

# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**

## **FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**



**El juego como medio para hacer felices a los niños.**

**Trabajo Académico.**

Para optar el Título de Segunda Especialidad profesional en Educación Inicial

**Autora.**

**Olinda Huancas Tineo**

**Sullana- Perú.**

**2020**

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

## FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



### El juego como medio para hacer felices a los niños

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

**Sullana- Perú.**

**2020**

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

## FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



### El juego como medio para hacer felices a los niños

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma.

Olinda Huancas Tineo (Autora)

.....

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (Asesor)

.....

**Sullana - Perú.**

**2020**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN  
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO**

Sullana, a los diecisiete días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Mayor PNP, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Oscar Calisto La Rosa Feijoo, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *El juego como medio para hacer felices a los niños*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial al señor(a) **OLINDA HUANCAS TINEO**.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 16.

Por tanto, **OLINDA HUANCAS TINEO**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial.

Siendo las trece horas con treinta minutos el presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.

  
Dr. Dr. Oscar Calisto La Rosa Feijoo  
Presidente del Jurado

  
Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena  
Secretario del Jurado

  
Mg. Ana María Javier Alva  
Vocal del Jurado

## El juego como medio para hacer felices a los niños.

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>4%</b>	<b>4%</b>	<b>0%</b>	<b>2%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.untumbes.edu.pe</b>	<b>4%</b>
	Fuente de Internet	
<b>2</b>	<b>Submitted to Instituto Superior de Formacion Docente Salomé Urenq</b>	<b>&lt; 1%</b>
	Trabajo del estudiante	

Excluir citas      Activo      Excluir coincidencias < 15 words  
Excluir bibliografía      Activo



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva  
(Asesor)

## **DEDICATORIA**

A nuestro señor Jesucristo, A mis adorados y enternecidos hijos, a los dos seres que me dieron la vida y a mi adorado esposo, por brindarme todo su apoyo.

## ÍNDICE

DEDICATORIA	
RESUMEN.....	5
ABSTRAC.....	6
INTRODUCCIÓN.....	7
CAPÍTULO I: Antecedentes de estudio.....	9
1.1 Antecedentes Internacionales.....	9
1.2 Antecedentes Nacionales.....	9
CAPITULO II: El juego.....	10
2.1 Un poco del pasado.....	10
2.2 Contextualización.....	12
2.3 Concepto de juego.....	13
2.4 Teorías del juego .....	14
2.4.1 T. Fisiológica.....	15
2.4.2 T. de la relajacion.....	15
2.4.3 T. del preejercicio.....	16
2.4.4 T. del Psicoanálisis.....	16
CAPITULO III: La felicidad del niño en preescolar.....	17
3.1 Algunas Ideas.....	17
3.2 ¿Cuándo un niño es feliz?.....	20
3.3 El juego y la felicidad.....	21
CAPITULO IV: Beneficios de la felcidad infantil.....	31
CONCLUSIONES.....	34
RECOMENDACIONES.....	35
REFERENCIAS CITADAS.....	36

## RESUMEN

El trabajo de investigación “El juego como medio para hacer felices a los niños,” es un trabajo académico que busca describir como el juego puede hacer felices a los niños; cuyo objetivo general es: Compilar información acerca de que manera el juego puede ser un medio para hacer felices a los niños , así como los objetivos específicos: Dar a conocer información básica el juego de manera general, describir en que está basada la felicidad del niño en edad preescolar, describir las ventajas que ofrece la felicidad para la salud del niño. Concluyendo principalmente que: El juego cuando se estructura pedagógicamente de manera correcta se convierte en un gran potenciador de la felicidad de los niños.

**Palabras clave.** juego, niños, felicidad

## **ABSTRACT**

The research work "The game as a means to make children happy," is an academic work that seeks to describe how the game can make children happy; whose general objective is: Compile information about how the game can be a means to make children happy, as well as the specific objectives: Make known basic information about the game in a general way, describe what the happiness of the child is based on in preschool age, describe the procedures that make it possible for the game to become a means to produce happiness in children. Mainly concluding that: When the game is structured pedagogically correctly, it becomes a great enhancer of children's happiness.

Keywords. game, children, happiness

## INTRODUCCIÓN

Según los últimos reportes de la OMS, del MINSA, de la Dirección Regional de Salud Piura en el siglo XXI ha aumentado considerablemente la cifra de niños con cuadro depresivos, autoestima baja y sobre todo suicidio infantil.; las posibles causas son muchas, por ejemplo, el niño es sometido a un clima familiar negativo, a trabajos relacionados al comercio por la falta de solvencia económica de sus padres; de igual forma la nula preocupación de sus maestros por el estado emocional de sus pequeños alumnos, y el vicio mayor por excelencia en el denominado siglo tecnológico: la nula presencia de desarrollo de actividades físicas-deportivas, pues los pequeños pasan horas tras horas con los Smartphone, los tv inteligentes, en la computadora o laptop jugando indiscriminadamente.

La ciencia médica infantil ha establecido tras años de mucha investigación profunda que el riesgo de que un infante desarrolle temibles males relacionados a la poca actividad física, es del más del 97% de probabilidades; esto se debe a que por biología anatómica el cuerpo y sobre todo el cerebro, en su estado de desarrollo puro necesita liberar mínimamente el 80% de tensiones mentales.

