



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS

CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL
DEPORTE

Tema:

**Juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes
de bachillerato.**

Proyecto de Investigación, requisito previo a la obtención del título de:
Licenciado en pedagogía de la Actividad Física y el Deporte

Autor:

Tenezaca Guamán Jonathan Estuardo

Tutor:

PhD. John Roberto Morales Fiallos

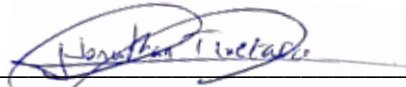
Riobamba, Ecuador. 2023

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán, con cédula de ciudadanía 0302742770, autor del trabajo de investigación titulado: Juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, a los 13 días del mes de marzo de 2023 a la fecha de su presentación.



Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán

ESTUDIANTE

C.I: 0302742770

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, PhD. John Roberto Morales Fiallos catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y tecnologías, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: Juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato, bajo la autoría de Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 15 días del mes de marzo de 2023.



PhD. John Morales

TUTOR

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación JUEGOS TRADICIONALES EN EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO, presentado por JONATHAN ESTUARDO TENEZACA GUAMÁN, con cédula de identidad número 030274277-0, bajo la tutoría de PhD. John Roberto Morales Fiallos; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba a los 15 días del mes de marzo del año 2023.

Mgs. Susana Paz

Presidente del Tribunal de Grado



Firmas

Mgs. Henry Gutiérrez

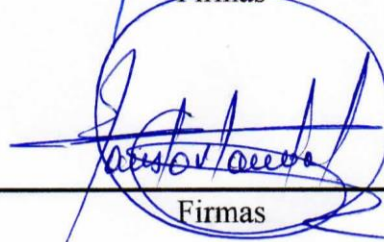
Miembro del Tribunal de Grado



Firmas

Mgs. Vinicio Sandoval

Miembro del Tribunal de Grado



Firmas

PhD. John Morales

Tutor



Firmas



Dirección
Académica
VICERRECTORADO ACADÉMICO



UNACH-RGF-01-04-08.15
VERSIÓN 01: 06-09-2021

CERTIFICACIÓN

Que, **Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán con CC: 0302742770**, estudiante de la Carrera **Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, Facultad de **Ciencias de la Educación Humanas y Tecnológicas**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado **“JUEGOS TRADICIONALES EN EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO”**, cumple con el 0%, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **urkund**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 28 de febrero del 2023

JOHN ROBERTO MORALES FIALLOS

Firmado digitalmente por JOHN ROBERTO MORALES FIALLOS
Fecha: 2023.02.28 09:13:48 -05'00'

PhD. John Morales
TUTOR (A)

AGRADECIMIENTO

A la UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO por abrirme las puertas y brindarme la formación necesaria para ejercer de manera excelente la carrera escogida.

De manera especial mi agradecimiento al PhD. John Morales Fiallos por su comprensión y apoyo al compartir su valioso tiempo y conocimiento para poder concluir con éxito este trabajo de investigación que me ha llenado de nuevas expectativas para mi vida como profesional.

Con aprecio a los Docentes de la Carrera de Pedagogía de la actividad física y deporte agradecerles y expresarles mucha gratitud por compartir más que una clase impartida en un aula de clase y brindarme su amistad y apoyo.

Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán

DEDICATORIA

Con el más grande cariño e inmensa gratitud, me es muy grato dedicar este trabajo de titulación de Grado a mis queridos padres y hermanos quienes con su abnegado esfuerzo y sacrificio han hecho posible que termine mis estudios de tercer nivel y este Trabajo de Tesis de Grado.

Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán

ÍNDICE DE CONTENIDO

DECLARATORIA DE AUTORÍA

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERTIFICACIÓN DEL ANTI-PLAGIO

AGRADECIMIENTO

DEDICATORIA

ÍNDICE DE CONTENIDO

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE GRÁFICOS

ÍNDICE DE ANEXOS

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I	16
1.1. INTRODUCCIÓN	16
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	18
1.3. JUSTIFICACIÓN	22
1.4. OBJETIVOS	23
1.4.1. Objetivo general.....	23
1.4.2. Objetivos específicos	23
CAPÍTULO II	24
2.1. MARCO TEÓRICO	24
2.2. Antecedentes investigativos.....	24
2.3. Fundamentación.....	27
2.3.1. Fundamentación legal	27
2.3.2. Fundamentación filosófica.....	29
2.3.3. Fundamentación epistemológica	29
2.3.4. Fundamentación pedagógica	29
2.3.5. Fundamentación sociológica	30
2.3.6. Fundamentación axiológica	30

2.4.	Fundamentación teórica.....	31
2.4.1.	Categorías fundamentales.....	31
2.4.2.	Fundamentación teórica variable independiente.	32
2.4.2.1.	<i>Juegos tradicionales</i>	33
2.4.2.2.	<i>Recreación</i>	37
2.4.2.3.	<i>Actividad física</i>	39
2.4.3	Fundamentación Teórica Variable Dependiente.	44
2.4.3.1.	<i>Tiempo libre</i>	45
2.4.3.2.	<i>Ocio</i>	47
2.4.3.3.	<i>Calidad de vida</i>	49
2.4.3.4.	<i>Bienestar personal</i>	50
2.4.3.5.	<i>Orientación familiar</i>	50
CAPÍTULO III.....		52
3.1.	METODOLOGIA.....	52
3.2.	Enfoque de la investigación.....	52
3.2.1.	Cuantitativo.....	52
3.2.2.	Cualitativo.....	52
3.3.	Tipo de investigación.....	52
3.3.1.	Exploratorio.....	52
3.3.2.	Cuasi experimental.....	53
3.4.	Modalidad de investigación.....	53
3.5.	Diseño de la Investigación.....	53
3.5.1.	Longitudinal.....	53
3.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de la información.....	53
3.6.1.	Técnica.....	53
3.6.2.	Instrumento.....	54
3.7.	Población de estudio.....	54
3.8.	Tamaño de la muestra.....	54
3.9.	Métodos de Análisis y Procesamiento De Datos.....	55
CAPÍTULO IV.....		56
4.1.	RESULTADOS.....	56
4.2.	Resultados de prueba (Pre test y Post test).....	56
4.3.	Interpretación de Resultados.....	64

4.4.	Discusión	65
CAPITULO V		68
5.1.	PROPUESTA	68
5.2.	Datos Informativos	68
5.3.	Antecedentes	69
5.4.	Objetivos.....	69
5.5.	Análisis de Factibilidad	69
5.6.	Fundamentación Científico-Técnico	70
5.6.1.	Guía De Juegos Tradicionales	70
5.6.2.	Fases para desarrollar una guía.....	71
5.6.3.	Contenidos a desarrollar	71
5.7.	Metodología.....	72
5.8.	Desarrollo de la propuesta (Ver anexo 2).	72
5.9.	Evaluación	72
CONCLUSIONES		74
RECOMENDACIONES.....		75
BIBLIOGRAFÍA		76
ANEXOS		81

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Árbol de problemas.....	20
Tabla 2. Clasificación de los juegos tradicionales	36
Tabla 3. Tipos de recreación	38
Tabla 4. Clasificación de la actividad física	40
Tabla 5. Población y muestra.....	55
Tabla 6. Evaluación pre sobre conocimiento acerca de los juegos tradicionales	56
Tabla 7. Post Evaluación sobre conocimiento acerca de los juegos tradicionales.....	56
Tabla 8. Pre evaluación sobre los juegos tradicionales practicados	57
Tabla 9. Post evaluación sobre los juegos tradicionales practicados	57
Tabla 10. Evaluación pre sobre frecuencia de práctica de los juegos tradicionales	59
Tabla 11. Post evaluación sobre frecuencia de práctica de los juegos tradicionales	59
Tabla 12. Pre evaluación desaparición de los juegos tradicionales con el tiempo.....	60
Tabla 13. Post evaluación desaparición de los juegos tradicionales con el tiempo	60
Tabla 14. Pre evaluación de proyectos para rescatar juegos tradicionales en la Institución...	61
Tabla 15. Post evaluación de proyectos para rescatar juegos tradicionales en la Institución .	62
Tabla 16. Relación pre y post del diseño de la guía de juegos tradicionales	63
Tabla 17. Plan de evaluación	72

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Categorías fundamentales	31
Gráfico 2. Fundamentación teórica variable independiente.....	32
Gráfico 3. Características de los juegos tradicionales.....	35
Gráfico 4. Fundamentación teórica variable dependiente.....	44
Gráfico 5. Conocimiento acerca de los juegos tradicionales	56
Gráfico 6. Juegos tradicionales practicados	57
Gráfico 7. Frecuencia de práctica de los juegos tradicionales	59
Gráfico 8. Desaparición de los juegos tradicionales con el tiempo	61
Gráfico 9. Proyectos para rescatar juegos tradicionales en la Institución.....	62
Gráfico 10. Grado de correlación previo y posterior a la guía de juegos tradicionales	63

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Encuesta a estudiantes de bachillerato.....	81
Anexo 2: Guía de juegos tradicionales	85
Anexo 3: Oficios.....	100
Anexo 4: Certificado de la Unidad Educativa	103
Anexo 5: Base de datos en Exel	104
Anexo 6: Vista de datos en SPSS	104
Anexo 7: Vista de variables en SPSS	105
Anexo 8: Actividades ejecutadas en la intervención.....	105

RESUMEN

El presente trabajo de investigación efectúa un análisis de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de 70 estudiantes de segundo de bachillerato paralelos A(20), B(24), C(26) de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba, con el objetivo de rescatar varios juegos populares y tradicionales que hoy en día se practican con menor frecuencia, para el desarrollo del estudio se aplica una metodología con un enfoque cuantitativo y cualitativo puesto que integra datos numéricos estadísticos y cualidades de los juegos, con respecto al tipo de investigación es exploratorio y Cuasi experimental. Para obtener información relevante y dar cumplimiento a cada uno de los objetivos se aplica una encuesta, la misma que contiene 15 preguntas respecto al tema, los resultados de la encuesta muestran que en la actualidad los estudiantes ya no practican ciertos juegos tradicionales, ellos prefieren dedicar su tiempo libre a las actividades sedentarias relacionadas con el uso de internet, videojuegos y televisión. Considerando todos estos aspectos, se plantea una guía de juegos tradicionales, en la que se detallan varias actividades que permiten a los estudiantes salir de su zona de confort y aprovechar su tiempo libre, contribuyendo a mejorar la salud física, mental y sobre todo a prevenir ciertas enfermedades. Finalmente, se concluye que es necesario la difusión de juegos tradicionales en la institución tomando en cuenta la adecuación de ciertos espacios que generen un bienestar a los estudiantes, se recomienda una introducción progresiva de los juegos tradicionales en el espacio educativo de los estudiantes, la ejecución de la guía y la socialización con todo el personal que forma parte de la institución.

Palabras claves: Juegos, tradición, aprovechar, tiempo libre, jóvenes, bachillerato, unidad educativa.

Abstract

The following research work makes an analysis of the traditional games in the use of leisure time of 70 students of second year of high school classes A(20), B(24), C(26) of the Educational Unit Nicanor Larrea of Riobamba. The objective is to rescue several popular and traditional games that are no longer practiced pretty often. In order to the develop the study, a methodology with a quantitative and qualitative approach is applied since it integrates statistical numerical data and qualities of the games. The type of research is exploratory and Quasi-experimental. To obtain relevant information and comply with each of the objectives, a survey is applied, which contains 15 questions on the subject, the survey results show that currently students no longer play certain traditional games, they prefer to devote their free time to sedentary activities related to the use of internet, video games and television. Considering all these aspects, a guide of traditional games is proposed, detailing several activities that allow students to get out of their comfort zone and take advantage of their free time, contributing to improve physical and mental health and above all to prevent certain diseases. Finally, it is concluded that it is necessary the diffusion of traditional games in the institution taking into account the adequacy of certain spaces that generate a welfare to the students, it is recommended a progressive introduction of traditional games in the educational space of the students, the execution of the guide and the socialization with all the personnel that is part of the institution.

Keywords: Games, tradition, take advantage, free time, youth, high school, educational unit.



Reviewed by:

Mgs. Hugo Solis Viteri

ENGLISH PROFESSOR

C.C. 0603450438

CAPÍTULO I

1.1. INTRODUCCIÓN

La presente investigación aborda la temática de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato. Este fue desarrollado en la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba. Para este estudio se tomó como muestra 70 estudiantes de Segundo año de bachillerato general unificado con sus 3 paralelos paralelo A con 20, paralelo C con 24 y el paralelo C con 26 estudiantes. Las variables de estudio son: “juegos tradicionales” siendo esta la variable independiente y “aprovechamiento del tiempo libre” siendo la variable dependiente.

De acuerdo a los antecedentes investigativos revisados se ha evidenciado que la problemática en el sistema educativo se debe a que los juegos tradicionales se van perdiendo poco a poco por la invasión de la tecnología y falta de tiempo para compartir los juegos en familia. Así mismo mencionan que estas actividades recreativas significan un aporte al tiempo disponible que poseen los estudiantes y concluyendo que resulta importante que fomentar la ejecución de actividades de recreación durante el tiempo libre para ser aprovechado de manera positiva y de esta manera su calidad de vida mejore.

La metodología de investigación es de relevancia sociocultural ya que se analiza la función del rescate de los juegos tradicionales dentro del contexto educativo, beneficiando directamente a los estudiantes de la Unidad de Educación en estudio del presente trabajo de titulación, involucrando a docentes, autoridades y padres. Además, la información obtenida será un aporte importante para las instituciones educativas en general en el rescate de los juegos.

La investigación realizada es de corte transversal y tiene un enfoque cuali-cuantitativo ya que se investiga el aporte de los juegos tradicionales a la Unidad Educativa Nicanor Larrea, así también se cuantifica cómo este ayuda al aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes de bachillerato, la metodología cuantitativa ayuda en la examinación de los datos de manera numérica, mientras tanto el cualitativo ayuda a la descripción de las cualidades.

Tomando en cuenta los resultados de la investigación se plantea una guía de juegos tradicionales para el aprovechamiento de tiempo de los estudiantes.

Con este preámbulo a continuación se presenta el esquema o estructura del presente trabajo, que está enmarcado en la normativa de la dirección de posgrado de la Universidad Nacional de Chimborazo.

En el Capítulo I que es la Problematicación, se encuentran aspectos como la situación problemática, la formulación del problema y preguntas científicas, que son el punto de partida para el planteamiento de los objetivos.

En el Capítulo II que es el Marco Teórico, se realiza un análisis de las diferentes teorías realizadas por múltiples autores, lo que permiten tener una base teórica que ayude a desarrollar la presente investigación.

El Capítulo III Diseño Metodológico, reúne aspectos como enfoque, diseño, tipo y nivel de la investigación, también se encuentran las técnicas e instrumentos que servirán para recolectar los datos los mismos que servirán como punto de partida en la realización de la propuesta metodológica.

El Capítulo IV se encuentra el Análisis y la Interpretación de los Datos, en este capítulo se encuentra la tabulación, graficación, análisis e interpretación de los datos obtenidos de los instrumentos diseñados.

En el Capítulo V, se dará a conocer la propuesta que se trata de una guía de juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo libre, la misma que servirá para futuros investigadores

El capítulo VI, contiene las conclusiones y recomendaciones y para finalizar se observan la bibliografía y anexos.

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Contextualización Macro

A nivel internacional los juegos tradicionales son la esencia de los pueblos mismos que se han transmitido de generación en generación. Según Rodríguez, Olivera y Navarro (2019) el juego tradicional más practicado en Portugal es el juego de malla, además argumentan que es una de las expresiones culturales más importantes de este país y que este juego se han venido practicando desde épocas antiguas.

Por otra parte, Jiménez (2019) en su obra titulada “Retrospectiva histórica del juego y deporte tradicional a través de la cultura segoviana” dan a conocer los juegos tradicionales que se practicaban en España específicamente en la cultura Segoviana. Mencionan que aún hay quienes recuerdan cómo los más jóvenes trepaban a la cucaña, las tradicionales carreras de sacos, el juego de la chirumba y saltar a la soga. Otro de los juegos mencionados es cintas y aros, lanzando la barra castellana, corriendo al cántaro, tirando al chito, saltando a la molinera, a los bolos o a la calva, carreras de burros y de Blases y jugar a la pelota; juegos que eran disfrutados tanto por los jóvenes y menos jóvenes.

García (2020) expresa que cada nación practica juegos propios de su región de acuerdo a su cultura. Así tenemos en Francia el juego de la corde à sauter (salto de cuerda), en Alemania la petanca y el juego de tiro de la soga o cuerda. Jugando al corro y el manteo del pelele son juegos tradicionales en Bélgica. En España los juegos populares son el juego de la llave, la tuta o tanga (chito) y calva. Por otro lado, en Finlandia un juego popular es la rayuela. Finalmente, en Holanda y Rumanía se practica el juego de los Zancos.

Contextualización meso

A nivel latinoamericano Callisaya (2020) manifiesta que en Bolivia las preferencias de juegos tradicionales practicados se dividen según sexo; los niños tienden a inclinarse por juegos tales como el papagayo, el trompo, las bolitas. Por otro lado, las niñas se inclinan gallinita ciega, las muñecas, liga-liga, saltar la cuerda, entre otras. Es decir, los juegos mencionados son los que más se practican en este país y por ende los que se encuentran

rescatados y que, desde sus inicios en la cultura indígena, tuvo una gran acogida, al punto de ser reconocido de esta manera a nivel internacional.

Mientras tanto en Colombia los juegos tradicionales más rescatados de este país es el trompo se practica en casi toda la región de Colombia, también se practican carrera en costales, salta la cuerda, catapiz, entre los más comunes ya que existen muchos más. Además, los juegos tradicionales ayudan en el desarrollo y la adquisición de ciertas habilidades, destrezas, competencias sociales y en el estímulo del razonamiento lógico, el equilibrio, el desarrollo motor y la capacidad de relacionarse con los compañeros (Gómez, 2021).

Contextualización micro

A nivel nacional, Guamán (2021) menciona que en el oriente del Ecuador se practican juegos tradicionales como perinola, el calvo, cuatro esquinas, el juego del marro, tserentsere (trompo), iwianchi (diablo escondido), los atracones, la raya y el cinturón escondido. Además, indica que diferentes organismos del estado ecuatoriano promueven estos juegos mediante eventos de carácter cultural. Por otra parte, Guashpa (2019) indica que los juegos tradicionales practicados en la parroquia Flores en Riobamba son la cebolla, lace de cuy, palo encebado, carrera de coche de madera, salta la soga y carrera de sacos, vistos más a menudo en las fiestas tradicionales llevados a cabo por indígenas.

Así mismo, existen trabajos de grado relacionados con el tema propuesto como es la investigación de Polo, Acosta y Osorio (2019) en la que desarrollan una propuesta con base en el uso de los juegos tradicionales, a fin de fomentar el uso adecuado del tiempo libre de estudiante del municipio de Chimá, Córdoba. La metodología utilizada fue crítico social, investigación documentada, descriptiva y de campo. Los autores concluyeron que los estudiantes hacen mal uso de su tiempo libre y que una de las mejores estrategias para lograr cambios en sus hábitos comportamentales es mediante actividades diseñadas y planeadas para ser abordadas con juegos tradicionales (Polo, Acosta , & Osorio, 2019).

