

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Deporte, juego y recreación escolar

Trabajo académico

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional en Educación Física

Autor.

Edin Hernán Dávila Horna

Trujillo – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Deporte, juego y recreación escolar

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (presidente)

Dr. Andy Kid Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Trujillo – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Deporte, juego y recreación escolar

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

Edin Hernán Dávila Horna. (Autor)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

Trujillo – Perú

2020



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

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Trujillo, a veintinueve días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio San José N° 81608, 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 Oswaldo Alburquerque Silva, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Kid 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: *“Deporte, juego y recreación escolar”*, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física al señor (a) **DÁVILA HORNA, EDIN HERNÁN**.

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 15.

Por tanto, **DÁVILA HORNA, EDIN HERNÁN**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física.

Siendo las trece horas 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 Alburquerque Silva
Presidente del Jurado

Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

Deporte, juego y recreación escolar

INFORME DE ORIGINALIDAD

7 %	7 %	1 %	2 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	3 %
2	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1 %
3	Submitted to Unidades Tecnológicas de Santander Trabajo del estudiante	1 %
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
5	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	1 %
6	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
7	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
8	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1 %
9	repositorio.untumbes.edu.pe:8080 Fuente de Internet	



<1%

10 www.researchgate.net
Fuente de Internet

<1%

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words



Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo.
Asesor.

DEDICATORIA

Con inefable amor a Dios porque es él quien ilumina mi camino, a mis padres Almanzor, Leticia y Emperatriz, a mi amada esposa e hijo Ericka y Edin por ser mi atalaya e impulso para culminar con éxito este nuevo reto en mi vida.

A mis estudiantes, con igual cariño.

INDICE

DEDICATORIA	vii
ÍNDICE.....	viii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x
INTRODUCCIÓN	11
CAPITULO I	13
ANTECEDENTES DEL ESTUDIO	13
1.1. Antecedentes Internacionales	13
CAPÍTULO II	15
MARCO TEÓRICO – NOCIONES GENERALES	15
2.1. Definición del deporte	15
CAPÍTULO III.....	18
IMPORTANCIA Y BENEFICIOS DEL DEPORTE, EL JUEGO Y LA RECREACIÓN EN EL DESARROLLO INTEGRAL DEL NIÑO	18
3.1. El deporte en el desarrollo integral del niño	18
3.2. El juego y la socialización	19
3.3. La recreación como resultado de una buena práctica deportiva y del juego saludable.....	21
3.4. Beneficios del juego y el deporte en los niños	22
CAPÍTULO IV.....	23
CONSIDERACIONES PARA LA PROPUESTA PEDAGÓGICA DESDE EL DEPORTE, EL JUEGO Y LA RECREACION.....	23
4.1. Los juegos deportivos recreativos como práctica didáctica	23
4.2. La propuesta Curricular del MINEDU desde el área de Educación Física.....	25
4.3. Otras consideraciones para la práctica deportiva y el juego escolar.....	25
CONCLUSIONES	27
RECOMENDACIONES.....	28
REFERENCIAS CITADAS.....	29

RESUMEN.

El presente trabajo académico busca analizar las principales concepciones teóricas, así como las implicancias que demanda cada espacio en la vida práctica y durante la etapa escolar del niño. Para ello, considerando que deporte, juego y recreación son conceptos afines, abordamos la investigación revisando diversos aportes teóricos de tal manera que como docentes podamos conocer el tema y orientar correctamente a la comunidad educativa. Finalmente se concluye que el deporte es en su esencia una actividad física ejercida en una competencia en donde se necesita entrenamiento y reglas, el juego es una actividad que se da principalmente por diversión y entretenimiento aplicando para ello destrezas físicas y mentales, de igual manera la recreación tiene la función de divertir, encantar y regocijar el cuerpo y los sentidos.

Palabras clave: Deporte, juego, recreación

ABSTRACT.