Dentro de toda esta coyuntura médica, psicológica-mental, social y tecnológica digital, la escuela infantil juega un rol muy importante, pues los infantes pasan mucho tiempo en ella; razón por la cual los organismos internacionales de protección de niños, sugiere que su educación dentro de sus escuelas se lleve de manera tal que sus actividades de aprendizaje se relacionen íntimamente con la presencia de actividades físicas muy bien diseñadas y coordinadas en función a su desarrollo musculo-esquelético, cerebral y cardiovascular; de las cuales el juego, es la mas apreciada por estos pequeñines.

De ninguna manera, y bajo ninguna condición, estas actividades físicas pueden sobrepasar los límites de exigencia física propias de sus edades, pues generaría en los pequeños, altos contenidos de estrés, de arritmia cardiaca, de asma, deformación de músculos y huesos, un mal desarrollo motriz grueso, etc.

Con la finalidad de desarrollar un análisis de alto contenido académico-pedagógico han sido considerados los siguientes objetivos:

### **Objetivo general**

- Compilar información acerca de qué manera el juego puede ser un medio para hacer felices a los niños.

### **Objetivos específicos.**

- Dar a conocer información básica el juego de manera general.
- Describir en que está basada la felicidad del niño en edad preescolar.
- Describir los beneficios que ofrece la felicidad para la salud del niño.

En el capítulo I, de la presente monografía de compilación se describe a manera de antecedente un conjunto de estudios previos referidos al desarrollo de la educación física en

En el capítulo II, se describe de forma abierta y general el concepto de juego, como se debe desarrollar, su importancia; pero todo indicado para el común de las personas, los objetivos que esta persigue, sus teorías, sus tipos existentes.

En el capítulo III, se hace compilación informativa de las condiciones o estadíos en las cuales se basa la felicidad del niño.

En el capítulo IV, se detalla exclusivamente las múltiples ventajas que ofrece a la salud mental, física y psicológica, la felicidad en los niños

# CAPÍTULO I

## ANTECEDENTES DE ESTUDIO.

### 1.1 Antecedentes Internacionales

Forero (2015) ejecutó un trabajo denominado: el juego motor de la felicidad infantil en el centro educativo San José Francisco de Caldas, Colombia; tras la culminación del mismo, concluyó que: la acción o actividad en donde el niño en edades tempranas, se encuentra totalmente feliz, es el juego: dado que, en él, el infante segrega grandes cantidades de la hormona relacionada a la felicidad del ser humano.

Monsalve y García (2015) elaboraron un trabajo de grado de nombre: Fortalecimiento mental a través del juego en niños de 4 años del centro educativo Hogar el Paraíso Infantil; posterior a su realización concluyeron que: se ha podido identificar de manera muy concreta y compleja que aquellos niños que presentaban indicadores de una autoestima muy baja, a través de su inclusión del juego: soy muy valioso, han podido superar ese nivel y hoy se encuentran en un estadio de autoestima positiva.

### 1.2 Antecedentes Nacionales

Puican (2017) elaboró un trabajo de investigación denominado: Importancia del juego en la creación de la felicidad infantil; tras la finalización del mismo, concluyó que: el juego es muy importante para el desarrollo integral del niño; pero sobre todo es vital en el desarrollo mental, dado que al tener un cerebro funcionando correctamente, los otros desarrollos adscritos a la etapa infantil se dan por añadidura

Sotero (2019) elaboró una investigación titulada: injerencia del juego en el fortalecimiento de la felicidad en niños de edades preescolar en la IE 40159 de Arequipa, tras el análisis de la información obtenida, concluye que: existe una injerencia altamente significativa e inequívoca del juego en el desarrollo y potenciación de la felicidad en los niños, puesto que los convierte en seres humanos con un alto índice de libertad social, de espontaneidad social.

## CAPÍTULO II

### EL JUEGO

Este apartado busca ser un eje introductorio explicativo para que el lector pueda comprender desde cuándo es que se habla de juego, de que trata la, que objetivos persigue, que corrientes lo estudian, de qué manera se relaciona con otros aspectos del ser humano, etc.

#### 2.1 Un poco del pasado

Mucho se comenta que en la prehistoria por ejemplo no se podría hablar de ello como se expresa así, la gente del pasado ni en su remota idea conocía este término debido a que eran personas nómades, lo que indica que en esa parte de la historia de la humanidad no había educación.

Con el devenir del tiempo es que ya se le va conociendo como se le dice hoy. El juego, “[...] fue evolucionando hacia una progresiva necesidad de desarrollar las capacidades físico-motrices, así como manera de favorecer la salud, combatir el sedentarismo, o utilizar el tiempo libre; [...]” (Blázquez, 2006, p.9). Sin saber, aquellos antepasados de los seres humanos estaban siendo felices, pues con cada acción estaba basada en la necesidad de sentir una satisfacción muy enorme; y en la actualidad un ser humano se siente completamente feliz, cuando ha podido satisfacer absolutamente todas sus necesidades.

