muestra, el alcance pretendido, así como las fronteras de espacio (Unidad Educativa Luís Leoro Franco – Universidad Técnica del Norte), el tiempo dedicado y las circunstancias impuestas a nuestro estudio, han sido positivamente notables.

El tema está acorde con el grado que se investiga, y es de gran aceptación por las partes participantes. Además, puede concretarse en el tiempo fijado.

CAPÍTULO I: MARCO TEORICO

1.1El Juego

El juego es una actividad que busca el desenvolvimiento de la mente y el cuerpo y así mismo tiene un fin el cual es entretenerse y divertirse, por lo tanto

> Los juegos actúan como un estímulo para la actividad mental y el sentido práctico, en la medida que, en casi todos los casos, se presenta con la misma secuencia: el jugador está en una circunstancia y tiene que llegar a otra diseñando una estrategia mental, que luego llevará a la práctica. Esa estrategia está limitada por las reglas y pautas que presenta el juego, que le dan un marco.
>
> Por esta forma en la que se desarrolla generalmente el juego es que adquieresu carácter educativo: el niño aprende no solo a desarrollar estrategias, sinoa adaptarse a los recursos y las condiciones con que cuenta y conoce de antemano. No es casualidad, entonces, que la transición del niño desde el seno familiar hacia las instituciones educativas se haga en el jardín de infantes, donde prima como actividad el juego. (Concepto, 2022)

El juego es toda actividad recreativa la cual nos lleva a disfrutar a entretenernos y también es una herramienta la cual podemos aprender y enseñar.

> El juego es toda aquella actividad de recreación que es llevada a cabo por los seres humanos con la finalidad de divertirse y disfrutar, además de esto, en los últimos tiempos, estas actividades han sido utilizados como herramientas de enseñanza en los colegios, ya que de esta forma se incentiva a los alumno a participar del aprendizaje al mismo tiempo que se divierten. Además del disfrute que éstos pueden generar en

las personas que los ejecutan, también ayudan a incentivar el desarrollo de las habilidades mentales, en el caso de los juegos que requieren de ingenio.

Formalmente hablando, un juego es conceptualizado como la actividad que puede llevar a cabo uno o más sujetos calificados como jugadores. Para que estas actividades se lleven a cabo, resulta necesario emplear herramientas diversas olas imaginación, de manera que se pueda elaborar una situación con diferentes reglas para determinar quién es el ganador y quien es el perdedor de la actividad, esto se hace para promover el entretenimiento y la competitividad entre los jugadores. (Concepto, Concepto Definición, S.F)

1.1.2 Característica del juego

Como sabemos el juego es una actividad que tiene el objetivo de entretenerse y disfrutar de ella por lo que se caracteriza de la siguiente manera

- Es una actividad espontánea y libre.
- Parte de la misma práctica.
- El jugador o jugadora se preocupa por el resultado de su actividad.
- Permite la creación de roles, que dan lugar a la recreación de las escenas e imágenes del mundo real con el fantástico.
- Facilita el desarrollo de una actitud espontánea y de libertad.
- Permite la expresión de una actitud lúdica qué tiene necesidades psicobiologícas lo que le permiten prepararse para el futuro.
- Favorece la capacidad de fantasear con la realidad, ya que los niños y niñas juegan a los héroes, villanos, papá, mamá y ellos imitan lo que observan.
- Es evolutivo ya que empieza por el dominio del cuerpo y posteriormente maneja las relaciones sociales y su medio. - Socializa, es divertido, placentero, voluntario y lo más importante no es obligatorio. (Federación de Enseñanza, 2010, pp2)

1.1.3 Beneficios del juego

El juego no es solo para lograr diversión en los niños sino también para llenarnos de cada uno de los beneficios con los que cuentan ellos.

- Satisface las necesidades básicas de ejercicio físico.
- Es una vía excelente para expresar y realizar sus deseos.
- La imaginación del juego facilita el posicionamiento moral y maduración de ideas.
- Es un canal de expresión y descarga de sentimientos, positivos y negativos, ayudando al equilibrio emocional.
- Con los juegos de imitación está ensayando y ejercitándose para la vida de adulto.
- Cuando juega con otros niños y niñas se socializa y gesta sus futuras habilidades sociales.
- El juego es un canal para conocer los comportamientos del niño y así poder encauzar o premiar hábitos.
- Es muy importante participar en el juego con ellos y ellas.
- La psicomotricidad es un elemento muy importante en el desarrollo de los niños y niñas ya que sienta las bases para la adquisición de posteriores aprendizajes. (Federación de Enseñanza, 2010,pp3)

1.2 Capacidades motrices básicas

Son un conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria. Según Lifider (2022):

> Las capacidades motrices fundamentales son el conjunto de movimientos básicos y acciones motrices que surgen en la evolución humana a partir de las formas motrices, ayudadas por el desarrollo y mejora de las habilidades motrices perceptuales que evolucionan con ellas. Se cree que las habilidades motoras básicas son comportamientos motores básicos que se desarrollan a partir de patrones motores básicos. El desarrollo de habilidades motoras básicas comunes a todos los individuos es fundamental para el desarrollo motor humano y forma la base para todo el aprendizaje motor posterior. (p.3)

1.1.2 Capacidades motrices básicas que encontramos en la rayuela

- Coordinación

La coordinación es una de las capacidades motrices básicas, la cual nos ayuda a lograr un bueno movimiento del cuerpo de una forma adecuada y sobretodo con facilidad. Según Nestlé por niños Saludables nos manifiesta (2022),

> La coordinación se define, a modo general, como la capacidad que tenemos los seres humanos para realizar movimientos corporales simples y complejos con facilidad. Para cumplir con esta tarea se debe lograr una comunicación adecuada entre el cerebro y el resto de las extremidades.
>
> Aquí es importante comprender que la coordinación tiene una relación directa con el balance. Es decir, la capacidad para controlar nuestro cuerpo por un periodo de tiempo considerable. La sumatoria de estas dos habilidades es lo que permite que se pueda mantener la posición correcta tanto en actividades estáticas como quedarse sentado o en otras más complejas como practicar algún deporte.

- Flexibilidad

La flexibilidad es una de las capacidades motrices básicas, la cual se trata de una elasticidad del cuerpo humano, lo que nos ayudara a no sufrir lesiones

Segú Juegos y Deportes (S.F), nos menciona

Tipos de Flexibilidad

- Estática: consiste en realizar un estiramiento de parado.
- Dinámica: implica realizar un movimiento de gran amplitud en el que las contracciones concéntricas y excéntricas se suceden.

A su vez, los ejercicios que se utilizan para trabajar los tipos de flexibilidad descritos pueden ser:

- Activos: el que realiza el ejercicio es el sujeto.
- Pasivos: los ejercicios se ejecutan con la ayuda de un compañero.

- Fuerza

La Fuerza es una de las capacidades motrices básicas, la cual es la que nos ayuda a resistir a cualquier actividad física.

Segú Juegos y Deportes (S.F), nos menciona

Tipos de Fuerza

- Fuerza lenta

Es aquella que permite levantar cargas pesadas en un periodo de tiempo amplio.

Este tipo de fuerza permite el desarrollo de la fuerza máxima, que es el mayor esfuerzo que es capaz de realizar el cuerpo humano para movilizar una carga.

- Fuerza rápida

Supone realizar un ejercicio de fuerza, pero de forma veloz, es decir, en un corto espacio de tiempo. Dentro la misma se encuentran: la fuerza explosiva, la potencia y la fuerza de velocidad.

- Fuerza resistencia

Implica mantener una acción de fuerza durante un periodo de tiempo determinado.

- Resistencia

La resistencia es una de las capacidades motrices básicas, la cual es la que nos ayuda a ver la capacidad que tenemos al momento de realizar un esfuerzo de gran o poca intensidad.

Esta habilidad motriz se basa en soportar un esfuerzo de intensidad donde así mismo lo logre una recuperación rápida.

Segú Juegos y Deportes (S.F), nos menciona los beneficios que trae la resistencia

- Mejora el funcionamiento del sistema cardiovascular y del sistema respiratorio.
- Permite la disminución del tejido graso.
- Favorece el funcionamiento del aparato digestivo.
- Mejora el metabolismo muscular.
- Produce cambios en el sistema nervioso central.
- Influye en el desarrollo del resto de capacidades.

Tipos de Resistencia

- Aérobica: se refiere a la capacidad que tiene el ser humano de mantener un esfuerzo de baja intensidad durante el mayor tiempo posible. Este tipo de resistencia implica un equilibrio entre el aporte y el gasto de oxígeno.
- Anaeróbica: es la capacidad que tiene el cuerpo de soportar un esfuerzo de alta intensidad.

- Velocidad

La velocidad es una de las capacidades motrices básicas, la cual nos ayuda a realizar movimientos en el menor tiempo posible.

Esta habilidad motriz se basa en realizar movimientos al mismo ritmo de ejecución sin provocar fatiga. Harre (S.F) Citado por Segú Juegos y Deportes (S.F), nos menciona

Tipos de velocidad

- Cíclica: es específica de movimientos de carácter cíclico, en los que se repite un esquema de movimiento constantemente. Por ejemplo, correr.
- Acíclica: es propia de los movimientos a cíclicos, que son aquellos en los que no se repite un patrón continuamente. Por ejemplo, la estocada en esgrima.

1.2.2 Capacidades que encontramos en los encostalados

Velocidad

La velocidad es una de las capacidades motrices básicas la cual se refiere a realizar una actividad en el menor tiempo posible.

Resistencia

La resistencia es otra de las capacidades motrices básicas la cual se refiere a realizar una actividad al mismo ritmo sin ganar fatiga ni angustia sino realizarle al mismo ritmo desde principio a fin.

1.2.3. Importancia

Las capacidades motrices determinan la condición física del individuo se dividen en dos bloques: capacidades coordinativas y las capacidades físicas o condicionales.

El rendimiento motor de cualquier persona dependerá del nivel de desarrollo y adaptación de dichas cualidades.

Las capacidades coordinativas dependen del sistema nervioso y tienen la capacidad de organizar, controlar y regular todas las acciones motrices. Las capacidades coordinativas básicas son las que se desarrollan sobre todo entre los 6 y los 12 años y hacen referencia a la capacidad de aprendizaje de habilidades motrices, el nivel de control de los movimientos y ejercicios, y la capacidad de adaptación e improvisación ante una situación presentada. Las capacidades coordinativas específicas determinan un contexto motor más concreto y son las siguientes: equilibrio, la combinación motora, la orientación y la relación espacio-tiempo, etc.

Las capacidades físicas o condicionales son las que determinan la condición física del individuo. Dependen de la capacidad o fuerza a nivel muscular, de la resistencia para mantener dicha fuerza en el tiempo y, en tercer lugar, de la capacidad del corazón y los pulmones para aportar energía a la musculatura. Tener una adecuada condición física y una buena salud es imprescindible para adaptarnos a la vida cotidiana. Las cualidades que determinan la condición física son: la resistencia, la fuerza, la velocidad y flexibilidad.

