

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Clima familiar deportivo en los hogares de los niños del nivel primario

Trabajo académico.

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional de Educación Física

Autor

Chinchay Valenzuela, Leonardo Martín

Chincha - Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Clima familiar deportivo en los hogares de los niños del nivel primario

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Chincha - Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Clima familiar deportivo en los hogares de los niños del nivel primario

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

Chinchay Valenzuela, Leonardo Martín (Autor) 

Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor) 

Chincha - Perú

2020



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

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Chincha, a veintisiete días del mes de febrero del dos mil veinte, se reunieron en el colegio José Pardo y Barreda, 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. Segundo Albuquerque Silva, 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: *Clima familiar deportivo en los hogares de los niños del nivel primario*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **CHINCHAY VALENZUELA LEONARDO MARTIN**.

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, **CHINCHAY VALENZUELA LEONARDO MARTIN**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

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. Segundo Oswaldo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado

Dr. Andy Roldán Figueroa Cárdenas
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA.

Dios por brindarme sabiduría y guiar mi camino; a mis padres por apoyarme en todos los proyectos que me propongo.

ÍNDICE

DEDICATORIA.	6
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPITULO I:	
LA FAMILIA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVO	
1.1. La familia.-	14
1.1.1. Tipos de familia. -	15
1.1.2. Funciones de la familia.-	16
1.2. Clima familiar. -	17
1.3. Clima familiar deportivo. -	18
1.4. La influencia de los padres en la actividad física deportiva. -	21
1.5. El nivel socioeconómico de los padres y la actividad deportiva. -	22
1.6. El papel de los padres, comportamiento y actitudes.-	24
1.6.1. Actitudes negativas de los padres. -	25
CAPITULO II	
LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVO EN EL NIVEL PRIMARIO	26
2.1.1. Cultura física. -	27
2.1.2. Deporte. -	28
2.2. Actividad física. -	28
2.2.1. Importancia de la Actividad física en los niños. -	29
2.2.2. Ventajas de la Actividad física y el deporte. -	30
2.2.3. Beneficios de la actividad física para el bienestar emocional.-	31
2.2.4. Beneficios de la actividad física para la salud.-	32
2.2.5. La asignatura de Educación física. -	33
2.2.6. Importancia de la Educación física. -	34
2.2.7. Educación física y la fisiología de los niños. -	34
2.3. Desarrollo de los conocimientos. -	35
2.4. Factores influyentes y estrategias para la actividad física.-	36

CONCLUSIONES	39
SUGERENCIAS	40
REFERENCIAS CITADAS	41

RESUMEN

La iniciación deportiva es tal vez el momento más importante e interesante para fomentar los hábitos saludables y los conocimientos adecuados de la práctica deportiva en los niños. La influencia de la familia (padres, madres y hermanos (as)) en la iniciación deportiva de sus hijos, debe estar dirigido a un ambiente placentero, lúdico que aporte diversión, fomentando la conducta y afiance la personalidad siempre activa. Los padres deben manifestar un alto grado de complicidad por el deporte de sus hijos, demostrarles que ellos son parte de su proyecto deportivo, así mismo el deporte debe formar parte del proyecto de vida de cada persona, porque potencia el desarrollo de capacidades, mejora el equilibrio emocional y ayuda a integrarse en la sociedad.

Palabras claves: Clima familiar deportivo, Educación física, alumnos.

ABSTRACT.

Sports initiation is perhaps the most important and interesting time to promote healthy habits and adequate knowledge of sports practice in children. The influence of the family (fathers, mothers and siblings) in the sports initiation of their children, should be directed to a pleasant, playful environment that provides fun, promoting behavior and strengthening the always active personality. Parents must show a high degree of complicity in their children's sport, show them that they are part of their sporting project, thus sport should be part of each person's life project, because it enhances the development of capacities, improves the emotional balance and helps to integrate into society.

Keywords: Family sports climate, Physical education, students.

INTRODUCCIÓN

Las escuelas y las familias son factores influyentes directos en la educación y desarrollo de los niños y adolescentes. Por lo que el tipo de clima familiar que exista en los hogares determinará el nivel de desarrollo de las diversas capacidades.

El clima familiar deportivo comprende diferentes comportamientos y actitudes de los padres de familia hacia el deporte y la actividad física en general, en particular las que se relacionan con sus hijos directamente; ya que son ellos los que terminan por condicionar la forma de entender y vivir el deporte. Por lo tanto, el clima familiar deportivo se encuentra vinculado con ciertas características de la experiencia deportiva de los infantes, con el valor, compromiso e importancia asignado a este tipo de actividades.

El papel principal del clima familiar deportivo es la atribución de nuevas experiencias deportivas mediante el contacto directo de los niños con las diversas actividades físico – deportivas, las cuales no solo es un medio de actividades para el tiempo libre sino que ayude al desarrollo integral del niño, a través de la ejercitación.

La práctica de la actividad física y el deporte influyen en la salud y el bienestar de los seres humanos, siendo importante más aún en la sociedad actual, que el avance vertiginoso de la tecnología, el transporte y la industria han aumentado el sedentarismo en la población y en particular los niños. La práctica de actividad físico-deportiva tiene un papel importante en la Educación Física escolar, confiriendo esta asignatura una gran influencia en la futura vida activa de los escolares

En la actualidad la mayoría de niños dedican el mayor tiempo a ver televisión, estar jugando en los celulares o tabletas y el pasar tiempo con la familia se ha convertido en una práctica muy escasa por las familias. Esto ha traído como consecuencia el aumento del

sedentarismo en la población, desencadenado problemas en la salud y en distintos desarrollo especialmente de los infantes.

Los padres son los principales responsables de un adecuado desarrollo integral en los niños, por tanto existe dos modos en que pueden influir, los cuales son: Mostrando conductas de apoyo o interferencia en todo el desarrollo, es decir, pueden ofrecer un clima de apoyo, estímulo y afecto, o pueden generar un ambiente estresante cargado de expectativas poco realistas mediante reglas rígidas terminando por afectar el interés del niño hacia alguna actividad.

El tema que se abordó en este trabajo se fundamenta en la influencia que ejerce la familia en la iniciación en el deporte en los niños, ya que se considera como el momento más importante para crear hábitos saludables y los conocimientos adecuados con respecto a la práctica deportiva.

La práctica regular de actividad física y deportiva contribuye al bienestar y calidad de vida en la sociedad y existe una concepción generalizada de la relación directa entre la práctica de la actividad física y los efectos beneficiosos que proporciona para la salud. A través de investigaciones se ha demostrado que últimamente la práctica físico deportivo ha disminuido en los infantes de manera alarmante, evidenciando que las familias por múltiples factores no constituyen el valor de las actividades físicas en su vida cotidiana.

Objetivos de estudio. -

Objetivo general:

- Describir la influencia de un clima familiar deportivo sobre los niños de Educación primaria.

Objetivos Específicos:

- Describir la relación de los padres de familia y la iniciación en las actividades físicas deportivos de los infantes.
- Describir la influencia de las actividades físicas deportivos en el desarrollo del infante.

Al realizar el trabajo académico se ha recurrido a diversas fuentes bibliográficas como tesis, enciclopedias, revistas.