The present academic work seeks to analyze the main theoretical conceptions, as well as the implications that each space demands in the practical life and during the school stage of the child. To do this, considering that sport, play and recreation are related concepts, we approach the research by reviewing various theoretical contributions in such a way that as teachers we can know the subject and correctly guide the educational community. Finally, it is concluded that sport is essentially a physical activity carried out in a competition where training and rules are needed, the game is an activity that occurs mainly for fun and entertainment, applying physical and mental skills, in the same way the recreation have the function of entertaining, enchanting and delighting the body and the senses.

Keywords: Sport, game, recreation

INTRODUCCIÓN

El deporte, el juego y la recreación están relacionados, no solamente por la semántica que los considera como afines, sino por el objetivo que persiguen como actividades humanas. Como tal, el juego y el deporte permiten el desarrollo biopsicosocial del niño, asimismo inculcan valores como la puntualidad, solidaridad y el autocontrol, humildad y mesura ante el éxito o la derrota, aspectos que nos ayudan a formar la personalidad del niño. Por otro lado, consideramos que el deporte y el juego, son excelentes catalizadores de las tensiones propias de la vida moderna llena de rutinas y compromisos.

Este trabajo de investigación se justifica ya que en la vida diaria confundimos los términos deporte, juego y recreación, muchas veces pensamos que al realizar un deporte los niños están jugando y divirtiéndose restándole importancia a estos términos y confundiéndolos entre sí, asimismo dentro del área de educación física no le damos importancia a estos términos y nos centramos solo en el deporte, por ello es de suma importancia definir cada uno de estos términos, identificar las ventajas y beneficios que ellos traen consigo en la vida diaria del escolar y buscar aspectos pedagógicos que ayuden a fortalecer el deporte, juego y recreación en nuestros niños y niñas

Ante ello nos preguntamos ¿cuál es la diferencia entre deporte, juego y recreaciones escolar?, ¿Qué ventajas y beneficios aporta en la vida del escolar la práctica del deporte, juego y recreación?, ¿Qué aspectos pedagógicos ayudan a mejorar la práctica del deporte, el juego y recreación escolar?

El presente trabajo académico plantea los siguientes objetivos:

Objetivo General

- Conocer la importancia del deporte, el juego y la recreación escolar en el desarrollo integral del niño.

Objetivos Específicos

- Definir los conceptos de deporte, juego y recreación escolar.
- Identificar las ventajas y beneficios de practicar el deporte, juego y la recreación escolar.
- Analizar algunos aspectos pedagógicos para mejorar la práctica del deporte, los juegos y la recreación en el ámbito educativo.

El presente trabajo de investigación se encuentra dividido de la siguiente forma:

El capítulo I, presenta algunos antecedentes afines a nuestro tema de investigación.

El Capítulo II, se detalla el marco teórico el cual desarrolla las nociones generales de los conceptos de deporte, juego y recreación escolar.

El Capítulo III, se presenta un análisis de importancia y beneficios del deporte, el juego y la recreación en el desarrollo integral del niño.

El Capítulo IV, se presentan algunas consideraciones para la propuesta pedagógica desde el deporte, el juego y la recreación en el ámbito escolar.

Y, por último, se muestran las conclusiones y recomendaciones a las que se llega en el presente trabajo, destacando la importancia de una educación de calidad.

CAPITULO I

ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

1.1. Antecedentes Internacionales

Rodríguez, (2019), en su trabajo de investigación titulado: “El juego como estrategia didáctica para el fomento de la actividad física en los estudiantes del grado tercero de la Institución Educativa San Agustín de Barboza Santander, cuyo objetivo general fue implementar una plan de acción motivador que tuviera como base el juego relacionándolo de este modo a la actividad física, utilizando para ello en método de Investigación – Acción – Educación, concluyó que el 40% de los niños relaciona el juego con la felicidad, así mismo que el 50% de la muestra practican algún tipo de actividad física, el 50% de ellos prefieren juegos de competencia y solo el 30% practica juegos tradicionales.