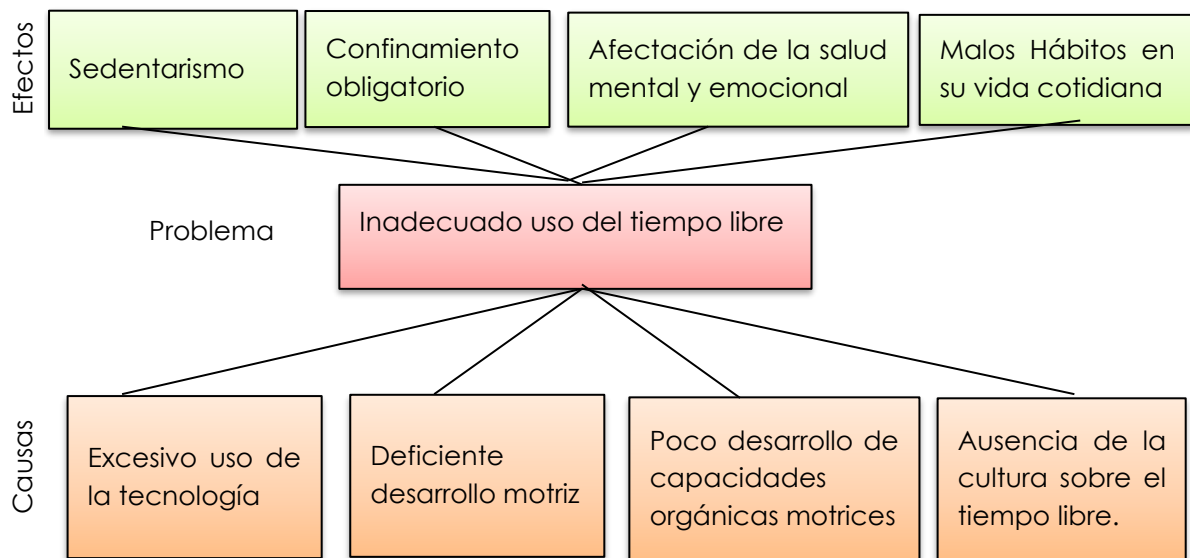
Como se puede observar cada región practican juegos tradicionales que han perdurado a través del tiempo a pesar de la tecnología y las nuevas formas de vida del ser humano estos juegos se han considerado fundamentales en nuestras vidas ya que son un medio para conocer

más sobre las raíces culturales de las diferentes regiones como sus costumbres, tradiciones y sus juegos tradicionales que practican además está comprobado según estudios que los juegos tradicionales nos ofrecen beneficios a socializarse, ganar confianza, impulsa la visión espacial o el equilibrio, mejora la psicomotricidad además ayuda a desarrollar habilidades motoras básicas, y a promover una vida más activa.

Árbol de problemas

Tabla 1.

Árbol de problemas



Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Análisis crítico

El inadecuado uso del tiempo libre en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de la ciudad de Riobamba se debe al excesivo uso de la tecnología, los jóvenes pueden pasar horas usando estas herramientas sin ningún tipo de regulación lo que genera sedentarismo y además trastornos como irritación, aumento de la agresividad e inseguridad. Otra consecuencia es un deficiente desarrollo motriz provocando disfunciones

en el aparato locomotor pudiendo producirse limitaciones de desplazamiento, posturales o de coordinación del movimiento del cuerpo.

También el inadecuado uso del tiempo libre causa poco desarrollo de capacidades orgánicas motrices lo cual provoca que el joven tenga una mala flexibilidad, velocidad, resistencia y fuerza, lo cual acarrea efectos como afectación en la salud mental y emocional como problemas en su estado de ánimo, trastornos emocionales, trastornos de ansiedad, depresión entre otras. Por otro lado, el inadecuado uso del tiempo libre causa una ausencia de la cultura sobre el tiempo libre es decir el joven no tendrá la capacidad de disfrutar de manera plena y diversificada de las alternativas que la sociedad ofrece, a partir de esto causa o genera malos hábitos en su vida cotidiana como pasar mucho tiempo en redes sociales, al frente de un aparato tecnológico etc.

Delimitación

Delimitación de Contenido

Campo: Actividad Física

Área: Educación Física

Aspecto: Los juegos tradicionales.

Delimitación Espacial:

La presente investigación se realizó en la Provincia de Chimborazo, Cantón Riobamba, en la Unidad Educativa Nicanor Larrea.

Delimitación Temporal:

El periodo de investigación comprende desde el mes de enero 2022 al mes de julio del 2022.

Formulación del problema

¿Como rescatar los juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba?

1.3. JUSTIFICACIÓN

Este estudio se centra en rescatar los juegos tradicionales como práctica para uso apropiado del tiempo disponible teniendo como beneficiarios a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea. Este es **relevante** pues se ha evidenciado un bajo rendimiento en los alumnos por no aprovechar su tiempo libre. Además, el estrés académico, incapacidad para asumir tareas interesantes por no tener tiempo para ello, burnout o la pérdida de objetivos son algunas de las secuelas que la falta de organización puede tener sobre la vida de los estudiantes.

La investigación es **importante** ya que los juegos tradicionales son considerados como una herramienta adecuada para el alumno ayudando a potenciar destrezas y habilidades útiles en distintas áreas; ayudan al estudiante a socializar y ganar confianza, impulsan la visión espacial o el equilibrio y mejoran la psicomotricidad. Cabe destacar que en los últimos tiempos se ha venido perdiendo la práctica y la esencia de estas actividades y más con el confinamiento por la pandemia por Covid-19, por eso se busca la necesidad de realizar el trabajo de estas características con el propósito de rescatar e involucrar a los estudiantes a que sigan practicando estos juegos populares o también conocidos como tradicionales.

Entre los **beneficios** que se derivan del estudio están principalmente que los alumnos pueden hacer un uso positivo del tiempo disponible que poseen mediante la práctica de actividades que favorezcan a su desarrollo físico mental y emocional, otro de los beneficio rescatar los juegos tradicionales que con el pasar de tiempo y con la nueva modernidad están siendo remplazados por aparatos tecnológicos, a nivel profesional se pondrán en práctica los conocimientos adquiridos en la licenciatura, con énfasis en la mención de la misma que es la inclusión educativa y atención a la diversidad, más aún al diseñar estrategias con utilidad metodológica e implicaciones prácticas, al poder ser replicables en otras instituciones educativas.

La investigación presenta **factibilidad**, puesto que se posee el permiso para la aplicación de instrumentos de recolección de datos a las personas que forman parte del estudio, finalmente es **original** porque es producto de la inspiración del autor, realizando búsqueda de algunos estudios en esta institución se llegó a la conclusión de que no existe otro

trabajo igual o parecido con respecto al tema planteado, por lo que se declara la originalidad de este trabajo.

Preguntas directrices

- ¿Qué juegos tradicionales se practican en la Unidad educativa Nicanor Larrea de Riobamba?
- ¿Qué actividades realizan en su tiempo libre los estudiantes de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de la ciudad de Riobamba?
- ¿Qué alternativas se pueden proponer como solución frente a la problemática encontrada?

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo general

- Rescatar los juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Nicanor Larrea de Riobamba.

1.4.2. Objetivos específicos

- Determinar los juegos tradicionales que practican los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba en la utilización del tiempo libre.
- Proponer los juegos tradicionales practicables para el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba.
- Aplicar la guía de juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba.

CAPÍTULO II

2.1. MARCO TEÓRICO

2.2. Antecedentes investigativos

A continuación, se observa artículos, tesis e investigaciones similares al tema a desarrollar:

Muñoz, Lavega, Pic, Sáez y Serna (2021) buscaron analizar como el juego motor tiene efecto sobre las emociones en una fase de adquisición de conciencia emocional, esto en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria ESO y de bachillerato. Realizaron análisis estadísticos identificando diferencias significativas en las intensidades emocionales al considerar el tipo de relaciones motrices y el género. Concluyeron que los juegos tradicionales son un instrumento que resulta interesante para los docentes de educación física, ayudando a potenciar el desarrollo de las competencias motrices y socioemocionales.

Así mismo, Budnyk, et. al. (2020) en su investigación destacan el problema del tiempo libre y el ocio de los alumnos en condiciones de globalización cambios y una nueva realidad sociocultural. Evaluaron personas de 12 a 15 años que viven en los Cárpatos ucranianos y polacos. Como resultado de la investigación, se ha manifestado el interés de los adolescentes por actividades pasivas: escuchar, ver programas de televisión y pasar el tiempo libre frente a una pantalla de computadora, en particular en redes sociales. Se ha probado que la organización del ocio significativo en los escolares de ambos países se caracteriza por el predominio del aspecto emocional sobre el informativo.

También Ken, Kovacheva y Kabaivanov (2018) estudiaron el uso del tiempo libre por parte de jóvenes de 15 a 29 años en los países árabes mediterráneos. Encontraron algunas divisiones familiares en el uso del tiempo libre del grupo de edad, por clase social y género. Sin embargo, la evidencia también reveló algunas características específicas de la región: a saber, que para muchos jóvenes el tiempo libre está menos separado del resto de la vida que en las sociedades occidentales, el trabajo y el juego se fusionan con frecuencia, y la participación religiosa y política a veces es fundamental en paquetes de actividades de tiempo libre de los jóvenes.

En Colombia, Acevedo (2020) en su tesis aborda el tema del juego y la recreación para el aprovechamiento del tiempo libre en tiempos de cuarentena. Esta investigación tuvo como objetivo realizar un análisis de la experiencia motriz en relación con el juego en actividades extracurriculares en tiempos de pandemia, esto mediante la sistematización de la experiencia. La investigación dejó como resultado diversas actividades que pueden realizarse de manera virtual como presencial generando espacios de diversión. Se sentó un precedente que permitirá afrontar a futuro retos como lo fue la pandemia por Covid-19.

Por otro lado, en Perú, Hinojosa (2016) en su trabajo de titulación buscó determinar la relación que existe entre la convivencia intercultural en estudiantes y los juegos tradicionales como estrategia didáctica. El trabajo fue de tipo cuantitativo, de nivel correlacional. Se analizó 15 estudiantes, aplicando una lista de cotejo con el objetivo de evaluar la convivencia intercultural. Se determinó que los juegos que practican son los juegos complementarios, los juegos de mejoramiento y juegos cognoscitivos.

En México, González (2016) realizó un estudio con adolescentes en Guardalavaca identificando que estos tienen una inminente necesidad recreativa. Se realizó un diagnóstico de las necesidades e intereses recreativos y del uso correcto del tiempo libre incidiendo en la formación integral. Actividades como festivales deportivos-recreativos, juegos pasivos y encuentros deportivos, ciclo turismo, caminata, entre otras, fueron desarrolladas durante la investigación, valorando su efectividad. Se obtuvieron resultados positivos pues la participación de los adolescentes se incrementó, se desarrollaron valores y se observó un aumento del conocimiento histórico de la ciudad (González, 2016).

Casquete (2021) en su trabajo propone la elaboración de un programa de actividades físicas y recreativas para el uso adecuado del tiempo libre de adolescentes de 11 a 12 años y niños entre 9 y 10 años de la ciudad de Guayaquil. Se practicaron juegos como el beisbol, boxeo ciego, juego de relevos, entre otros. La metodología que se empleó fue el método criterio de expertos. Se elaboró un programa que fue valorado por 21 expertos en sus diferentes ámbitos (etapas, fases y acciones), demostrándose la pertinencia del programa y su aplicabilidad a la realidad estudiantil.

Zapata (2016) en su tesis buscó determinar si el desarrollo de actividades recreacionales aporta positivamente en estudiantes de la Unidad Educativa 14 de julio en Latacunga. El autor concluyó que las actividades recreativas aportan al aprovechamiento del tiempo libre del alumnado por lo que resulta importante fomentar la práctica de estas a fin de que el tiempo libre sea aprovechado y mejorar su calidad de vida.

Guaillas (2016) en su trabajo investigativo se enfocó en las estrategias para rescatar los juegos tradicionales del pueblo Kichwa Saraguro Comunidad Tuncarta. La encuesta se utilizó como instrumento de investigación, los resultados demostraron que existe desconocimiento por parte de los niños y jóvenes acerca de los juegos tradicionales y que no existe una motivación de su práctica por parte de padres ni maestros. El autor recomienda un plan de capacitación para la promoción de estos juegos.

Por otro lado, Calderón (2016) llevó a cabo un estudio en la ciudad de Ibarra con estudiantes de tercero de bachillerato general unificado del Colegio Universitario UTN en el que buscó determinar cómo los estudiantes manejan su tiempo libre e indagar sobre la realización de actividad física deportiva de dichos estudiantes. Los resultados determinaron que existe una deficiente actividad física deportiva y que los estudiantes hacen mal uso de su tiempo libre. Concluye que los estudiantes no disponen de un programa orientativo para la práctica de actividades físicas-deportivas, por lo que se presenta una propuesta a fin de generar una solución viable y pertinente.

La tesis: Educación física sostenible para el desarrollo de conductas motrices en estudiantes universitarios tuvo como objetivo conocer el nivel de las capacidades orgánico motrices de los estudiantes universitarios para desarrollar conciencia del comportamiento motriz sostenible que posibilite modos de vida equilibrados y saludables. El diseño metodológico fue transversal no experimental, se aplicó el método analítico, científico y descriptivo, por medio de una batería de prueba de capacidades que evalúa velocidad, fuerza, flexibilidad y resistencia. Dentro de la investigación se refleja (Morales J. , 2015).

La tesis: La actividad física en la salud emocional tiene como objetivo determinar la incidencia la actividad física en la salud emocional de los escolares de noveno y décimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa José Joaquín de Olmedo de la

ciudad de Ambato durante el periodo abril – agosto 2021, la investigación tuvo como proceso metodológico cuantitativo, además mide el nivel de salud mental en el estudiante (Cuji, 2021).

Artículo: Efecto de un programa de salto con cuerda en el desarrollo de la fuerza explosiva. La educación física en los últimos años ha experimentado variaciones desde el punto de vista de la planificación. La manera en que se realizan los programas para impartir la docencia está haciendo más énfasis en el enfoque integrador. Lo que lleva a mayor preparación por parte del educador para que sus clases tengan mayor sentido e integridad en las acciones planificadas. (Sandoval, Paz Viteri, & Lorenzo Bertheau, 2018)

2.3. Fundamentación

2.3.1. Fundamentación legal

- Constitución de la república

En la Constitución de la República del Ecuador (2008) señala en el Art. 45.- El Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria el desarrollo de las niñas, niños y adolescentes y asegurarán el ejercicio pleno de sus derechos; se aplicará el principio de su interés superior, y sus derechos prevalecerán sobre los de las demás personas.

Se debe mencionar que tienen derecho a su desarrollo integral los adolescentes, niñas, niños, mismo que se conoce como una etapa desarrollo, madurez y expansión del criterio intelectual que posee, habilidades adquiridas y aspiraciones personales, mismas que en su diario vivir se podrán plasmar para contribuir con las necesidades de la sociedad.

- La Ley del Deporte

Art. 2.- Para lo correspondiente a cultura física, deporte y actividades enfocadas en la recreación el estado se encarga de:

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.

Para que se permita masificar las actividades deben proveer los recursos económicos e infraestructura (Asamblea Nacional del Ecuador, 2015).

- Código de la Niñez y Adolescencia

Art. 38.- Objetivos de los programas de educación. – Con respecto a la educación básica y media, se encarga de fortalecer los conocimientos y cualidades, importantes para:

Desenvolver la personalidad, talentos y la capacidad que posee el niño o adolescente a su mayor nivel, en un ambiente lúdico (Asamblea Nacional del Ecuador, 2003).

- Declaraciones de los Derechos y Deberes del hombre

La Declaración de los Derechos y Deberes del hombre del 26 de agosto de 1789, en el artículo 15 describe que toda persona tiene derecho a descanso, a una honesta recreación y a la oportunidad de emplear útilmente el tiempo libre, en beneficio de su mejoramiento espiritual, cultural y físico (Comisión de derechos humanos, 1789).

La Declaración Universal de los Derechos Humanos del 10 de diciembre de 1948, establece en su artículo 2 que toda persona puede hacer uso del tiempo disponible de su día a día, derecho al descanso, a realizar actividades laborales con tiempo límite y a disfrutar vacaciones.

Dar a conocer mediante la participación ciudadana, costumbres, tradiciones ancestrales, en base a lo que se establece a nivel local, regional y nacional, con el fin que las personas respeten las culturas y aspectos ancestrales. (Comisión de derechos humanos, 1948).

2.3.2. Fundamentación filosófica

Los juegos tradicionales tienen un fundamento filosófico dado que las actividades y experiencias son técnicas adecuadas para la mejora del aprendizaje cultural esto a través del juego tradicional, mismo que trae consigo grandes beneficios educativos, potenciando habilidades y destrezas, ayudando a una mejor socialización y mejora de la psicomotricidad (Cacao, 2016).

Así mismo Ayala (2016) quien menciona a Vygotsky, señala que existe historia previa en lo que refiere al aprendizaje escolar, los estudiantes en su interacción natural adquieren estructuras y nociones cognitivas que mediante la enseñanza escolarizada continúan desarrollándose. El juego es una herramienta mediante la cual se ofrece al joven la oportunidad de apreciar y engrandecer su experiencia de vida, precisar su inteligencia y voluntad, así como tener conocimiento de sus potencialidades y limitaciones para realizar determinadas actividades tales como los juegos tradicionales.

2.3.3. Fundamentación epistemológica

Los juegos tradicionales aplicados de diversas maneras facilitan el aprendizaje, el juego posibilita la obtención de conocimientos, permite la formación de hábitos y del carácter de los jóvenes, afirma su personalidad, interviene en el desarrollo de la imaginación además de enriquecer vínculos y manifestaciones sociales (Figueroa & Ávila, 2022).

2.3.4. Fundamentación pedagógica

De acuerdo a Carrillo, García, Ávila, y Erazo (2020) recalcan y demuestran que el juego como actividad placentera es importante para el logro de conocimientos. El juego libre favorece el desarrollo integral del estudiante, este crece y aprende mejor, siendo el estudiante autor de su desarrollo. Se espera que a través de los juegos el estudiante sea capaz de captar la esencia del mensaje, de aplicarlo y aprenderlo.

2.3.5. Fundamentación sociológica

Los juegos tradicionales representan un recurso valioso para afianzarse culturalmente desde edades tempranas, permitiendo un acercamiento del niño y joven a su cultura, esto de una manera lúdica. Se logran en él vínculos socio-afectivos mismos que son de importancia para su desarrollo como un miembro activo de la sociedad, con apego a sus rasgos culturales permitiéndoles valorar su entorno social (Rosales, 2018).

Además, los juegos tradicionales o populares promueven las habilidades sociales de niños y adolescentes, puesto que la interacción en grupo permite que estos aprendan a respetar turnos, las normas de los juegos, también les permitirá conocer y relacionarse con otras personas instaurando o fortaleciendo lazos de amistad.