El diseño metodológico utilizado es la Investigación de tipo descriptivo, con el fin de explicar y fundamentar los riesgos en los niños por la violencia familiar ejercida por los propios padres hacia el menor.

Este trabajo académico se encuentra dividida en dos capítulos que a continuación se procederá a describir.

En el **capítulo I**, “La familia y la actividad física deportiva”, se detalla el concepto de los términos y la relación que tiene la familia en la práctica de la actividad física deportiva.

En el **capítulo II**, “La actividad física deportiva en el nivel primario”, se detalla cómo la contribución de la práctica del deporte y la actividad física en los niños del nivel primario.

Finalmente se presenta las conclusiones, sugerencias, de acuerdo a los objetivos planteados, la revisión bibliográfica que fundamentan y son indispensables en este trabajo.

CAPÍTULO I

LA FAMILIA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVO

La familia cumple un papel importante en el desarrollo de la actividad física en los niños, ya que influyen de forma directa en la educación deportiva a través de comportamientos, comentarios y actitudes de los padres de familia.

1.1. La familia. -

Existen varias definiciones para la palabra familia desde diversos puntos de vista como biológico, legal, etc. Desde el punto de vista social, la familia es un grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas en una misma casa. Desde el punto de vista psicológico, la familia es un grupo de personas unidas, que conforman profundamente la personalidad de cada uno de sus miembros.

Para la ONU, la familia es una entidad universal, de un grupo de personas que viven juntos, las cuales se encuentran relacionadas unas con otras que comparten sentimientos, responsabilidades, costumbres, valores, mitos y creencias, se manifiestan de diversas maneras y cumplen distintas funciones.

La familia es el primer ámbito social del ser humano, de donde aprende los primeros valores, principios y nociones de la vida; es un grupo social con base afectiva y formativa, donde conviven personas unidas por un lazo de amor, lazo de sangre, matrimonio, adopción u otro parentesco. También se considera la familia como una célula básica de la sociedad, puesto que las civilizaciones nacieron con alguna forma de organización familiar, que fue variando a través de los tiempos en la humanidad.

La familia se origina en el matrimonio, el cual es una institución legal que garantiza a las parejas un vínculo llamado sociedad conyugal, siendo reconocido como sociedad y generador de derechos y obligaciones. Los padres tienen los deberes de cuidado, alimentación y protección de los hijos ya sean hijos propios o adoptados hasta que estos cumplan la mayoría de edad; si bien muchas parejas unen sus vidas y destinos sin la formalización civil de la unión, a pesar de que ha concretado una extensa convivencia y de funcionar como una familia visto desde todos los aspectos. Es en las familias donde se aprenden reglas y los principios de convivencia lo que luego se proyectará en la sociedad; por lo que tener una familia es un derecho legítimo y fundamental de la niñez.

1.1.1. Tipos de familia. -

Los tipos de familias que existen en la sociedad se describen a continuación:

- **Familia nuclear**, integran los padres y los hijos.
- **Familia uniparentales o monoparentales**, formada tras el fallecimiento de uno de los padres o la separación de los padres.
- **Familias polígamas**, cuando el jefe de familia, sea la madre o el padre, posee dos o más parejas.
- **Familias compuestas**, integrada habitualmente por tres generaciones: Abuelos, padres e hijos en una misma casa.
- **Familias extensas**, integrada por tres generaciones y otros parientes tales como: Los tíos, tías, primos o sobrinos viviendo en la misma casa.
- **Familias reorganizadas**, cuando la familia convive con otras familias de otros matrimonios todos en una misma casa.
- **Familias homoparentales**, cuando los padres son parejas homosexuales y poseen la libertad de adoptar hijos siempre y cuando la ciudad en que residan cuente con las leyes que los ampare.
- **Familias inmigrantes**, compuestas por miembros que proceden de otro contexto social, como, familias provenientes del campo hacia la ciudad.

- **Familias apartadas**, son familias en las que existe aislamiento y distanciamiento emocional entre sus miembros.
- **Familias enredadas**, son familias sin comunicación, se rigen por reglas de extremo autoritarias.

1.1.2. Funciones de la familia.-

Las personas tienen necesidades que es necesario satisfacerla para que tengan buena calidad de vida, es a través de la familia que el niño satisface sus necesidades lo cual le servirá para que se pueda integrar en la sociedad. La familia cumple otras funciones, entre las cuales destacan:

- **Función biológica**, la familia brinda el alimento, calor y subsistencia a los niños.
- **Función económica**, la familia brinda educación y salud de calidad, y vestuario.
- **Función educativa**, la familia transmite hábitos y conductas que le permiten al niño a educarse en las normas básicas de convivencia y luego puedan interrelacionarse en la sociedad sin dificultad.
- **Función psicológica**, la familia ayuda a desarrollar sus afectos, la imagen y su manera de ser del niño.
- **Función afectiva**, la familia permite al niño sentirse apreciado, apoyado, protegido y seguro.
- **Función social**, la familia prepara al niño para su integración a la sociedad, le enseña a relacionarse, a convivir y enfrentar las diversas situaciones que se puedan presentar, a apoyarse los uno con los otros, a competir y negociar, a aprender a relacionarse con el poder.
- **Función ética y moral**, la familia transmite los valores necesarios para vivir y desarrollarse en armonía con los demás.

1.2. Clima familiar. -

Algunas definiciones de la palabra familia según autores son: Para Escardo (1964), la familia es una entidad basada en la unión biológica de una pareja de esposos y de sus descendientes los cuales conforman un grupo primario en el que cada miembro tiene funciones definidas, como parte de una sociedad, la familia recibe múltiples, rápidas e inexcusables influencia por parte de esta, lo que resulta que en cada sociedad hay varios tipos de familias según los patrones e intereses culturales.

Según la Organización de las Naciones Unidas (1994). La familia es una entidad universal de la vida social, manifestándose de diversas maneras y a través de distintas funciones. El rol de las familias varía según las sociedades y las culturas. Al existir diversas definiciones cuando se refiere a la familia, lo más adecuado es referirse a “familias”, ya que varían en religión y a través del tiempo.

Para Sloninsky (1962), la familia es un organismo que tiene su unidad funcional, está conformado por la relación de parentesco, de vecindad y de sociabilidad, existiendo influencias e interacciones mutuas. La estructura interna de la familia determina la formación y grado de madurez de sus miembros.

La familia se puede conceptualizar como el conjunto de personas que viven juntas, relacionadas unas con otras, compartiendo sentimientos, responsabilidades, informaciones, costumbres, valores, mitos y creencias. Cada miembro tiene un rol que les permite mantener el equilibrio de su familia, por lo que es una unidad activa, flexible y creadora.

A partir del siglo XX se comienza a considerar como la célula principal de la sociedad, el clima familiar se describe como el ambiente percibido e interpretado por los miembros que viven en la familia. En los últimos años existen tipos de familias con sus respectivas características, lo que implica variaciones en el clima interno de la familia,

pero a la vez, impacta en las escuelas es decir, lo que sucede al interior de la familia se verá reflejado en la sociedad.