Almeida, (2016), en su trabajo de investigación titulado: “Las actividades recreativas en la práctica de cultura física del tercer año de la Unidad Educativa Santa Rosa, Provincia de Tungurahua”, la cual tuvo por objetivo establecer la influencia de las actividades recreativas en la cultura física de los alumnos, utilizando para ello un enfoque de carácter cuantitativo y el diseño relativo correlacional de variables. Concluyendo que existe una relación directa en las variables investigadas, así mismo demuestra que los estudiantes del tercer grado de educación básica de la Unidad Educativa Santa Rosa no realizan actividades recreativas dentro de la cultura física ya que los docentes no fomentan la motivación y el interés de los alumnos a través de la preparación de actitudes.

1.2. Antecedentes Nacionales

Córdova, (2019), en una investigación titulada: “Los juegos Motores y el aprendizaje en el área de educación física en alumnos del primer y segundo grado de la Institución Educativa Andahuasi 2019, cuyo objetivo fue establecer la relación que

existe entre los juegos motores y las nociones que tienen de la educación física en los alumnos del Centro Educativo Andahuasi, 2019, utilizando para ello un diseño correlacional, encontrando que el coeficiente de correlación es de $r=0.581$, con un valor $\text{Sig} > 0.05$, lo cual da validez a la hipótesis alternativa propuesta: ello nos da la certeza de que existe relación entre los juegos motores y la instrucción en educación física en los alumnos de la Institución Educativa de Andahuasi, durante el año 2019.

Tisoc (2018), en su trabajo de investigación denominado: “El juego como estrategia metodológica en el aprendizaje significativo de los alumnos del primer grado del nivel primario de la Institución Educativa Valentín Paniagua Corazao del Cuzco – 2018, la cual tuvo como objetivo general establecer la influencia del juego en la mejora del aprendizaje significativo de los alumnos que forman parte de la investigación. Para ello se utilizó el diseño preexperimental, obteniendo como resultado que el juego influye positivamente el aprendizaje en los alumnos.

Quispe (2015) en su investigación titulada: “La práctica de las actividades físico deportivas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Policía Nacional del Perú – Programa Colibrí – 2014, teniendo como objetivo establecer las características de las actividades físico deportivas en los estudiantes investigados, para ello se usó la metodología del estudio tipo descriptiva y diseño diagnóstico, concluyendo que la práctica es realizada favorablemente en cuanto a frecuencia y tiempo de desarrollo, contribuyendo a un aumento importante del gasto energético, tal como señala Sánchez.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO – NOCIONES GENERALES

2.1. Definición del deporte

El Diccionario de la Real Academia Española (2017) detalla al deporte como una actividad física practicada dentro de una competencia, la cual necesita de práctica constante y de reglas establecidas.

Villena (2019), considera que el deporte constituye una actividad física, mayormente de características competitivas y que ayuda en el bienestar físico de las personas que las practican, de igual forma cuenta con diferentes propiedades únicas que los diferencian del juego.

Ibarra (2015) define al deporte como: toda actividad física que implica diferentes reglas y/o normas para ejecutarlas en un espacio o área determinada, relacionada en algunos casos a la competencia deportiva.

Como vemos, la definición del término deporte está siempre relacionado con la actividad física, eso hace que muchos niños y jóvenes lo vean como la misma actividad y para la mayoría ir a hacer deporte es ir justamente a jugar o hacer ejercicio físico; sin embargo esta diferencia en la apreciación se evidencia cuando encontramos algunos deportes que no requieren un intenso ejercicio físico sino mental, caso del ajedrez o los juegos de estrategias por computadora, que a pesar de su escasa actividad física, si requieren de una gran agilidad y concentración por parte del jugador para ganar una partida. Sin embargo, como la mente es parte del cuerpo, la actividad que realiza al generar ideas es considerada como actividad física más no como ejercicio físico.

Es así que la necesidad de deporte cada vez se toma más en cuenta, incluso desde la escuela propiciando que el mismo Estado a través del Ministerio de Educación atienda esta necesidad y cada año organice jornadas deportivas nacionales, donde participan todos los estudiantes peruanos compitiendo en diversas disciplinas deportivas, la misma experiencia también se replica a nivel panamericano, en casi todos los países del mundo y para todos los niveles educativos.