1.3 Juegos tradicionales

Los juegos tradicionales son juegos propios de pueblos, regiones o alguna cultura lo cual encontraremos en todas las generaciones, en algunos casos con algunas variantes, pero siempre cumplirán el mismo objetivo.

Se definen los juegos tradicionales como aquellos propios de una región o nacionalidad que se repiten de generación en generación con suma espontaneidad.

En todas partes del mundo donde han aparecido sociedades humanas los juegos han estado presentes como el modo de imitar las actividades laborales, guerreras, sociales, etc. De igual forma los juegos tradicionales cuentan con determinados aspectos

históricos -socio- culturales que nos ayudan no sólo entender la naturaleza de los mismos con respecto a su contenido, estructura y funcionamiento, si no también nos permiten comprender la propia historia y cultura de nuestros pueblos.

Aunque estos juegos se repiten tradicionalmente podemos encontrar diferencias en cuanto a su forma de participación, diseño, utilización o en algún otro aspecto que caracteriza la cultura de cada región, época o el momento en que se ha jugado, la cultura de las personas que lo jugaban, aún en los lugares más remotos.

Los juegos tradicionales son una fuente de transmisión de conocimiento, tradiciones y culturas de otras épocas o sistemas socioeconómicos. El hecho de reactivar estos juegos no es un grito de melancolía por un pasado que no vuelve, sino que implica abundar en las raíces y así comprender mejor el presente. (EcuRed, S.F).

1.3.1. Características de los juegos tradicionales

Son juegos que aparecen en diferentes momentos o épocas del año, que desaparecen por un período y vuelven a surgir, una función que tienen estos juegos es que nunca se desaparecen por completo ya que son juegos que se dan año tras año. Piquer (S.F), nos menciona algunas de sus características.

- Un juego tradicional es jugado por todo el público en general sin importar la edad sino se vale por su entretenimiento
- Estos juegos no solo se practican dentro de instituciones ya que son juegos que se vienen dando dentro de las diferentes culturas, regiones etc. Por lo que estos juegos serán jugados donde y cuando sea sin importar normas o formas ya que son juegos con una extensión de variantes.
- Los juegos tradicionales son juegos de gran sencillez sin dificultad alguna de ser entendido ya que son juegos que se han visto en diferentes ocasiones.
- Estos juegos se los puede jugar con diferentes variables como reglas, instrucciones etc.

- Son juegos que no se necesita de gran cantidad de material o que tengan dificultad en encontrar los materiales ya que son juegos sencillos que podemos adaptarlo con materiales de nuestro entorno.
- Son Juegos que se los puede jugar en cualquier momento y sobre todo sin importar la situación donde se encuentre.

1.3.2 Ventajas de los valores educativos de los juegos tradicionales

El juego no solo se lo utiliza para divertirse si no también lo utiliza para aprender en este caso el juego nos deja grandes ventajas y dentro de ellas estan, valores los cuales n (Bermudez, 2013) nos ayudaran, aprender a conocer a divertirnos y sobre todo a disfrutar de ello. Bermúdez (2013), nos menciona algunos de los valores que son:

- Valor físico: Atreves del juego se descarga energía física, pero lograremos aumentar resistencia aeróbica y anaeróbica lo que nos ayudaran a un buen desarrollo y fortalecimiento de nuestros músculos.

- Valor psicológico: Atreves del juego tenemos la oportunidad de crear confianza en nosotros mismo y así mismo el gusto de disfrutar lo cual nos ayudara a logar una organizada personalidad

- Valor social: Al momento de relacionarnos con la sociedad nos ayudara a lograr entender sobre el derecho ajeno, a saber, expresarnos, a entender de qué se trata el compañerismo, la solidaridad, el compañerismo y sobre todo a una buena comunicación.

1.3.3 Origen de la rayuela

El juego de la rayuela hoy en día es un juego muy común el cual tiene su respetivo origen. Hurtado (2010) nos señala que “El juego de la rayuela ha sido difundido a lo largo de la

historia en todas las civilizaciones. Era ya conocido en la Grecia clásica con el nombre de escolias, y en la Roma Imperial con el de juego de los odres.” (p.5).

1.3.4 ¿Qué es la rayuela?

La Rayuela es un juego aeróbico ya que nos ayudara en nuestra resistencia cardiovascular y anaeróbica ya que nos ayudara en nuestra fuerza muscular, la rayuela también es un juego competitivo el cual nos ayudara a desarrollar algunas de las capacidades motrices básicas como la coordinación, el equilibrio, la fuerza, la resistencia entre otras. Por otro lado, la rayuela es un juego que se realizara en el aire libre con el objetivo de disfrutar y compartir con su grupo de compañeros.

1.3.5 Importancia

Hoy en día los juegos tradicionales estan quedando atrás por el simple hecho de que son cambiados por la tecnología, nosotros lo que buscamos atreves de ellos es, enseñar, aprender, disfrutar y así mismo rescatar los juegos ya que cuentan con una gran importancia.

> Es importante considerar y rescatar este tipo de juegos en nuestro país como la rayuela, reconsiderando que son juegos divertidos que han sido transmitidos de generación en generación, de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente , y que parte de brindarnos diversión rescatamos tradiciones y costumbres de nuestros antepasados, reconsiderando que la importancia del juego de la rayuela es recrear haciéndolo así aplicable para los niños y niñas , nosotras como educadoras podemos adaptarlo a nuestra realidad y utilizarlo como un recurso fundamental para desarrollar destrezas, habilidades motoras e intelectuales de forma divertida. (Guato,2016, p.37)

1.3.6 ¿Qué es y cómo se juega a la rayuela?

Al escuchar el nombre de rayuela sabemos que se trata de un juego tradicional el cual es muy conocido, así mismo cuenta con un sin número de variables. Faros (2014) nos menciona su procedimiento

Se juega dentro de una superficie plana como puede ser el suelo, está conformada por 6 cuadros y 1 circunferencia donde se añaden dos semicírculos en los extremos, empezamos haciendo un cuadro tras otro hasta lograr llegar a tener tres cuadrados uno sobre otro, seguido de los cuadrados realizamos dos cuadrados juntos, seguido de eso colocamos el ultimo cuadrado y cerramos con una circunferencia con los dos semicírculos a los extremos teniendo así los 6 cuadrados y 1 circunferencia.

Para realizar dicho juego se necesita trazar una línea con un metro de distancia desde la línea del primer cuadrado la cual nos ayudara como línea inicial del juego.

Para la realización del juego necesitamos ubicarnos por turnos uno tras otro donde el primero que vaya a empezar tendrá que lanzar una ficha que tendrá que ser lanzado al primer cuadrado o casillero en orden hasta llegar al número 7. La piedra o el objeto lanzado tiene que caer dentro del cuadrado o casillero sin topar una línea ya que en caso de ser tocado una línea será descalificado, en cuanto el jugador que lanzo su ficha al cuadrado o casilla tendrá que saltar con un solo pie por todos los cuadrados sin tocar el casillero donde está la ficha ni las líneas de los cuadrados con su zapato, una vez completados los saltos en los 7 casilleros tendrá que darse una vuelta de 180° y regresar hasta llegar al primer cuadrado y recoger su ficha terminado eso tendrá que ponerse a la fila y posterior mente realizar lo mismo hasta haber lanzado la ficha en todos los casilleros.

1.3.7 Origen de los juegos encostalados

El juego de los encostalados es un juego tradicional muy conocido y así mismo sencillo el que ha sido jugado hace varios siglos atrás y que cuenta con un sin número de variantes.

> La carrera de sacos, un juego tradicional al que los niños han jugado desde hace varios siglos. Según parece, esta actividad podría datar del siglo XVII cuando los hortelanos realizaban carreras después del almuerzo.

> Se trata de un juego muy sencillo en el que sólo se requiere una bolsa o saco y bastante habilidad y equilibrio de los niños. Es un juego clásico ideal para fiestas de cumpleaños, picnics, barbacoas o pasar un día divertido al aire libre. (Esteban, S.F)

1.3.8 ¿Qué es los juegos encostalados o carrera de sacos?

La carrera de sacos es un juego conocido por su sencillez y sobre todo por la facilidad con la que se juega.

> La carrera de sacos es un juego tradicional que consiste en que cada niño deberá colocarse un saco o bolsa hasta la cadera y llegar a la meta mediante saltos coordinados y manteniendo el equilibrio. Esta actividad se recomienda a partir de los siete años y se requieren más de dos participantes. Independientemente de los obstáculos y caídas que se den por el camino, gana el niño que llegue antes a la meta. (Infancia, 2021)

1.3.9 Beneficios de la carrera de sacos

Todo juego cuenta con sus beneficios por ese motivo es que son de gran importancia y lo que buscamos es sacar provecho y sobre todo rescatar y no ser olvidados ni cambiados por la tecnología por lo que podemos decir que el juego tradicional debe ser practicado ya que

> Es un juego excelente para fomentar el equilibrio. Los niños que realizan este juego con frecuencia consiguen aumentar su capacidad de equilibrio y coordinación motriz.
>
> Ayuda a realizar ejercicio y perder peso. También, este juego favorece la pérdida de peso, por lo que se transforma en un juego excelente para la hora de educación física en el colegio.
>
> Fortalece las relaciones sociales. Este juego ayuda a que niños y adultos puedan jugar en parejas y se refuercen los lazos entre los compañeros generando un ambiente cálido y grato de amistad.

> Promueve la velocidad, el esfuerzo y la resistencia. Tres características que resultan indispensables para el entrenamiento y la salud física y mental de los niños. (Educa y Aprende,2019)

Todos los juegos tienen cuentan con un sin número de beneficios en este caso la carrera de sacos nos da a conocer que un juego no está simplemente para divertirlos sino también para logar algo con dicho juego en este caso encontramos:

- Favorece a la pérdida de peso
- Divierte y fomenta el ejercicio físico
- Estrecha las relaciones sociales de los niños
- Enseña a los niños a competir y a esforzarse
- Estimula la velocidad, la resistencia, el equilibro la coordinación motora de los niños (Fuentes, 2021)

Los juegos son importantes porque atreves de ello podemos lograr varios objetivos que son de gran importancia para nosotros tanto como se podrá lograr el objetivo que tiene cada juego como aprender y disfrutar. La Guía Infantil (S.F) nos manifiesta.

Estimula el equilibrio: Este Juego lo realizan los niños con frecuencia, donde ayuda a aumentar la capacidad del equilibrio y coordinación

Fomenta el ejercicio Física: Este juego ayuda el ejercicio físico ya que es un juego donde se hace movimiento todo el cuerpo humano

Favorece a la pérdida de peso ya que ya que es un juego donde podemos perder un sin número de calorías al realizar este juego.