El clima familiar es la atmosfera de un hogar familiar, y puede variar notablemente entre una familia y otra, por lo que en ciertos hogares gozan de un clima interno excelente y en otras sucede lo contrario, aunque el clima es cambiante, dentro de un hogar puede variar de un momento a otro para un individuo determinado.

En el clima familiar, las interrelaciones se dan entre los miembros de una familia mediante la comunicación, interacción, etc., el desarrollo personal se ve influenciado por la relación, la organización y el grado de control que ejercen los miembros sobre otros en una familia.

Un clima familiar positivo genera cohesión entre los miembros, apoyo, confianza, comunicación abierta y empática, y cada uno de estos elementos fortalecerá a todo el sistema familia, favorece a la transmisión de valores y normas sociales a los hijos, así como el sentimiento de seguridad y confianza en sí mismos. Mientras que un clima familiar negativo tiene carencias de lo antes mencionado, los límites son vulnerables, no existe los reconocimiento y acciones que promueven el crecimiento del sistema familiar, se genera dificultades a nivel emocional y físico en los integrantes.

1.3. Clima familiar deportivo. -

El clima familiar deportivo comprende una serie de comportamiento y actitudes positivas que poseen los padres y madres de familia hacia el deporte y la actividad física, de sus hijos en particular; influyen sobre la forma de entender y vivir una vida saludable en base al deporte; así mismo, se relacionan con las características de valor e importancia asignado a este tipo de actividades, y el nivel de compromiso con las mismas o las auto percepciones específicas.

Se encuentra referido al factor socioambiental que se establecen en función al grado de unión, de las relaciones intrafamiliares, del fomento de la expresividad, de los procesos internos de realización personal (Social y la estabilidad), los cuales fomentan cambios de la vida de los integrantes de la familia.

Uno de los papeles principales que cumplen los padres de familia respecto del clima familiar deportivo es la de proveer experiencias deportivas, se valora los materiales y situaciones físico-deportivo que le proporciona a sus hijos, la interacción directo o indirecto de los niños con el deporte y actividades físicas, ayudarán al incremento del nivel de participación y a la trasmisión de valoración directa e indirecta de estas actividades.

A través de análisis de contextos se puede afirmar que el desarrollo de buenas relaciones en la familia requiere de mucho esfuerzo, y a la vez se ve influenciada por factores externos como el económico, social y cultural, y también por factores interno como la armonía, lazos afectivos, comunicación, organización y control familiar. Así mismo en el interior de la familia se desarrolla un status a cada integrante del seno familiar mediante un rol específico.

La existencia de principios y códigos morales elevados en un hogar no siempre garantiza la existencia de relaciones armoniosas entre los integrantes de la familia, pero sí está claro que la falta de estos principios puede desencadenar la desintegración de la familia. Si en las familias existe una ausencia de disciplina, los niños crecen sin un control adecuado ya sea porque los padres son muy permisivos, existe la falta de dialogo entre otros factores; o porque los niños deben acatar normas muy rígidas y arbitrarias impuestas por la fuerza ya sea por padres autoritarios, por constantes conflictos en la familia entre otros factores; será motivo para que en las familias no pueda existir una relación intrafamiliar adecuada.

La sociedad actual está llena de peligros que amenazan la armonía en el clima familiar, por lo que recae en el jefe de hogar brindar la seguridad necesaria para que la armonía presente en el hogar no se vea influenciada, así mismo, deberá mantener el

equilibrio y el orden al interior de la familia. Sin duda, el rol de los padres es sumamente trascendental, ya que son quienes tienen la tarea de inculcar y formar a los hijos, comprender las etapas que atraviesan los hijos. Es su estilo de paternidad el que juega una función importante por mantener las relaciones internas, por consiguiente un clima favorable en el interior de su familia.

El inicio y el seguimiento de la práctica de actividades físicas y deportivas se encuentran relacionados a las interacciones sociales que el niño establece con otros sujetos y en especial con la familia desde temprana edad, son estos últimos los principales influyentes en la motivación deportiva para los niños, así mismo, son capaces de ofrecer un clima de apoyo, estímulo y afecto, o pueden generar un ambiente estresante cargado de expectativas poco realistas y reglas excesivamente rígidas. Por lo tanto el clima familiar deportivo genera la motivación o crea barreras hacia la práctica deportiva.

El clima familiar deportiva está formado por comportamientos, actitudes, valores, expectativas e intereses hacia la práctica que permite al niño valor y otorgar un determinado nivel de importancia a los ejercicios físicos y a la práctica deportiva.

Musitu y Garcia han propuesto el modelo de socialización familiar, en el que considera las dimensiones de inducción y coerción como ortogonales y sus cruces establecen cuatro aspectos que permiten establecer una tipología de estilos parentales, los cuales son: Autoritario, autorizativo, negligente e indulgente. Este modelo permite la explicación de cómo es la transmisión de los contenidos del clima familiar deportivo; tales como, si el niño muestra conductas deportivas adaptadas a las normas y valores familiares, los padres exteriorizarán muestras de satisfacción, aprobación y afecto; y cuando ocurre lo contrario, si el niño vulnera o transgrede las normas y valores deportivos, los padres buscarán la forma de suprimir dicha conducta transgresora y desarrollarán conductas paternales orientadoras o coactivas.

1.4. La influencia de los padres en la actividad física deportiva. -

La familia tiene influencia en el desarrollo de la crianza en diversas áreas. En el ambiente deportivo no es diferente, la influencia que tenga la familia será vital para que el niño alcance altos niveles de desarrollo.

En los últimos años especialistas en el tema han discutido sobre la contribución de aspectos genéticos sobre los deportistas de alto nivel. Muchas veces los padres de familia son los primeros “entrenadores” de sus hijos al iniciarse en un deporte o actividad física, lo que los hace responsable por el interés que tenga el niño hacia el deporte que practican o en el que van a iniciar. Así mismo se observa en familias de padres deportistas, donde el niño crece en un ambiente deportivo y es a través del ejemplo que desde muy pequeño se interesa por una actividad física o deportiva. La genética es importante, pero la oportunidad que se puede brindar a los niños para que vivencien el deporte es mucho mayor, es decir, el ambiente tiene más influencia que la genética.

En una fase inicial, el niño experimentará los múltiples estímulos y oportunidades que brinden las actividades psicomotoras, lo cual será una base de experiencias y diferentes situaciones que van a llevar la vivencia a la crianza enriqueciendo su repertorio cognitivo y motor. Es en este momento que se debe dar importancia al entretenimiento y al ocio, y no se debe perturbar al niño con exigencias, en cambio, la familia debe participar y apoyar a los niños valorando su esfuerzo y dedicación.

En la fase intermedia, la familia busca uno o más actividades en particular para que el niño practique, aumenta la dedicación al aprendizaje y al desarrollo de las actividades elegidas, los periodos de práctica son más largo y más estructurados; la familia aumenta el apoyo financiero y busca los mejores profesionales y condiciones para que mejore la capacidad del niño.