Los adultos mayores de aquellas épocas veían a la caza como una actividad de sobrevivencia (una actividad que demanda mucho esfuerzo e inteligencia); sin embargo

los niños, la veían en una actividad que les permitía estar alegres, desestresados, libres. (Zagalaz, 2010)

“Se deduce de estas afirmaciones, que el juego, puede modificar el estado de ánimo del individuo, así como, su personalidad, permitiéndole crear mejores estadios mentales en su vida de vida y completar su proceso de relación. [...]” (Zagalaz, 2001, p.10). Definitivamente el ser humano ha encontrado a lo largo de historia en el juego ciertos beneficios, entre los que destaca el encuentro del equilibrio para sus reacciones emocionales, es por ello que en la actualidad se sostiene que la mejor actividad para la relajación profunda ante cualquier problema es la realización de actividades físicas como el juego, pero programadas.

A través del tiempo se ha venido discutiendo mucho si, el juego es una actividad que podría relacionarse a alguna ciencia; es por ello que se realiza la siguiente pregunta; ¿Cuándo se puede decir que el juego se convierte en ciencia?, dado que hay que recordar que muchos lo confunden como la realización de actividades deportivas y actividades físicas, pero para ser considera ciencia, tiene que cumplir ciertos indicadores.

Es por ello que se puede leer que “Para hablar del juego como una actividad relacionada a la ciencia, lo primero será delimitar su campo de acción, definir sus límites y, situarla, en el contexto educacional en el que está inmersa, [...]” (Zagalaz, 2001, p.10).

Si se hace un poco de análisis, se puede discutir en llamar al juego como una ciencia, pues no se debe olvidar que en ciencia se demuestra en laboratorio absolutamente todo y ella lleva a la creación de otra ciencia. Se puede decir entonces que el juego es una arista de la ciencia llamada educación física, pues ella permite realizar ciertas evaluaciones que le ayudan a realizar cálculos exactos para poder determinar ciertas acciones.

## **2.2. Contextualización**

No existe una sola contextualización o línea de desarrollo de este macro-concepto, hay quienes la estudian en función únicamente a la corporeidad, es decir que jugar es sinónimo de instruir al cuerpo para desarrollar su motricidad gruesa, la corpulencia del cuerpo, el desarrollo esquelético, muscular, de tejidos, etc.

Por otro lado, hay estudiosos literatos, que lo asocian y creen que la razón del juego es estudiar el movimiento sincronizado que realizan cada una de las partes del cuerpo de una persona para su desarrollo físico-mental. “[...], como movimiento intencional, está presente bajo diversas formas y, entre dichas actividades, cuando existe una atención directa hacia la búsqueda de mejoras corporales, surgen nuevos conceptos, tales como el de ejercicio físico, juegos, deporte, etc” (Rodríguez, 2006, p.20).

Sin dudar se afirma que educar físicamente al cuerpo humano a través del juego, así como a su mente (estos son los dos grandes objetivos del juego) requiere de muchas actividades, entre las que se destacan aquellos donde se hace uso de rutinas físicas, de sincronización esqueleto-cerebro, ojos, músculos, lateralización; aquellas en donde se encuentran parametrizadas por ciertas reglas ajenas a ellas, pero que sin duda alguna le dan ese tinte a actividades organizadas.

## **2.3 Concepto del juego**

La conceptualización del término juego es muy amplia y variada; sin embargo, en este apartado se tratará de guiar su definición hacia el juego en la infancia; es así que tenemos los siguientes conceptos:

- El estudioso Fusté, sostiene que consiste en el desarrollo de múltiples actividades que no tienen sesgos o prohibiciones y que son flexibles, en donde el infante realiza cierta imposición y aceptación de algunas

condiciones para su ejecución, así como ciertos objetivos; dado que hay que recordar que en él no importa la resultante, si no, la alegría de ejecutar dichas acciones (Díaz, 1994).

- Según la Real Academia Española el juego es una actividad física que busca que el niño se recree y a la misma vez desarrolle momentos de competición con sus pares; las cuales han de estar alineadas hacia ciertos postulados sociales o leyes de socialización (Díaz, 1994).

## **2.4 Teorías del juego**

Este apartado pretende comprender al juego desde diferentes corrientes conceptuales, pero que juntas conforman el núcleo innato de que estudia o en todo caso que pretendería estudiar. Entre los cuales se pueden mencionar a cuatro: aquel que se refiere o hace hincapié al cuerpo, luego el que hace alusión a los movimientos, para seguir con el de interacción con la naturaleza y el último que en un gran consenso se dice que es el fin primordial, la salud.

### **2.4.1 Teoría fisiológica**

Desarrollada por Herber y Schiller, ambos basan sus postulados en el constructo de que el ser humano juega para gastar todo ese poder energético que aún le queda, tras haber satisfecho cada una de sus demandas propias de su existencia biológica, anatómica, psicológica y social. Es por esta razón que se expresa, que el objetivo máximo del juego es servir de medio conductor de actos recreativos que conlleven a una felicidad amplia e inagotable (Lagardera, 1992, p.58). Definitivamente ella busca guiar de forma metódica y específica al docente que la enseña, con la finalidad que este obtenga en sus estudiantes una considerable performance de las capacidades motrices del cuerpo de cada uno de ellos.