2.3.6. Fundamentación axiológica

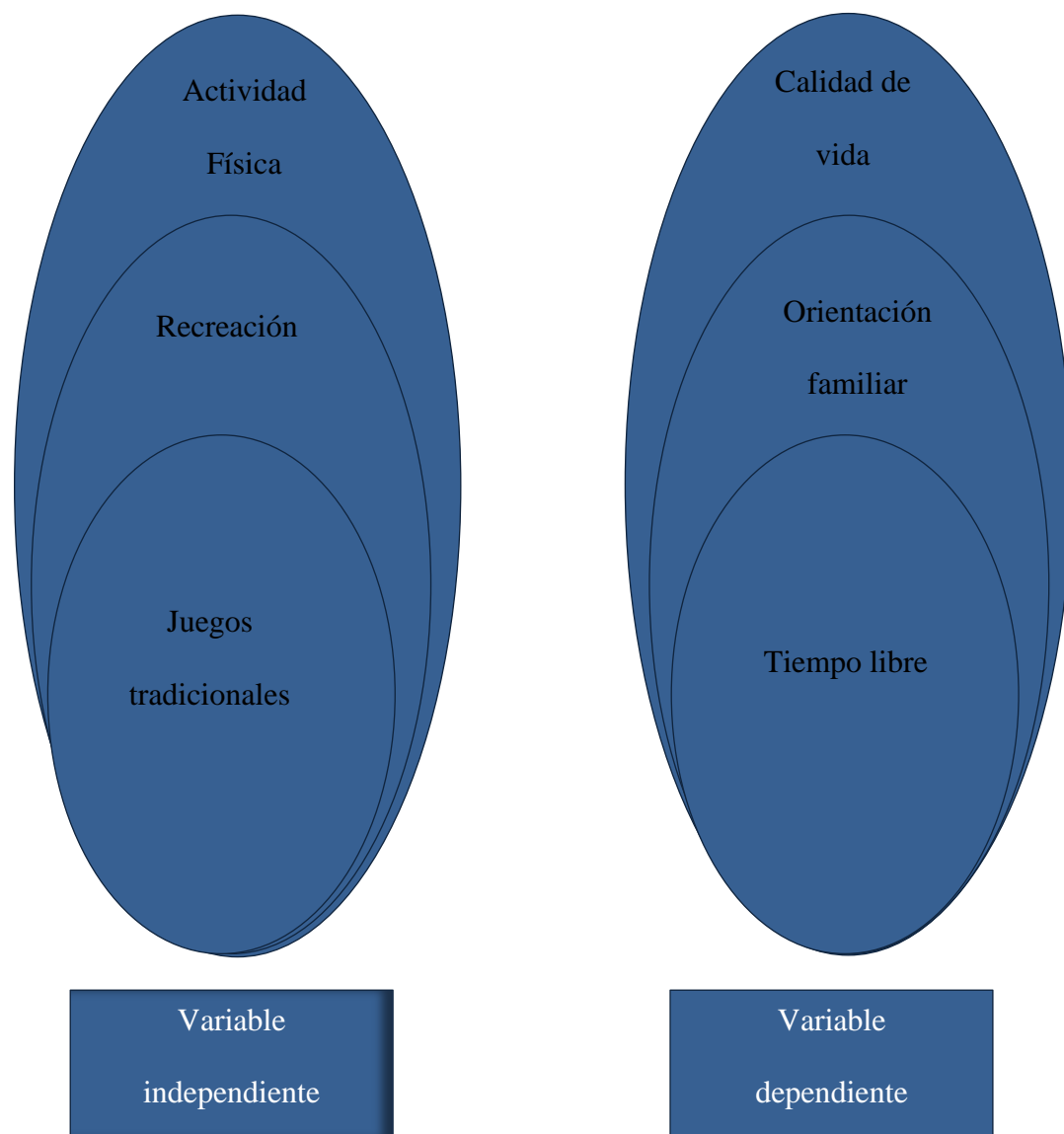
Los juegos tradicionales han estado presentes desde el inicio de la existencia del hombre, lo cual ha permitido integrar a la sociedad con su entorno, promulgando el valor del juego limpio en todas las competencias recreativas y deportivas (Castro & Robles , 2018).

2.4.Fundamentación teórica

2.4.1. Categorías fundamentales

Gráfico 1.

Categorías fundamentales

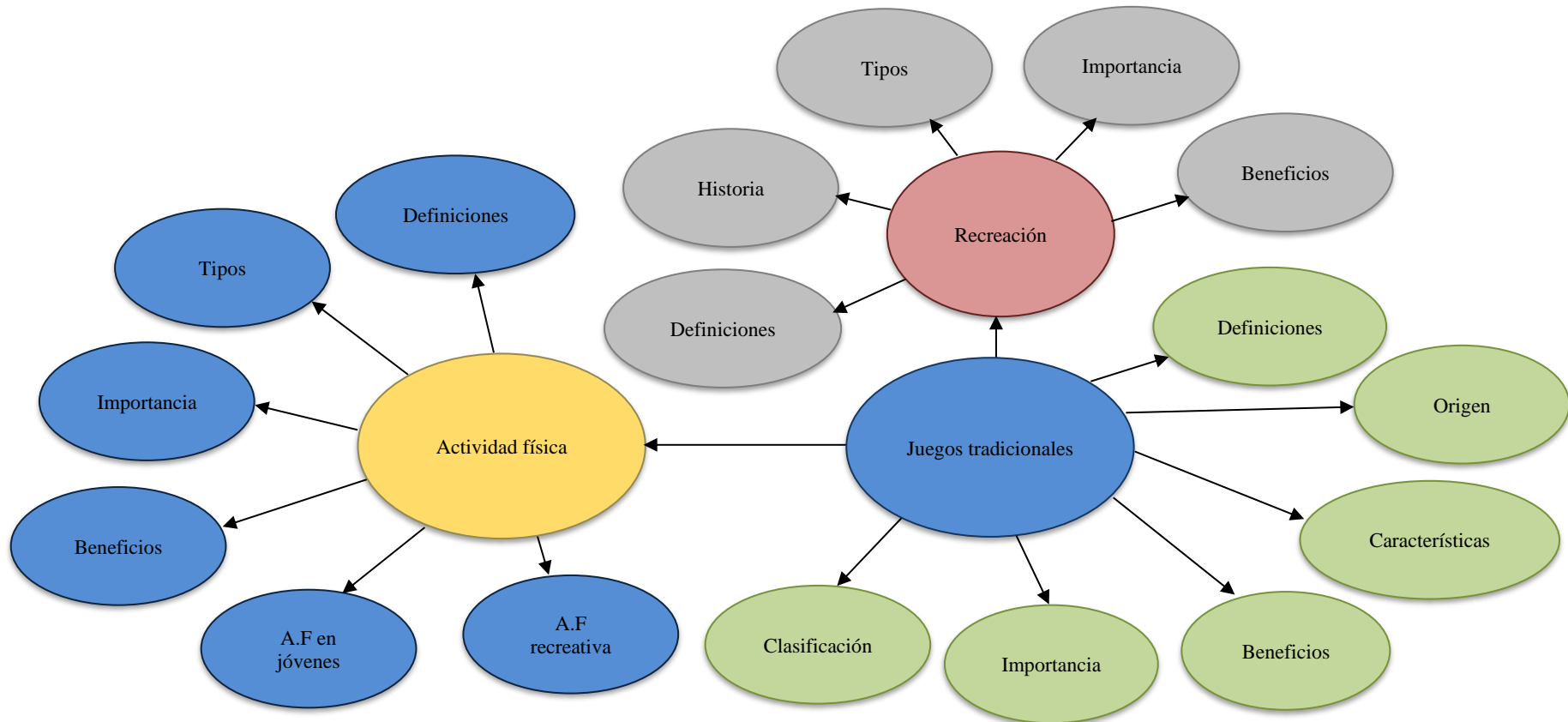


Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

2.4.2. Fundamentación teórica variable independiente.

Gráfico 2.

Fundamentación teórica variable independiente.



Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

2.4.2.1. Juegos tradicionales

2.4.2.1.1. Definición de juego, tradición y juegos tradicionales

El juego

Según Meque y Monserrat (2016) el juego es una actividad placentera que produce satisfacción emocional, en la que el infante recibe goce, diversión y satisfacción de vivir. El juego es una fuente de placer de bastantes diversas naturalezas, placer de generar, placer de ser causa y ocasionar efectos, placer de hacer lo viable, placer por el desplazamiento. Por otro lado Gallardo y Gallardo (2018) que citan a Díaz (2008) mencionan que etimológicamente, el término juego viene de 2 vocablos del latín: iocus –i, que significa broma, gracia, chiste o chaza, y ludus, –i, que significa diversión, juego. Principalmente, el juego está relacionado con la diversión, el goce, la recreación física y la satisfacción.

Tradición

Se define tradición como una costumbre que se viene practicando de generación en generación, así como ejecutar algún tipo de ritual o de seguir realizando algún tipo de festividad como es el Pawkar raymi, carnaval, semana santa entre otras. En relación con lo anterior Morales (2017) recalca que la tradición es una condición humana estructural, esta forma, los sujetos requieren referentes sobre quienes fueron sus antepasados para lograr configurar el presente y para identificarse en la modernidad. Pero, además, la tradición es fruto de su entorno, debido a que es articulada históricamente. De forma que la tradición es tanto una condición estructural como una articulación histórica.

Juegos tradicionales

Con respecto a los juegos tradicionales Sailema y Sailema (2018) señalan, que el juego representa un método de enseñanza, el cual es muy antiguo, era utilizado de manera empírica en la comunidad primitiva para el desarrollo de habilidades de niños y adolescentes que ha futuro aprenderían formas de cazar, cultivar y otras actividades mismas que eran transmitidas de generación en generación.

Por otro lado, Nájera y Bonilla (2019) señalan que estos juegos se transmitieron durante generaciones de forma oral, de adultos a niños, fortaleciendo el vínculo interpersonal y promoviendo los valores en las actividades deportivas y recreativas. El desarrollo de estas actividades interviene en la formación del carácter, la mejora de su motricidad, desarrollo de su pensamiento lógico mientras se divierten.

2.4.2.1.2. Origen de los juegos tradicionales

Alfaro (2016) señala que el origen de los juegos populares o tradicionales data desde muchos años atrás. Méndez y Fernández (2019) mencionan que el conocimiento del contexto sociocultural en el que se desarrollaron los juegos antiguos puede permitir al alumnado una mejor interpretación de la historia y a conocer y valorar las costumbres y tradiciones de sus antepasados. Así también, Quishpi y Huamani (2016) indican que la cultura popular fue representada durante años por los juegos tradicionales los cuales fueron inventados por los indígenas hace más de cuatrocientos años.

Además, Prieto (2010) citado por Andrade (2020) menciona que la mayoría de los autores sitúan el origen del juego en el juego animal evolucionando junto con el hombre a una estructura superior integrada, a través de componentes utilitarios y creencias representadas en forma de ritual en actividades trascendentales para el grupo, evolucionando y formando parte finalmente de la cultura de los juegos tradicionales. En síntesis, se considera que el juego existe a partir de tiempos bastante remotos, y que han ido evolucionando lentamente, no obstante, ciertos juegos llamados clásicos o tradicionales se fueron perdiendo al pasar de los años generándose la necesidad de rescatarlos.

2.4.2.1.3. Características de juegos tradicionales

A continuación, Paredes (2018) quien cita a Veiga (1988) y Moreno (2002) para diferenciar los juegos tradicionales de otro tipo de juegos, enumera las siguientes características:

Gráfico 3.

Características de los juegos tradicionales.

Integrados con el entorno	No se refiere a espacios específicos y si un juguete es necesario este suele ser un material del entorno.
Reglas y condiciones cambiantes	Existe la necesidad de adaptación al medio o a las circunstancias concretas en las que serán practicados.
Puede recrearse de manera constante	No tiene reglas fijas y está integrado en el entorno.
No es un simple juego	Importa tanto el juego en sí como la elección de jugadores, sus actitudes y relaciones y el lenguaje utilizado.
Imitación del trabajo adulto	Los juegos tradicionales infantiles suelen ser en esencia en la mayoría de los casos imitaciones del trabajo del adulto.
Para todas las edades	Nacen en sociedades que determinan actividades lúdicas para todos sus miembros.
Objetivo principal y verdadero sentido	Procurar la enculturación de los individuos nuevos en la sociedad.

Fuente: (Paredes, 2018).

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

2.4.2.1.4. Beneficios de los juegos tradicionales

Para Diaz (2019) los juegos tradicionales nos proveen de múltiples beneficios y merecen toda nuestra atención pues pueden brindar a los estudiantes una vida más sana y positiva al reducir las consecuencias de la tecnología en los ámbitos familiar, personal y social. Los juegos tradicionales tienen potencialidades que deben ser aprovechadas, las actividades a nivel físico traen consigo beneficios a nivel mental, afectivo, emocional, social y motor en los estudiantes siendo una herramienta útil para contrarrestar efectos negativos de la vida moderna, tales como depresión, obesidad, sedentarismo, la falta de creatividad, etc.

Así también Calle, Gomescoello, y Ordóñez (2020) destacan que el juego tradicional favorece un desarrollo holístico; permitiendo la mejora del aspecto psicomotriz, cognitivo, socio afectivo, a la vez que fortifica los valores, inteligencia emocional, la motivación y la autoestima lo que resulta primordial en el desenvolvimiento de los individuos en la sociedad. También, permite relaciones de respeto, cordialidad y participación dentro del grupo, es por

esto que se los pueden considerar como estrategias de aprendizaje y creatividad para docentes y estudiantes, estimulando respuestas favorables en el campo psico-social.

2.4.2.1.5. *Importancia de los juegos tradicionales*

Según Mota (2017) el juego es primordial para los jóvenes siendo su principal lenguaje ya que se comunican a través de este. Si bien el juego es importante durante las diferentes etapas de la vida, en la educación primaria es de especial importancia siendo un recurso educativo durante la maduración de los niños. El juego es la actividad más natural del hombre, el crecimiento y desarrollo intelectual, físico, social y afectivo de los niños se ve influenciado por el juego, por lo que la implementación de juegos y entretenimientos populares en las clases de educación física resulta importante. Como afirma Piaget (1969) “El juego es una herramienta de aprendizaje tan poderosa como imaginación tenga un niño”.

2.4.2.1.6. *Clasificación de los juegos tradicionales.*

Tabla 2.

Clasificación de los juegos tradicionales.

Colectivos	Compuestos de dos o más jugadores.
Verbales o lingüísticos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rimas ▪ Refranes ▪ Declamaciones ▪ Adivinanzas ▪ Trabalenguas ▪ Chistes.
Juegos de persecución	Hacen uso de movimientos corporales: aplaudir, sonidos con la boca, chasquido de dedos.
Juegos donde se hace uso de diversas partes de nuestro cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Escondites ▪ Policías y ladrones ▪ Gato y ratón.
Juegos y deportes de carreras, saltos y equilibrios.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Carreras de sacos ▪ Castillo humano

Deportes de fuerzas	Se da el transporte y levantamiento de pesos, se puede adaptar a los anteriores.
Deportes de lanzamientos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rayuela ▪ Cementerio ▪ Balón prisionero

Fuente: (García & Cartuche , 2017; Quishpi & Huamani, 2016).

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

2.4.2.2. Recreación

2.4.2.2.1. Definición

Para definir la palabra recreación es preciso revisar su origen etimológico, esta viene dada por una raíz latina de la palabra recreativo cuyo significado es recuperar, renovar y restaurar una situación vivenciada misma que por lo general genera satisfacción en el ser humano (Bautista , Barragantes, & Gil, 2016). Por otra parte, Gerlero (2018) citado por Medina, Andrade, y Ramos (2020), señala que la recreación se concibe como las prácticas históricas, naciendo y desarrollándose en el regazo de diferentes comunidades teniendo en común el mismo universo recreativo.

2.4.2.2.2. Historia de la recreación

De las primeras civilizaciones que denotaron prácticas recreativas tenemos a los incas, aztecas, mayas y samurái; no obstante, estas prácticas no implicaban recreación para todos sus participantes pues implicaban actividades transcendentales que muchas veces significaba la muerte (Vera, 2019). En las civilizaciones de la antigua Grecia y Roma, las clases sociales privilegiadas solían divertirse con los esclavos haciéndolos luchar, realizar orgías para finalmente asesinarlos (Bustos , 2019). En la etapa del feudalismo los instrumentos de diversión eran bufones, arlequines y personas que se dedicaban al teatro. La iglesia era la que manejaba todo, marginaban y controlaban toda manifestación de recreación.

En la edad moderna con la monarquía, el trabajo era visto más como un recurso de satisfacción. Con el capitalismo cambió la concepción del tiempo libre. Los ideales de Marx

le dan importancia al tiempo libre balanceándole con el tiempo que se laboraba. En esta época también se da el renacimiento y el ocio vuelve a tomar la importancia que tenía en Grecia. En la edad contemporánea la recreación se ve ligada a la vida profesional, se da inicio a varias reformas sociales por lo que en este campo se lo empieza a ver como un derecho. En esta etapa se dan varias luchas sindicales en donde se luchó mucho por más tiempo de descanso y diversión (Bustos , 2019).

2.4.2.2.3. *Tipos de recreación.*

Tabla 3.

Tipos de recreación

Tipo de recreación	Características
Activa	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Participación directa de la persona
Pasiva	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Participación como espectador (cine, teatro, etc.)
Al aire libre	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se desarrollan en contacto con exteriores o en la naturaleza. ▪ Incluye actividades tanto en agua, tierra o aire.
Comunitaria	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrollada dentro de una comunidad, barrio, etc. ▪ Para mantener en movimiento a sus miembros (bailo terapia, juegos populares, limpieza de espacios públicos, fiestas)
Lúdica	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Herramienta que enriquece diversas actividades recreativas permitiendo el aprendizaje y desarrollando motivación en las clases. ▪ Ayuda a lograr bienestar físico y emocional. ▪ Desarrolla atención y concentración

Fuente: (Cadillo, 2018; Gavilima , 2021; Razo, 2017; Rosado, 2019).

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

2.4.2.2.4. *Importancia de la recreación*

La importancia de la recreación radica en sus beneficios, según Salazar y Juniu (2019) la recreación favorece el desarrollo integral del ser humano, proporcionando beneficios a nivel físico, social, emocional, espiritual y cognitivo. También ayuda en el desarrollo de la sociedad pues provee beneficios a los grupos sociales, la familia, la economía, la cultura y el ambiente (Salazar & Juniu, 2019). Realizar proporcionalmente las actividades de recreación con las responsabilidades diarias, contribuir a la dicha, al desarrollo y bienestar físico, enriquecer la vida de las personas, adquisición de disciplina, identidad, expresión y el desarrollo de valores como a cooperación, compañerismo y lealtad son beneficios de la recreación denotando su importancia (Camacho, 2018).

2.4.2.2.5. Beneficios de la recreación

Correa (2021) menciona que el ejercicio físico ayuda en la salud del ser humano ya que entre sus diversos aportes están la prevención de derrames cerebrales, diabetes, cáncer de colon. Por otro lado, el desarrollo de una apropiada recreación en el entorno educativo, en el hogar y en la comunidad aporta de manera positiva al progreso del talento interpersonal de niños y niñas y favorece la mejora de destrezas de importancia en su fase infantil.

Así también, Cisneros (2021) menciona que la recreación aporta beneficios en los adolescentes, puesto que las actividades físico recreativas son trascendentales para el bienestar de las personas ayudando en el aumento de la masa muscular, a una adecuada circulación sanguínea y por ende a una mejor oxigenación del organismo. Se demuestra así que la recreación interviene en la calidad de vida de las personas, favoreciendo la cohesión social, generando espacios de encuentro, deporte y entretenimiento.

2.4.2.3. Actividad física

2.4.2.3.1. Definición

La actividad física es definida por la Asociación de Medicina del Deporte de Colombia AMEDCO como cualquier movimiento corporal voluntario de contracción muscular, que ocasione gasto energético mayor al que se da en estado de reposo. Esta actividad se entiende como un comportamiento autónomo, complejo y voluntario del ser

humano que tiene determinantes y componentes de carácter tanto psico-sociocultural como biológico (Vidarte, Vélez, Sandoval, & Alfonso, 2011).

Una definición similar la expresa Soria (2018) y denota además que la actividad física presenta beneficios a la salud mismos que serán condicionados por ciertos factores como lo son el tipo, la duración, frecuencia e intensidad de la actividad, así como características intrínsecas de la persona. Según Santillán, y otros (2018) las actividades físicas que llevamos a cabo son diversas, unas dentro de la vida cotidiana como lo son la limpieza del hogar o cuando nos trasladamos a de un lugar a otro caminando. Así también tenemos actividades que han sido organizadas estructuralmente y de manera científica como lo son los deportes y ejercicios físico-especializados.