En la fase final, prácticamente solo desarrolla una actividad física de manera profesional. Existe compromiso con las prácticas, el periodo de entrenamiento y

preparación son más intensivos. Las actividades son más elaboradas y el nivel de habilidad es más calificado. La motivación y el nivel de esfuerzo son mayores. En esta etapa, el entrenador influye más sobre el niño que la familia, aunque el papel de la familia es importante ya que deben apoyar la actividad elegida y ayudar a superar las dificultades financieras, sociales, de educación o salud que se presente.

En estas tres fases los padres cumplen un rol diferente pero necesario. Se deben trazar metas logrables durante el entrenamiento para incentivar la preparación y el interés por el desarrollo en la práctica y en los entrenamientos de la actividad y evitar el abandono por aburrimiento o falta de interés; pero siempre de forma educativa, con énfasis en el aprendizaje.

El incentivar a los niños hacia las actividades físicas y deportes de manera lúdica, genera el desarrollo de sus habilidades físicas y mentales, lo que le ayudará a lidiar con varias actividades, sin generarle estrés. Es probable que no todos alcancen alto nivel, pero todos podrán participar de las actividades, lo que traerá beneficios a su salud, física y mental; así mismo, tendrán la oportunidad de convivir en un ambiente saludable; podrán hacer nuevos amigos, participar en eventos deportivos amistosos y oficiales, conocer nuevos lugares y a otras personas quienes serán parte de su red de amistades.

Por último, a pesar de que la forma de desenvolvimiento de cada persona es distinta, se debe tener en cuenta que mientras más temprano empiece el contacto de la crianza con las actividades deportivas, cuanto más tiempo se dedique al deporte, cuanto mayor es la influencia positiva de la familia, mayor será el compromiso y la orientación del niño hacia una actividad física y deporte.

1.5. El nivel socioeconómico de los padres y la actividad deportiva. -

El nivel socioeconómico es un determinante fundamental para la calidad de salud y bienestar en la familia, pues la participación en las actividades deportivas de un individuo o de un grupo social se determinará por el grado de exposición y acceso a tales

actividades. Por lo que el nivel de estudios de los progenitores ayudará a indicar el estatus socioeconómico de la familia.

A nivel de estudios de los progenitores, las personas que tienen estudios medios o superiores muestran niveles de actividad deportiva superior al de las personas con niveles de estudios más bajos.

En la actualidad existen deportes que se han hecho populares por su fácil acceso a su práctica, otra condición es el interés que se tiene hacia el deporte, es la deseabilidad de practicar un deporte. Este interés hacia un deporte específico, más el ambiente familiar adecuado, más la escolaridad es lo que ayuda a los niños a tener una práctica constante de algún deporte.

El nivel socioeconómico influye en las actitudes de las personas y las experiencias que tenga a lo largo de la vida. A través de estudios se ha demostrado que las personas de nivel socioeconómico bajo, los cuales comprenden las familias de bajo ingreso y de padres que presentan niveles de escolaridad incompletos tienden a ser deficientes por la carencia que acarrear, los niños tienen más riesgos de llevar una vida menos saludable y también tienen pocas oportunidades de obtener un aprendizaje de buena calidad, y es difícil que puedan acceder a actividades físicas extraescolares, aunque si se presenta la oportunidad de acceder a cursos gratuitos emitidos por las municipalidades, el ipd o alguna otra institución que apoye el deporte, sería una gran oportunidad para ellos. Los niños que tienen la oportunidad de pertenecer al nivel socioeconómico medio y alto, pueden acceder a actividades deportivas en los mejores clubes, por lo que su estilo de vida es saludable.

El cambio social que se está experimentando en la actualidad como el desarrollo del consumo, las crecientes tasas de urbanización e industrialización, el aumento de niveles de bienestar social y los estilos de vida cada vez más determinados por la forma de organizar su tiempo libre y sus actividades de ocio, han terminado por influir de manera

determinante en la sociedad actual, lo que ha generado que el deporte en todos sus niveles adquiera importancia.

Las necesidades de aumentar la participación social, el cuidado de la salud y las nuevas modas de la población, han aumentado la participación activa de los progenitores mediante las diversas actividades físicas para contrarrestar el sedentarismo y la vida estresante que llevan.

1.6. El papel de los padres, comportamiento y actitudes.-

El entorno ideal para la práctica deportiva y actividades físicas sería una estructura o modelo centrado en la educación y en el desarrollo de los valores del niño, pero muchas veces no es posible por la falta de interés de los agentes implicados.

Para Giménez (2000), la edad promedio para iniciar en la formación del deporte es entre los 8 hasta los 12 años aproximadamente. Respecto al comportamiento de los padres, son los encargados de favorecer o perjudicar la aparición de las actitudes deportivas en los niños, mediante la competición y la práctica el niño aumenta el grado de autocontrol emocional, su autoconfianza y seguridad.

La familia ejerce influencias socializantes durante la infancia, por lo que deben aumentar las oportunidades para que el niño participe en el deporte, fomentando hábitos saludables. El ejemplo de los padres es una importante fuente de aprendizaje en el comportamiento del niño deportista, por ello, si el padre practica actividades físicas como hábito deportivo, existirá más posibilidad que este comportamiento se traslade a su hijo.

Por lo tanto, los padres juegan un papel fundamental en la transmisión de valores, normas, hábitos, rutinas y costumbres de sus hijos, así mismo, el nivel de práctica de algún deporte, el nivel de educación deportiva, la existencia de figuras deportistas dentro de la familia y las actitudes hacia la práctica deportiva ejercerán influencia para la participación de los niños en actividades deportivas.

1.6.1. Actitudes negativas de los padres. -

Algunas actitudes de los familiares que no ayudan a educar el deporte en los niños del nivel primario son:

- **El desinteresado**, desconocen el valor del deporte en la vida de los niños. Los padres no se interesan por los progresos de sus hijos, no asisten a los entrenamientos ni competiciones.
- **El hipercrítico**, Los padres tienen expectativas y objetivos poco realistas respecto a la progresión de los niños, casi nunca está satisfecho y es muy exigente con los resultados. Refuerza muy poco y crítica mucho siendo una fuente de estrés.
- **El vociferante**, Insulta y critica a los jueces, deportistas y entrenadores rivales y muchas veces a los miembros de su propio equipo. Los padres no tienen paciencia, escuchan poco y casi nunca está dispuesto a cambiar.
- **El sobreprotector**, son los padres que realizan comentarios angustiosos sobre alguna acción técnica de los entrenadores y amenazan con sacar al niño del equipo de deporte. Es exageradamente cauteloso con los riesgos que el ejercicio deportivo mismo conlleva.
- **El segundo entrenador**, los padres conocen muy bien el deporte que practica su hijo. Casi siempre está contradiciendo las instrucciones del entrenador provocando desconcierto en el niño ya que está pendiente de las reacciones e indicaciones de su padre. Las opiniones del padre se dan en momentos y situaciones inadecuadas.
- **El presionante**, suelen realizar comentarios antes y después de la actividad del deporte, sin alterarse, pero inducen presión como, “A ver si entrenas mejor”, “al contrario ni agua”, “a ver si ganas hoy”, etc.