Este paradigma teórico se relaciona directamente con aquella tendencia postural del ser humano, la misma que expresa su motivación y su estado vivencial; de igual forma con la forma o condición física, dado que ella refleja o en todo caso proporciona el nivel fisio-anatómico y biológico de cuanto puede resistir ante la dureza o no de una actividad que demande un alto gasto de energía.

#### **2.4.2 Teoría de la relajación**

Fundamento filosófico propuesto por Lazarus, el cual contradice totalmente a lo postulado por la teoría anteriormente descrita; en ella se expresa que el arte de jugar es sinónimo de descanso, pero no del físico, sino del descanso mental; ello luego de haber realizado actividades diarias que hayan demandado un gasto muy alto de conocimientos, concentración, análisis, etc. “Ha sido considerado tradicionalmente el más propio del juego, su objeto recargador de energía por excelencia. Las interpretaciones de este paradigma han oscilado desde la consideración del descanso como entidad abstracta, independiente de la persona que lo produce, [...]” (Galera, 2001, p.24).

Para este estudioso, cuando el ser humano juega y por consiguiente expulsa energía lo que hace es eliminar estados de tensiones muy altas y disruptores de la tranquilidad, la paz; el no hacerlo, conlleva a que la persona desarrolle enfermedades mentales tales como la esquizofrenia, la depresión, el pre autismo, etc.

#### **2.4.3 T. del Pre- ejercicio**

Hipótesis teórica la cual afirma que el niño es un aprendiz por imitación; es decir un niño vuelve a ejecutar un conjunto de acciones que no son otra cosa que un juego, después de haberlas visto de manera muy repetitiva por un periodo de tiempo constante. Convirtiéndose esto para el niño, en un medio de aprendizaje, de un conjunto de destrezas que deberá utilizar en un futuro no muy lejano durante el desarrollo de su vida normal. También expresa que través de “Conceptos como ‘medio físico’, ‘medio natural’, o

‘medio ambiente’ constituyen una gradación en el orden de preocupaciones relacionadas con el enfoque ‘técnico’ desde la concreción material del medio físico (terreno, vegetación, vías acuáticas), [...]” (Rigal,2006, p.25). Ello con la finalidad de poder aseverar de manera fehaciente que jugar es sinónimo de preparación para combatir con los distintos obstáculos que la vida ha de poner a los niños, cuando éstos sean adultos y deban cumplir ciertas responsabilidades.

Asimismo, expresa que el juego debe darse en un ambiente amplio y pulcro, pues nadie podría concebir educar en el juego a una persona o a un conjunto de ellas, en un espacio cuya área sea pequeña, en donde el aire de la naturaleza no roce la piel de los estudiantes, en donde el sol queme su piel sudorosa o en donde la arena no entierre o ensucie la ropa, definitivamente se cree que no. Es por ello que la naturaleza es esencial como medio en donde realizar las actividades físicas, de movimiento, de corporeidad, etc.

#### **2.4.4 T. del Psicoanálisis**

Postulado o referente teórico desarrollado por Sigmund Freud, el cual afirma que el juego es un conjunto de procedimientos sumativos que se desarrollan en el interior de la mente, el cual posibilita que todos los niños, sin excepción alguna, cumplir sus anhelos que aún no han podido lograr del todo, lo que le permite aflorar cada uno de sus sentimientos que los ha mantenido ocultos, encapsulados por temor o vergüenza a algo o alguien. Por otro lado, esta teoría afirma que, si un niño desea eliminar de su mente momentos vividos en los que ha salido lastimado, el juego es el mejor medio conductor hacia el olvido de este magro episodio.

“Herederas de la tradición higiénica del siglo XIX, que consideraba al juego como panacea para la prevención de enfermedades, [...]” (Rigal,2006, p.26). Como se puede observar desde hace muchos años se relaciona de manera adecuada a la EF con un excelente estado de salud, esto se da por ejemplo por que la actividad física permite eliminar las energías excedentes que se forman al ingerir cantidades extras a las necesarias

para que en el cuerpo humano no se formen deficiencias, además ayuda a liberar sustancias tóxicas del mismo a través del sudor, a liberar la mente, etc.

## CAPITULO III

### LA FELICIDAD DEL NIÑO EN EDAD PREESCOLAR

#### 3.1 Algunas ideas

En primer lugar, vayamos a dar unos alcances referidos hacia la concepción de la felicidad; por ejemplo, desde el punto de vista de la corriente psicológica se puede expresar que la felicidad es todo momento en donde el ser humano demuestra que se siente muy bien tanto de manera subjetiva como de manera psicológica; lo cual se puede materializar en un aspecto de calidad de vida alta. (Arce y Cordero, 1996). No se sabe en qué momento preciso sucedió esto, solo se sabe que llegó y lamentablemente se ha quedado y se ha enraizado, sino basta recorrer algunas escuelas del nivel inicial y mirar con pena como la “maestra” deja que el conjunto de niños se mueva como mejor le parezca, juegue de una manera natural como si estuviese en casa; y no ejecuta actividades físicas individuales y en conjunto para aprovechar a desarrollar o fortalecer ciertas habilidades motrices gruesas que el niño a esa edad posee; obviamente cimentado en el nivel de exigencia mínimo debido a su fragilidad corporal.