2.4.2.3.2. *Tipos de actividad física*

Los tipos de actividad física según Romero (2003), citado por Rodríguez, Cusme, y Paredes (2020) se clasifican como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 4.

Clasificación de la actividad física

Tipos de actividad	Definición	Recomendaciones
Actividad Física Ligera	Estas actividades son las de mayor importancia pues son las que motivan y generan un grado de adhesión y aceptación a la actividad física en quienes están iniciando un programa es decir personas que por diferentes circunstancias no son físicamente activas y están iniciando en ello. Se recomienda para rehabilitación cardíaca o acondicionamiento básico considerando por esto los efectos de este tipo de actividad como regenerativos.	<ul style="list-style-type: none"> ● Caminar ● Jugar con una mascota ● Subir escaleras ● Yoga ● Hacer tareas de casa ● Ir en bicicleta

<p>Actividad física moderada</p>	<p>Esta se recomienda cuando el objetivo es el mantenimiento físico de personas que ya posean un mínimo de condición física, una capacidad básica que favorece su resistencia a esfuerzos prolongados, para personas que vencen o soportan resistencias moderadas y poseen un buen índice de recuperación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Participación en juegos y deportes con niños y paseos con animales domésticos. ● Bailar ● Trabajos de construcción generales. ● Caminar a paso rápido
<p>Actividad física Vigorosa</p>	<p>Este tipo de actividades se recomiendan solo para personas que tienen una buena condición física puesto que su intensidad es mayor a las actividades físicas moderadas, aunque presenta sus mismas características. Aportan mayores beneficios al sistema cardiorrespiratorio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Desplazamientos rápidos en bicicleta. ● Ascender a paso rápido o trepar por una ladera. ● Aerobic. ● Deportes y juegos competitivos. ● Natación rápida.

Fuente: Adaptado de Romero (2003).

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

2.4.2.3.3. *Importancia de la actividad física*

La actividad física resulta fundamental pues se ha evidenciado que practicarla de manera regular aumenta la esperanza de vida debido a sus beneficios psicológicos, fisiológicos y sociales. Lamentablemente el sedentarismo es un problema que ha prevalecido y hoy en día sigue muy presente y en aumento. Existen estudios y evidencia científica que muestran que llevar una vida en la que exista actividad física reduce el riesgo de padecer algún tipo de enfermedad como la diabetes, sobrepeso y obesidad, ya que se ha determinado una relación directa entre la práctica de ejercicio con el peso y la composición corporal (Perea, et al., 2019).

Así mismo los profesores de educación física reconocen la importancia de la práctica de ejercicio físico. Están conscientes de que el ejercicio permite a adolescentes desarrollar habilidades tales como trabajo en equipo, liderazgo, control de ansiedad, capacidad de razonamiento lógico y autocuidado personal. Durante la práctica de ejercicio se secreta endocannabinoides y opioides endógenos como las encefalinas, endorfinas y dinorfinas los

cuales tienen diversas funciones en el sistema nervioso central lo cual desencadena efectos de placer y motivacionales lo que incentiva a seguir ejercitándose (Cortés, Alfaro, Martínez, & Veloso, 2019).

2.4.2.3.4. *Beneficios de actividad física*

La actividad física provee beneficios tales como la disminución del riesgo de obesidad, riesgo cardiovascular, intolerancia a los carbohidratos, diabetes mellitus, osteoporosis, algunos tipos de cáncer como mama, colon y pulmón. El riesgo de enfermedades como cardiopatía coronaria, tensión arterial alta, accidente cerebrovascular también se ve disminuido. Mejora el estado cardiorrespiratorio y estado muscular, proporciona más vitalidad y energía. Así también, la reducción de riesgo de enfermedades mentales tales como el estrés, la depresión y la ansiedad, así como brindar un equilibrio energético son de los múltiples beneficios de la actividad física (Rodríguez, Cusme, & Paredes, 2020).

2.4.2.3.5. *Actividad física en jóvenes*

Los adolescentes realizan actividades físicas tales como actividades deportivas, recreativas, caminatas. No obstante su incidencia en los últimos tiempo es poca, existe un problema de inactividad y conductas sedentarias donde se ha evidencia el poco interés de los adolescentes (Mamani, Fuentes , & Machaca, 2017). Los adolescentes en sus instituciones educativas no se involucran o no tienen una participación activa en las clases de educación física, en las competiciones deportivas, o incluso en las actividades recreativas-deportivas durante el recreo. Lamentablemente, el tiempo libre lo han destinado a actividades como ver televisión, la computadora, dispositivos móviles y video juegos (Mamani, Fuentes , & Machaca, 2017).

Así mismo Gallego, y otros (2017) mencionan que los adolescentes además de seguir los mismos errores que los adultos sufren la presión de la publicidad y del mercado. Existe un desenfrenado cambio de hábitos sociales influyendo en su dieta la cual se ha vuelto desequilibrada, excesivamente calórica con un consumo escaso de verduras, legumbres y carnes magras. Según Cortés, Lasa, Etayo, y otros (2021) en general los adolescentes varones

presentan mayores ingestas que las niñas. Las recomendaciones en cuanto a la ingesta calórica en niños y adolescentes van a estar en función del sexo y de factores individuales como la maduración, ritmo de crecimiento, así como el grado de actividad física.

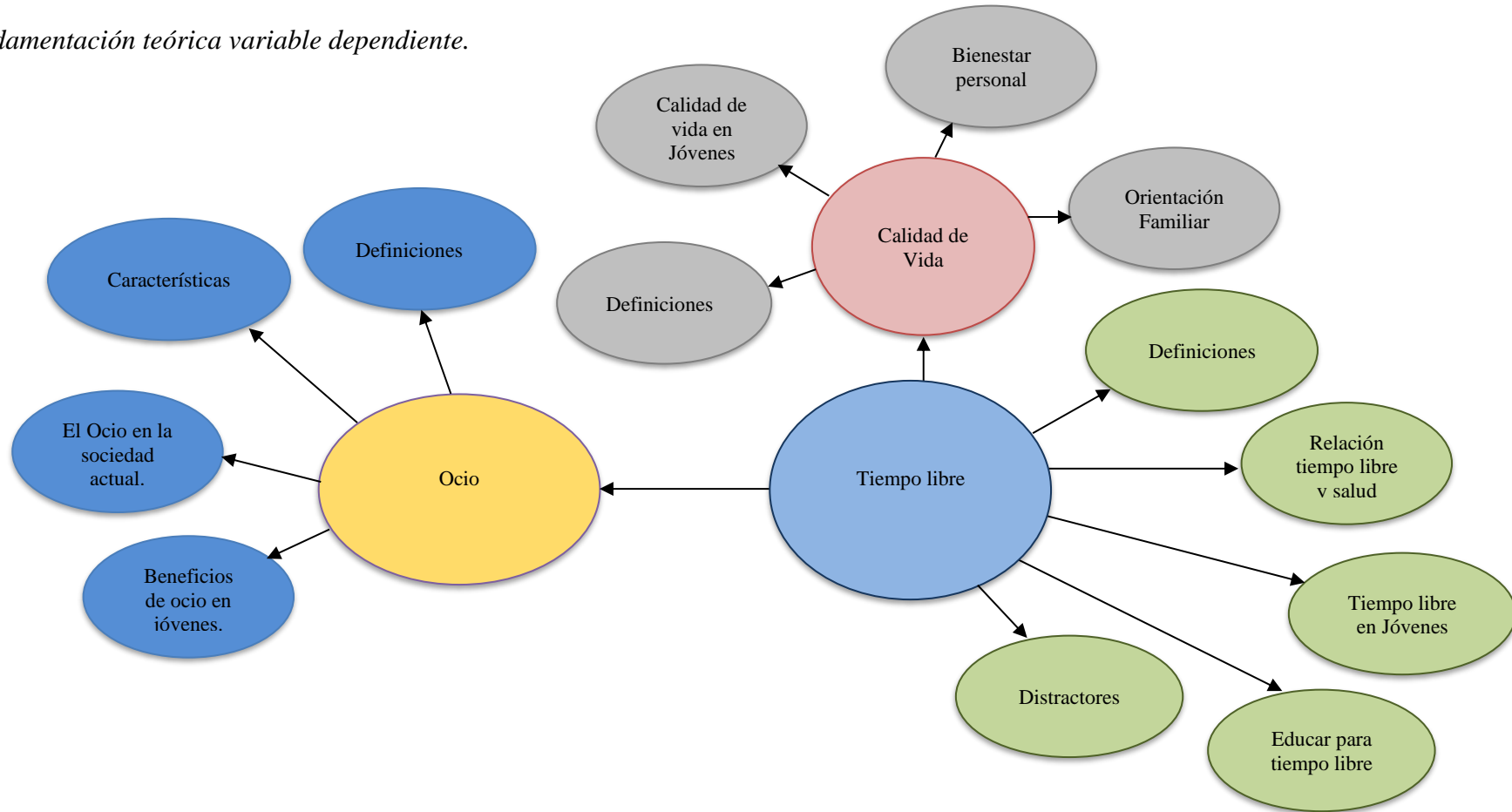
2.4.2.3.6. *Actividad física recreativa*

Estas actividades incluyen aquellas de carácter lúdico. Resulta importante que niños y adolescentes tengan la oportunidad de elegir la actividad física que quieren realizar y que sea de su agrado sin tener influencia adulta. Esta es una actividad óptima para la integración familiar y la interacción con pares (Dres & Bortolazzo, 2019). Laz y Tejeda (2018) definen la actividad física como una amplia variedad de actividades y movimientos en la que están incluidas actividades cotidianas como caminar, subir y bajar escaleras, bailar, tareas domésticas, de jardinería así también los ejercicios planificados. Así, este tipo de actividad significa una alternativa para reducir el estilo de vida sedentario de la sociedad actual.

2.4.3 Fundamentación Teórica Variable Dependiente.

Gráfico 4.

Fundamentación teórica variable dependiente.



Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

2.4.3.1. *Tiempo libre*

2.4.3.1.1. *Definición*

Según Bermúdez, Ramírez, y Jaramillo (2016) el tiempo comprendido como aquel del que dispone una persona cuando sus obligaciones y necesidades han sido cumplidas es denominado “tiempo libre”. Es decir, el tiempo que queda luego del trabajo, estudio, las reuniones familiares o tiempo de pareja. Muñoz y Salgado (2021) lo definen como aquel que no es productivo económicamente no obstante el contar con este tiempo es un indicador de calidad de vida.

Por otra parte, según Fernandez (2018) la OMS y la Unesco han declarado a favor de que el tiempo libre sea considerado como un factor promotor del desarrollo de los grupos y pueblos. El tiempo libre abarca un complejo conjunto de ideologías, comportamientos y significados socialmente contruidos, delimitados culturalmente, que tienen una dimensión política y económica y que se basan en el modo de producción y distribución de una economía mundial neoliberal (Muñoz & Salgado, 2021).

2.4.3.1.2. *Relación tiempo libre y salud*

La disposición de tiempo libre tiene una relación estrecha con la salud pues este contribuye al estado anímico de los estudiantes, equilibra procesos psíquicos y de conducta social (Castañeda, y otros, 2018). Guevara, Urchaga, y Sánchez (2019) aluden que los medios tecnológicos de pantalla como medios de entretenimiento en el tiempo libre, usados cada vez con más frecuencia en la población adolescente, volviéndolos sedentarios. La disminución de actividad física ha traído consigo problemas como el sobrepeso y la obesidad y padecimientos consecuentes como el riesgo cardiovascular, enfermedades como la hipertensión, la diabetes mellitus tipo 2 y enfermedad coronaria.

2.4.3.1.3. *El tiempo libre en jóvenes*

Según González (2018) las necesidades y preferencias recreativas de los adolescentes son diversas y cambiantes en el tiempo. Estas dependen de sus intereses personales, algunos

prefieren recrearse con actividades en solitario y otros en grupos de amigos, la edad de las personas, el número y el espacio donde se va a realizar son factores influyentes. Además, Hurlock (1994) citado por (Gonzalez, 2018) indica que la oportunidad de realizar actividades en su tiempo libre no la disponen todos los adolescentes dependiendo de factores como la zona geográfica, su condición social y su ambiente donde se desenvuelve. Todo lo señalado anteriormente juega un rol importante en definir las actividades de interés para el adolescente.

Respecto al tiempo libre en jóvenes Ojeda, Sánchez, Valverde, Ochoa, y Correa (2017) mencionan que la personalidad de los adolescentes y su relación con el entorno y demás personas se ve influenciado por el uso de su tiempo libre. Es preciso observar cómo disponen su tiempo libre los adolescentes a fin de conocer si existe riesgo de desarrollar prácticas y conductas inapropiadas que pudieran repercutir negativamente en su vida. La tendencia de los adolescentes de imitar a sus iguales, seguir modas y tendencias de comportamiento en especial en su grupo de amigos los hace proclives a caer en actividades poco recomendables si su entorno de amigos no es bueno.

2.4.3.1.4. Educar para el tiempo libre

Según Barrientos (2020) el alumno no es hábil para por sí solo notar cuando es un momento sin hacer nada o cuando en realidad es “tiempo libre” y sumado a esto, no están preparados para saber qué hacer en estos momentos realizando actividades no productivas. Es primordial que la sociedad se centre en educar y formar a los adolescentes con un desarrollo integral con los ámbitos físico, deportivo y recreativo. Es preciso analizar cuáles son las actividades que lleva a cabo el adolescente en su tiempo libre para con esta información desarrollar programas de actividad física y recreación. Charlas, exhibiciones deportivas, campeonatos son formas de promover la actividad física en adolescentes (Marcillo, 2019).

2.4.3.1.5. Distractores

Para Montaña (2019) uno de los distractores es el teléfono celular alejando a los adolescentes de la realidad que viven. Redes sociales como WhatsApp y Facebook se han convertido en un referente de los jóvenes, siendo distractores y restando tiempo de sus

estudios e implicando efectos negativos como la disminución del hábito de lectura y por ende la baja comprensión lectora, copias de trabajos escolares o incluso su omisión (Chambi, 2018).

2.4.3.2. Ocio

2.4.3.2.1. Definición

Tosawa, García, y Dantas (2017) mencionan que el término “Ocio” proviene de la palabra latina “licere” que significa ser permitido. Este término surgió en la civilización grecorromana, considerándose como “algo que se contrapone al trabajo”. En dicha época, el ocio era primordial para los hombres que se dedicaban a actividades físicas, la filosofía, la literatura y las artes. El ocio puede implicar diversión, recreación, distracción, relajación y desarrollo intelectual; podemos denominarlo como actividad o inactividad voluntaria.

Maroñas, Martínez, y Gradaílle (2019) destacan la percepción del ocio que surgió durante la Revolución Industrial, durante esta época de relevancia histórica, la clase trabajadora se enfrentaba a condiciones de vida deficientes y jornadas laborales abusivas. Conscientes de esta situación surgen movimientos sociales reivindicativos exigiendo que las condiciones laborales mejoren entre las exigencias estuvieron las mejoras salariales y la reducción de jornada laboral surgiendo el concepto de tiempo libre entendiéndose este como tiempo liberado de trabajo.

2.4.3.2.2. Características del ocio

Se ha revelado mediante un estudio del ocio en África que en las comunidades autóctonas africanas ya existían actividades de ocio con característica de lo que hoy conocemos como ocio educativo. Las filosofías holísticas y colectivistas, así como su carácter naturocéntrico destacan formas centenarias de ocio educativo tradicional que tiene relación al tiempo de convivencia en familia, amigos y la comunidad. Dentro de estas prácticas tenemos el ejercicio físico, concursos acrobáticos, festivales culturales y danzas colectivas, entre otros (Rocha, 2019).

Viloria, Moriche, y Valdivia (2021) caracterizan al ocio partiendo de tres enfoques:

- Individual: se caracteriza por el descanso, la recreación y el desarrollo personal. Sus actividades presentan diferentes funciones así tenemos como terapia, para el desarrollo educativo y humano.
- Social: muchas actividades son llevadas a cabo en sociedad adquiriendo un carácter simbólico; esto es un grupo reafirman su posición social frente a otros.
- Económico, las actividades de ocio se ejecutan por personas que tienen un poder adquisitivo holgado.

Independientemente del enfoque, el uso adecuado del tiempo libre debe dirigirse al disfrute de los descansos del trabajo y una recreación placentera lo que en consecuencia representa beneficios para la salud repercutiendo en una mayor productividad en las labores diarias (Viloria, Moriche, & Valdivia , 2021).

2.4.3.2.3. El ocio en la sociedad actual

Los tiempos de ocio son considerados hoy en día como una dimensión ineludible adquiriendo así una creciente relevancia social siendo clave en la vida de las personas. Lamentablemente la realidad de la sociedad actual donde los ritmos son frenéticos, la organización y uso del tiempo se ha visto modificado considerablemente siendo la actividad productiva, el eje central de la vida cotidiana. Nos encontramos entonces en una situación paradójica donde si bien se reconoce el valor de disponer un tiempo de ocio y hasta un derecho humano en la realidad este pasa a ser relegado (Maroñas, Martínez, & Cradaille, 2019).

2.4.3.2.4. Beneficio del ocio en jóvenes

Según Crespo (2019) los beneficios del ocio se pueden analizar detalladamente tomando en cuenta la naturaleza de las actividades de permanencia (núcleo) y las novedosas (equilibrio). Las primeras aluden a prácticas cotidianas, poco estructuradas y generalmente circunscritas al hogar tales como ver la televisión, escuchar música, leer, jugar, entre otras. Estas permiten el refuerzo de límites, roles y normas familiares y favorecen a comunicación, confianza y cercanía de los miembros de la familia.

Otros beneficios del ocio y la recreación los mencionan Cuenca y Monteagudo (2017) tenemos así:

- Son un aspecto determinante del estado de salud siendo esencial para esta.
- Esencial para la calidad de vida.
- Son clave para un desarrollo humano equilibrado ya que ayuda a las personas a alcanzar su potencial.
- Favorece la construcción de familias fuertes y comunidades saludables.
- Reducen las conductas antisociales y autodestructivas.
- Ayudan a la economía pues son generadores económicos significativos.
- Reducen los gastos en cuidado de salud, justicia, servicios sociales y policía.

2.4.3.3. Calidad de vida

2.4.3.3.1. Definición.

La calidad de vida hace referencia a la calidad de la situación de vida de una persona, así como la satisfacción de experimentar esta. Involucra las expectativas y aspiraciones personales y sus componentes subjetivos y objetivos (Ceron, 2018). Martín (2018) define la calidad de vida como la percepción de individuo sobre su propia vida, de su contexto, cultura, valores y normas con las que se desenvuelve y se encuentra vinculada íntimamente con sus expectativas y objetivos. La calidad de vida es sinónimo de buena salud y bienestar individual y social trayendo beneficios para la autoestima, interacción social, estética y autopercepción en los adolescentes (Ceron, 2018).

2.4.3.3.2. Calidad de vida en jóvenes

Según Colque y Rengifo (2021) la calidad de vida en jóvenes se relaciona con sentimientos de bienestar, actitudes positivas satisfacción con uno mismo, relaciones interpersonales influyendo en la salud psicosocial. Los adolescentes suelen no estar conscientes de su importancia, de la relevancia de una correcta alimentación y la práctica

regular de ejercicio físico y si bien se ha evidenciado los beneficios de la práctica de actividad física regular, no obstante, los índices de sobrepeso en adolescentes son preocupantes (Sánchez, Martí, Gómez, Valenzuela, & Asencio, 2018).