Favorece relaciones sociales ya que es un juego donde se puede ver el compañerismo y trabajo en equipo con los compañeros

Es un juego donde los participantes tiene que competir y esforzarse para lograr la meta que esta propuesta y así es donde cada participante competirá, pero siempre de una forma sana y sobre todo divertida.

Promueve la velocidad, el juego es una competencia sana pero siempre al momento de ser un juego competitivo tener que realizar la actividad en el menor tiempo posible.
Despierta el valor de la alegría, con el simple hecho de ser un juego genera en losparticipantes alegría, gozo, placer y diversión durante la participación,

1.3.10 ¿Qué es y cómo se juega los encostalados?

Los encostalados o carrera de sacos es un juego tradicional muy conocido por la sencillez con la que se caracteriza que se ha venido dando de generación en generación. Según Román et al. (S.F)
Para realizar el juego de los encostalados o la carrera de sacos tenemos que tener en cuenta que este juego se debe realizar en una superficie plana donde realizaremos una línea recta la que será nuestra línea de salida y a unos metros una línea que será la línea de llegada, los materiales que necesitaremos en este juego son costales, este juego se lo realizara en conjunto. Los participantes tendrán que tener un costal donde introducirán sus piernas y se ubicaran detrás de la línea de salida, sosteniendo el costal con las manos a la altura de las caderas, los participantes tendrán que salir saltando hasta la línea de llegada por su mismo carril sin atravesarse a los carriles de los compañeros para así evitar ser descalificado y cualquier accidente que se pueda dar una vez dada la salida observamos la carrera y veremos quien tiene las capacidades necesarias para lograr cumplir con el objetivo que es llegar a la meta.

Marco legal

La Constitución Política de la República del Ecuador, elaborada por la Asamblea Nacional Constituyente en Montecristi y aprobada por los ciudadanos en el año 2008 Asamblea Nacional del Ecuador (2008) entre otros aspectos, fomenta el rescate de conocimientos ancestrales, tradiciones y costumbres; el derecho del ser humano a un momento de esparcimiento o tiempo libre; y a la libertad de expresión y de elección.

Todos los niños y niñas tienen derecho a conocer las costumbres y tradiciones ancestrales para que ellos sean partícipes de rescatar y participar en juegos tradicionales, esto se vienen practicando de generación en generación así poder mantener viva la cultura de nuestros pueblos.

Art. 23.- "Las personas tienen derecho a acceder y participar del espacio público como ámbito de deliberación, intercambio cultural, cohesión social y promoción de la igualdad en la diversidad" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Las niñas y niños tienen derecho a respetar y valorar las distintas culturas, de esta manera va a tener una conexión directa en el ámbito social.

Art. 24.- "Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Los niños y niñas tienen derecho al descanso, a jugar en diferentes actividades lúdicas propias de su edad.

Art. 25.- "Las personas tienen derecho a gozar de los beneficios y aplicaciones del progreso científico y de los saberes ancestrales" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Los niños y niñas tienen derecho a conocer la historia de nuestros pueblos, saber cómo se mantiene hasta la actualidad y ver cómo va cambiando con la nueva generación.

Capítulo tercero: Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria.

Art. 45.- […Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad...]

"Los niños y niñas tienen derecho a tener una familia, una buena alimentación, a una educación de manera prioritaria, a la recreación puesto que es fundamental en los niños y niñas porque esto contribuye al desarrollo integral, social y personal" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Capítulo sexto: Derechos de libertad

Art. 66.- Se reconoce y garantizará a las personas:

"Todos los niños y niñas tienen derecho a conocer las costumbres y tradiciones ancestrales para que ellos sean partícipes de rescatar y participar en juegos tradicionales, esto se vienen practicando de generación en generación así poder mantener viva la cultura" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Art. 23.- "Las personas tienen derecho a acceder y participar del espacio público como ámbito de deliberación, intercambio cultural, cohesión social y promoción de la igualdad en la diversidad" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Las niñas y niños tienen derecho a respetar y valorar las distintas culturas, de esta manera va a tener una conexión directa en el ámbito social.

Art. 24.- "Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Los niños y niñas tienen derecho al descanso, a jugar en diferentes actividades lúdicas propias de su edad.

Art. 25.- "Las personas tienen derecho a gozar de los beneficios y aplicaciones del progreso científico y de los saberes ancestrales" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Capítulo tercero: Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria.

Art. 45.- […Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad...]

"Los niños y niñas tienen derecho a tener una familia, una buena alimentación, a una educación de manera prioritaria, a la recreación puesto que es fundamental en los niños y niñas porque esto contribuye al desarrollo integral, social y personal" (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

Capítulo sexto: Derechos de libertad

Art. 66.- Se reconoce y garantizará a las personas:

2. El derecho a una vida digna, que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física.

En el ámbito normativo internacional destacan la Declaración de los Derechos de los Niños, en su artículo 7, pone un gran énfasis en una de las grandes necesidades de nuestros niños y niñas, mencionando lo siguiente: ¨...El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones, los cuales deben estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación;

la sociedad y las autoridades públicas se esforzarán por promover el goce de este derecho." (Asamblea Nacional del Ecuador , 2008)

3. (La Ley del Deporte, Educación Física y Recreación , 2015) señala:Titulo VI. De la Recreación Sección 1 generalidades

Art. 89.- De la recreación. - La recreación comprenderá todas las actividades físicas lúdicas que empleen al tiempo libre de una manera planificada, buscando un equilibrio biológico y social en la consecución de una mejor salud y calidad de vida. Estas actividades incluyen las organizadas y ejecutadas por el deporte barrial y parroquial, urbano y rural.

Todos los niños y niñas tienen derecho a la recreación en su tiempo libre, a más de ser un derecho es un compromiso de los padres de familia y maestros brindar juegos deportivos, juegos tradicionales para fortalecer los valores de solidaridad e identidad cultural.

Art. 90.- Obligaciones. - Es obligación de todos los niveles del Estado programar, planificar, ejecutar e incentivar las prácticas deportivas y recreativas, incluyendo a los grupos de atención prioritaria, impulsar y estimular a las instituciones públicas y privadas en el cumplimiento de este objetivo.

Todos los docentes deben considerar en su planificación didáctica las prácticas deportivas y juegos tradicionales seleccionados, que estén relacionaos con el contexto social y cultural que involucre de forma directa a los niños y niñas.

Art. 92.- Regulación de actividades deportivas.- El Estado garantizará: a) Planificar y promover la igualdad de oportunidades a toda la población sin distinción de edad, género, capacidades diferentes, condición socio económica o intercultural a la práctica cotidiana y regular de actividades recreativas y deportivas; b) Impulsar programas para actividades recreativas deportivas para un sano esparcimiento, convivencia familiar, integración social, así como para recuperar valores culturales deportivos, ancestrales, interculturales y tradicionales; c) Fomentar programas con actividades de deporte, educación física y recreación desde edades tempranas hasta el adulto mayor y grupos vulnerables en general para fortalecer el nivel de salud, mejorar y elevar su rendimiento físico y sensorial(…)

Sección 4 del Deporte ancestral

Art. 100.- Del Deporte Ancestral y Tradicional. - Comprenden la preparación y práctica de todas las actividades físicas y lúdicas que las comunidades, pueblos y nacionalidades desarrollen para competir dentro de sus zonas, comunas, territorios y regiones.

Art. 101.- De la Práctica. - La práctica del deporte ancestral fortalece y promueve la interculturalidad y el desarrollo de la plurinacionalidad, a fin de estimular y garantizar en igualdad de condiciones el deporte, la actividad física y recreación.

Los niños y niñas tienen derecho de realizar prácticas ancestrales para fomentar los lazos sociales que une a todos los pueblos, de esta manera rescatamos costumbres y tradiciones.

Art. 102.- Responsabilidades. - Serán responsabilidades del Ministerio Sectorial y de los gobiernos autónomos descentralizados valorar, promover, apoyar y proveer los recursos económicos e instalaciones deportivas para el desarrollo de los deportes ancestrales y juegos tradicionales, garantizando sus usos, costumbres y prácticas ancestrales.

Art. 103.- Tradiciones. - Rescatar y fortalecer las tradiciones de las comunidades, pueblos y nacionalidades quienes organizarán al menos una competencia recreativa anual en las diversas disciplinas en sus zonas, comunas, territorios y regiones.

Por lo tanto, es fundamental que desde muy temprana edad conozcan sobre su cultura, su tradición de su pueblo.

(La Ley Orgánica de Educación Intercultural , 2009)LOEI, señala:

Art. 40.- Nivel de educación inicial. - El nivel de educación inicial es el proceso de acompañamiento al desarrollo integral que considera los aspectos cognitivo, afectivo, psicomotriz, social, de identidad, autonomía y pertenencia a la comunidad y región de los niños y niñas desde los tres años hasta los cinco años de edad, garantiza y respeta sus derechos, diversidad cultural y lingüística, ritmo propio de crecimiento y aprendizaje, y potencia sus capacidades, habilidades y destrezas.

La educación inicial se encarga de velar la diversidad personal, social y cultural de los niños y niñas, tomando en cuenta que tienen diferentes estilos y ritmos de aprendizaje.

El Código de la Niñez y Adolescencia (2003) establece:

Art. 26.- Derecho a una vida digna. - Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una vida digna, que les permita disfrutar de las condiciones socioeconómicas necesarias para su desarrollo integral. Este derecho incluye aquellas prestaciones que aseguren una alimentación nutritiva, equilibrada y suficiente, recreación y juego, acceso a los servicios de salud, a educación de calidad, vestuario adecuado, vivienda segura, higiénica y dotada de los servicios básicos.

Art. 48.- Derecho a la recreación y al descanso. - Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la recreación, al descanso, al juego, al deporte y más actividades propias de cada etapa evolutiva. Es obligación del Estado y de los gobiernos seccionales promocionar e inculcar en la niñez y adolescencia, la práctica de juegos tradicionales; crear y mantener espacios e instalaciones seguras y accesibles, programas y espectáculos públicos adecuados, seguros y gratuitos para el ejercicio de este derecho. Los establecimientos educativos deberán contar con áreas deportivas, recreativas, artísticas y culturales, y destinar los recursos presupuestarios suficientes para desarrollar estas actividades.

Los niños y niñas tienen derecho a disfrutar plenamente del juego y la recreación, en el tiempo y un espacio determinado, de forma creativa y espontánea. Los juegos tradicionales en los niños y niñas logran un interés y un disfrute total donde despierta su imaginación, su creatividad.

Art. 2.- Para el ejercicio de la cultura física, el deporte y la recreación, al Estado le corresponde: Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas, deportivas y de recreación de la población ecuatoriana, así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte, la educación física y la recreación.

Código de la Niñez y Adolescencia

Art. 38.- Objetivos de los programas de educación. - La educación básica y media asegurarán los conocimientos, valores y actitudes indispensables para: Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño, niña y adolescente hasta su máximo potencial, en un entorno lúdico y afectivo.