Muchas veces los padres de familia asemejan la actividad deportiva que realizan los niños al deporte profesional adulto, generando que sea un riesgo y posible problema en vez generar un beneficio para el niño. Por lo tanto, los padres deben orientarse por profesionales ya que su colaboración es fundamental para fomentar una buena educación deportiva.

CAPÍTULO II

LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVO EN EL NIVEL PRIMARIO

Las personas desde muy pequeños empiezan a realizar deportes aún sin tener en cuenta, lo realizan a través de juegos con sus amigos del barrio, colegio, entre otros, algunos juegos son, escondites, la chapada, mata gente, etc.

Los beneficios del deporte son numerosos, ayudan a contrarrestar riesgos ya que se involucra el entrenador, los niños, sus familias y su entorno cercano. También contribuyen al desarrollo integral de las personas, aunque no se le dé la importancia debida, ayudan al perfeccionamiento motor, afectivo y social de los niños.

Es la infancia, la etapa en la que los niños son más sensibles a los aprendizajes y en la que se están determinando las conexiones cerebrales, en función de la variedad de estímulos que se le presenten al menor. Es por ello que la práctica de la actividad física y el deporte en edades tempranas es de gran importancia, ya que permiten que a través de sus movimientos y sus juegos los niños experimenten nuevas vivencias y estimulaciones.

La actividad física en forma regular produce beneficios en las habilidades motoras y cognitivas de los niños, resultando beneficioso para sus relaciones personales y sociales, ya que aprende a integrarse con los demás integrantes de su entorno y obtiene bienestar físico y psicológico. Por tal motivo es importante que las personas desde temprana edad realicen actividades deportivas para que lleven una vida sana y aislada de problemas sociales, psicológicos y criminales, este estilo de vida se debe fomentar para reducir el porcentaje de personas antisociales y criminales en el país, como también de personas que padezcan algún trastorno mental que afecte a la sociedad.

Una Educación Física de alta calidad, es el medio más eficaz e integrador para transmitir a todos los niños las habilidades, modelos de pensamientos, valores, conocimientos y comprensión necesarios para que practiquen actividades físicas y deporte a lo largo de su vida.

2.1.1. Cultura física. -

Desde el punto de vista ideológico – general - cultural, es el conjunto de manifestaciones que expresa la vida de un pueblo, de una comunidad, de una familia o de un individuo, es decir, es el conjunto de conocimientos adquiridos por el ser humano a través de las prácticas de la educación física, el deporte y la recreación; el desarrollo y beneficios que ofrece se convierte en una herramienta que motive y oriente a la reflexión crítica, el trabajo productivo, el diálogo y la comunicación entre los diferentes actores del quehacer educativo.

La cultura física es una disciplina que se basa en la consideración del hombre como una unidad de cuerpo, mente y alma, desde la cual conforma un marco teórico centrado en el movimiento corporal para desarrollar en forma integral las capacidades afectivas, cognitivas y físicas para mejorar la calidad de vida en todos los aspectos del ser humano.

Representa el conjunto de experiencias y logros obtenidos de la creación y aplicación de principios, fundamentos, condiciones y metodologías orientadas a la ejercitación del ser humano, manifestaciones y realizaciones humanas en materia de actividad física encaminada al desarrollo de la educación, competición, aptitud física y salud mental.

Esta disciplina se desarrolla en la educación para fomentar habilidades en los deportes y aumentar las capacidades de los niños; visto desde la salud, se promueve para contrarrestar enfermedades. Mediante las actividades y juegos lúdicos los niños se relacionan con el aspecto familiar, escolar y social. Por lo tanto, se puede decir que la cultura física no solo es una disciplina educativa sino que tiene fines sociales, recreativos, competitivos y terapéuticos que alejan al ser humano del sedentarismo.

Permite al ser humano practicar el cuidado corporal para alcanzar la salud física adecuada, además promueve hábitos saludables como una alimentación sana, con un consumo mínimo de alcohol y tabaco.

2.1.2. Deporte. -

El termino deporte es una actividad física, de carácter competitivo y que mejora la condición física, se desarrolla bajo reglas pre establecidas y aceptadas por los participantes, incluyen procesos de entrenamiento para establecer y mejorar el rendimiento de las capacidades físicas como velocidad, agilidad, resistencia, fuerza, flexibilidad, entre los deportes tenemos: el baloncesto, voleibol, fútbol, gimnasia, natación, atletismo, defensa personal y otros.

La definición el deporte va relacionada con la actividad física, sin embargo se no se debe confundir los términos, en realidad no significan exactamente lo mismo. La diferencia radica en el carácter competitivo del primero, y el segundo es netamente la práctica.

En la actualidad, el deporte se considera una práctica fundamental para mejorar la capacidad de vida de las personas, convirtiéndose en uno de los modelos de entretenimiento de la sociedad, así mismo es un arma poderosa en la rehabilitación de las personas con capacidades diferentes.

2.2. Actividad física. -

Nuestro cuerpo es físicamente activo, por lo que se necesita de actividades físicos para mantenerse sano. Muchas veces consideran que los términos de actividad física, ejercicio físico y condición física son sinónimos, pero no es así.

La actividad física refiere a todo el movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía; el ejercicio físico refiere a una variedad de actividad física planificada, estructurada, sistemática y realizada con el objetivo de la mejora de uno o más componentes de la condición física; y la condición física es la capacidad de realizar actividad física y/o ejercicio físico que integra la mayoría de las funciones corporales (Aparato locomotor, cardiorrespiratorio, hematocirculatorio, endocrinometabólicas y psiconeurológicas) las cuales se involucran en el movimiento corporal, estando relacionada con la capacidad física de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad.

Por lo tanto, la actividad física abarca los ejercicios y otras actividades que involucran el movimiento corporal, momentos de juegos, deportes, trabajo, tareas domésticas, actividades recreativas, educación física y los ejercicios programados en el contexto de la familia, la escuela o las actividades comunitarias.

Las formas de desplazamiento de un lugar a otro como el medio de transporte a pie o bicicleta, se considera que tienen efectos beneficiosos para la salud, aún más en los niños ya que mejora el rendimiento escolar, reduce el índice de masa corporal y por ende el perfil cardiovascular.

2.2.1. Importancia de la Actividad física en los niños. -

La actividad física es importante en los niños porque genera una serie de beneficios siendo una clave esencial para un desarrollo infantil saludable, incluyendo el crecimiento y desarrollo adecuado del niño, así mismo brinda la oportunidad para desarrollar interacciones sociales, sentimientos de satisfacción personal y bienestar mental.

Con la finalidad de que el niño tenga beneficios mediante la actividad física, se recomienda que deban invertir como mínimo 60 minutos diarios realizando diferentes actividades de intensidad moderada a vigorosa. Se debe entender por actividad física de

intensidad moderada, aquella que requiere de un esfuerzo moderado, lo que acelera de forma perceptible el ritmo cardíaco, mientras que la actividad vigorosa requiere de un gran esfuerzo. Por lo tanto, la Actividad física en los niños debe consistir en juegos, deportes, desplazamientos, actividades recreativas, educación física o de ejercicios programados.