Por otro lado, se afirma que existen múltiples instrumentos y metodologías que son capaces de medir la felicidad en una persona, entre estas tenemos; el primer instrumento denominado “PERMA”, desarrollado por Seligman, el cual establece cinco indicadores que posibilitan aseverar que tan feliz se encuentra un ser humano: La “P”, el cual hace referencia al número de conductas positivas que ejecuta en un tiempo determinado, la “E”, indicador que mide el grado de compromiso que tiene con el desarrollo de sus quehaceres, la “R”, que cuantifica el número de interrelaciones empáticas y asertivas que tiene con los demás, la “M”, referido al significado que tiene de su presencia en la sociedad, y por último, la “A”, referida a como se siente por los logros obtenidos y no logrados (Arce y Cordero, 1996).

El segundo instrumento para medir el grado de felicidad es el propuesto por Fordyce en el año 2002, denominado “Cuestionario de emociones”, el cual mide el grado de felicidad en función a 14 ítems: muestra la persona ser un ente altamente activo, desarrolla interrelaciones personales de manera constante, presenta un alto índice de productividad en su vida laboral, es organizado en la realización de sus actividades, se muestra despreocupado y sin síntomas de agobio, expresa y se puede notar sus deseos de aspiraciones, metas y anhelos, se asocia hacia estar siempre con la mente positiva (Arce y Cordero, 1996). Puede, y seguramente lo hay, teorías que sustenten que, en la edad infantil, no se puede hablar de medición de la felicidad, ello p debido a que, en la niñez se supone que todo ha de ser felicidad. (Arce y Cordero, 1996).

Se puede estar de acuerdo o no con esta postura, pero lo que es una realidad es que educar significa utilizar ciertas estrategias y procedimientos para ayudar a un ser humano a desarrollar ciertas potencialidades y destrezas; entonces, bajo esta premisa se debe entender que el maestro está en la obligación de ejecutar actividades que ayuden al pequeñito por ejemplo a saber detenerse poco a poco luego de haber corrido, a poder coordinar ciertos movimientos muy pero muy básicos de actividades físicas. (Arce y Cordero, 1996). Se puede respetar cierta aseveración, sin embargo, también no se puede estar de acuerdo y comunicar porque se está en desacuerdo; en primer lugar, bajo ningún estudio científico se ha establecido que las actividades físicas proporcionen capacidades de desarrollo lúdico en niños, en segundo lugar, la educación física preescolar no solo comprende la educación motriz, si acaso tuviese valor este término. (Arce y Cordero, 1996).

### **3.2 ¿Cuándo un niño es feliz?**

Sin duda alguno, un niño es feliz por el solo hecho de ser eso: un niño, la ciencia médica expresa que: un niño es feliz desde cuándo se encuentra en el vientre materno,

puesto que goza del cuidado extremo que les brindan sus padres; cuando les hablan desde el exterior, al sentir cada paso de nutrientes a través del cordón umbilical que lo une a su madre (Collado, 1971). Para quienes son padres y han acompañado a sus esposas a las ecografías muchas veces han salido sorprendidos de ver como sus hijos en el vientre de mamá juegan, ¡tamaño inteligencia!, ahora se puede entender porque cuando ya puede caminar, correr y protegerse, el niño juega sin cansancio, sin miedos, porque a esa edad ellos exploran cada rincón del mundo sin darse cuenta que neurológicamente están desarrollando la capacidad de aprendizajes de nuevas cosas, y entre ellas la de aprender a calcular, comparar distancias, medidas, etc.

Por otro lado, existen las afirmaciones que un niño es feliz cuando se le ve sonriente, bien cuidadito, limpio; sin embargo, la psicología asevera que en la actualidad la sonrisa en un niño no es sinónimo inequívoco de felicidad, pues existen niños que, tras ella, esconden múltiples tristezas y afecciones muy fuertes; en razón a ello, la ciencia de psicología ha establecido que una sonrisa no puede ser vista como la representación máxima de una felicidad a flor de piel (Collado, 1971).

Angulo, et al. (2001) expresa que un niño está completamente feliz cuando es capaz de realizar el siguiente conjunto de acciones de manera personal:

- Es capaz de sobrellevar sus miedos a tal punto de convertirlos en instrumentos de fortalecimiento mental y de seguridad en sí mismos.
- Comparte su alegría con todos sus semejantes, sin hacer distinción alguna, se siente alegre en su casa, en su colegio, cuando juega, etc.
- Es capaz de controlar su ira o rabia, pues siente que estar en ese estado perturbaría su felicidad; además que se ubica de manera empática en el lugar de su antagonista.

- Aunque pareciera contradictorio, un niño es feliz, cuando es capaz de convertir sus momentos de tristeza en herramientas para redoblar exponencialmente su alegría, es decir de sus errores fortalece su felicidad.
- Ofrece afecto sin condiciones y permite que le quieran sin temor, simplemente permite que al acto de confraternidad mutua fluya de manera normal.