Es importante que todo deportista se prepare convenientemente para obtener un buen rendimiento con capacidad para responder físicamente a los objetivos propuestos, de igual forma es importante contar con todo el equipo necesario y la habilidad son de suma importancia para ganar un encuentro deportivo. Más allá de la competencia propiamente dicha a que lleva el deporte este provee de entretenimiento para quienes lo practican y para quienes lo observan, es tanta su influencia social que provoca hasta fanatismo e identidad entre deportistas y no deportistas solidarizándose unos a otros.

2.2. Definición del Juego

El Diccionario de la Real Academia Española (2017) precisa que el juego es una “actividad que se ejecuta principalmente por diversión o entretenimiento y que implica el ejercicio de algunas capacidades o destrezas”. De igual manera, resalta que el juego es una actividad de carácter recreativo físico o mental en cuya contienda participan dos o más personas, las cuales cumplen reglas.

Villena (2019) define al juego como "una actividad física, cuya característica principal es la competencia y perfeccionar la condición física de la persona que lo realiza".

Anderson-McNamee (2018), considera que “el juego es un forma divertida y espontánea que le permite a las personas en desarrollar habilidades sociales, motoras y un pensamiento cognitivo” (p.1)

La actividad recreativa o juego, aunque a veces puede ser practicada por una sola persona, por lo general busca el apoyo de otras personas a fin de que sea divertido y genere entusiasmo en los niños. La finalidad del juego es que el niño se entretenga y divierta sin dejar de lado el área de aprendizaje diario en el menor. Por ello podemos decir que el juego ayuda al niño a su desarrollo mental y físico aunado a su contribución en el desarrollo de habilidades.

El juego se puede determinar por el propósito y reglamento que los jugadores impongan, sin embargo, el juego evoluciona en relación a la edad que tienen los jugadores tomando ellos peculiaridades propias de su edad. Algunos juegos están ligados entre sí, pero no son específicos de ciertas edades.

2.3. Definición de recreación

(Ramos Rodríguez, Ojeda Suárez, Báez Fernández, Martínez García, & Núñez Varona, 2011), refieren que:

La recreación es comprendida como la acción y efecto de recrear, por ello se relaciona como el acto de crear o producir algo nuevo, además hace mención a divertir, disfrutar, alegrar buscando con ello distraerse de las actividades rutinarias y de los deberes diarios. Cuando las personas realizan actividades recreativas en sus momentos libres contribuyen a mejorar el estado de ánimo y a reunir fuerzas para seguir trabajando.

(Vieira, s.f.) Refiere que:

La recreación tiene como principales objetivos: integrar al individuo con el entorno social; desarrollar el conocimiento mutuo y la participación del grupo; facilitar la agrupación por edad o afinidad; desarrollo de la ocupación para el

tiempo de inactividad; adquirir hábitos de relaciones interpersonales; desinhibir y abra; desarrollar la comunicación verbal y no verbal; Descubrir habilidades lúdicas; desarrollar la adaptación emocional; Descubre los sistemas de valor; dar evasión del exceso de energía y aumentar la capacidad mental del individuo.

De todo lo anteriormente expuesto, podemos decir que la recreación es una actividad o conjunto de actividades que sirven para divertirse o distraerse con la finalidad de relajarse y olvidar por un momento las preocupaciones diarias de cada persona.

CAPÍTULO III

IMPORTANCIA Y BENEFICIOS DEL DEPORTE, EL JUEGO Y LA RECREACIÓN EN EL DESARROLLO INTEGRAL DEL NIÑO

3.1. El deporte en el desarrollo integral del niño

La práctica del deporte es de suma importancia en la vida de los niños porque no solo permite un adecuado desarrollo físico y mental sino también porque es un importante activador natural de las emociones y los sentimientos que influyen a los niños y jóvenes, este activador natural es capaz de cambiar emociones negativas y malos sentimientos, así como además, reforzar completamente el sistema inmunológico y cardiovascular permitiendo un estado de salud óptimo con la fortaleza y el dinamismo de los músculos y articulaciones del cuerpo humano debido a la estimulación del sistema nervioso central y periférico.