La falta de hábitos de actividades físicas puede contribuir a los crecientes niveles de obesidad, lo que es probable que la obesidad en la infancia se mantenga hasta la vida adulta, lo que genera la presencia de una salud deteriorada y mortalidad más elevada. Así mismo los hábitos de actividad física establecidos en edades tempranas tienden a conservarse hasta la vida adulta, siendo estas personas adultas activamente física.

El deporte y el ejercicio ayudan a mejorar el bienestar social, autoestima, percepciones sobre la propia imagen corporal y el nivel de competencia provocando efectos positivos en las personas que tienen una baja autoestima. Los beneficios de las actividades físicas pueden ser calificados en tres categorías:

- Los beneficios físicos, mentales y sociales.
- Los beneficios para la salud.
- Los beneficios de la práctica de actividades físicas desde la infancia hasta la edad adulta.

La actividad física genera múltiples beneficios, por lo que se deben centrar esfuerzos por mejorarla durante la infancia y la adolescencia, ya que estas etapas se caracterizan por presentar mayor disposición de aprendizaje y modificación de hábitos.

2.2.2. Ventajas de la Actividad física y el deporte. -

La actividad física y el deporte tienen muchas ventajas que ayudan al niño a llevar una vida saludable y aumentando su capacidad de desarrollo integral, algunas de estas ventajas son las siguientes:

- Incrementa la autoestima y reduce la tendencia a desarrollar comportamientos peligrosos.
- Reduce las actitudes negativas frente a la escuela y la salida de la misma.
- La asignatura de Educación física es importante porque aporta beneficios a la vida del niño.
- Mejora la salud, previniendo lesiones y daños derivados de la mala postura.
- Mejora el rendimiento escolar.
- Proporciona experiencias en actividades estructuradas, con objetivos y resultados positivos.
- Ayuda a desarrollar el pensamiento abstracto a través de nociones como la velocidad, distancia, profundidad, fuerza, fuerza de impulso y juego limpio.
- Fomenta la capacidad de concentración y la actitud participativa.

2.2.3. Beneficios de la actividad física para el bienestar emocional.-

A nivel psicológico, el deporte aporta grandes beneficios en el desarrollo, la estabilidad del niño y en las habilidades sociales. A través de estudios se ha demostrado que los niños al practicar deporte le ayuda al desarrollo integral de sus capacidades por ejemplo, aumenta su concentración, su coordinación visual y motora siendo más eficientes, por lo que su rendimiento académico es mejor. La práctica del deporte le ayuda a descansar mejor, lo que también le ayuda al buen rendimiento académico y a la estabilidad emocional.

La actividad física ofrece a los niños la posibilidad de adquirir valores, habilidades y capacidades personales que mejor mejoran su competencia social y su adaptación, al mismo tiempo favorece su bienestar emocional:

- Compañerismo, aprenden a trabajar en equipo para lograr el objetivo.
- Aumento y mejora de las relaciones sociales.

- Aumento de la tolerancia a la frustración, resuelven problemas, cumplen con los retos propuestos.
- Constancia, disciplina y respetan las normas de la actividad física y deporte.
- Aumenta su capacidad de empatía, es decir, son capaces de ponerse en el lugar de su compañero que ha fallado o de su rival; son más sensibles a las emociones de los demás, además son capaces de gestionar sus emociones.
- Aumenta la confianza en ellos mismos y su autoestima.
- Tienen más autonomía e independencia.
- La probabilidad que sufran estrés, ansiedad y depresión son mínimas.
- Disminución de las actividades sedentarias y del uso de móviles y videojuegos.

Todos estos beneficios se obtendrán siempre y cuando la presión, los intentos de motivarlos y el trato que reciban de sus padres y entrenadores sean positivos y no contraproducentes. Cuando el niño recién inicia una disciplina, se puede apreciar actitudes negativas como: Sentimientos de insatisfacción, desmotivación entre otros, pero depende mucho de los padres que el niño siga con la actividad.

2.2.4. Beneficios de la actividad física para la salud.-

Una actividad física activa genera beneficios para la salud del niño y también en su vida adulta de este. Varios estudios científicos han demostrado que una práctica constante de las actividades físicas en la infancia contribuye a una vida más larga y sana en mayor medida que cualquier otro factor. Así mismo reduce el riesgo de hipertensión, enfermedades del corazón, cáncer de colon y depresiones.

Los efectos genera las actividades físicas y deportivas en la autoestima del niño es positivo ya que le genera mayor confianza, disminuye los temores y depresiones, y ayuda al desarrollo de algunas capacidades mentales.

La finalidad de incentivar la actividad corporal mediante la Educación física es el complemento para el desarrollo integral del niño, más aun en esta sociedad actual donde aumenta cada día el sedentarismo en los niños por la tecnología. Es imprescindible el apoyo de todo el entorno del niño para garantizar que ellos lo disfruten, se sientan motivados, y crezcan emocionalmente para que sean adultos de vida sana y activa.

2.2.5. La asignatura de Educación física. -

La Educación Física como asignatura tiene una relación estrecha con la salud y la calidad de vida de los alumnos; por la creciente demanda que tienen en contrarrestar los hábitos del sedentarismo y la obesidad de los niños, la asignatura busca crear hábitos saludables, así como fomentar la autonomía y competencia de los alumnos para que disfruten de las posibilidades deportivas que le ofrece la sociedad. Se puede definir como una actividad motriz que ayuda el desarrollo intencional de los movimientos de la persona y con ellas el resto de sus facultades personales.

Los docentes de la asignatura de Educación física cumplen un papel esencial para motivar a los alumnos en la práctica habitual del ejercicio y el deporte. Es el encargado de diseñar un plan que incluya la adquisición del estilo de vida y hábitos saludables, donde para aumentar los niveles de actividad física se debe reducir el tiempo dedicado al sedentarismo e impulsar las actividades al aire libre con el objetivo recreativo, fomentando la participación a actividades deportivas en función del interés de cada alumno y haciendo participar a las familias para su consecución.

La finalidad de la Educación física es desarrollar las competencias motrices y adquirir competencias con respecto a la salud del niño, ya que la mayoría de ellos solo realiza actividades físicas en los centros educativos, es por lo cual se debe otorgar la importancia que se merece para la adopción de hábitos saludables en la población infantil.

2.2.6. Importancia de la Educación física. -

La asignatura de Educación Física en las instituciones educativas contribuye a la formación del alumno, por lo cual los contenidos deben estar acorde a la edad y capacidad física de un grupo de estudiante; presenta alternativas para hacer un buen uso del tiempo libre.

La actividad física en la asignatura de educación física juega un rol importante, se involucra en la evolución psicológica y social, así como en el crecimiento y desarrollo corporal, el aprendizaje motor, y la aptitud de los niños, ya que solo una porción de su tiempo lo ocupan en las escuelas; es que nace la necesidad que la institución educativa se involucre y mejore las propuestas teniendo en cuenta que el desarrollo de las actividades sean más estimulantes y adecuadas a un grupo específico de alumnos.