Por otro lado, Gil (2004) expresa que los niños son felices cuando presentan las siguientes conductas, tanto internas como externas:

- Presentan una autoestima positiva, por lo que disfrutan de su propio ser, siendo original y autentico, además de practicar actos de igualdad ante sus compañeritos.
- Son altamente resilientes, pues son capaces de aceptar y comprender que, cuando un compañerito nuevo llega a su espacio social, este lo hace con conductas propias, y es por ello que espera que se adecúe a las normas sociales del grupo en donde se ha venido interrelacionando desde hace mucho tiempo.
- Busca siempre el bienestar de todos sus compañeritos, para lo cual se muestra como un agente dispuesto a apoyar, para que este deseo se vuelva realidad.
- Cuando comparte sus secretos con la persona a la que el considera su vinculo de apego mas estrecho, normalmente suele ser la madre; si el niño siente mucha confianza en ella o el, se puede aseverar que es feliz.

### 3.3 Juego y felicidad infantil

Habría que responder a la siguiente pregunta: ¿Cómo el juego puede ser o convertirse en un medio constructor de la felicidad infantil?, y al mismo tiempo ¿Qué abarca la felicidad en un niño?; recordemos que una sonrisa en el rostro de un niño no concretiza la máxima felicidad, ni el mejor desarrollo mental o físico, o se podrá decir que, un niño con algún problema cerebral o musculo esquelético es feliz al cien por ciento; en función a esta conclusión nace la relación inquebrantable entre estas dos variables. (Ramírez, Vinaccia y Suárez, 2004).

También le ofrece beneficios para el desarrollo completo de su motricidad gruesa y parte de su motricidad fina, aunque muchos se oponen a esta última aseveración. NI que decir el beneficio de relajación que ofrece, a mantener su frágil mente despierta y con ganas de comerse al mundo en relación a estar predispuesto siempre a querer aprender cosas nuevas. “[...], la Educación Física prepara al individuo para que haga frente al esfuerzo mejorando su salud, participa en la educación para la salud y el bienestar. [...]” (Rigal, 2006, p.19).

Por ejemplo a través del “juego funcional o de ejercicios” el niño se encuentra en la línea de la felicidad plena, pues por medio de este, logra desarrollar: sus habilidades sensorio motrices, las cuales son vitales para sentir y moverse sin dificultad alguna, potencia su estabilidad en y sin movimiento; así también desarrolla viso-espacial, sin saberlo un niño se siente feliz cuando se ubica adecuadamente dentro del rango geográfico que explora cuando está interactuando con sus demás compañeritos (Ramírez, Vinaccia y Suárez, 2004). Por ejemplo, a nivel anatómico produce efectos positivos por ejemplo en la formación de calidad de los distintos músculos que componen el cuerpo humano, la fortificación de los huesos que están en pleno crecimiento, ayuda a ensanchar y fortalecer los alveolos pulmonares permitiendo al niño una correcta respiración y preparación para respirar en otras altitudes a las que se pueda exponer más adelante en su vida.

Otro juego que tiene mucha relación con la felicidad en el niño es el juego simbólico, dado que a través de él, el niño logra en primer lugar, construir una sintaxis semántica y morfológica del lenguaje, logrando en suma, potenciando su herramienta comunicativa para interrelacionarse de manera oral con sus demás compañeritos; de igual manera, este juego le posibilita al infante, poseer un índice de creatividad elevado, pues se comenta que un niño imaginativo es sinónimo de un individuo que su corazón y mente están conectados al unísono y por tanto, su felicidad está rebosante (Rigal, 2006). Su importancia puede verse reflejada desde varios aspectos, por ejemplo, a nivel cognitivo ayuda a que el infante empiece a conocer tempranamente de forma básica del esquema de su cuerpo, al liberar sustancias químicas ayuda a la memoria a sentirse fresca, libre de presión y la vuelve apta y predispuesta a aprender, ayuda a que el niño tenga mejor capacidad para enfrentar y solucionar algún tipo de dificultad o problema propio de su naturaleza.

El juego de reglas es otra herramienta que le brinda medios al niño para llegar a una felicidad propia de su edad; dado que, a través de este el niño empieza a desarrollar el respeto por un conjunto de reglamentaciones que rigen la interrelación entre pares dentro de un ambiente social; por ejemplo aprende a que en la vida se puede ganar o perder, pero lo que más importa es sentirse bien por haberlo dado todo; de igual manera que, la opinión que brindan sus demás compañeros ha de ser respetada, aunque no sea compartida; por otro lado, aprenden que toda acción tiene un límite; todo ello le posibilitará ser querido, respetado y sobre todo aceptado dentro de un grupo social de su misma edad; pues no hay peor tristeza para un niño, que ser rechazado por su grupo de “amigos” (Vidarte, Vélez, Sandoval y Alfonso, 2011). A nivel afectivo le permite experimentar las formas de socialización en un ambiente de infantes, pues en este espacio y conjunto de actividades aprenderá a formar valores tales como el respeto, la espera, la empatía, la solidaridad, el compañerismo, y algo de mucha importancia, le ayudará a ir formando su autoestima, por medio de su autoconcepto, autoaceptación, etc.