Art. 31.- Deportes, educación física y recreación. -

Los diferentes niveles de gobierno, en el ámbito de sus competencias, promoverán la prácti ca

deportiva, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, la formación y el desarrollo de las personas y el Buen

Vivir, así como los deportes y juegos ancestrales y tradicionales, de conformidad con las co mpetencias y atribuciones previstas en la Constitución y la Ley.

La autoridad nacional del deporte, conforme su planificación sectorial, asignará los recurso s para el fomento del deporte, educación física y

recreación con la infraestructura, equipamiento, mantenimiento y desarrollo de sus activida

des en la Circunscripción y, de forma concurrente, lo
harán los Gobiernos Autónomos Descentralizados, en sujeción al Plan Integral Amazónico. Art. 86 (antes 81). - De la Educación Física. - La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como un área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo.

CAPITULO II METODOLOGIA

3.1 Tipo de investigación.

"El tipo de esta investigación es enfoque mixto por que busca responder a un problema de investigación desde un diseño concurrente, secuencial, de conversión o de integración según sea los logros planteados. Jick" (1979), En este estudio usaremos este método porquese enfoca en la problemática tanto de los juegos tradicionales donde usaremos técnicas cualitativas y en la variable de capacidades EXPLICAR BIEN. motrices básicas usaremos técnicas cuantitativas como el test.

3.1.1 Método de Investigación

Según Tamayo y Tamayo (2006), el tipo de investigación descriptiva, comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual y la composición o procesos de los fenómenos; el enfoque se hace sobre conclusiones dominantes o sobre como una persona, grupo, cosa funciona en el presente. Usaremos este tipo de investigación para estudiar las características y conocimientos de la población

3.1.2 Método inductivo

El método inductivo es un proceso de razonamiento que se basa en la observación y la experimentación para llegar a una conclusión general a partir de casos específicos.
A partir de estos patrones o tendencias, se llega a una conclusión general o una teoría que se considera válida

3.1.3 Método deductivo

E l método deductivo es una de las aproximaciones más usadas en la investigación ya que permiten comprobar si una hipótesis puede ser verdadera en una variedad de circunstancias.

3.2 Técnicas e instrumentos de investigación

3.2.1 Encuesta

Este instrumento lo realizaremos a los estudiantes para indagar los conocimientos acerca de los juegos tradicionales.
Este instrumento lo realizaremos de la misma manera a los docentes para consultar sobre el

uso de los juegos tradicionales y que actividades usa en las horas de clase para el desarrollo de las capacidades motrices básicas

3.2.2 Ficha de Observación

Realizaremos esta técnica a base de una ficha de observación para determinar también los niveles de las diferentes capacidades motrices básicas a través de este miraremos

3.3 Matriz de operacionalización de variables o matriz diagnóstica

VARIABLES	Objetivo diagnostico	INDICADORES	Técnicas	Fuentes de información
V..I El juego	Desarrollar motivación y aprendizaje a su mismo tiempo	-Característica del juego -Beneficios del juego		

VI. juegos tradicionales	Fomentar juegos tradicionales en los estudiantes y así lograr que los estudiantes tomen en cuenta dichas actividades las cuales ayudaran en la motricidad de los estudiantes.	-Juegos tradicionales -¿Que es la rayuela? Importancia -¿Qué es y cómo se juega a la rayuela? -Origen de los juegos encostalados -¿Qué es los juegos encostalados o carrera de sacos? -Beneficios de la carrera de sacos -¿Qué es y cómo se juega los encostalados? -Características de los juegos tradicionales -Ventajas de los valores educativos de los juegos tradicionales -Origen de la rayuela	-Encuesta -Ficha de Observación	-Estudiantes -Docentes
VD. -Capacidades motrices básicas. (Capacidades condicionales)	Desarrollar las distintas capacidades motrices básicas a través de juegos tradicionales.	-Capacidades motrices básicas -Capacidades motrices básicas que encontramos en la rayuela -Capacidades que encontramos en los encostalados -Importancia	-Encuesta -Fichas de observación	Docentes Estudiantes

3.4 Población y muestra

Dicha investigación se realizo en la provincia de Imbabura en la ciudad de Ibarra parroquia San Francisco en la Unidad Educativa “Luis Leoro Franco” contando con 24 estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A”

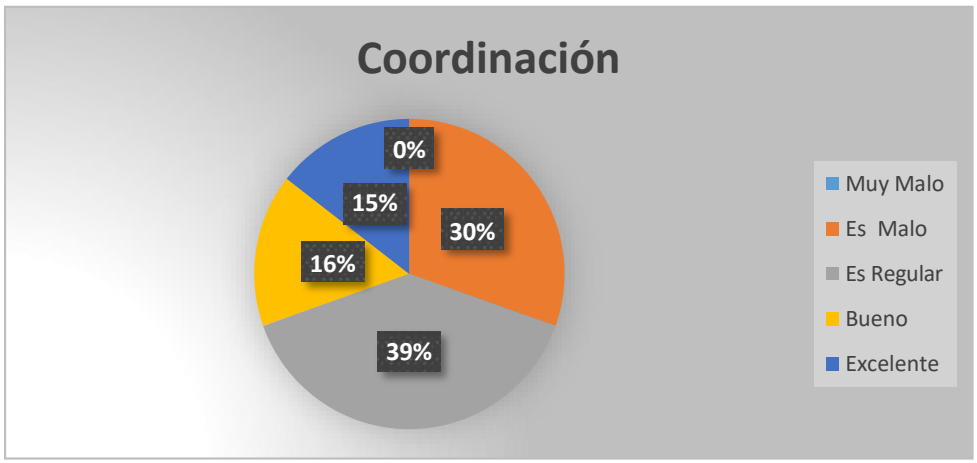
3.5 Procedimiento y plan de análisis de datos

Para la realización de los datos de las encuestas y la ficha de observación utilizamos la plataforma de Word por medio de pasteles y así logramos plantear los resultados de ello.

CAPITULO III RESULTADOS Y DISCUCIÓN

3.1 Guía de observación

Figura# 1 Guía de observación sobre la coordinación.



Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la guía de observación puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino pude observar que el hay un 15% de estudiantes que tienen una coordinación Excelente y un 39% de estudiantes que cuentan con una coordinación regular por lo que se puede decir que se presenta una gran problemática dentro de la coordinación por lo tanto se tendrá que poner énfasis en dicha problemática.

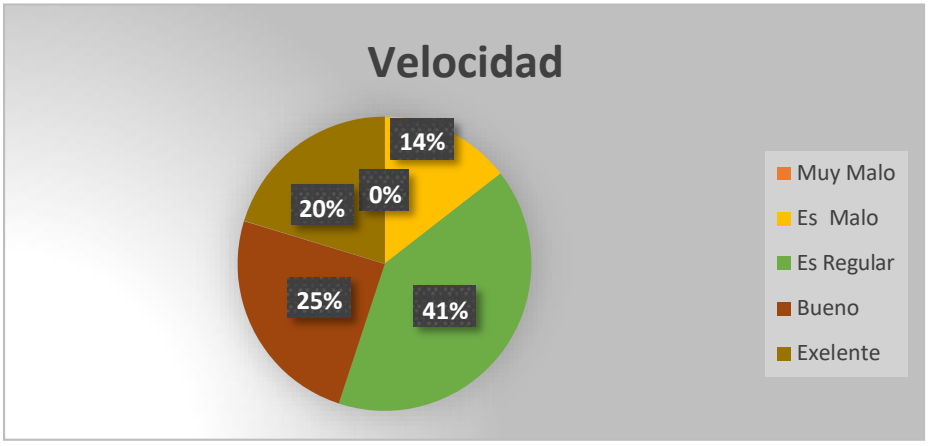
Figura #2 Guía de observación sobre la coordinación.

Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la guía de observación puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino pude observar que hay un 4% de estudiantes que su resistencia se encuentra en el estado de mala y un 40% de estudiantes que cuentan con una coordinación buena por lo que se puede decir que se presenta una gran problemática dentro de la resistencia por lo tanto se tendrá que poner énfasis en dicha problemática.

Figura #3 Guía de observación sobre la coordinación.



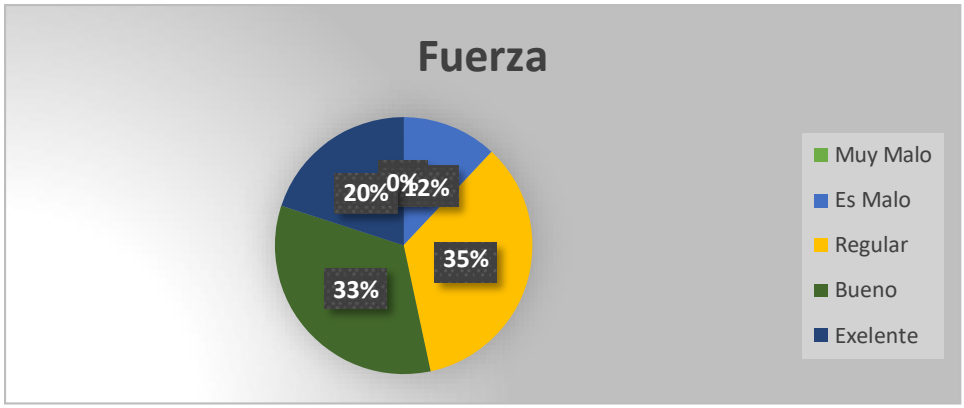
Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la guía de observación puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo "A" con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino pude observar que hay un 14% de estudiantes que su velocidad se encuentra en el estado de mala y un 41% de estudiantes que cuentan con una velocidad regular por lo que se puede decir que se presenta una gran problemática dentro de la velocidad por lo tanto se tendrá que poner énfasis en dicha problemática.

Figura #4 Guía de observación sobre la coordinación.

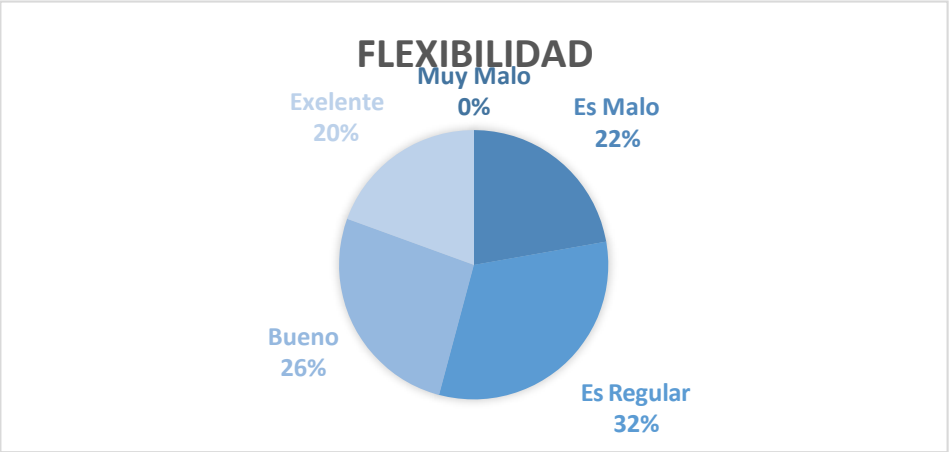
Nota: Elaboración propia:2023



Análisis

Por medio de la guía de observación puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo "A" con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino pude observar que hay un 12% de estudiantes que su fuerza se encuentra en el estado de mala y un 35% de estudiantes que cuentan con una fuerza regular por lo que se puede decir que se presenta una gran problemática dentro de la fuerza por lo tanto se tendrá que poner énfasis en dicha problemática.