2.2.7. Educación física y la fisiología de los niños. -

La educación física ayuda al desarrollo de los niños, por tanto, una buena enseñanza contribuirá a adquirir vitalidad corporal y hábitos saludables lo que permitan a tener una vida saludable. Los docentes del área deben conocer el funcionamiento orgánico de los niños teniendo en cuenta la edad, para orientar el trabajo a fortalecer sus órganos y sistemas teniendo en cuenta las diferencias individuales para evitar incurrir en posibles lesiones.

Los beneficios fisiológicos del deporte son innumerables, y se han dividido en orgánicos y sistemas para entender los beneficios. En lo orgánico, la práctica del deporte regular y mejorar la elasticidad, coordinación, reacción, ganancia muscular, optimización del metabolismo y mayor resistencia a la fatiga; se debe realizar las actividades deportivas de manera adecuada y periódica para mejora el desarrollo físico del niño y para aumentar sus capacidades en todos los niveles.

En cuanto al beneficio de las actividades deportivas en los sistemas; en el aparato cardiovascular mejora la capacidad de circulación sanguínea produciendo la optimización de la presión arterial (por tanto los niños que practiquen deporte tendrán menos posibilidades de sufrir hipertensión en su madurez). En el aparato respiratorio, mejora la capacidad pulmonar y disminuye las posibilidades de sufrir enfermedades pulmonares, como el asma. En el aspecto metabólico, se obtiene el peso ideal, disminuyendo la posibilidad de sufrir enfermedades como diabetes. En el aspecto Neuro – endocrino, ayuda a disminuir la producción de adrenalina, reduciendo los niveles de agresividad y aumentando la producción de sudor, así mismo, mejora la coordinación y los reflejos. En el sistema digestivo, ayuda a disminuir el riesgo de problemas gástricos en la edad adulta. Por último, en el sistema osteomioarticular, el niño experimenta un aumento superior de la fuerza, aumenta las terminaciones sanguíneas en el músculo fortaleciendo los ligamentos.

Por lo tanto, los niños son capaces de realizar ejercicios que impliquen menor duración y alta intensidad, encontrándose limitado el trabajo de alta intensidad y de tiempo prolongado.

2.3.Desarrollo de los conocimientos. -

A. Desarrollo cognitivo:

El deporte contribuye al desarrollo de la inteligencia, ya que enseña a trazar metas; así mismo contribuye al desarrollo de capacidades como la percepción espacial y espacio- temporal, la coordinación la agilidad y el equilibrio; nos permite ponernos en contacto con nuevos lenguajes corporales, y mejora el rendimiento académico.

B. Desarrollo afectivo:

El practicar deporte favorece al control de impulsos y emociones; mejora la voluntad ante futuros obstáculos que puedan presentarse en la vida; ayuda a la canalización social de la agresividad; permite vivenciar situaciones que generan nuevos

sentimientos, comprendiendo, asumiendo y superando los diferentes retos y posibles éxitos y fracasos; mejora el autoconcepto; y ayuda a reducir el estrés y la ansiedad.

C. Desarrollo social:

La actividad física facilita la capacidad de socialización ya que enseña a interiorizar y comprender reglas y normas, contribuyendo a evitar conductas inadaptadas o antisociales; aprendemos a desempeñar roles en el grupo; facilita la integración; alienta a asumir nuevas responsabilidades; promueve hábitos saludables de ocio; y, por supuesto, desarrolla la solidaridad del individuo.

Es fundamental iniciar al niño desde temprana edad para potenciar la función lúdica del deporte, ya que a ellos en la etapa de la infancia solo les interesa jugar. No se le debe imponerse alguna actividad específica, y por el contrario son ellos quienes deberán elegir cual les gusta más, teniendo en cuenta que esta actividad se adapte a su edad y estado físico. Como padres de familia tienen la responsabilidad de despegar a sus hijos de las pantallas del ordenador, consolas y televisiones e incentivarlos a que realicen actividades lúdicas con niños de su edad.

2.4. Factores influyentes y estrategias para la actividad física.-

La extensión de la jornada escolar puede actuar como un factor influyente en la realización de las actividades físicas por que los alumnos pasan gran parte del día en los centros educativos, y la mayor parte sentados lo que fomenta el sedentarismo en los niños provocando la aparición de múltiples enfermedades; por lo cual se ha aumentado las horas semanales de educación física.

Los principales factores que llegan a influir que un niño realice deporte son el entorno físico y social de donde vive, las características personales y la influencia familiar.

- **El entorno físico y social.**

Es la intervención del entorno más cercano del niño e influye mucho en su estilo de vida. Algunos de estos factores son: Las características geográficas, las costumbres de la población, el clima, entre otros; así mismo si el niño tiene acceso a un patio de juego, parque, bicicleta, polideportivos, etc. en los cuales pueda realizar deporte.

- **Características personales.**

Las características físicas y psíquicas son diferentes en cada persona, es por ello que se debe buscar el tipo de actividades físicas más adecuada a la constitución y desarrollo de esa persona y tener en cuenta su condición de salud en que se encuentre. En el caso de discapacidad física o psíquica se necesitará mucho más apoyo, entusiasmo y cariño para motivarlos, una actividad física adaptada a sus condiciones especiales puede aumentar su autoestima y la relación con los demás y su entorno.

- **Influencia familiar.**

Son los padres de familia los modelos más cercanos de los niños, ya que estos últimos copian y/o imitan los actos y las costumbres de las personas mayores; por ello, los padres de familia al realizar actividades físicas serán influencias para que estos menores lleven una vida activa lo cual será beneficioso para su salud física y psicológica para su presente y futuro.

Por otra parte, los municipios pueden apoyar con el desarrollo de programas educativos destinados a fomentar una vida activa, mediante jornadas extraescolares y en la comunidad a través del fomento de una política de desarrollo urbano mediante la construcción de parques y áreas verdes lo que permitirá el uso de estos espacios públicos para la convivencia, recreación y práctica de deportes generando una vida activa.

Otra estrategia que se puede utilizar es la mejora de la oferta de alimentos disponibles en los kioscos escolares, consiste en aumentar paulatinamente la oferta de alimentos saludables y disminuir la oferta de alimentos no saludables según lo establecido en el reglamento sanitario de alimentos. Pero esta medida no ha tenido resultados del todo efectivas, ya que existen una serie de problemáticas sociales, dentro de los cuales destacan: Incremento del uso de transporte motorizado, la reducción de actividades físicas, el incremento de actividades sedentarias en el tiempo libre, la existencia de canales de televisión de entretenimiento a todas horas, el aumento de la variedad y calidad de alimentos altos en contenido calórico, así mismo, el fácil acceso de compras en restaurantes y centros de comida rápida, la sustitución del agua por bebidas azucaradas, entre otros.

En consecuencia, la sociedad tiene la capacidad de intervenir y modificar los hábitos de consumo durante la etapa infantil; por lo que se debe enfocar en mejorar los niveles de la actividad física de la población escolar ya que se ha comprobado que la poca actividad física que tienen los niño no están relacionados con los factores biológicos o genéticos sino más bien se encuentra influenciada por los factores ambientales y el nivel socioeconómico del núcleo familiar.