## **CAPITULO IV**

### **BENEFICIOS DE LA FELICIDAD INFANTIL**

Este apartado menciona un sinnúmero de beneficios que genera la felicidad en la salud mental-psicológica y física de los niños preescolar; a medida de introducción se podría decir que: favorece su circulación sanguínea, le ayuda a que su digestión sea adecuada, a eliminar la energía excedente, evitándole así la formación de enfermedades como la obesidad, la diabetes, el autismo. Le ayuda al estar en constante relación con sus demás compañeritos a su formación social y al desarrollo de actitudes pros sociales. Se podría decir entonces que la felicidad es la mejor vía para que un niño desarrolle completamente su condición física, es decir respirar, trotar, saltar, dar volantines, caminar erguidamente, etc., así como su condición mental.

Desde el siglo pasado hasta el presente se ha mencionado que ciertamente influye positivamente el cuidado y buen desarrollo cerebral; con la mejora de los procesos cognitivos que se originan en el cerebro, pero gracias a una serie de estudios finalmente se ha confirmado esta hipótesis empíricamente validada., se demostró que, efectivamente, más ejercicio aeróbico reduce la degeneración neuronal (Ramírez, Vinaccia & Suárez, 2004, p. 3). Por ejemplo, a nivel fisiobiológico, ayuda a un niño pequeño a que su proceso de respiración sea correcto y mejore a medida que su oxigenación mejora significativamente; asimismo, permite que la sangre circule correctamente en su torrente sanguíneo, haciendo que el niño sea siempre ágil, altamente elástico, etc.

La ciencia indica que cuando existe una menor degeneración de las neuronas, el coeficiente intelectual es más elevado y duradero, y la edad de la vejez humana es más duradera,

pues el sistema inmune sigue en un estado bastante competitivo para luchar contra las bacterias y virus a los que se exponen los seres humanos.

El rol terapéutico de la actividad física la concibe como un fármaco o herramienta que puede restaurar la función física o la lesión, por lo que la actividad física recomendada por el médico se corresponde con la actividad física relacionada con la salud (Vidarte, Vélez, Sandoval, & Alfonso, 2011, pp. 214). Actualmente, no solo se le califica como un drenaje de energía, sino que también se le atribuye o clasifica como una medicina natural.

## CONCLUSIONES

- PRIMERA.** - Brindar información general sobre el tema inevitablemente ayudará a los maestros lectores a comprender cómo el juego puede contribuir en gran medida al bienestar de los niños cuando la estructura de instrucción es correcta.
- SEGUNDA.** Un niño se considera completamente feliz cuando sus pensamientos son positivos y cuando su actitud física y sus capacidades mentales son muy proactivas.
- TERCERA.** La ventaja más destacada de este juego es que reduce la generación de estados psicológicos negativos en los niños, por lo que pueden desarrollarse día tras día en un estado psicológico altamente positivo.

## RECOMENDACIONES

**PRIMERA.** - recomienda a la directora de la IE crear una biblioteca física y virtual con un amplio material bibliográfico que haga referencia a cómo el juego puede ser un medio de placer para los niños.

**SEGUNDA.** – Se recomienda que los docentes de este nivel educativo se capaciten en el diseño y la aplicación de actividades de aprendizaje relacionadas con el uso de juegos de manera relevante para la madurez anatómica y psicológica de sus alumnos.

**TERCERA.** – Se recomienda a los docentes que diseñen actividades de aprendizaje específicas y directamente relevantes para los problemas mentales y físicos que encuentren en sus alumnos para que puedan ser abordados a través de juegos específicos.

## REFERENCIAS CITADAS

- Angulo, J. J., Cartón, J., Cuadrillero, F., Fernández, F., Garnacho, A., Gómez, A....., y Vaquero, P. (2001). *Educación física en primaria a través del juego*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=zZLBDXK2MfkC&pg=PA273&dq=la+ense%C3%B1anza+de+la+educaci%C3%B3n+física+en+el+preescolar&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiszMkdzeTqAhXcILkGHcGZBNIQ6AEwA3oECAgQAQ#v=onepage&q=la%20ense%C3%B1anza%20de%20la%20educaci%C3%B3n%20física%20en%20el%20preescolar&f=false>
- Arce, M., y Cordero, M. (1996). *Desarrollo motor grueso del niño en edad escolar*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=TfG4ytT8nCMC&pg=PA21&dq=la+educaci%C3%B3n+física+en+el+preescolar&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiZiKeMvOTqAhUmH7kGHQA1DSEQ6AEwAXoECAYQAQ#v=onepage&q=la%20educaci%C3%B3n%20física%20en%20el%20preescolar&f=false>
- Blázquez, D. (2006). *La educación física*. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=Xe4bwTVDIugC&printsec=frontcover&dq=la+educaci%C3%B3n+física&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwjpxq\\_4iqrnAhVfFLkGHQk5AxQQ6AEIKDAA#v=onepage&q=la%20educaci%C3%B3n%20física&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=Xe4bwTVDIugC&printsec=frontcover&dq=la+educaci%C3%B3n+física&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwjpxq_4iqrnAhVfFLkGHQk5AxQQ6AEIKDAA#v=onepage&q=la%20educaci%C3%B3n%20física&f=false)
- Collado de la Gaza, G. (1971). *El juego. Debates y aportes desde la didáctica*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=BsDmmub5TREC&printsec=frontcover&dq=el+juego&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwil2XysHkAhWStlkKHVmbBK8Q6AEIKjAA#v=onepage&q=el%20juego&f=false>
- Díaz, J. (1994). *El currículum de la educación física en la reforma educativa*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=CcesrvP1hgMC&pg=PA65&dq=objetivos+de+la+educacion+física&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiHzoatxvPqAhUyHLkGHSQwDXkQ6AEwAHoECAMQAQ#v=onepage&q=objetivos%20de%20la%20educacion%20física&f=false>
- Forero, M. C. (2015). *El juego motor de la felicidad infantil*. [Tesis de grado]. Universidad Distrital San José Francisco de Caldas, Colombia. Recuperado de <https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/22345/ForeroGomezMariaConstanza2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Galera, A. D. (2001). *Manual de didáctica de la educación física*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=2ohCrqxg04IQC&printsec=frontcover&dq=la+edu>