Además, numerosos autores han advertido que se denota una disminución progresiva de la actividad física y deportiva por parte de los adolescentes. Se realizó un estudio con escolares de la región de Murcia, España donde se analizó los niveles de Actividad Física (AF), así como las motivaciones para su práctica y abandono, esto mediante diversos cuestionarios. Los resultados demostraron que existen bajos niveles de AF y un poco “aprovechamiento activo” del ocio, se evidencio que existe una disminución de la actividad física con el aumento de la edad y que la práctica de AF es menor en chicas que en chicos (Sánchez, Martí, Gómez, Valenzuela, & Asencio, 2018).

2.4.3.4. Bienestar personal

El bienestar personal está relacionado con la apreciación del ser humano a su realidad, su cultura y la práctica de valores estando en concordancia con las posibilidades, la finalidad, reglas y sus incomodidades. Se trata de un equilibrio tanto del estado de salud física como psicológico, autonomía, relaciones sociales, así como su relación con el ambiente (Chacon, 2020). Para Llano (2020), el bienestar personal refiere a la calidad emocional de la vida de cada persona, valorando emociones tanto positivas como negativas. Este puede evidenciarse tanto de forma objetiva en los aspectos físicos de la persona como subjetiva es decir en los estados psicológicos y emocionales influyendo en la salud, funcionamiento y autonomía de los individuos.

2.4.3.5. Orientación familiar

Según Guerra, Márquez, y Hernández (2018) la orientación familiar consiste en un proceso donde determinadas instituciones influyen a la familia a fin de ayudarla a la mejora de determinadas funciones. La familia es preparada a nivel cognitivo, afectivo y procedimental, esta orientación debe ser permanente y debe darse a lo largo de todo el periodo de formación educativa de los hijos de la familia.

Dupeyrón, Cabrera, Pérez, y González (2021) mencionan que la orientación familiar es un pilar del desarrollo educativo y el camino idóneo para dar continuidad al proceso educativo. Por ello la familia es la estimuladora principal de la autonomía de los niños y guiada por los educadores aportan al desarrollo de los infantes. Las primeras emociones y conocimientos para la vida en sociedad son provistos por la familia, siendo esta la mediadora entre la sociedad y el individuo.

CAPÍTULO III

3.1.METODOLOGIA

3.2. Enfoque de la investigación

3.2.1. Cuantitativo

Tiene un enfoque cuantitativo porque una vez aplicado las encuestas pre y post aplicación de la guía de juegos tradicionales se cuantifico los datos obtenidos para visualizar de forma numérica los resultados obtenidos. La información recopilada en esta investigación fue tabulada mediante el programa SPSS y analizada para cuantificar el grado de conocimiento que poseen los estudiantes respecto a los juegos tradicionales quienes han sido objeto de estudio y han recibido el material didáctico de la guía.

3.2.2. Cualitativo

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo porque se tomó en cuenta las cualidades que los juegos tradicionales permiten desarrollar por parte de los jóvenes estableciéndolo como un recurso para el aprovechamiento del tiempo libre con el objetivo de contribuir con el fortalecimiento de los estudiantes de la Institución Educativa Nicanor Larrea.

3.3. Tipo de investigación

3.3.1. Exploratorio

La investigación es de tipo exploratorio dado que se realizó un sondeo la problemática de manera global a fin de facilitar el planteamiento del problema y conocer así el aporte de los juegos tradicionales para el aprovechamiento de tiempo libre en la Unidad Educativa Nicanor Larrea.

3.3.2. Cuasi experimental

Los diseños cuasiexperimentales “Manipulan deliberadamente al menos una variable independiente para observar sobre las variables dependientes. Los sujetos no se asignan al azar sino ya están conformados antes del experimento” (Hernández y otros 2018, pág. 151).

El diseño de la investigación fue cuasiexperimental, pues solo se manipuló la variable: juegos tradicionales, y se identificó si hay un impacto significativo en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes.

3.4. Modalidad de investigación

3.4.1. De campo

La modalidad de investigación de campo se obtiene de la información in situ, es decir en el sitio donde está ocurriendo el fenómeno o la problemática (Ortiz Ramírez, 2019). Mediante una encuesta se recolectó información de los estudiantes de la Unidad Educativa Nicanor Larrea.

3.5. Diseño de la Investigación

3.5.1. Longitudinal

La investigación longitudinal obtiene la información de diversos hitos temporales, con los cuales se puede realizar inferencias en relación al fenómeno y su evolución (Hernández, Fernández, & Baptista, 2018).

La investigación fue longitudinal pues se realizó una medición de datos antes y después de la aplicación de la propuesta.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de la información

3.6.1. Técnica

Para la recolección de datos se aplicó una encuesta a los estudiantes con el fin de determinar su realidad en base a las variables de estudio.

Según López y Fachelli (2016) la encuesta es una técnica de recogida de datos que utiliza la interrogación de los sujetos a fin de obtener de manera sistemática medidas sobre los conceptos que proceden de la problemática en investigación.

3.6.2. Instrumento

Para la recolección de datos se aplicó una encuesta misma que fue adaptada de otros instrumentos validados y aplicadas en investigaciones previas, donde la orientación de las preguntas tenga relación con la temática de investigación y se encamine a verificar el conocimiento de los juegos tradicionales y el uso correcto del tiempo libre de los individuos seleccionados como muestra en la presente investigación; Por lo cual, se aplicó juegos tradicionales en los estudiantes de la unidad educativa. La encuesta fue adaptada de (Torres, 2014) donde aplicó juegos tradicionales en los estudiantes del centro Educativo Integral Cerit de Latacunga, así mismo (Bula, De la Espriella, Guerra, & Vergara, 2015) aplicó “Los juegos tradicionales como estrategia lúdica para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de grado 4° de la Institución Educativa Los Galanes”. La encuesta constó de 15 preguntas mismas que se distribuyeron en preguntas con las opciones de “sí y “no”, preguntas de frecuencia y una pregunta de opción múltiple, que fueron aplicadas a los estudiantes para obtener información que permitió cumplir con los objetivos planteados. Ver Anexo 1.

3.7. Población de estudio

La población de estudio son los estudiantes de bachillerato General unificado de pertenecientes a primero, segundo y tercero con sus respectivos paralelos cada uno de la Unidad Educativa Nicanor Larrea que en total son 290 estudiantes.

3.8. Tamaño de la muestra

El tamaño de la muestra es de 70 estudiantes pertenecientes a Segundo año de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Dr. Nicanor Larrea. Estos pertenecen a

diferentes paralelos distribuidos de la siguiente manera: Estudiantes de 2 BGU paralelo A con 20, paralelo B con 24 y el paralelo C con 26 estudiantes.

Tabla 5.

Población y muestra.

Población	Muestra	Género	Cantidad
290	2 BGU A	Masculino	8
		Femenino	12
	2 BGU B	Masculino	15
		Femenino	9
	2 BGU C	Masculino	10
		Femenino	16
Total:			70

Fuente: U.E. Dr. Nicanor Larrea

Elaboración: Jonathan Tenezaca.

3.9. Métodos de análisis y procesamiento de datos

La encuesta se digitalizó mediante la plataforma Google forms en la cual cada estudiante fue registrando sus respuestas a cada interrogante realizada. Una vez aplicadas las encuestas a los 70 estudiantes objeto de estudio se generó un archivo CSV mismo que se importó al software Microsoft Office Excel en donde se creó una base de datos. La información generada se organizó y se tabuló las respuestas a cada pregunta por individual con el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), con el mismo software se realizaron gráficos que permitieron representar y analizar de manera visual los resultados obtenidos.

Mediante SPSS los datos se codificaron con el fin de determinar una correlación bajo el método de T de Student, y si la aplicación de la guía de juegos tradicionales dio resultado ayudando aprovechar correctamente el tiempo libre de los estudiantes, en la pre intervención prefieren el uso del celular u otras actividades que no contribuye al desarrollo de los estudiantes.

CAPÍTULO IV

4.1.RESULTADOS

4.2. Resultados de prueba (Pre test y Post test)

- **Pregunta N.º 1** ¿Conoce usted sobre los juegos tradicionales?

Tabla 6. Evaluación pre sobre conocimiento acerca de los juegos tradicionales

Evaluación pre sobre conocimiento acerca de los juegos tradicionales.

RESPUESTA	ESTUDIANTES	PORCENTAJE
SÍ	24	34,29%
NO	46	65,71%
Total	70	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

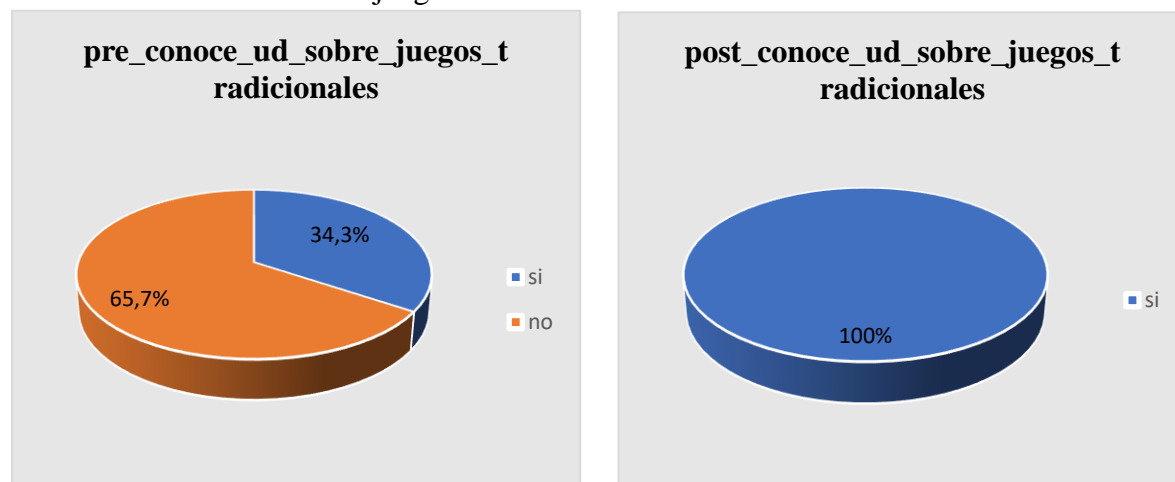
Tabla 7.

Post evaluación sobre conocimiento acerca de los juegos tradicionales

RESPUESTA	ESTUDIANTES	PORCENTAJE
SÍ	70	100%
NO	0	0%
Total	70	100%

Gráfico 5.

Conocimiento acerca de los juegos tradicionales



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Análisis:

Mediante la encuesta previa a la sociabilización de la guía de juegos tradicionales se determinó que un 65,7% de los estudiantes no tienen conocimiento sobre los juegos mientras que un 34,3% mencionó conocer sobre estos juegos. Sin embargo, en la encuesta post socialización de la guía de juegos tradicionales, el 100% de las personas objeto de estudio mencionaron que si tienen conocimiento sobre los juegos tradicionales.

- **Pregunta N.º 2** ¿Qué juegos tradicionales usted practica?

Tabla 8.

Pre evaluación sobre sobre lo juegos tradicionales practicados.

RESPUESTA	ESTUDIANTES	PORCENTAJE
Carrera de Sacos	10	14,29%
Rayuela	7	10,00%
Saltar la cuerda	4	5,71%
El trompo	3	4,29%
Canicas	4	5,71%
Escondidas	5	7,14%
Gallinita ciega	5	7,14%
Encantados	2	2,86%
Ningún juego	30	42,86%
Total	70	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Tabla 9.

Post evaluación sobre los juegos tradicionales practicados.

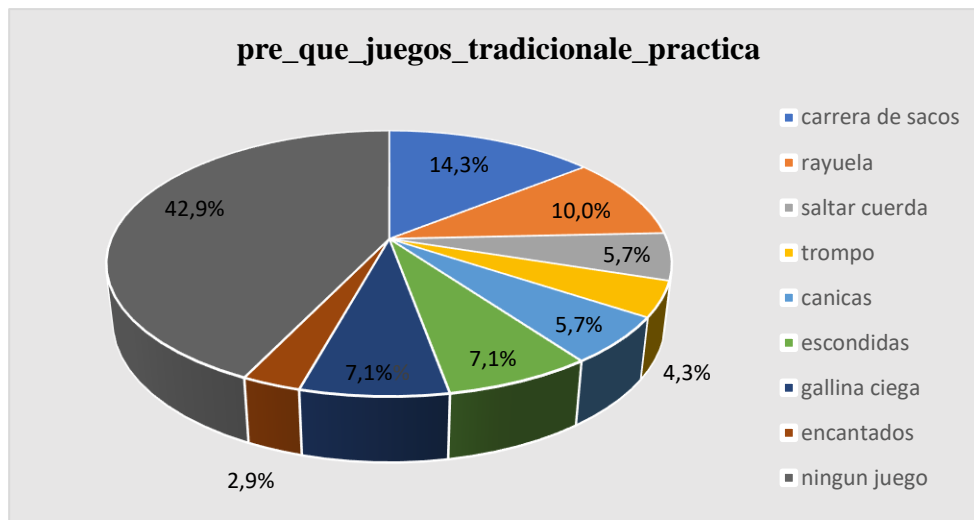
Respuesta	Estudiantes	Porcentaje
Conozco los 8 juegos tradicionales	70	100%
Desconozco los juegos	0	0%
Total	70	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Gráfico 6.

Juegos tradicionales practicados.



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Análisis:

El juego más practicado es la carrera de sacos con un 14,3%, seguido de la rayuela con un 10%, la gallina ciega, las escondidas con un 7,1%, la canica, saltar la cuerda con un 5,7%, el trompo con un 4,3%, y los encantados con un 2,9%. Por otro lado, los encantados es el juego menos practicado por solo 2 estudiantes y un 42,9% de estudiantes mencionan no practicar ninguno de estos juegos. Sin embargo, en la evaluación post aplicación de la guía de juegos tradicionales el 100% de los encuestados mencionaron que conocen los 8 juegos difundidos.

- **Pregunta N° 3.** ¿Con que frecuencia práctica los juegos tradicionales?

Tabla 10.

Pre evaluación sobre frecuencia de práctica de los juegos tradicionales

RESPUESTA	ESTUDIANTES	PORCENTAJE
Mucho	10	14,29%
Poco	15	21,43%
Nada	45	64,29%
Total	70	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

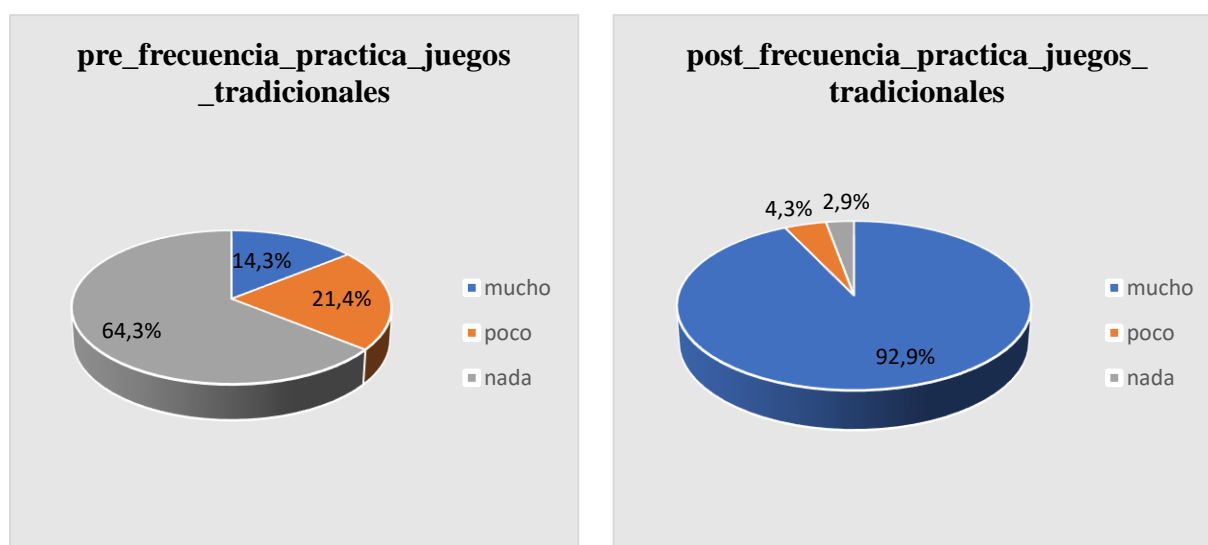
Tabla 11.

Post evaluación sobre frecuencia de práctica de los juegos tradicionales

RESPUESTA	ESTUDIANTES	PORCENTAJE
Mucho	65	92,9%
Poco	3	4,3%
Nada	2	2,9%
Total	70	100%

Gráfico 7.

Frecuencia de práctica de los juegos tradicionales.



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Análisis:

Los resultados mostraron que el 64,3% de los estudiantes reconoce que la frecuencia con la que practican los juegos tradicionales es nula, un 21,4% los practican con poca frecuencia y solo un 14,3% de los encuestados practican los juegos tradicionales con mucha frecuencia. Por otra parte, posteriormente a la aplicación de la guía de juegos tradicionales el 92,9% de las personas encuestadas mencionaron que practican los juegos con mucha frecuencia, el 4,3% poco y finalmente el 2,9% nada.

- **Pregunta N.º 4:** ¿Cree usted que los juegos tradicionales han desaparecido con el transcurso del tiempo

Tabla 12.

Pre evaluación desaparición de los juegos tradicionales con el tiempo

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Si	52	74,3
No	18	25,7
Total	70	100

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Tabla 13.

Post evaluación de desaparición de los juegos tradicionales con el tiempo

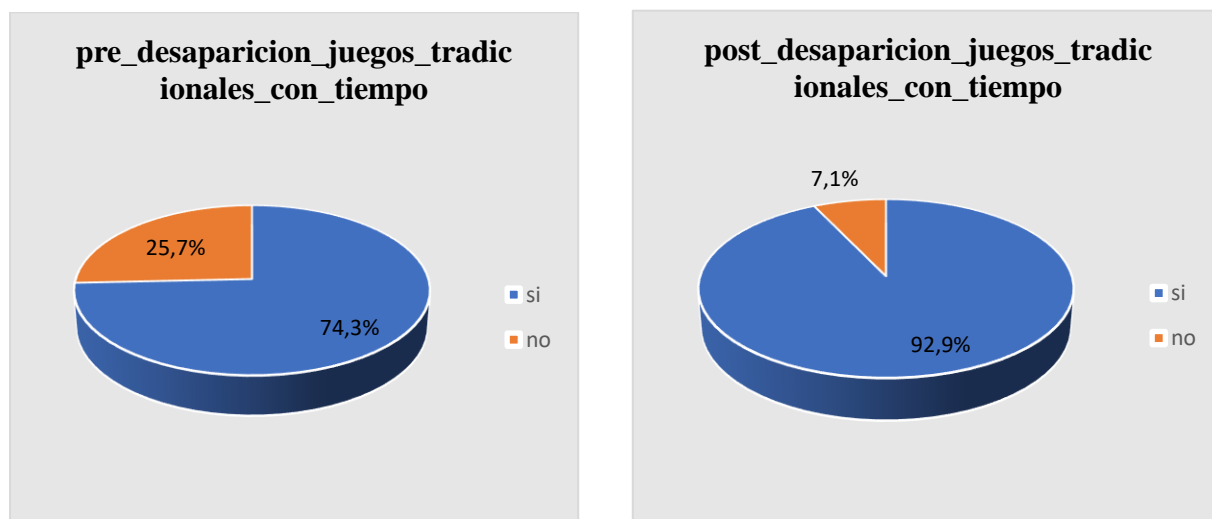
Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Si	65	92,9
No	5	7,1
Total	70	100

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Gráfico 8.