Arnaiz (2020), en el Blog de Ayuda en Acción detalla que: “el deporte contribuye a mejorar el proceso de crecimiento, ya que se esta actividad estimula al tejido óseo y muscular. Aunado a ello permite el desarrollo de otras Además ayuda en el desarrollo de otros talentos como son la percepción espacial, la coordinación, la agilidad y el equilibrio”.

Adicionalmente el deporte también resulta importante por su función social dado a su característica socializadora ya que permite una perfecta transmisión de valores y virtudes al grupo; como el optimismo, el esfuerzo, responsabilidad, trabajo en equipo y solidaridad, al margen de que una persona pueda ser deportista o espectador. La práctica del ejercicio físico aporta además autoconocimiento, inminente capacidad socializadora, disciplina, solidaridad y otras destrezas sociales, ya que necesita de un trabajo en equipo y grupal, que definitivamente ayuda a conocer y controlar situaciones de diversa naturaleza y en las que siempre un deportista puede ayudar.

3.2. El juego y la socialización

Haro (2013), se refiere a la influencia del juego en la socialización como: “El juego forma parte importante en el desarrollo del niño/a, pues a través de él o ella, se

impulsa y consigue mejorar el desarrollo de las diferentes capacidades del niño/a tanto en el área cognitiva como social”.

El jugar forma parte de la vida diaria del niño ayudándole en su desarrollo holístico con la finalidad de que se relacione con otros niños. Así mismo, el juego también permite la oportunidad para los padres de poder conectarse con sus hijos, conocer y educar el temperamento, la salud, y todas las situaciones que saca a relucir el juego durante su proceso, así mismo conocer también a los amigos de sus hijos en esta misma dimensión.

Es por ello que para el niño, siendo el juego ese mecanismo agradable y espontáneo se puede pasar jugando muchas horas y a través de ese mecanismo va aprendiendo paulatinamente a interactuar con su entorno aprendiendo ya desde muy pequeño sus primeras habilidades sociales con la familia, pero también importantes habilidades motoras con el movimiento, al manipular los objetos que están a su alrededor, pero no menos importante es el desarrollo del pensamiento cognitivo que con esta interacción ya va logrando el niño.

Actualmente resulta reto para los padres conseguir un adecuado equilibrio entre sus ocupaciones diarias para el sostenimiento del hogar y los espacios en familia que se requiere para poder cumplir con todos los oficios del hogar y luego también poder jugar con los niños, vemos que los padres buscan pequeños espacios para cumplir, en algunos casos restringidos a los fines de semana buscando espacios de calidad y no cantidad. En estos espacios los padres deben aprovechar al máximo el tiempo que disponen para estar junto a los hijos para dedicárselos recíprocamente, buscando espacios cercanos que le permitan relajarse, ayudarse, reencontrarse y jugar, esto afirma el amor y la identidad familiar.

3.3. La recreación como resultado de una buena práctica deportiva y del juego saludable

Realmente resulta interesante saber que tanto el deporte como el juego convergen en la recreación cuando estas actividades se realizan de manera saludable y con una correcta disposición de la persona, para el caso de los niños esta situación es similar e igualmente gratificante.

UNICEF (2019), detalla que:

El juego libre es la base durante esta etapa de vida, junto a ello demanda exigencia en el transcurso de la maduración física y psicológica. El estimular el cuerpo y la mente para lograr triunfos de diferente índole, es una forma de entrenar beneficiosa para el desarrollo personal. Las actividades físicas que se desarrollen durante esta etapa de vida deben lograr que el niño/a los disfruten y se diviertan con ello. (pág. 12).