[cacion+fisica&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwjGIPbbvPqAhWDA9QKHS8SD9EQ6AEwBHoECAIQAg#v=onepage&q=la%20educacion%20fisica&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=es419&sa=X&ved=2ahUKEwjGIPbbvPqAhWDA9QKHS8SD9EQ6AEwBHoECAIQAg#v=onepage&q=la%20educacion%20fisica&f=false)

Gil, P. (2004). *Metodología de la educación física en educación infantil*. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=1ab\\_CgAAQBAJ&pg=PA32&dq=los+contenido+s+de+la+educacion+fisica+en+la+ense%C3%B1anza+preescolar&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwjQmpGW4uTqAhVjFLkGHV5nCYAQ6AEwBHoECAyQAg#v=onepage&q=los%20contenidos%20de%20la%20educacion%20fisica%20en%20la%20ense%C3%B1anza%20preescolar&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=1ab_CgAAQBAJ&pg=PA32&dq=los+contenido+s+de+la+educacion+fisica+en+la+ense%C3%B1anza+preescolar&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwjQmpGW4uTqAhVjFLkGHV5nCYAQ6AEwBHoECAyQAg#v=onepage&q=los%20contenidos%20de%20la%20educacion%20fisica%20en%20la%20ense%C3%B1anza%20preescolar&f=false)

Lagardera, F. (1992). Sobre aquello que puede educar la Educación Física. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado* (15), pp. (55-72)

Lleixá, T. (2004). *La educación física de 3 a 8 años*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=LRJpl1K8NsC&pg=PA183&dq=la+educaci%C3%B3n+física+en+el+preescolar&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiZiKeMvOTqAhUmH7kGHQA1DSEQ6AEwBXoECAMQAQ#v=onepage&q=la%20educaci%C3%B3n%20física%20en%20el%20preescolar&f=false>

Monsalve, L. A., y García, L. A. (2015). *Fortalecimiento mental a través del juego en niños de 4 años*. [Tesis de Maestría]. Universidad del Tolima, Colombia. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/5657698.pdf>

Puican, A. (2017). *Importancia del juego en la creación de la felicidad infantil*. [Tesis doctoral]. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque, Perú. Recuperado de <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.986574/1916/BC-TEs-MKTP-762.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ramírez, W., Vinaccia, S., y Suárez, G. R. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales* (18), pp. (1-24). Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123885X2004000200008](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123885X2004000200008)

Rigal, R. (2006). *Educación motriz y educación psicomotriz en preescolar y primaria*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=nTLBnz9WP5gC&pg=PA19&dq=la+ense%C3%B1anza+de+la+educaci%C3%B3n+física+en+el+preescolar&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiszMKdzeTqAhXclLkGHcGZBNIQ6AEwAhoEAcQAQ#v=onepage&q=la%20ense%C3%B1anza%20de%20la%20educaci%C3%B3n%20física%20en%20el%20preescolar&f=false>

- Rodríguez, P. L. (2006). *Educación física y salud en primaria*. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=UcvJUQ\\_ifKEC&printsec=frontcover&dq=que+es+la+educacion+fisica&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwi9gLLOWfPqAhXxHrkGHenvAKwQ6AEwBXoECAUQAg#v=onepage&q=que%20es%20la%20educacion%20fisica&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=UcvJUQ_ifKEC&printsec=frontcover&dq=que+es+la+educacion+fisica&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwi9gLLOWfPqAhXxHrkGHenvAKwQ6AEwBXoECAUQAg#v=onepage&q=que%20es%20la%20educacion%20fisica&f=false)
- Vidarte, J. A., Vélez, C., Sandoval, C., y Alfonso, M. L. (2011). Actividad física: estrategia de promoción de la salud. *Revista Hacia la Promoción de la Salud*, 16(1), pp.202-218. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126695014.pdf>
- Zagalaz, M. L. (2001). *Corrientes y tendencias de la educación física*. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=oeMyulhEIgsC&printsec=frontcover&dq=la+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwiGn\\_Hwr5HpAhXhUN8KHcBRCZcQ6AEIODAC#v=onepage&q=la%20educaci%C3%B3n%20f%C3%ADsica&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=oeMyulhEIgsC&printsec=frontcover&dq=la+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwiGn_Hwr5HpAhXhUN8KHcBRCZcQ6AEIODAC#v=onepage&q=la%20educaci%C3%B3n%20f%C3%ADsica&f=false)