Evaluación pre de desaparición de los juegos tradicionales con el tiempo.



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Análisis:

El 74,3% de los estudiantes encuestados coinciden en que con el transcurso del tiempo los juegos tradicionales han ido desapareciendo mientras que el 25,7% discrepa de esta opinión y percibe que los juegos tradicionales no han ido desapareciendo. Por otra parte, en la post evaluación la gráfica mantiene los resultados un 92,9% menciona que si ha desaparecido los juegos tradicionales con el traspaso del tiempo y apenas un 7,1% menciona que no.

- **Pregunta N.º 5.** ¿Conoce usted si se realizan proyectos para rescatar los juegos tradicionales en la institución?

Tabla 14.

Pre evaluación de proyectos para rescatar juegos tradicionales en la Institución.

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Si	13	18,6
No	57	81,4
Total	70	100

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Tabla 15.

Post evaluación de proyectos para rescatar juegos tradicionales en la Institución.

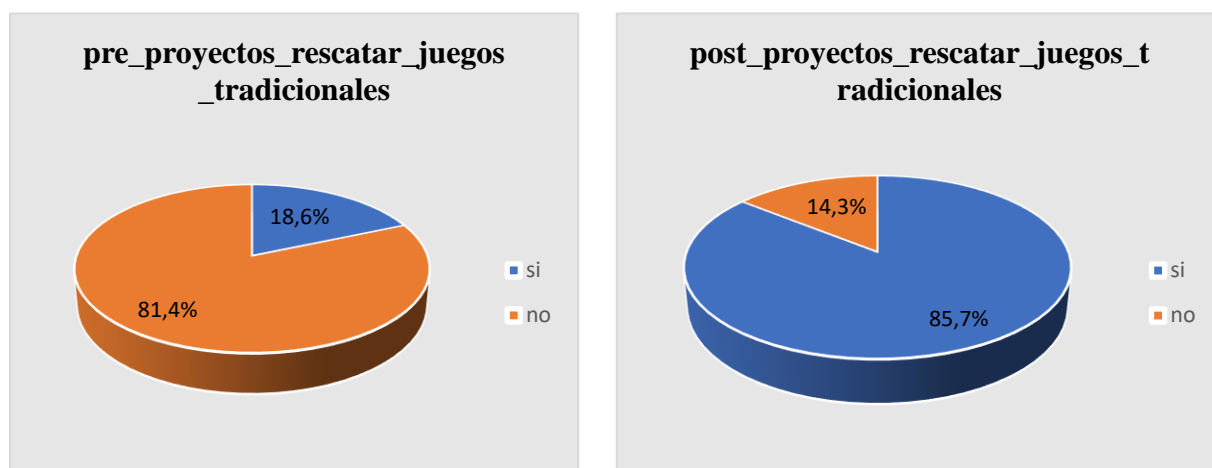
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Si	60	85,7
No	10	14,3
Total	70	100

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Gráfico 9.

Proyectos para rescatar juegos tradicionales en la Institución.



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Análisis:

Los resultados muestran que un 18,6% de los estudiantes encuestados conocen acerca de proyectos en la institución para rescatar juegos tradicionales. No obstante, un 81,4% desconoce de dichos proyectos. En la evaluación post aplicación de la guía de juegos tradiciones se obtuvo que el 85,7% de personas conocen de la aplicación de proyectos nuevos para rescatar los juegos tradicionales y el 14,3% desconocen de la información al respecto.

4.2.1 Grado de relación pre y post del diseño de la guía de juegos tradicionales.

Tabla 16.

Relación pre y post del diseño de la guía de juegos tradicionales

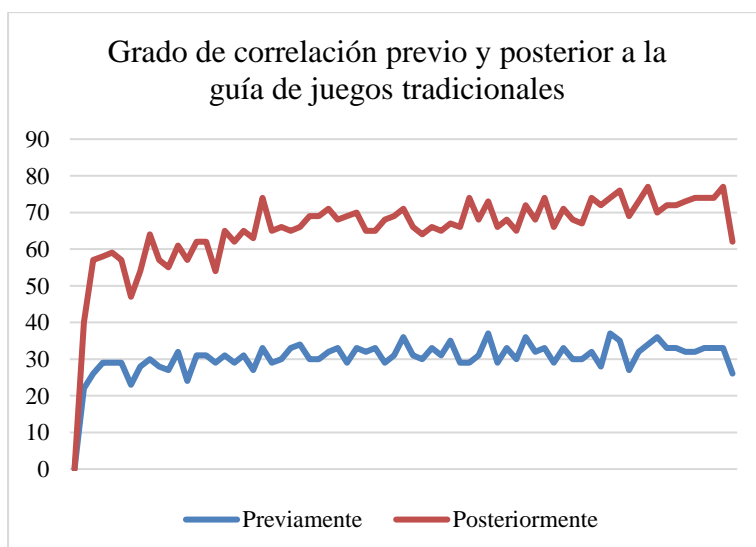
	Diferencias emparejadas T student							Sig. (bilateral)
	Media	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia		t	gl	
				Inferior	Superior			
Pre tiempo libre	-4,000	3,722	,445	-4,888	-3,112	-8,991	69	,000
Post tiempo libre								

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

La herramienta estadística que se utilizó para examinar las diferencias entre dos muestras independientes y pequeñas que tengan distribución normal y homogeneidad en sus varianzas, por lo cual la prueba estadística paramétrica T student para diferencias emparejadas un pre y post, donde se puede observar un grado de significancia bilateral de 0,00 obteniendo un resultado P valor = < 0,01 con un grado de significancia bilateral muy significativo demostrando que la intervención de actividad física basado en una guía de juegos tradicionales si se tuvo su efecto positivo.

Gráfico 10.

Grado de correlación previo y posterior a la guía de juegos tradicionales



Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

El gráfico 10 permite observar una relación positiva donde se muestra una covarianza en el mismo sentido. Demostrando que incorporar programas recreativos los estudiantes pueden aprovechar correctamente el tiempo libre, pudiendo lograr un menor uso del celular; contribuyendo al desarrollo de actividades físicas y salud mental.

La encuesta realizada posteriormente a la aplicación de guías recreacionales con juegos tradicionales muestra una tendencia superior a los datos evaluados antes de la socialización de este tipo de prácticas. Evidenciando que incorporar más seguido este tipo de actividades lúdicas, mayor será el interés para la práctica y dejar el uso excesivo del celular en horas libres por parte de los estudiantes.

4.3. Interpretación de resultados

Mediante la pregunta 1 de la encuesta, se determinó que la mayoría de los estudiantes, 46 de los 70 encuestados, desconoce los juegos tradicionales denotando así que estos juegos se han ido perdiendo a lo largo de los años. Si bien mayoría de estudiantes practican alguno de los juegos tradicionales se evidencia a través de la pregunta 2 que existe un número considerable de alumnos que no practican ninguno de estos juegos, denotando la necesidad de promoverlos para cambiar estas estadísticas.

La información obtenida con la pregunta 3 denota que un alto porcentaje de los estudiantes no practican los juegos tradicionales lo que muestra la necesidad de introducir estos juegos a los estudiantes, así como incentivar su práctica. La mayoría de los estudiantes al responder la pregunta 4 coinciden que los juegos tradicionales han ido desapareciendo con el transcurrir del tiempo, esto tiene congruencia con los resultados de las demás preguntas detalladas previamente pues muchos estudiantes no conocían de dichos juegos y muchos no los practican.

La pregunta 5 puso en evidencia que existe un alto desconocimiento por parte de los estudiantes respecto a los proyectos para rescatar los juegos tradicionales dentro de la institución lo cual hace notar que es importante una mayor difusión de estos proyectos, así como implementación de nuevos proyectos que permitan el rescate de los juegos tradicionales.

4.4. Discusión

Si bien con el avance tecnológico niños y adolescentes han disminuido la práctica del juego en su tiempo libre y los juegos que tradicionalmente se jugaban en parte han sido reemplazados por otras actividades, el estudio demostró que la mayoría de estudiantes encuestados (65,71%) aceptó no conocer los juegos tradicionales. En el estudio “La actividad física con énfasis en juegos tradicionales para potenciar la coordinación” como resultado de una encuesta aplicada a estudiantes se obtuvo que estos tienen conocimiento de los juegos tradicionales (Rodríguez-Páez, Reyes-Acuña, & Quintero-Barajas, 2018). En otro estudio realizado en una Institución educativa de Ambato, el autor reporta como resultado de una encuesta que el 80% de estudiantes conoce y ha jugado algún juego tradicional siendo el más practicado “la rayuela” (Bonilla, 2019).

Los resultados obtenidos fueron favorables respecto al gusto de los estudiantes por el juego siendo el 71,43% a quienes les gusta jugar “siempre” y al 15,71% “casi siempre”; no obstante, diversos estudios han demostrado que dentro de las actividades preferidas por los adolescentes en su tiempo libre no está el juego. Un estudio realizado en Colombia evidencia que el 92,7% de estudiantes encuestados gustan del ocio digital y 87,6% de ver televisión (Calderon & Tovar, 2019); así también, otro estudio en España evidenció que el 85% de encuestados escucha música en su tiempo libre, el 66% juega video juegos y un 66% realiza labores del hogar (de Valenzuela Bandín, Martínez García, & Escobar Arias, 2021).

Respecto a la convivencia de los padres con los estudiantes durante el juego la mayoría de encuestados, el 57,14%, expresó que los padres juegan con ellos “a veces” evidenciando un poco involucramiento de los padres en el juego con sus hijos. Pérez y otros (2021) indagó respecto al involucramiento de la familia en actividades recreativas y juegos determinando que apenas el 26,7% de los encuestados mencionan que toda la familia participa de estas actividades y juegos y el 33,5% mencionó que solo uno de los padres se involucra (p. 108). Otro estudio llevado a cabo en Colombia obtuvo también como resultado que las familias dedican poco tiempo al juego con sus hijos dedicando el 90% un promedio de 15 a 20 minutos al día (Canoles, Peñaranda, Peña, & Mejía, 2022).

Por otro lado, se observa una alta permisión por parte de los padres respecto a ver televisión en los tiempos libres pues 42,86% de los estudiantes mencionan que se les permite siempre ver televisión y otro 42,86% casi siempre; estos resultados concuerdan con Soto (2019) concluyó también en su estudio realizado en el cantón Baba, provincia de Los Ríos, que existe poco control parental respecto al tiempo que pasan sus hijos viendo televisión siendo en el 50% de los casos más de dos horas el que dedican a esta actividad (p. 14). Así mismo Díaz y Moreno (2021) en su estudio realizado en Bogotá, Colombia determinó que 60,47% de los estudiantes pasan de 2 a 4 horas frente al televisor e inclusive un 6,98% de 4 a 6 horas y un 2,32% de 6 a 8 horas diarias frente al televisor denotando falta de control de los padres frente al televisor (p. 142).

Respecto al acceso a videojuegos e internet también se obtuvo un porcentaje alto de acceso, el 50% de los estudiantes admitió que lo hace siempre y un 28,57% casi siempre. Estos resultados concuerdan con los resultados de Piqueras-Rodríguez (2019) quien llevó a cabo un estudio en el que analizó el uso del internet por parte de adolescentes obteniendo que el 45,4% hace uso de este a diario y que el 61,9% lo usa por más de 2 horas (p. 134). Por otro lado, en México se llevó a cabo un estudio en el que se obtuvo que el 33,8% hace uso de los videojuegos a diario mientras que un 11% los usa entre 4 a 5 días a la semana (Sánchez-Domínguez, Telumbre-Terrero, & Castillo-Arcos, 2021). Por lo tanto, los estudiantes ahora utilizan mucho el internet y los vídeos juego situación que influyen la falta de práctica de los juegos.

En cuanto al juego dentro del ambiente escolar, de los estudiantes encuestados la mayoría (58,57%) mencionó que la Institución realiza actividades que involucra el juego “a veces” y solo un 18,57% piensa que lo hace “siempre”. Un estudio que buscó evaluar la influencia de la aplicación de metodologías lúdicas para el aprendizaje de cultura en niños y adolescentes obtuvo mediante una encuesta que el 32,5% de los niños y solo el 10% de adolescentes expresan que la Institución educativa ha buscado formas dinámicas de enseñar cultura (Barbecho-Benalcázar, Uyaguari-Guamán, & Torres-Toukoumidis, 2020).

De igual manera respecto a la motivación por parte de los docentes para que el alumnado practique el juego en sus ratos libres se obtuvo que el 61,43% de estudiantes opina que lo hacen a veces. Por otro lado, el 35,71% opina que la institución permite el juego en

ratos libres “a veces” y otro 35,71% que lo hace “casi siempre”. Camino-Herrera (2020), investigó acerca de las actividades de los estudiantes de bachillerato en el recreo esto mediante la observación y entrevistando docentes y directivos. La información obtenida demostró que los estudiantes no juegan en este espacio libre y que los docentes han aplicado ciertas estrategias como prohibir el uso del celular para motivar mayor convivencia no obstante la inactividad continua. Los docentes tampoco se involucran en actividades como el juego con los alumnos debido a ciertas restricciones que se tiene hoy en día notándose inclusive una alta inactividad por parte de los docentes también (p. 29).

El incorporar programas cuyas actividades lúdicas como juegos tradicionales que muchos estudiantes de cierta edad dejan de practicar o no conocen de ellos actualmente pueden lograr ocupar el tiempo libre que es mal utilizado logrando romper con ciertas malas costumbres como uso excesivo del celular, juegos en billares etc. Pues según los datos tomados después de la socialización referente a este tema se demostró una tendencia positiva. Una investigación realizada por la Unicef donde asegura que incorporar al sistema educativo ciertas actividades físicas, divertidas y desestresantes es una estrategia clave en el aprendizaje del estudiante (Unicef, 2018).

CAPITULO V

5.1.PROPUESTA

5.2.Datos Informativos

Título Del Proyecto:

“Guía de Juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba”.

Presentado Por:

Jonathan Estuardo Tenezaca Guaman

Tutor:

PhD. John Roberto Morales Fiallos

Beneficiarios:

Internos: Estudiantes de la Unidad Educativa Nicanor Larrea

Externos: Estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo

Ubicación: Av. Daniel León Borja 36-03 y Uruguay

Parroquia: Lizarzaburu

Tiempo estimado para la ejecución:

Inicio: noviembre 2022

Final: enero 2023

Equipo técnico responsable

La propuesta será ejecutada por el investigador

5.3. Antecedentes

En la Unidad Educativa Nicanor Larrea hasta la actualidad no se ha puesto en práctica métodos de enseñanza que permitan brindar un aprendizaje de mayor efectividad, mediante el uso del tiempo libre disponible para ejecutar actividades lúdicas con los estudiantes que forman parte de la Unidad Educativa.

5.4. Objetivos

Objetivo General

Elaborar una guía de juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo libre dirigida a los estudiantes de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de la ciudad de Riobamba.

Objetivos Específicos

- Socializar la guía de juegos tradicionales con las autoridades y docentes de la institución Nicanor Larrea.
- Escoger los juegos que más se adapten al tiempo libre dentro de la institución.
- Diseñar los juegos tradicionales propuestos en base a la planificación diaria.

5.5. Análisis de Factibilidad

La unidad educativa cuenta con canchas amplias, espacios libres para la implementación de los juegos tradicionales que se han diseñado para mejorar su estilo de vida y aprovechar el tiempo libre de los estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Nicanor Larrea de Riobamba.

Organizacional

La educación Ecuatoriana está estructurado mediante los ministerios y los ministerios están por distritos y los distritos a su vez por las unidades educativas y las mismas que están

ejecutadas por un rector, un vicerrector académico, un inspección general, las actividades por áreas y de una u otra manera tienen los espacios físicos delimitados y sus espacios verdes.

Económico y Financiero

Para poder llegar se aprovechó todos los implementos que la naturaleza y la institución nos prestan, para reducir el monto económico.

Legal

Se apoya en la Constitución Política del Estado, los cuales nos brindan y permiten la capacitación, apoyo a la práctica recreativa y como parte esencial para el buen vivir, por lo que de una u otra manera mediante estas normas, reglas que están impartidas queremos rescatar la práctica de juegos tradicionales, para que estos sean recordados y también aplicados no solo con el propósito del aspecto cultural sino con el propósito de mejorar la actividad física y poner en conocimiento a los niños y otras generaciones de la importancia de la práctica de estos juegos tradicionales.

5.6.Fundamentación Científico-Técnico

5.6.1. Guía de juegos tradicionales

Se establecen diversas opiniones de donde nace la palabra “guía de los juegos tradicionales”, el término de mayor credibilidad y con mayor aceptabilidad que proviene del gótico vitan, es decir; puede ser mirar u observar.

Según Gutiérrez (2022) “una guía es algo que tutela, rige u orienta”. A partir de esta definición, el término puede referirse a varios significados según el contexto. Una guía puede ser el documento que incluye los procedimientos para guiar algo o la información que hace referencia a un tema.

Así, la guía de actividades con juegos tradicionales se considera como un modelo para el alumno o el beneficiario hacia el desarrollo de acciones apropiadas, con los recursos necesarios y un tiempo determinado.

5.6.2. Fases para desarrollar una guía

Fase inicial: en esta fase se abre un preámbulo a la explicación de cómo se va a llevar a cabo la actividad, se busca lugar apropiado para el desarrollo, explicación de reglas y desarrollo de las mismas.

Fase intermedia: es la ejecución de la actividad planteada según el tiempo predestinado para la misma.

Fase de finalización; en esta fase se da las observaciones, se cumple penitencias y se da sugerencias para el próximo juego.

5.6.3. Contenidos a desarrollar

Para el desarrollo de una guía es importante tomar en cuenta los siguientes elementos:

Presentación: hace referencia a lo reflejado en la guía que se desarrolla, entre algunos puntos se encuentran; tema, datos generales, autor, fecha de publicación.

Objetivo general: La meta que se pretende alcanzar

Tiempo: Se da a conocer un tiempo determinado en base a las situaciones que se presenten.

Esquema de los contenidos: se plasman los puntos que se van a desarrollar en la guía.

Actividades a desarrollar: se detallan las actividades y cómo será su manera de aplicarlas.

Materiales o recursos: se refiere a los elementos que serán utilizados para efectuar las actividades.

Reglas: se dan a conocer normas o procedimientos que se deben llevar a cabo para desarrollar las actividades.

Para el diseño de las actividades se sugiere tener en cuenta:

- Tomar en consideración a quienes se dirige las actividades.

- Analizar la condición física de las personas que intervienen en las actividades.
- Verificar los elementos que dispone la institución para desarrollar las actividades y los que no poseen podrán adquirirse a través de auspicios.
- Establecer tiempos apropiados para la ejecución de actividades, horarios en los cuales todos puedan participar.

5.7. Metodología

La guía de juegos tradicionales se aplicará de acuerdo al horario establecido en las horas de Educación Física y de acuerdo a la planificación microcurricular correspondiente para Segundo de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba”, para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes, mismos que serán llevados a cabo en áreas adecuadas para el esparcimiento de los participantes.

5.8. Desarrollo de la propuesta (Ver anexo 2).

5.9. Evaluación

Tabla 17.

Plan de evaluación

¿A quién evaluar?	A los beneficiarios	A los estudiantes de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba.
¿Por qué evaluar?	Así se determina si los objetivos se cumplieron.	Porque acogió la propuesta y la ejecutó.
¿Para qué evaluar?	Para conocer si se mejoró el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes.	Para conocer la utilidad de la propuesta.
¿Qué evaluar?	La aplicación de la guía de Juegos tradicionales propuesta	La aplicación de cada juego tradicional sugerido.