Figura #5 Guía de observación sobre la coordinación.



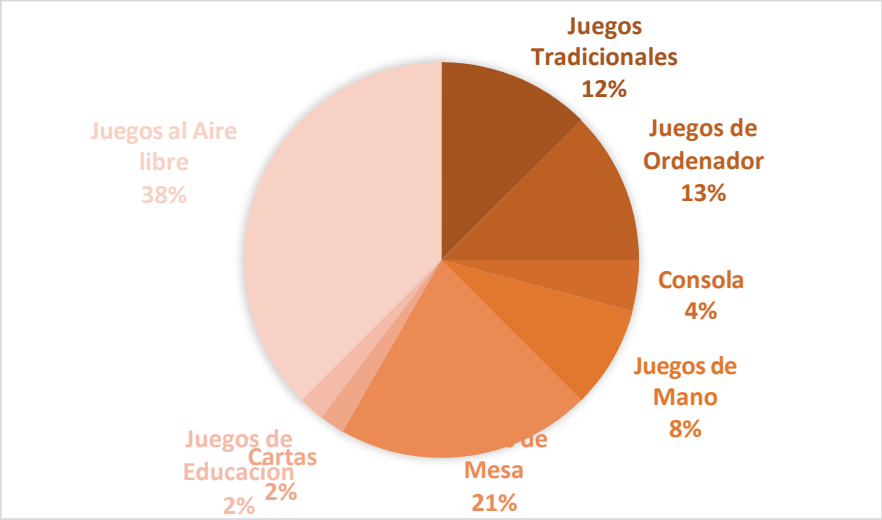
Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la guía de observación puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino pude observar que hay un 20% de estudiantes que su flexibilidad se encuentra en el estado de excelente y un 32% de estudiantes que cuentan con una flexibilidad regular por lo que se puede decir que se presenta una gran problemática dentro de la flexibilidad por lo tanto se tendrá que poner énfasis en dicha problemática.

3.2 Encuesta para estudiantes

Pregunta#1 ¿Qué tipo de juegos prefieres?

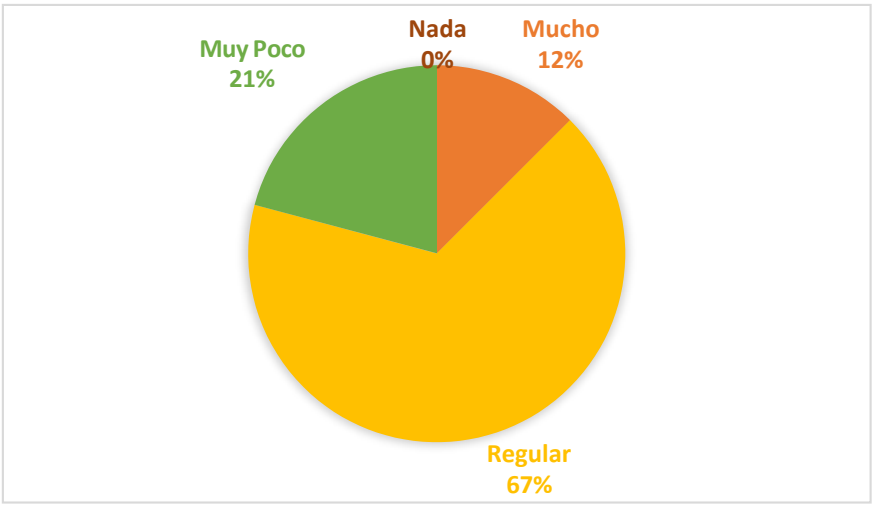


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta que hay un 2% que prefiere juegos de cartas, otro 2% que prefiere juegos educativos y hay un 38% de estudiantes que prefieren juegos al aire libre, por lo que podemos anunciar que si se puede lograr introducir los juegos tradicionales ya que son juegos que no se necesita de un espacio determinado para realizaros.

Pregunta#2 ¿Conoces de juegos tradicionales?

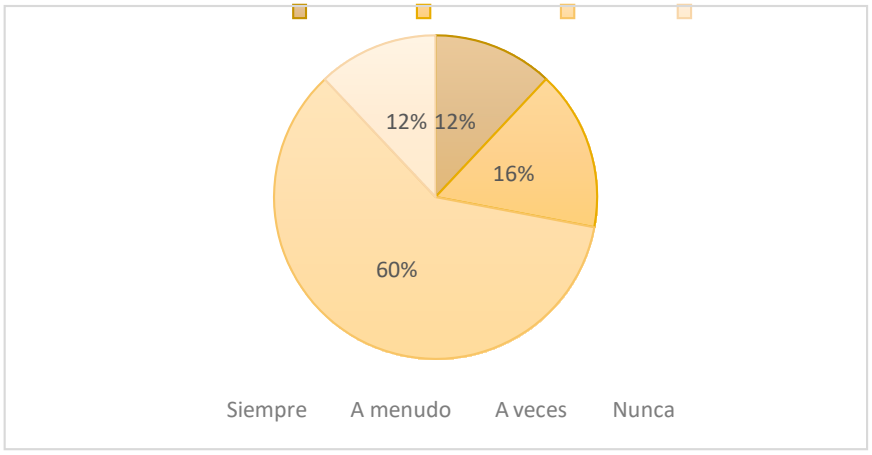


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta que hay un 12% que conocen sobre los juegos tradicionales en un puesto de mucho y un 67% dicen que conocen de juegos tradicionales en el puesto de regular, por lo que tendríamos que poner énfasis en este caso para lograr que todos los alumnos conozcan sobre que son los juegos tradicionales y que beneficios tienes aquellos.

Pregunta#3 ¿Practicas alguno de los juegos tradicionales en la institución?

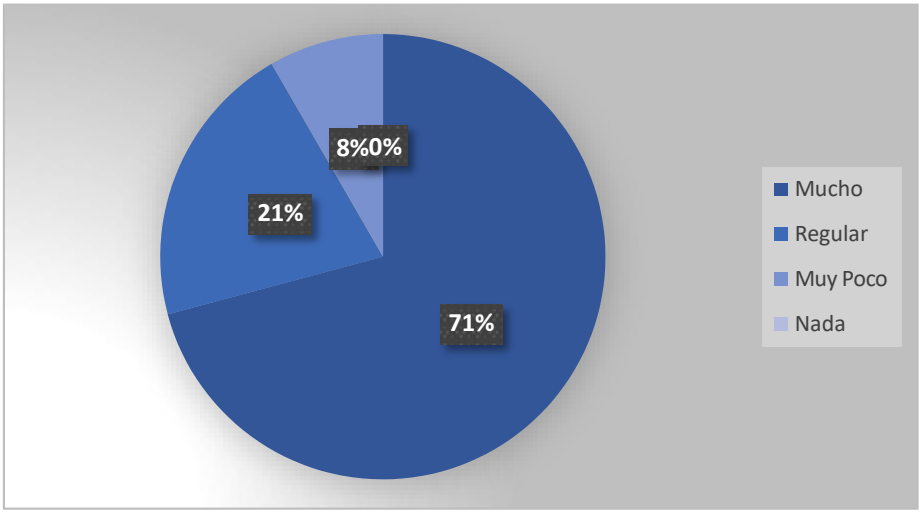


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta que hay un 12% que nos dice que practica juegos tradiciones dentro de la institución en un puesto de nunca, otro 12% que nos dice que practica juegos tradicionales dentro de la institución siempre y un 60% que nos dice que practica juegos tradicionales en la institución a veces.

Pregunta#4 ¿Disfrutas jugar con tus compañeros?

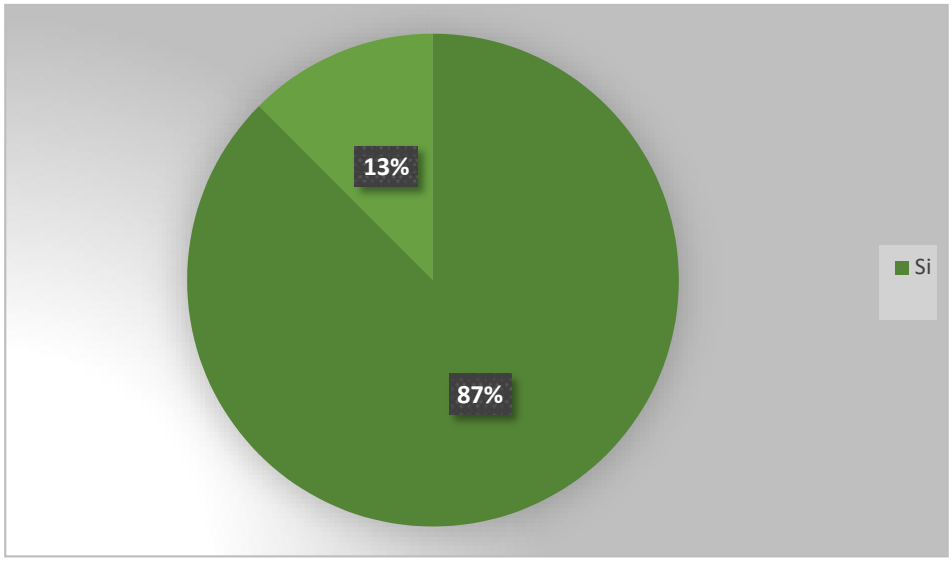


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta que hay un 8% de estudiantes que nos dice que disfruta jugar con los compañeros en un puesto de muy poco y un 71% de estudiantes que nos dice que disfrutar mucho al jugar con sus compañeros

Pregunta#5 ¿Ha jugado a la rayuela?

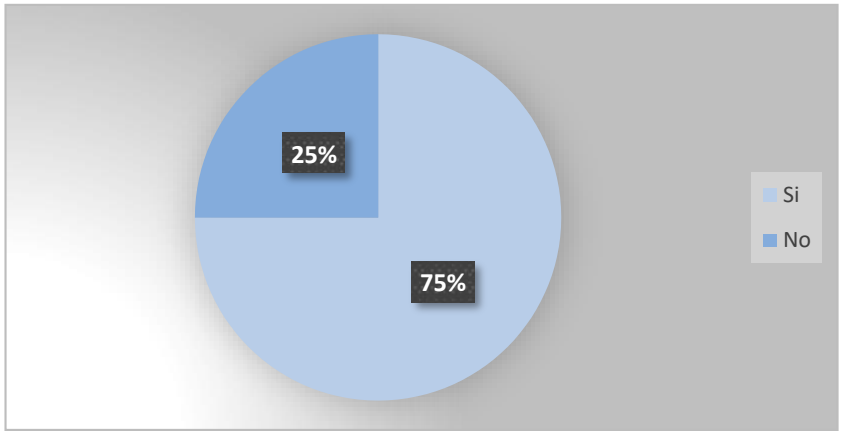


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta que hay un 13% de estudiantes que nos dice que no hay jugado a lo que es la rayuela y un 87% de estudiantes que nos menciona que si ha jugado a la rayuela.