CONCLUSIONES

PRIMERO.- La familia es una entidad universal, de un grupo de personas que viven juntos y cada miembro tiene un rol que les permite mantener el equilibrio de su familia. El clima familiar se describe como el ambiente percibido e interpretado por los miembros que viven en la familia. En los últimos años existen tipos de familias con sus respectivas características, lo que implica variaciones en el clima interno de la familia, y se ve reflejados en la sociedad. El clima familiar deportivo comprende una serie de comportamiento y actitudes positivas que poseen los padres y madres de familia hacia el deporte y la actividad física, de sus hijos en particular; influyen sobre la forma de entender y vivir una vida saludable en base al deporte

SEGUNDO.- Los padres de familia cumplen el rol de proveer experiencias deportivas, se valora los materiales y situaciones físico-deportivo que le proporciona a sus hijos, la interacción directo o indirecto de los niños con el deporte y actividades físicas, ayudarán al incremento del nivel de participación y a la trasmisión de valoración directa e indirecta de estas actividades. El clima familiar deportivo es determinado por el factor socioambiental que prevalece en la familia, es decir, de las relaciones intrafamiliares, del fomento de la expresividad, de los procesos internos de realización personal (Social y la estabilidad), los cuales fomentan cambios de la vida de los integrantes de la familia.

RECOMENDACIONES.

- Al conocer el problema más identificado en los infantes, como lo es la obesidad, siendo producto de una vida no saludable y del sedentarismo y se sabe que los niños necesitan de cuatro factores importantes para su buen desarrollo saludable siendo el movimiento, el tacto, la conexión humana y el contacto con la naturaleza; por lo tanto es esencial por el cual el docente debe promover la vida saludable y la práctica de las actividades físicas deportivas en los tiempos libres de los niños dentro de la escuela, como brindar actividades físicas deportiva durante el receso.
- Teniendo conocimiento que el clima familiar influye en gran medida el desarrollo de los niños, se debe trabajar conjuntamente con los padres para fomentar una vida saludable en los niños a través de las actividades físicas deportivas.
- El deporte ayuda a los niños a desarrollarse tanto física como mentalmente. La actividad física debe formar parte de su día a día, ya que los beneficios físicos son múltiples: les ayuda en el desarrollo psicomotor y a relacionarse, les enseña a seguir unas reglas, a trabajar en equipo, a reconocer la importancia del esfuerzo personal y a ponerse metas. Por tal motivo los padres deben permitir que el niño pueda elegir que deporte o actividad desea realizar, para que esta práctica sea de su agrado y que sea continuo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aznar, S. Webster, T. (sf) Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Promoción de la salud y epidemiología.
- Blázquez, D. (1999) La iniciación deportiva y el deporte escolar. España.
- Cordoba, L; Garcia, V; Luengo, L; Vizuete, M; Feu, S. (2011) Influencia de las variables sociofamiliares y culturales en el rendimiento académico en la asignatura de Educación Física. Revista Española de Educación Física y deportes N° 395. España.
- Escardo, F. (1964) Anatomía de la familia.
- Flores, G; Rubio, N; Toro, J. (2016) Nivel de actividad física en niños entre 10 y 13 años de edad de un establecimiento con niveles socioeconómico medio-alto en comparación a niños de un establecimiento con nivel socioeconómico medio-bajo de la ciudad de concepción. Concepción-Chile.
- Garrido, M; Campos, M; Castañeda, C. (2010) Importancia de los padres y madres en la competición deportiva de sus hijos. España.
- Monzonis, N. (2015) La educación física como elemento de mejora de la competencia social y ciudadana. Barcelona.
- Nuviala, A. (2003) Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres. España.

Ortiz, M. (2013) La cultura física en la formación integral de los estudiantes de tercer año de bachillerato del colegio maría de Nazaret de la ciudad de Quita provincia de Pichincha. Ecuador.

Pezúa, M. (2012) Clima social familiar y su relación con la madurez social del niño(a) de 6 a 9 años. Lima-Perú.

Revuelta, L; Esnola, I. (2011) Clima familiar deportivo y autoconcepto físico en la adolescencia.

Santamaria, C; Santoro, P. (2010) Factores socioculturales que influyen en la práctica de actividad física en la infancia y adolescencia en la comunidad de Madrid. España.

Sloninsky, T. (1962) Familia y relaciones humanas.

Torres, E. (2012) Desarrollo humano a través de la educación física en la escuela. Bogotá.

Clima familiar deportivo en los hogares de los niños del nivel primario

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	docplayer.es Fuente de Internet	2%
2	www.policlinicaguadalupe.com Fuente de Internet	2%
3	www.psicodeportes.com Fuente de Internet	2%
4	www.aepsis.com Fuente de Internet	2%
5	tdx.cat Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	1%
7	www.slideshare.net Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	1%

9	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1 %
10	www.formacionasunivep.com Fuente de Internet	1 %
11	mauricioarouesty.com Fuente de Internet	1 %
12	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1 %
13	www.unex.es Fuente de Internet	1 %
14	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1 %
15	documentop.com Fuente de Internet	1 %
16	Submitted to Universidad de Las Palmas de Gran Canaria Trabajo del estudiante	<1 %
17	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	<1 %
18	acento.com.do Fuente de Internet	<1 %
19	psicodeportes.com Fuente de Internet	<1 %

20	www.gloriacolli-pediatra.com Fuente de Internet	<1 %
21	www.revespcardiol.org Fuente de Internet	<1 %
22	Submitted to Fundacion San Pablo Andalucia CEU Trabajo del estudiante	<1 %
23	idoc.pub Fuente de Internet	<1 %
24	www.vitalaging.es Fuente de Internet	<1 %
25	Submitted to Consorcio CIXUG Trabajo del estudiante	<1 %
26	uvadoc.uva.es Fuente de Internet	<1 %
27	Submitted to Universidad Abierta para Adultos Trabajo del estudiante	<1 %
28	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
30	Jose V. Esteve Rodrigo, Gonzalo Musitu Ochoa, Marisol Lila Murillo. "Autoconcepto físico y motivación deportiva en chicos y	<1 %

chicas adolescentes", Escritos de Psicología -
Psychological Writings, 2005

Publicación

31	Submitted to Universidad Autónoma de Ica Trabajo del estudiante	<1 %
32	clinicayecla.es Fuente de Internet	<1 %
33	www.iece.fin.ec Fuente de Internet	<1 %
34	rua.ua.es Fuente de Internet	<1 %
35	dspace.utpl.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
36	Submitted to lasallemx Trabajo del estudiante	<1 %
37	200.11.208.194 Fuente de Internet	<1 %
38	Knowles, Ann-Marie, Hill, Jessica, Davies, Hilary, Dancy, Bernadette, Mistry, Natasha, Mellor, Rik, Howatson, Glyn. "Physiological and psychological health effects of Nordic walking on sedentary adults", 2012 Fuente de Internet	<1 %
39	Submitted to Universidad Politécnica de Madrid Trabajo del estudiante	<1 %

40 answers.yahoo.com <1 %
Fuente de Internet

41 ar.scribd.com <1 %
Fuente de Internet

42 María Muñiz. " Online teen dating violence, family and school climate from a gender perspective / ", Infancia y Aprendizaje, 2017 <1 %
Publicación

Excluir citas Activo

Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words



Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.