¿Quién evalúa?	El responsable de la propuesta.	El investigador
¿Cuándo evalúa?	Después de ejecutada la propuesta.	Mensualmente después de ejecutada la propuesta.
¿Cómo evalúa?	Instrumento	Encuesta post
¿Con qué evalúa?	Cuestionario	Guías para la encuesta

Fuente: Investigación

Elaborado por: Tenezaca, J. 2022.

Administración de la propuesta

La presente propuesta, se plasma con la finalidad de poner en práctica una guía de juegos tradicionales mediante el uso del tiempo libre que poseen los estudiantes de la unidad educativa Nicanor Larrea, será llevada a cabo mediante la coordinación con autoridades y docentes, de tal manera que se pueden alcanzar los objetivos propuestos.

CONCLUSIONES

- Se determinó que; los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba actualmente practican juegos tradicionales, tales como: la carrera de sacos, este juego es representado por un 14,3%, seguido de la rayuela con el 10%, los resultados bajos se reflejan principalmente por el desconocimiento de este tipo de actividades, es por ello que mediante la encuesta el 65,7% mencionan que no poseen conocimiento respecto al tema motivo por el cual el 42,86% no practica ningún tipo de juego en su tiempo libre. Por otro lado, las actividades que los estudiantes llevan a cabo en su tiempo libre son: ver televisión, acceso a internet y videojuegos, en su gran mayoría tienen acceso a estos siempre o casi siempre.
- Se establecieron 12 actividades con sus variantes que rescatan a los juegos tradicionales por lo cual se estableció una guía o programas que constituye como una herramienta más en el sistema educativo, para que las autoridades y docentes de la institución puedan adecuar las instalaciones en diferentes espacios, pues el uso de estas prácticas a menudo en el tiempo libre logra mejorar en el desarrollo físico y mental de los estudiantes.
- Se aplicó la guía de juegos tradicionales a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Nicanor Larrea de Riobamba, en donde se determinó con el análisis estadístico mediante la herramienta T de Student para diferencias emparejadas un pre y post, donde se puede observar un grado de significancia bilateral de 0,00 obteniendo un resultado P valor = $< 0,01$ con un grado de significancia bilateral muy significativo demostrando que la intervención de actividad física basado en una guía de juegos tradicionales si se tuvo su efecto positivo.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda una introducción progresiva de los juegos tradicionales en el espacio educativo de los adolescentes, es precisa para la permanencia de estos juegos, los juegos a implementarse deben ser propios de la zona, a fin de rescatar su cultura y tradición. Así también, es necesario tomar en cuenta los juegos conocidos por los estudiantes para establecer la estrategia rescate de juegos tradicionales. Finalmente es importante llevar a cabo charlas para los padres mismas que los guíen sobre como establecer un adecuado control parental y delimiten el tiempo de acceso a la televisión, los videojuegos y el internet, así como fomentar mayor actividad física en sus hijos.
- Poner en práctica y socializar la guía de juegos tradicionales propuesta con toda la comunidad educativa, autoridades, docentes, alumnos y padres de familia, a fin de que en un trabajo sinérgico se promueva la recuperación de los juegos tradicionales, y la actividad física.
- En la Unidad Educativa Nicanor Larrea para crear mayor impacto se debe trabajar con los estudiantes los juegos tradicionales o populares continuamente con todas las variaciones existentes para mejorar las destrezas, habilidades y la coordinación de movimientos que requieren y les hacen falta a los alumnos para su correcto desarrollo motriz.

BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo Mora, J. L. (2020). *El juego y la recreación para el aprovechamiento del tiempo libre en tiempos de cuarentena [Tesis de grado]*. Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá-Colombia. Recuperado el 10 de Febrero de 2022, de https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/11446/1/UVD.T.EFIS_AcevedoMoraJorgeLuis_2020.pdf
- Bautista, C., Barragantes, J., & Gil, J. (2016). *Estado de arte de recreación, tiempo libre y ocio*. Bogotá, Colombia. Recuperado el 12 de Febrero de 2022
- Bermúdez, S., Ramírez, M., & Jaramillo, A. (30 de Mayo de 2016). Preferencias en el uso del tiempo libre de los estudiantes universitarios con enfoque en el sector turismo. *Revista CEA*, 2(4), 75-88. Recuperado el 10 de Febrero de 2022
- Budnyk, O., Mazur, P., Kondur, O., Smoliuk, S., & Palahniuk, M. (Julio – Septiembre de 2020). El problema del tiempo libre de los adolescentes en las regiones de montaña de Polonia y Ucrania. *Revista Inclusiones*, 7, 493-507. Recuperado el 11 de Febrero de 2022, de <http://revistainclusiones.org/pdf13/40%20VOL%207%20NUM%20ESPECIALJULIOSEPTIEMBRE2020ZZ.pdf>
- Castañeda, K. A., Sevilla, L. E., Calero, S., Romero Frómata, E., Torres Ramírez, A., & Romero Gómez, Y. (2018). Estado anímico en el tiempo libre de estudiantes que inician y culminan la Universidad. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(2). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002018000200004
- Colque, F., & Rengifo, E. (2021). *Clima social familiar y calidad de vida en estudiantes del Colegio Francisco García Calderón. Chivay – Arequipa, 2021*. Obtenido de https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/5226/Filemon_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Cortés, M., Alfaro, A., Martínez, V., & Veloso, B. (2019). Desarrollo cerebral y aprendizaje en adolescentes: Importancia de la actividad física. *Revista médica de Chile*, 147(1). doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872019000100130>
- Guerra, E., Márquez, A. M., & Hernández, E. (2018). La orientación familiar en apoyo a la labor logopédica para la corrección del rotacismo. *Margenes*, 6(3), 62-74. Obtenido de <https://revistas.uniss.edu.cu/bitstream/handle/123456789/7702/739-Texto%20del%20artículo-4296-1-10-20181220.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Laz, N. V., & Tejeda, R. (2018). Actividad Física recreativas y su incidencia en los niveles de obesidad, Caso de estudio Unidad Educativa Replic Manta. *REFCaIE*, 6(3).
- Mamani, A., Fuentes, J., & Machaca, M. (2017, Septiembre). Actividad física en adolescentes escolares de la ciudad de Puno. *Spotis*, 3(3), 525-541. Retrieved Febrero 12, 2022
- Morales, S. (2017). La importancia de la tradición en los procesos identitarios. *Ars Brevis*, 207-223. Recuperado el 2022 de Febrero de 2022
- Ojeda, L., Sánchez, J., Valverde, L., Ochoa, E., & Correa, R. (2017). La tecnología y el uso del tiempo libre (revisión). *Olimpia*, 14(45), 84-100. Recuperado el 10 de Febrero de 2022, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210522>
- Rodríguez, M., & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de corte transversal. *Revista médica sanitas*, 21(3), 141-146. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Fredy-Mendivelso/publication/329051321_Diseño_de_investigación_de_Corte_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseño-de-investigación-de-Corte-Transversal.pdf
- Alfaro, I. (2016). *Los juegos tradicionales como estrategia pedagógica para fortalecer la dimensión corporal en los niños del grado transición*. Tolima, Melgar, Colombia. Recuperado el 15 de Febrero de 2022
- Andrade, A. (2020). El juego y su importancia cultural en el aprendizaje de los niños en educación inicial. *Revista Ciencia e Investigación*, 5(2), 132-149. Recuperado el 15 de Febrero de 2022

Asamblea Nacional del Ecuador. (03 de 01 de 2003). *Portal único de trámites ciudadanos*.
Obtenido de <https://www.gob.ec/regulaciones/codigo-ninez-adolescencia>

Asamblea Nacional del Ecuador. (20 de 02 de 2015). *Ministerio del deporte*. Obtenido de
<https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf>

Ayala, J. (2016). *Los juegos tradicionales en el desarrollo de la expresion corporal en los niños de centro de educacion inicial [Tesis de Licenciada en Ciencias de la Educacion]*. Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba. Obtenido de
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/1833/1/UNACH-FCEHT-TG-E.PARV-2016-000051.pdf>

Barbecho-Benalcázar, M., Uyaguari-Guamán, J., & Torres-Toukoumidis, Á. (2020). Análisis descriptivo del juego como herramienta para aprender sobre el patrimonio cultural: estudio de caso. *Estudios pedagógicos*, 46(3), 33-44.
doi:<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052020000300033>

Barrientos, M. O. (2020). *Benemérita y centenaria escuela normal del estado de San Luis Potosi*. Obtenido de
<https://repositorio.beceneslp.edu.mx/jspui/bitstream/20.500.12584/368/1/Moises%20Olvera%20Barrientos.pdf>

Bonilla, S. (2019). *Universidad Técnica de Ambato*. Obtenido de
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/30126/1/Bonilla%20Stalin.pdf>

Bula, X., De la Espriella, A., Guerra, M., & Vergara, B. (2015). *Fundacion Universitaria Los Libertadores*. Obtenido de <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2190>

Bustos , M. A. (2019). *Diseño interiorista en las instalaciones del centro de recreacion de oficiales del ejercito San Jorge [trabajo de titulacion]*. Udla. Obtenido de
<https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/11049/4/UDLA-EC-TARI-2019-07.pdf>

Cadillo, H. M. (2018). *Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion*. Obtenido de
<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/4383/HERZON%20MICHAEL%20CADILLO%20RIOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Calderón Mangui, E. S. (2016). *Universidad Técnica del Norte*. Recuperado el 10 de Febrero de 2022, de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/8391/1/05%20FECYT%202854%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

Calderon, L. E., & Tovar, H. G. (2019). PRÁCTICAS E IDENTIFICACIONES SOCIALES DE TIEMPO LIBRE Y OCIO EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN SANTA ANA, DE SOACHA. *Revista Edu-Física*, 11(24), 10-23. Obtenido de <http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/1830>

Calle , L. R., Gomescoello , T. M., & Ordóñez, M. F. (2020). *Adaptación de los juegos tradicionales como estrategia transdisciplinar en las áreas de Lengua y Literatura, Matemática y Ciencias Naturales en el quinto año de educación general básica*. Ecuador - Azogues. Obtenido de <http://201.159.222.12:8080/bitstream/123456789/1647/1/a.%20Documento%20Trabajo%20de%20Integración%20Curricular%20%20.PDF>

Callisaya Villca, M. E. (2020). *Juegos tradicionales y materiales didácticos para fortalecer el aprendizaje de un niño con espasmos de sollozo del nivel inicial (2° sección de la comunidad educativa 10 de junio estudio de caso) [Tesis de titulación]*. Universidad Mayor de San Andrés, Paz- Bolibia. Recuperado el 10 de Febrero de 2022, de <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/26195>

Camacho, E. (2018). *El juego como estrategia que permite mejorar las habilidades sociales de las personas* El juego como estrategia que permite mejorar las habilidades sociales de las personas *Recreación Accesible*, Belén. Obtenido de <https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/15040/tesis%20recreacion%20Erica%20Camacho%20%28oficial%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Camino-Herrera, E. A. (2020). *Universidad Tecnológica Indoamérica*. Obtenido de <http://201.159.222.95/handle/123456789/1561>

Canoles, Y., Peñaranda, O., Peña, H., & Mejía, Y. (2022). *Los Libertadores Fundación*

- Carrillo, M. J., García, D. G., Ávila, C. M., & Erazo, J. C. (2020). El juego como motivación en el proceso de enseñanza aprendizaje del niño. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, V(1), 430-448. doi:<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v5i1.791>
- Cortes, S., Lasa, S., & Etayo, M. (2021). Development of a Genetic Risk Score to predict the risk of overweight and obesity in European adolescents from the HELENA study. *Sci Rep*, 11(3067), 3067. doi:<https://www.nature.com/articles/s41598-021-82712-4>
- Crespo, L. (2019). El ocio familiar del alumnado de educación secundaria obligatoria en Galicia. *Revista de pedagogía*, 71(4). doi:10.13042/Bordon.2019.68380
- Cuenca, M., & Monteagudo, M. (2017). *Prácticas de ocio y tiempo libre en tres generaciones: un estudio de caso en la Universidad YMCA (México)*. Bilbao. Recuperado el 12 de Febrero de 2022
- Cuji, A. (2021). *LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA SALUD EMOCIONAL*. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33326/1/EST.CUJI%20CONDEMAITA%20ADELA%20KARINA%20TESIS%20PDF.pdf>
- Morales, J. (2015). *Programa de actividad física para el desarrollo de las capacidades orgánicas motrices en el rendimiento académico de los estudiantes de turismo de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo*. Tesis para optar el Grado Académico de Doctor en Educación, Lima. Obtenido de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/6490/Morales_fj.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Piaget. (1969). *El juego es una herramienta tanta poderosa de aprendizaje como imaginación tenga un niño*. México.
- Sandoval, V., Paz Viteri, S., & Lorenzo Bertheau, E. (2018). EFECTO DE UN PROGRAMA DE SALTO CON CUERDA EN EL DESARROLLO DE LA FUERZA EXPLOSIVA. 316-320.

ANEXOS

Anexo 1: Encuesta a estudiantes de bachillerato

Universidad Nacional de Chimborazo



Encuesta de tiempo libre para estudiantes

Objetivo

Conocer como los estudiantes de la Institución Educativa Nicanor Larrea aprovechan el tiempo libre.

Indicaciones:

Lea detenidamente cada ítem y responda acorde a su punto de vista. En la mayoría de las preguntas se le pide que elija una de las opciones y en otras varias. Fíjese en el siguiente ejemplo: Pregunta: 1.- conoce usted sobre el futbol **Si /No** * Si su respuesta es si señale y de la misma forma si su respuesta es no. (click).

*Obligatorio

1. 1. ¿Conoce usted sobre los juegos tradicionales? *

Marca solo un óvalo.

Sí

No

2. 2. ¿Qué juegos tradicionales usted practica? *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- Carrera de Sacos
- Rayuela
- Saltar la cuerda
- El trompo
- Canicas
- Escondidas
- Gallinita ciega
- Encantados
- Ningun juego

3. 3. ¿Con qué frecuencia practica los juegos tradicionales? *

Marca solo un óvalo.

Mucho

Poco

Nada

4. 4. ¿Cree usted que los juegos tradicionales han desaparecido con el transcurso del tiempo? *

Marca solo un óvalo.

Si

No

5. 5. ¿Conoce usted si se realizan proyectos para rescatar los juegos tradicionales en la Institución? *

Marca solo un óvalo.

Si

No

6. 6. ¿Le gusta jugar en los ratos libres? *

Marca solo un óvalo.

Siempre

Casi siempre

A veces

Nunca

7. 7. ¿Se divierte jugando? *

Marca solo un óvalo.

Siempre

Casi siempre

A veces

Nunca

8. 8. ¿Sus padres le permiten jugar en la casa en los ratos libres? *

Marca solo un óvalo.

Siempre

Casi siempre

A veces

Nunca

9. 9. ¿Sus padres juegan con usted en los ratos libres? *

Marca solo un óvalo.

Siempre

Casi siempre

A veces

Nunca

10. 10. ¿Su institución educativa realiza actividades donde esté presente el juego? *

Marca solo un óvalo.

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

11. 11. ¿Su profesor lo motiva a jugar en los ratos libres? *

Marca solo un óvalo.

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

12. 12. ¿La institución educativa le permite utilizar los juegos tradicionales en los ratos libres? *

Marca solo un óvalo.

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

13. 13. ¿Lo dejan ver televisión en los ratos libres? *

Marca solo un óvalo.

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

14. 14. ¿En sus ratos libres entra a salas de Internet o video juegos? *

Marca solo un óvalo.

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

15. 15. ¿En sus ratos libres visitas lugares como: billares, estaderos, galleras, etc.? *

Marca solo un óvalo.

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

Google no creó ni aprobó este contenido.

Google Formularios

<https://docs.google.com/forms/d/10objEoR6g3pJs396DL8iNK0Xs7L0qN1pBBOAFed476o/edit>

5/5

2022

Guía de juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo de los estudiantes de la Unidad educativa Nicanor Larrea de la ciudad de Riobamba.



Jonathan Tenezaca

7-10-2022

Introducción

La presente guía metodológica tiene el propósito ser un material didáctico que ayude a los docentes encargados de la actividad física a poner en práctica las actividades recreativas, mediante juegos tradicionales debido a que se van perdiendo con el pasar del tiempo, principalmente por el desconocimiento del tema y escasa práctica, está encaminado en una metodología fácil de entender y de aplicar, con el fin de fortalecer el tema enseñanza-aprendizaje. Está compuesta por 12 actividades con sus variantes que serán realizadas en un área amplia para el desenvolvimiento óptimo de los estudiantes, cada destreza se llevará a cabo en un tiempo de 120 minutos y mediante recursos humanos y materiales dependiendo del juego a efectuarse.



Actividad # 1

Nombre del juego: La pachanga con el tomate

Objetivos: Fomentar los nexos de amistad mediante actividades de movimiento que nos permita mejorar el desempeño grupal.

Lugar: patio institucional o aula.

Materiales: tomates riñón, música.

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: el juego se realiza en parejas (hombre mujer); el número de parejas es indefinido.

Desarrollo: Sosteniendo un tomate colocado en la unión de las frentes, deben bailar al ritmo de la música. Además, los brazos deben estar detrás de la espalda y no deben topar al tomate. Ganan la pareja que logra terminar el baile sin hacer caer el tomate.

Normas: Cuando suena la música, los concursantes intentan no hacer caer el tomate mientras bailan y ganar.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: grupo de 3 personas, globo en el pecho, vendado los ojos, lanzar pelotitas de pales hacia arriba.

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad # 2

Nombre del juego: La carrera de las cucharitas

Objetivos: Propiciar un ambiente agradable mediante el juego tradicional la carrera de las cucharitas para mejorar la concentración y coordinación motriz.

Lugar: patio de la institución, o aula de clase.

Materiales: huevos (en estado natural o cocinados).

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: mínimo 2 máximo sugerido 8.

Desarrollo: Las personas que son participes de la actividad parten de una línea tomada como referencia para la salida, posteriormente corren intentando que el huevo que trasladan hacia otro punto de llegada no se caiga. En caso que el elemento que trasladan se caiga deberán parar y colocar nuevamente en la cuchara hasta llegar a la meta establecida.

Normas: A la señal, los concursantes intentan llegar a la meta sin que el huevo se haya caído al piso y ganar.

Evaluación: lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: cuchara en mano derecha-izquierda, vendado los ojos, cuchara en boca, saltado con un solo pie, relevos, obstáculos,

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad #3

Nombre del juego: Las bolichas.

Objetivos: Desarrollar un ambiente integrador, divertido con el juego tradicional las bolichas para mejorar la motricidad fina y precisión manual.

Lugar: patio de la institución.

Materiales: bolas de cristal (Canicas).

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: mínimo 2 máximo sugerido 8.

Desarrollo: Trazamos un círculo de unos 30 centímetros en el suelo y cada uno de los jugadores coloca el mismo número de canicas en el centro del círculo (tres, cuatro o cinco). El objetivo de este juego es sacar las canicas del círculo, las canicas que salgan del círculo serán del jugador que las haya sacado.

Normas: A la señal, intentar sacar las canicas del centro la mayor cantidad y gana.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: perseguidas, hoyito, circunferencia, pepos, bolos con canicas, petanca con canicas.

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad #4

Nombre del juego: Los zumbidos.

Objetivos: Desarrollar un ambiente divertido, entretenido con el juego tradicional los zumbidos para aprovechar su tiempo libre.

Lugar: patio o aula.