Pregunta#6 ¿Ha jugado a la carrera de sacos?

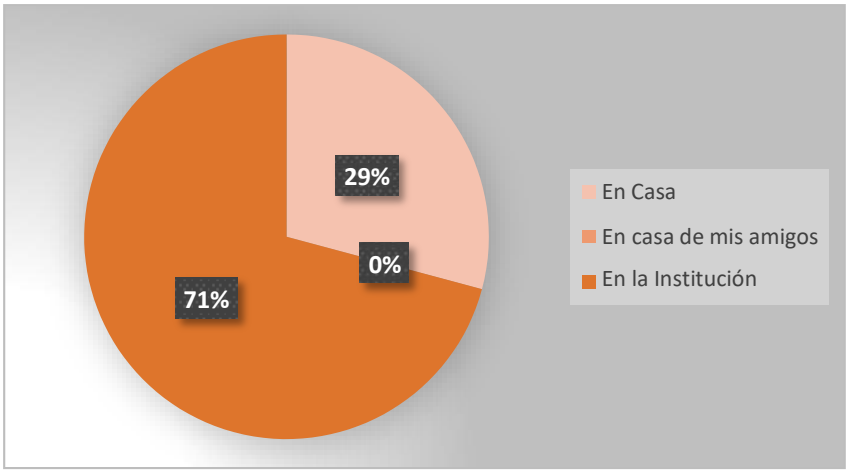


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta que hay un 25% de estudiantes que nos dice que no hay jugado a lo que es la carrera de sacos y un 75% de estudiantes que nos menciona que si ha jugado a la carrera de sacos.

Pregunta#7 ¿En qué sitio jugas más juegos tradicionales?

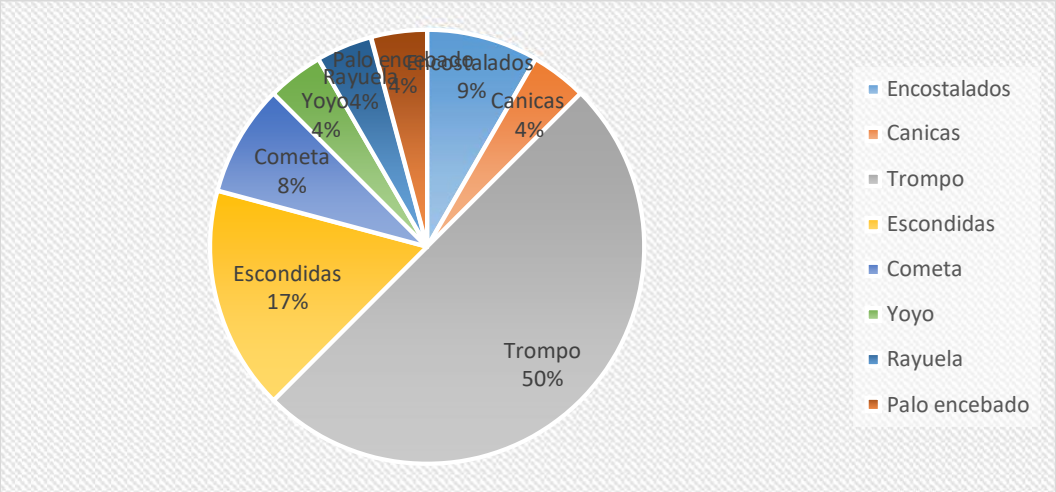


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta que hay un 29% de estudiantes que nos dice que ha jugado juegos tradicionales en su casa y un 71% que nos menciona que ha jugado juegos tradicionales dentro de la institución.

Pregunta#8 Nombra tus juegos tradicionales favoritos



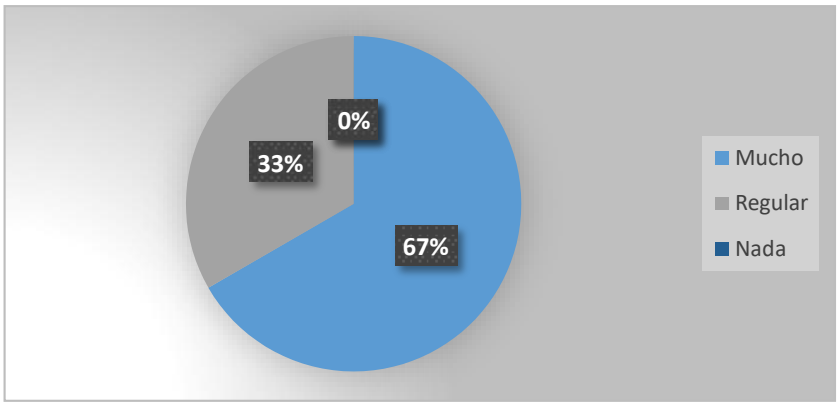
Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco con los estudiantes de 8vo año de educación general básica paralelo “A” con un número de estudiantes de 24 alumnos contando género Masculino y Femenino los estudiantes supieron manifestar por medio de la encuesta se logró concluir que un 4% de estudiantes prefieren jugar al palo encebado, otro 4% prefieren jugar al yoyo, otro 4% prefiere jugar a la rayuela, un 4% prefiere jugar a las canicas, un 8% tiene de preferencia jugar a la cometa, 9% le gusta jugar mas a los encostalados, un 17% prefiere jugar a las escondidas y un 50% que se refiere a la mitad del alumnado prefiere jugar a los trompos podemos concluir con una suma del 100%

3.3 Encuesta docentes

Pregunta#1 ¿Conoce de juegos tradicionales?

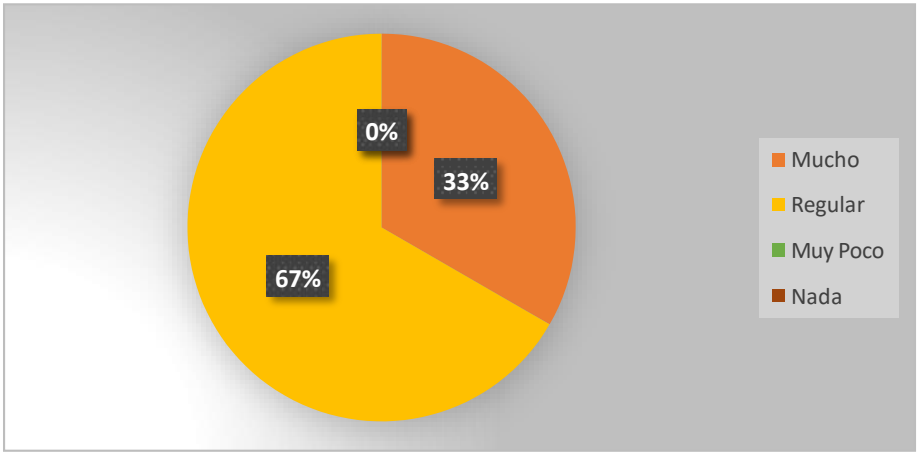


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco a los docentes de la institución genero se puede evidenciar que el 33% conoce sobre juegos tradiciones en un puesto de regular mientras el 67% conoce de juegos tradicionales en el puesto de mucho por lo que podemos decir que el docente puede inculcar en las nuevas generaciones sobre los juegos tradicionales los cuales tiene conocimiento.

Pregunta#2 ¿Conoce las capacidades motrices básicas que cuenta cada juegotradicional?

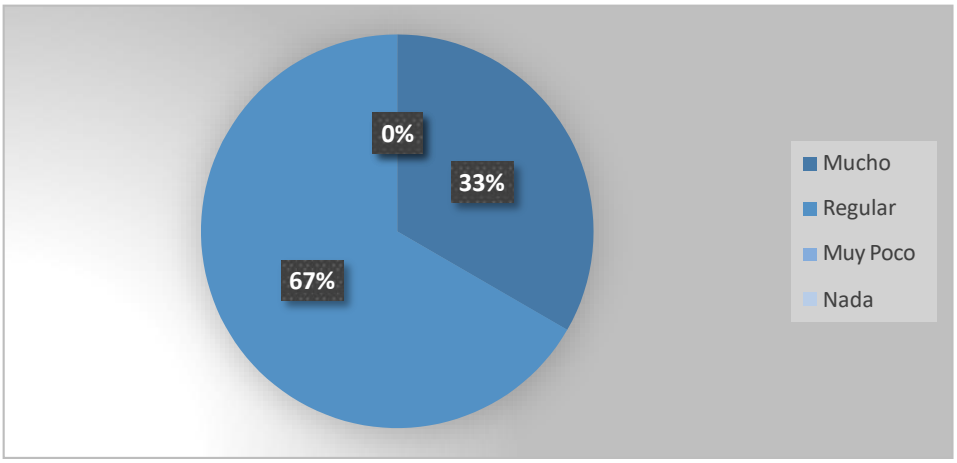


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco a losdocentes de la institución genero se puede evidenciar que un 33% conoce mucho sobre las capacidades motrices que cuenta cada juego juegos tradiciones en un puesto de regular mientras el 67% conoce regular sobre las diferentes capacidades motrices que cuenta cada juego tradicional.

Pregunta#3 ¿Cree que es importante la práctica de los juegos tradicionales en lainstitución?

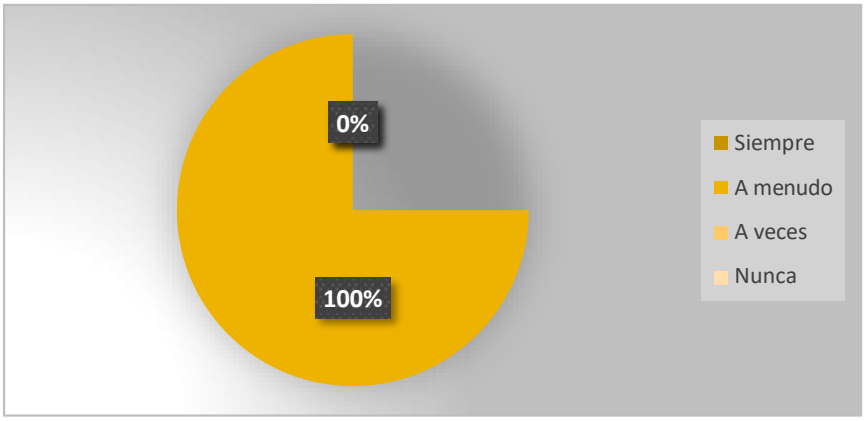


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco a los docentes de la institución genero se puede evidenciar que un 33% cree que es importante la práctica de juegos tradicionales dentro de la institución en un puesto de mucho mientras el 67% cree que es un importante la practicas de juegos tradicionales dentro de la institución en un puesto de regular, por lo que podemos decir que tiene gran importancia los juego tradicionales ser enseñados y practicados ya que son juegos que nacen por culturas, costumbres etc., por lo que cada juego tiene su origen y su historia.