Materiales: Hilo o piola, un botón grande

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: individual

Desarrollo: Juego por demás divertido y a la vez peligroso, pues algunos jugadores del Zumbambico en vez de ponerle el botón en el centro, le ponían un Tillo o tapa de los refrescos cosa que era muy peligroso pues al cortar la piola saltaba el tillo y podía causar heridas.

Se une los extremos del hilo incrustando el botón o tillo al centro.

Hay que hacerlo girar hasta que adquiriera elasticidad y movimientos.

Los enredos que producía el Zumbambico, especialmente en el pelo, ocasionaban incluso el corte de pelo o romper el juguete.

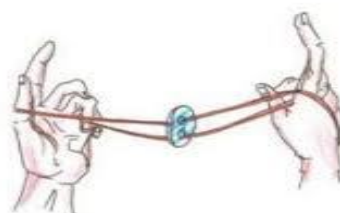
Normas: A la señal, hacer trucos con el juguete y ganar.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: trucos, competencias, desplazamientos, vendado los ojos, en parejas, desplazar un objeto.

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad # 5

Nombre del juego: El brinca brinca.

Objetivo: Compartir momentos agradables con actividades motrices en grupo para aprovechar su tiempo libre.

Lugar: patio de la institución

Materiales: sacos, obstáculos, conos.

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: de acuerdo al paralelo.

Desarrollo: Las personas participantes ingresan o se introducen en el interior de un costal, sujetándolos en la cintura con sus propias manos, posteriormente se trasladarán hasta otro punto denominado meta, el principal objetivo es no caerse del costal finalmente el primer participante que llegue a la al punto de origen será denominado como ganador.

Normas: A la señal visualizada parten hacia el punto de llegada.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: En parejas. un pie dentro y otro afuera del saco, relevos, obstáculos, que sigan un ritmo, vendados los ojos.

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad # 6

Nombre del juego: El carretón

Objetivos: Desarrollar vínculos con los demás y pasar un momento grato con el juego tradicional el carretón para aprovechar mejor su tiempo libre.

Lugar: patio.

Materiales: ninguno

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: en pareja.

Desarrollo: Agrupados en parejas y tras una línea de salida donde se ubican uno tras otro, el de adelante se pone en posición plancha y el de atrás le toma de las piernas.

A la voz del profesor todos parten hasta una marca preestablecida, donde se cambian de función y regresan.

No pueden desplazarse si no sostienen las piernas de su compañero.

Gana aquella pareja que llega primero.

Normas: A la señal, en carretilla llegar a la meta y ganar.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: con un objeto en la cabeza, circuito, rodar una pelota, objeto en espalda, en grupos de 4.

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad #7

Nombre del juego: El gira, gira.

Objetivos: Fomentar momentos placenteros con el juego tradicional el gira, gira para aprovechar su tiempo libre.

Lugar: patio de la institución.

Materiales: trompo de madera, cuerda o piola.

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: este juego se puede jugar solo o acompañado.

Desarrollo: El trompo es un juguete de madera con púa de metal y desde esta punta se enrolla una lienza o cuerda. Después de haber enrollado todo el hilo, el trompo es lanzado con fuerza y técnica para hacerlo girar y girar. Mientras gira los competidores pueden hacer una serie de trucos.

Normas: A la señal, lanzar el trompo e intentar que este baile y poder realizar trucos el mejor que lo haga gana.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: Guerra de trompos, el reto del círculo, la saca objetos, reto del doble círculo, la cruz, trucos.

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad # 8

Nombre del juego: Las sillas musicales

Objetivos: crear un sitio atractivo, integrador y ameno con el juego tradicional las sillas musicales para ayudar a aprovechar mejor su tiempo libre.

Lugar: patio institucional o aula.

Materiales: sillas, música.

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: mínimo 4, máximo recomendado 15.

Desarrollo: Cuando la música se detiene deben sentarse, una persona en cada silla. La persona que no consigue sentarse queda eliminada. En cada ronda se retira una silla y continúa el juego. Gana el juego la persona que se sienta en la última silla cuando quedan tan solo dos personas jugando.

Normas: Cuando la música suena, los participantes intentar sentarse en una silla cuando la música se detenga.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: En parejas, vendado los ojos, lanzando una pelota hacia arriba, con un globo en las manos.

Gráfico: (Ver anexo 7)



Actividad # 9

Nombre del juego: El brinca y elude.

Objetivos: Generar un ambiente agradable, divertido con el juego tradicional brinca y elude para aprovechar su tiempo libre.

Lugar: patio de la institución.

Materiales: una sogá.

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: este juego se puede jugar solo, en pareja, entre tres y hasta entre cuatro.

Desarrollo: Dos personas deben tomar un extremo de la cuerda y hacerla girar o voltear, una tercera persona ubicada en el medio de la cuerda debe saltar para evitar tocarla. El desafío del juego es que la persona que salta aguante la mayor cantidad de tiempo sin tocar la cuerda.

Normas: A la señal, El concursante intenta saltar y aguantar la mayor cantidad de tiempo y ganar.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: saltos regulares, saltos alternando los pies, salto con trote adelante, salto con velocidad, saltos con objetos, saltos vendados los ojos.



Gráfico:
(Ver anexo 7)

Actividad #10

Nombre del juego: La Golosa.

Objetivos: Desarrollar las relaciones interpersonales, con el juego tradicional la golosa para aprovechar mejor su tiempo libre.

Lugar: patio de la institución.

Materiales: tiza o carbón, Piedritas.

Tiempo:
120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: se puede jugar solo, recomendable 3 o 4.

Desarrollo: se comienza tirando una piedra, ficha en los cuadrados que tiene una secuencia numérica, se intenta que la piedra caiga dentro del cuadrado sin tocar las líneas que delimitan los cuadros, se recorre la rayuela en un solo pie, salvo que toque asentar los dos pies, se pasan las celdas saltándolas sin perder el equilibrio, las celda 4 y 5 están juntas, allí se asientan los pies, se pasa luego en un solo pie hasta la celda 7 y 8 que están juntas y se asientan los dos pies como en la 4 y 5, se vuelve al número 1 saltando y dándose la vuelta para regresar haciendo los mismos saltos, la piedra puede ser empujada con la punta del zapato o recogida con las manos (depende de las reglas). Se continúa el juego hasta que la piedra haya pasado por todas las celdas, cuando la piedra toca línea o se sale de la celda, se pierde el turno y habrá que esperar otra ronda. Quién completa la secuencia primero, gana el juego.

Normas: A la señal, intentan llegar al último recuadro de la rayuela y ganar.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: Rebotar una pelota al suelo mientras saltamos, tirando una pelotita de papel hacia arriba, saltar con los ojos vendados. Saltar hacia atrás, saltar girando, con un globo entre las piernas.



Gráfico:
(Ver anexo 7)

Actividad #11

Nombre del juego: Carrera de tres pies.

Objetivos: Compartir momentos agradables con actividades motrices en grupo para aprovechar su tiempo libre.

Lugar: patio de la institución.

Materiales: sogas o piolas.

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: este juego se participa en pareja, el número de parejas es indefinido.

Desarrollo: Para el desarrollo de la carrera de tres pies dos participantes se amarran con la soga o piola, uno de sus pies con su pareja, se debe determinar el punto de partida y el punto de llegada, y si la carrera es de una o de varias vueltas dependiendo de la distancia o la complejidad de la pista. Por lo general este tipo de carreras siempre tiene la motivación de un premio para el ganador y los primeros puestos. Gana el equipo que llegue más pronto a la meta señalada, lógicamente con los pies bien amarrados.

Normas: A la señal, los concursantes intentan caminar en tres pis hasta la señal indicada y ganar.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: La carrera con obstáculos., llevar un objeto pelota, globo en su mano, vendados los ojos, en grupo de 3,4,5 personas.



Gráficos: (Ver anexo 7)

Actividad #12

Nombre del juego: Las moneditas

Objetivos: Generar un ambiente agradable mediante el juego tradicional las moneditas para mejorar sus habilidades y aprovechar su tiempo libre.

Lugar: patio de la institución.

Materiales: monedas.

Tiempo: 120 minutos

Instructor: Jonathan Tenezaca

Número de participantes: mínimo 2 máximo sugerido 8.

Desarrollo: Tras elegir un turno, los jugadores van tirando de uno en uno las piezas (monedas, chapas, ...) con la intención de que se queden “paradas” sobre la raya. Gana el jugador que más cerca se queda y les quita las piezas a los compañeros.

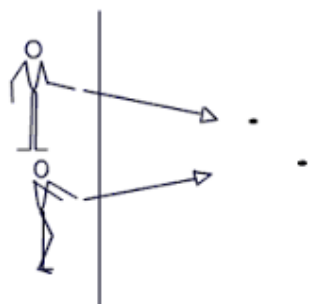
Normas: A la señal, lanzar la moneda y que caiga lo más cerca posible de la línea marcada y ganar.

Evaluación: Lista de cotejo

Indicadores	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Participación activa en la actividad					
2. Percibe correctamente las normas establecidas en el juego					
2. Disfruta y muestra entusiasmo en la realización del juego.					

Variantes: antes de lanzar realizar 10 giros, lanzar de espaldas, acostados, sentados vendados los ojos, competencias.

Gráficos: (Ver anexo 7)



Anexo 3: Oficios.



Carrera de Pedagogía
de la Actividad Física y Deporte
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

0184-E

en movimiento



Riobamba, 09 de enero del 2023
Oficio No. 004-CPAFYD-FCEHT-UNACH-2023

Magister
Hugo Patricio Chávez Chávez
DIRECTOR DEL DISTRITAL DE EDUCACIÓN RIOBAMBA - CHAMBO

Presente

De mi consideración:

Reciba un cordial y afectuoso saludo, a la vez el deseo de éxitos en sus delicadas funciones en beneficio de la población estudiantil de nuestro país.

Mediante la presente tengo a bien solicitar de la manera más comedida, autorice a quien corresponda la ejecución del proyecto de investigación del estudiante de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Sr. Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán, portador de la C.I. 0302742770; con el objetivo de aplicar los instrumentos e intervención de la investigación titulada "JUEGOS TRADICIONALES EN EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE ESTUDIANTES DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO", trabajo que será desarrollado con el acompañamiento del docente Ph.D. John Morales, en calidad de tutor, durante una intervención de 12 semanas.

Solicitud que realizo en virtud que la obtención de resultados de la presente investigación será en beneficio de la institución y de la sociedad educativa, al compartir los resultados y conclusiones de la investigación.

Por la atención que dé a la presente, anticipo mi agradecimiento y reitero mi sentimiento de alta estima y consideración.

Atentamente,

Susana Paz Viteri.
Céd. 0602255416

**DIRECTORA DE CARRERA
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

Cc: Archivo de la carrera



DIRECCIÓN DISTRITAL EDUCACIÓN CHAMBO - RIOBAMBA	
MUNICIPALIDAD DE CHAMBO	
RECIBO N° 09101	del 20... 23
A las 12:33	
Tania B.	
RECIBIDO POR	

Oficio Nro. MINEDUC-CZ3-06D01-2023-0291-O

Riobamba, 10 de enero de 2023

Asunto: COMPROMISO CIUDADANO; OF N 004 CPAFYD FCEHT UNACH 2023; SRA SUSANA PAZ; DIRECTORA DE CARRERA DE FISICA Y DEPORTE UNACH; SOLICITA AUTORIZACION PARA EJECUCION DE PROYECTO DE INVESTIGACION DEL SR JONATHAN ESTUARDO TENEZACA GUAMAN ESTUDIANTE UNACH

Bertha Susana Paz Viteri
En su Despacho

De mi consideración:

En respuesta al Documento No. MINEDUC-CZ3-06D01-UDAC-2023-0184-E, COMPROMISO CIUDADANO; Oficio No. 004-CPAFYD-FCEHT-UNACH-2023, de fecha, Riobamba, 09 de enero de 2023, que en lo pertinente refiere "(...) Mediante la presente tengo a bien solicitar de la manera más comedida, autorice a quien corresponda la ejecución del proyecto de investigación del estudiante de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Sr. Jonathan Estuardo Tenezaca Guamán, portador de la C.I. 0302742770; con el objetivo de aplicar los instrumentos e intervención de la investigación titulada JUEGOS TRADICIONALES EN EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO, trabajo que será desarrollado con el acompañamiento del docente PhD. John Morales, en calidad de tutor, durante una intervención de 12 semanas.

Solicitud que realizo en virtud que la obtención de resultados de la presente investigación será en beneficio de la institución y de la sociedad educativa, al compartir los resultados y conclusiones de la investigación (...).

Al respecto, este Distrito de Educación 06D01 Chambo-Riobamba; indica que revisado el documento, autoriza su solicitud, en consecuencia, deberá establecer una coordinación adecuada y permanente con la autoridad de la institución educativa " Dr. Nicanor Larrea León", de esta ciudad, a fin de que se determine el mecanismo idóneo para su aplicación con los estudiantes de bachillerato, considerando siempre que la participación de los estudiantes, así como la información que pudieren proporcionar los mismos, será de carácter confidencial y sujeta a la voluntad de cada uno de ellos, además deben precautelar de manera estricta la integridad física de los estudiantes.

Con sentimientos de distinguida consideración.



República
del Ecuador

Ministerio de Educación

Oficio Nro. MINEDUC-CZ3-06D01-2023-0291-O

Riobamba, 10 de enero de 2023

Atentamente,

Documento firmado electrónicamente

Hugo Patricio Chavez Chavez

DIRECTOR DISTRITAL 06D01 - CHAMBO-RIOBAMBA - EDUCACIÓN

Referencias:

- MINEDUC-CZ3-06D01-UDAC-2023-0184-E

Anexos:

- of_n_004_cpafyd_fceht_unach_2023;_sra_susana_paz20230109_12394700.pdf

Copia:

Señor Magíster
Hitler Geovani Velastegui Mendoza
Analista Distrital de Regulación

hv/jg



Firmado electrónicamente por:
HUGO PATRICIO
CHAVEZ CHAVEZ

Dirección: Av. Amazonas 1134-451 y Av. Atahualpa
Código postal: 170507 / Quito-Ecuador
Teléfono: 593-2-396-1300 - www.educacion.gob.ec

* Documento firmado electrónicamente por Cuiplus

Gobierno
del Encuentro

Juntos
lo logramos

22

Anexo 4: Certificado de la Unidad Educativa



GUILLERMO LASSO
PRESIDENTE

UNIDAD EDUCATIVA "DR. NICANOR LARREA LEÓN"

Avda. Daniel León Borja 36-03 y Uruguay
Riobamba-Ecuador/Teléfono 032963087
nicanorlarrea@hotmail.es

Mgs. María Cevallos R, RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "Dr. NICANOR LARREA LEÓN"
Código AMIE 06H00008 de la ciudad de Riobamba, en forma legal tiene a bien:

CERTIFICAR:

QUE, el/la Señor/a/ita **JONATHAN ESTUARDO TENEZACA GUAMÁN** portadora de la C.I. 0302742770, estudiante de titulación de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo, realizó la intervención de la Guía de Juegos Tradicionales en esta Unidad Educativa, conforme al detalle a continuación:

Tipo de intervención	Ejecución	Nivel	Bachillerato
Fecha inicio de intervención	01- 11- 2022	Docente Tutor(a) de la institución receptora	Lcdo. Jorge Muñoz
Fecha fin de intervención	31-01-2023	Área/Asignatura	Educación Física

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad y basándome en la documentación correspondiente.

La presente se otorga a petición verbal del/la interesado/a, el veintiocho de febrero del dos mil veintitrés.


Mgs. María Cevallos R.
RECTORA



Ministerio de Educación

Dirección: Av. Amazonas N34-451 y Av. Atahualpa
Código postal: 170507 / Quito-Ecuador
Teléfono: 593-2-396-1300 / www.educacion.gob.ec



Anexo 5: Base de datos en Excel

The screenshot shows the Microsoft Excel interface with a data table. The table has columns labeled with variables and rows of data. The variables include 'codigo', 'sexo', 'pre_conoce_ud_sobre_juegos_tradicionales', 'pre_que_juegos_tradicionales_practica', 'pre_frecuencia_juegos_tradicionales', 'pre_desaparicion_juegos_tradicionales', 'pre_rescatos_juegos_tradicionales', 'pre_gustos_libres', 'pre_se_divierte_jugando', 'pre_padres_permiten_jugar_libres', 'pre_padres_justifican_jugar_libres', 'pre_instituciones_actividades_juego', 'pre_motivacion_libres', 'pre_institucion_permiten_jugar_libres', 'pre_televisores_ratios_libres', 'pre_entrenamiento_videos_juegos', 'pre_visitas_billares_estillares_gallares_ratios_juegos_tradicionales', and 'post_consejos_juegos_tradicionales'. The data rows contain numerical values for each variable.

Anexo 6: Vista de datos en SPSS

The screenshot shows the SPSS data view for the same dataset. The columns are labeled with the same variables as in the Excel screenshot. The data rows contain numerical values for each variable. The interface includes a menu bar (Archivo, Editar, Ver, Datos, Transformar, Analizar, Marketing directo, Gráficos, Utilidades, Ventana, Ayuda) and a toolbar with various icons. The status bar at the bottom indicates 'Visible: 30 de 30 variables'.

Anexo 7: Vista de variables en Programa SPSS

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
11	pre_gusta_jugar_rat..._libres	Númérico	8	0	pre_gusta_juga...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
12	pre_se_divierte_jugando	Númérico	8	0	pre_se_divierte...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
13	pre_padres_permiten_jugar_rat..._libres	Númérico	8	0	pre_padres_per...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
14	pre_padres_juegan_con_usted_rat...	Númérico	8	0	pre_padres_jue...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
15	pre_institucion_realiza_actividades...	Númérico	8	0	pre_institucion...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
16	pre_su_profesor_motiva_rat..._libres	Númérico	8	0	pre_su_profeso...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
17	pre_institucion_permite_juegos_rat...	Númérico	8	0	pre_institucion...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
18	pre_dejan_ver_television_rat..._libres	Númérico	8	0	pre_dejan_ver_t...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
19	pre Entra salas internet videojue...	Númérico	8	0	pre Entra sala...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
20	pre visita billares estanderos galler...	Númérico	8	0	pre visita billar...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
21	post_gusta_jugar_rat..._libres	Númérico	8	0	post_gusta ju...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
22	post_se_divierte_jugando	Númérico	8	0	post_se_divier...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
23	post_padres_permiten jugar rat..._libres	Númérico	8	0	post_padres_...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
24	post_padres_juegan_con_usted_ra...	Númérico	8	0	post_padres_j...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
25	post_institucion_realiza_actividade...	Númérico	8	0	post_institucio...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
26	post_su_profesor_motiva_rat..._libres	Númérico	8	0	post_su PROFE...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
27	post_institucion_permite_juegos_ra...	Númérico	8	0	post_institucio...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
28	post_dejan_ver_television_rat..._libres	Númérico	8	0	post_dejan ve...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
29	post Entra salas internet videojue...	Númérico	8	0	post Entra sa...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
30	post visita billares estanderos gal...	Númérico	8	0	post visita bill...	{1, siempre}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
31	post tiempo libre	Númérico	8	0	post tiempo libre	Ninguna	Ninguna	18	Centrado	Escala	Entrada
32	post tiempo libre	Númérico	8	0	post tiempo libre	Ninguna	Ninguna	19	Centrado	Escala	Entrada
33											
34											

Anexo 8: Actividades ejecutadas en la intervención



Actividad la pachanga del tomate



Actividad de las bolichas



Actividad del gira, gita



Actividad de las sillas musicales



Actividad del brinca y elude

Fotografía con estudiantes