Pregunta#4 ¿Práctica algún juego tradicional dentro de las horas de clase con losestudiantes?

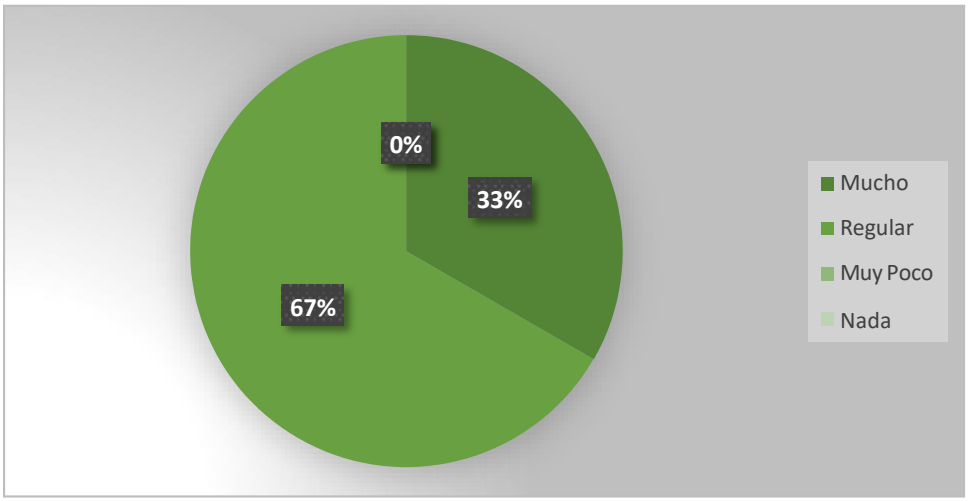


Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco a los docentes de la institución género masculino se puede evidenciar que el 100% de docentes nos dicen que practican jugos tradicionales dentro de las horas de clase con los estudiantes.

Pregunta#5 ¿Le gustaría recibir una guía de juegos tradicionales para desarrollarse enclases de educación física mostrando las capacidades de cada una de ellos?



Nota: Elaboración propia:2023

Análisis

Por medio de la encuesta puesta en práctica en la Unidad Educativa Luis Leoro Franco a los docentes de la institución género masculino se puede concluir que el 33% si le gustaría recibir una guía de juegos tradicionales para ser desarrolladas dentro de las clases de educación física mostrándose así mismo las capacidades que cuenta cada uno de ellos y al 67% cree que es regular la idea de recibir una guía didáctica de juegos tradicionales la cual sería de ayuda para poderse desarrollar en las diferentes clases de educación física.

CAPITULO IV PROPUESTA

GUÍA DIDÁCTICA PARA ESTUDIANTES

A través del juego conseguimos un lenguaje natural y espontáneo ya que nos ayudará a convivir con un niño dentro y fuera de las aulas, con la presente guía buscaremos en los estudiantes lograr un desarrollo de las capacidades motrices básicas ya que es de gran importancia en nuestro diario vivir.

Justificación.

El estudio busca contribuir al rescate de los juegos tradicionales ecuatorianos como forma de preservar una de las costumbres tradicionales de nuestro pueblo. Además, desarrollar capacidades motrices a través de los mismos, específicamente "la rayuela" y "la corrida de sacos", integrándolos a las clases de Educación Física en la Unidad Educativa Luís Leoro Franco en el período 2022-2023. Nuestra investigación ofrecerá un nuevo concepto teórico-práctico sobre el tema planteado. Es del conocimiento público que estos juegos que constituyen tradiciones en nuestro pueblo, se están olvidando ya que no practican, salvo en contados lugares, de ahí la importancia de haber escogido este tema. En las Unidades Educativas por ejemplo no se incluyen en los programas de Educación Física.

Su finalidad se basa en presentar la propuesta de una guía de ejercicios que contribuya a la integración de estos juegos en las clases normales de Educación Física, obteniendo desarrollo de capacidades motrices tan necesarias en las edades investigadas. El diagnóstico para obtener el nivel de desarrollo de estas capacidades motrices en la muestra escogida, será el punto de partida de nuestra investigación.

La investigación se hace por factores tan importantes como la perdida tradicional de los juegos, (específicamente y para el caso que nos ocupa; la rayuela y la corrida de sacos), y el bajo nivel de desarrollo de las capacidades motrices observado en clases de la asignatura Educación Física.

La guía de juegos tradicionales que se introducirá en las clases de Educación Física de 8vo. Grado, está conformada por más de 10 juegos, convirtiéndose en estrategia innovadora, constituyendo esto el aporte principal de nuestra investigación, recabando los mismos y aprovechando los beneficios desde la óptica del desarrollo de capacidades motrices básicas.

Objetivo general

Desarrollar la importancia que tiene cada juego tradicional a través de las distintas capacidades motrices básicas.

Objetivos específicos

-Indagar las capacidades motrices que cuenta cada juego tradicional para lograr un buen manejo de ellas

-Desarrollar el proceso de dichos juegos tradicionales para lograr una buena comprensión de dicha actividad

-Incentivar a los docentes a poner en práctica la guía realizada para las capacidades motrices básicas y así mismo rescatar los juegos tradicionales

Guía Didáctica

PROPUESTA JUEGO #1	
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA	
NOMBRE DEL JUEGO: La rayuela	
DESARROLLO Se juega dentro de una superficie plana como puede ser el suelo, está conformada por 6 cuadros y 1 circunferencia donde se añaden dos semicírculos en los extremos, empezamos haciendo un cuadro tras otro hasta lograr llegar a tener tres cuadrados uno sobre otro, seguido de los cuadrados realizamos dos cuadrados juntos, seguido de eso colocamos el ultimo cuadrado y cerramos con una circunferencia con los dos semicírculos a los extremosteniendo así los 6 cuadrados y 1 circunferencia.Para realizar dicho juego se necesita trazar una línea con un metro de distancia desde la línea del primer cuadrado la cual nos ayudara como línea inicial del juego. Para la realización del juego necesitamos ubicarnos por turnos uno tras otro donde el primero que vaya a empezar tendrá que lanzar una ficha que tendrá que ser lanzado al primer cuadrado o casillero en orden hasta llegar al número 7. La piedra o el objeto lanzado tiene que caer dentro del cuadrado o casillero sin topar una línea ya que en caso de ser tocado una línea será descalificado, en cuanto el jugador	IMAGEN

que lanzo su ficha al cuadrado o casilla tendrá que saltar con un solo pie por todos los cuadrados sin tocar el casillero donde está la ficha ni las líneas de los cuadrados con su zapato, una vez completados los saltos en los 7 casilleros tendrá que darse una vuelta de 180° y regresar hasta llegar al primer cuadrado y recoger su ficha terminado eso tendrá que ponerse a la fila y posterior mente realizar lo mismo hasta haber lanzado la ficha en todos los casilleros.	

JUEGO #2

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA

NOMBRE DEL JUEGO: Encostalados

DESARROLLO

Los encostalados o carrera de sacos es un juego tradicional muy conocido por la sencillez con la que se caracteriza que se ha venido dando de generación en generación. Según Román et al. (S.F)

Para realizar el juego de los encostalados o la carrera de sacos tenemos que tener en cuenta que este juego se debe realizar en una superficie plana donde realizaremos una línea recta la que será nuestra línea de salida y a unos metros una línea que será la línea de llegada, los materiales que necesitaremos en este juego son costales, este juego se lo realizara en conjunto. Los participantes tendrán que tener un costal donde introducirán sus piernas y se ubicaran detrás de la línea de salida, sosteniendo el costal con las manos a la altura de las caderas, los participantes tendrán que salir saltando hasta la línea de llegada por su mismo carril sin atravesarse a los carriles de los compañeros para así evitar ser descalificado y cualquier accidente que se pueda dar una vez dada la salida observamos la carrera y veremos quien tiene las capacidades necesarias para lograr cumplir con el objetivo que es llegar a la meta.

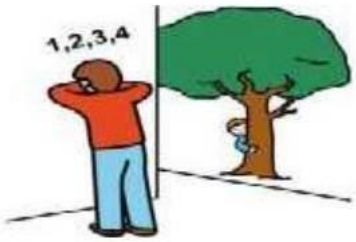
JUEGO #3

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA

NOMBRE DEL JUEGO: El Escondite

DESARROLLO

Consiste en que uno o varios niños se esconden y otro tiene que buscar a los que se han escondido. Antes de comenzar a jugar se delimita la zona donde los participantes podrán esconderse y el tiempo que contara para que se puedan esconder. Se sortea para ver quien empieza a buscar y deberá encontrar a todos los niños; si no consigue a alguno pierde y deberá volver a buscar.



JUEGO #4

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA

NOMBRE DEL JUEGO: Las Canicas

DESARROLLO

En el juego de las canicas necesitamos un hoyo o gua y luego se pinta en el suelo una línea a unos cinco metros del hoyo. Desde esta línea es de donde los jugadores lanzaran sus canicas en dirección al hoyo y el que más cerca que quedo de la línea será el primero y así sucesivamente. El objeto del juego de las canicas es ganarles canicas a los oponentes. Con el dedo pulgar debes introducir la canica en el hoyo para luego poder tirar a las canicas de tus rivales y apoderarte de ellas.

JUEGO #5
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA
NOMBRE DEL JUEGO: La Soga o Cuerda
DESARROLLO Se traza una línea divisoria en el terreno de juego y en la mitad de la cuerda se ata el pañuelo. A cada lado del pañuelo se ponen igual número de jugadores de los dos equipos. Se tensa la cuerda tirando de ambos lados y se coloca el pañuelo justo sobre la línea divisoria del campo de juego. A la señal todos los jugadores tiran de la cuerda hacia su lado y gana el equipo que consigue arrastrar a todos los jugadores del otro equipo al otro lado de la línea.

JUEGO #6
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA
NOMBRE DEL JUEGO: Las Sillas Musicales

DESARROLLO

Se deben colocar varias sillas en una habitación, respaldo con respaldo. La cantidad de sillas debe ser siempre una menos que la cantidad de jugadores. Alguien debe tocar algún instrumento o encender un equipo de sonido mientras tanto, los jugadores deberán bailar alrededor de las sillas. De repente, la música debe detenerse y los jugadores deben buscar una silla donde tomar asiento. Como hay una silla menos, un jugador no podrá conseguir un asiento y tendrá que abandonar el juego.

JUEGO #7

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA

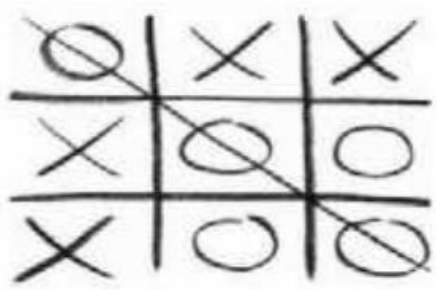
NOMBRE DEL JUEGO: Trompo o Peonza

DESARROLLO

Se debe enrollar la cuerda al trompo, para luego lanzarlo al suelo intentando bailarlo. Según la edad de los jugadores así es el grado de dificultad para hacer los distintos trucos mientras el trompo se mantenga girando. Puedes Jugar: • Colocar un trompo dentro de un círculo marcado en el suelo y realizar el juego en grupo, para que gane quien haga más marcas al trompo del círculo • Bailarlo en el suelo y levantarlo con la mano, manteniéndolo el mayor tiempo girando en la mano.

JUEGO #8
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA
NOMBRE DEL JUEGO: La Carretilla
DESARROLLO Se puede jugar de dos en dos o en grupo, formando parejas para hacer carreras. Uno de los niños se tumba en el suelo boca abajo con las manos apoyadas a la altura del pecho, mientras que el otro le coge por los tobillos y le levanta las piernas a la altura de su cintura como si fuese una carretilla. El que se encuentra en esta posición sólo puede ayudarse de las manos para desplazarse y tratar de llegar a la meta antes que el equipo rival.

JUEGO #9
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA
NOMBRE DEL JUEGO: Tres en Raya
DESARROLLO En un papel se hacen dos líneas horizontales y dos verticales, formando una cuadrícula de nueve espacios. Por turnos, cada jugador debe poner una X o un O, intentando hacer una línea vertical, horizontal o diagonal. Cuando todos los espacios están llenos se termina la partida, que puede terminar con un ganador o bien en empate, que suele ser lo más habitual una vez se conoce la mecánica del juego.



JUEGO #10

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍISCA

NOMBRE DEL JUEGO: Juego del Yoyo

DESARROLLO

Cuando no lo tenemos y hay que hacerlo, consiste en dos discos de madera unidos con una ranura profunda en medio en torno a la cual se enrolla un cordel. Una vez enrollado el cordel y anudado a un dedo, se deja caer el yoyó con fuerza y se consigue que suba y baje por el cordel. Una vez que se aprende a bailar el yoyó de arriba abajo, existen infinidad de variaciones acrobáticas para pulir la destreza de cada uno. Se pueden hacer círculos desde dentro de la muñeca hacia fuera, hacer un columpio con el cordel y columpiar el yoyó, lanzarlo en todas direcciones… el yoyó tiene mil posibilidades.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- Se aplicó el diagnostico detectándose el nivel del desarrollo de las capacidades motrices básicas, demostrándose que los juegos como la rayuela y la corrida de sacos, contribuyen al equilibrio y a la coordinación motriz
- Se introdujeron juegos traiciónales en las clases de educación física en la Unidad Educativa con el objetivo de que contribuyan al desarrollo de las capacidades motrices básicas descritas.
- Se evaluó el nivel alcanzado en el desarrollo de las capacidades motrices básicas con la aplicación de los juegos tradicionales en los estudiantes que constituyeron la muestra.
- Se propuso una guía de juegos tradicionales a desarrollarse en las clases de educación física de todos los niveles con el fin de rescatar los mismos y seguir aprovechando sus beneficios

Recomendaciones

- Aplicación de la propuesta en las clases de educación física para todos los niveles
- Continuar con énfasis la motivación en los estudiantes a realizar juegos tradicionales y sus beneficios

BIBLIOGRAFIA

aprende, E. (2019). Beneficios de la carrera de sacos para niños y niñas. Juegos Educativos . Obtenido de Beneficios de la carrera de sacos para niños y niñas.

Bermudez. (2013). Ventajas y Desventajas de los valores educativos de los juegos tradicionales. República de Argentina: Blogger.

Concepto. (2022). Juego . Editorial Etecé.

Concepto. (S.F). Concepto Definición . Obtenido de https://conceptodefinicion.de/juego/

Esteban, E. (S.F). Juegos tradicionales para jugar con los niños al aire libre en un cumpleaños, una barbacoa o un picnic. Guia Infantil.

Faros. (30 de 06 de 2014). La rayuela, un juego de puntería, equilibrio y diversión. Obtenido de https://faros.hsjdbcn.org/es/recomendacion/rayuela-juego-punteria-equilibrio-diversion

Federacion de Enseñanza. (2010). Temas para la educación . Revista digital para educadores de la enseñanza , 7.

Fuentes, A. (2021). Escuela en la Nube . Obtenido de https://www.escuelaenlanube.com/carreras-de-sacos/

Guato. (2016). EL JUEGO DE LA RAYUELA. Tesis para una Licenciatura. UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, Ambato.

Hurtado, G. M. (2010). Museo del Juego. Obtenido de http://museodeljuego.org/wp-content/uploads/contenidos_0000000812_docu1.pdf

Infancia, F. (2021). Juegos de velocidad: qué son y cuáles son sus beneficios en los niños. Obtenido de https://formainfancia.com/juegos-velocidad-beneficios-ejemplos/

Membrive, J. (21 de Noviembre de 2022). Juegos para trabajar la flexibilidad. Obtenido de https://redsocial.rededuca.net/juegos-trabajar-flexibilidad

Piquer, M. (S.F). Mundo Entrenamiento . Sport Science Academic .

Román et al, .. (s.f.). JUEGO INFANTIL: “CARRERA DE SACOS”. Universidad de Granada, Granada.

Rosa, J., & Mateos, R. (2000). Glosario de juegos tradicionales. Obtenido de file:///C:/Users/DELL%20I5/Downloads/Dialnet-JuegosPopulares-2282474.pdf

Otero-Ortega, A. (2018). Enfoques de Investigación . Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Alfredo-Otero-

Bautista, L. M. (2020). EL JUEGO COMO FORTALECIMIENTO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA . Obtenido de https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/21325/2020merycortes.pdf?sequence=3

Brito, M. E. (2015). PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES MOTORAS . Obtenido de https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/21958/1/TESIS.pdf

INCIDENCIA, L. J. (2013). Torres Chancusi Segundo Gabino . Obtenido de https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/7750/1/FCHE_LCF_303.pdf

Mateos, E. d. (s.f.). Obtenido de http://museodeljuego.org/wp-content/uploads/contenidos_0000000252_docu1.pdf

Mateos, E. d. (2000). GLOSARIO DE JUEGOS TRADICIONALES. Obtenido de http://museodeljuego.org/wp-content/uploads/contenidos_0000000252_docu1.pdf

Ortega/publication/326905435_ENFOQUES_DE_INVESTIGACION/links/5b6b7f9992851ca650526dfd/ENFOQUES-DE-INVESTIGACION.pdf

Tmayo, & Tamayo. (2006). Tipos de Investigación. Obtenido de http://virtual.urbe.edu/tesispub/0088963/cap03.pdf

MEDIOS ELECTRONICOS

EcuRed. (s.f). Juegos Tradicionales. Obtenido de https://www.ecured.cu/Juegos_Tradicionales

JuegoYDeportes. (s.f). Descubre Juegos Tradicionales y Deportes. Obtenido de https://www.juegoydeporte.com/educacion-fisica/capacidades-fisicas-basicas/

Nestlé. (2022). ¿Qué es la coordinación y cómo desarrollarla en los niños? Obtenido de https://www.nestleporninossaludables.co/blog/articulo/que-es-la-coordinacion

Asamblea Nacional del Ecuador . (2008). Asamblea Nacional del Ecuador. Obtenido de Asamblea Nacional del Ecuador: https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf

La Ley del Deporte, Educación Física y Recreación . (2015). Asamblea Nacional del Ecuador . Obtenido de https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf

La Ley Orgánica de Educación Intercultural . (2009). Asamblea Nacional del Ecuador . Obtenido de https://www.evaluacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/06/Anexo-b.- LOEI.pdf

ANEXOS 1

Guía de observación

Nombre:
Edad:
Sexo:
Fecha:

Para la siguiente guía de observación señalaremos de 1 al 5 sabiendo que el 1 es pésimo, 2es malo, 3 es regular 4 bueno y 5 excelente.

Coordinación	1	2	3	4	5
Sus movimientos tienen coordinación					
Tiene coordinación al cambio de movimientos					
Cuanta con alguna parte del cuerpo que no sabe mover					

Resistencia	1	2	3	4	5
Cuenta con resistencia al momento de ejecutar los saltos					
Presenta recuperación rápida después del esfuerzo					

Velocidad	1	2	3	4	5
Realiza los saltos con velocidad					
Gira su cuerpo con velocidad					
Realiza ajustes a la velocidad de sus movimientos					

Fuerza	1	2	3	4	5
Tiene fuerza al realizar los saltos.					
Cuenta con fuerza en las piernas.					

Flexibilidad	1	2	3	4	5
Cuenta con flexibilidad al momento de saltar con un solo pie.					
Tiene flexibilidad en la pierna derecha.					
Tiene flexibilidad en la pierna izquierda.					

ANEXO 2

Encuesta para estudiantes

En la siguiente encuesta subraya la respuesta

1. ¿Qué tipo de juegos prefieres?

Juegos tradicionales

Juegos de ordenador

Consola

Juegos de mano

Juegos de mesa

Cartas

Juegos de educaciónJuegos al aire libre

2. Conoces de juegos tradicionales

Mucho

Regular

Muy poco

Nada

3. ¿Juegas Juegos tradicionales en tu institución?

Mucho

Regular

Muy poco

Nada

1. ¿Disfrutas jugar con tus compañeros?

Mucho

Regular

Muy poco

Nada

2. ¿ha jugado a la rayuela? Si lo ha hecho mencione en donde lo ha jugado

Si …….

No

3. ¿Ha jugado la carrera de sacos? Si lo ha hecho mencione en donde lo ha jugado

Si ……

No

4. ¿En qué sitio juegas más juegos tradicionales?

En casa

En la casa de mis amigos

En la institución

5. Por favor, nombra tu juego tradicional favorito:

……

ANEXO 3

Encuesta para docentes

En la siguiente encuesta subraya la respuesta

1. ¿Conoce de juegos tradicionales?

Mucho

Regular

Muy poco

Nada

2 ¿Conoce las capacidades motrices básicas que cuenta cada juego tradicional?
Mucho
Regular

Muy poco

Nada

3 ¿Cree que es importante la práctica de juegos tradicionales dentro de la educación física?
Mucho

Regular

Muy poco

Nada

4¿Practica algun juego tradicional dentro de las horas de clase con los estudiantes?

Mucho

Regular

Muy poco

Nada

5¿Le gustaría recibir una guía didáctica de juegos tradicionales para desarrollarse en clases de educación física?

Mucho

Regular

Muy poco

Nada

ANEXO 4

Fotografías tomadas en la aplicación de instrumentos