En resumidas cuentas, el deporte resulta ser un juego que produce placer y la satisfacción del relajamiento del cuerpo y los sentidos que requiere nuestro organismo para un correcto desenvolvimiento en las actividades cotidianas. En estos tiempos, frente a la falta de tiempo debido a las responsabilidades laborales, muchas personas, hombres y mujeres, buscan un espacio para el deporte como una válvula de escape para aliviar las tensiones y el estrés que genera la hiperactividad social a la nos ha acostumbrado la realidad actual. Por su parte, los niños y jóvenes, parte de esta realidad, también sienten la presión de sus responsabilidades y es que, para liberar su energía contenida, buscan espacios para realizar deporte y jugar, buscando justamente recrear sus sentidos y dotar de buena salud al cuerpo, fortaleciendo además todo tipo de relaciones sociales y afectividad que el juego y el deporte permiten.

En esa medida resulta de vital importancia prestarle mayor atención a estos espacios desde la misma escuela, como parte de la salud integral de los niños y esto debe estar asociado

también a los procesos educativos ya que en lo cotidiano resulta, para la mayoría de los casos, la principal ocupación para los niños.

3.4. Beneficios del juego y el deporte en los niños

Entre los principales beneficios del juego y el deporte resaltamos:

Desarrollo físico: Los juegos deportivos ayudan a desarrollar numerosas habilidades físicas como **la coordinación, el equilibrio, la fuerza o la elasticidad**. Todas estas habilidades ayudan al desarrollo holístico de los niños, además evitan que los niños padezcan de problemas nutricionales como la obesidad. (Murialdo, 2019).

Desarrollo psicológico y emocional: Los juegos y actividades deportivas ayudan a niños a tener agilidad mental y buscar soluciones rápidas a diferentes conflictos existenciales en los cuales se encuentren, También ayudar a formar a una persona asertiva que domine sus emociones haciendo de ellas personas positivas y felices con un nivel muy alto de amor propio. (Murialdo, 2019).

Aprendizaje educativo y social: Como decimos al principio del artículo, el deporte inculca una serie de valores muy beneficiosos para niños y niñas en muchos aspectos de su vida, como el respeto, la confianza en uno mismo o el esfuerzo. Además, aprenden la importancia de cumplir las normas, de trabajar en equipo valorando las cualidades de cada persona, a tener paciencia a la hora de conseguir llegar a sus objetivos y a valorar lo que se obtiene. (Murialdo, 2019)

Diversión y ocio: Por supuesto, ¡el deporte es súper divertido! A niños y niñas les suele encantar jugar y hacer deporte, se lo pasan genial con sus amigos y disfrutan al máximo de las actividades. (Murialdo, 2019).

CAPÍTULO IV

CONSIDERACIONES PARA LA PROPUESTA PEDAGÓGICA DESDE EL DEPORTE, EL JUEGO Y LA RECREACION

4.1. Los juegos deportivos recreativos como práctica didáctica

Buscar un adecuado desarrollo físico y mental requiere del trabajo conjunto de los maestros, estudiantes y hasta el concurso de los mismos padres de familia, por ello, construir una propuesta pedagógica desde el mismo Ministerio de Educación (MINEDU) nunca quedó al margen y por el contrario cada año se han hecho esfuerzos para organizar eventos deportivos que van desde el ámbito local hasta el nacional e internacional tratando de integrar a los estudiantes de todos los niveles educativos en competencias deportivas que buscan justamente la confraternidad, diversión y desarrollo sano de los estudiantes.

Los juegos deportivos suelen ser recreativos, en estas actividades físicas no obstante que vienen de la escuela y el colegio, cumplen con el objetivo principal de entretener a los participantes que se involucran directa o indirectamente con el deporte,

proporcionando el placer y la diversión de competir entre estudiantes de todas las regiones del país, como complemento al esfuerzo académico que se realiza diariamente en las aulas.

Hace algunos años eran más populares aún y se practicaban desde el mismo seno familiar o en el entorno más cercano de los amigos, lamentablemente el desarrollo de la tecnología y la modernización de la vida infantil y adolescente ha ido dejando en el olvido a actividades deportivas recreativas muy populares como el juego de las escondidas, la pega, la rayuela, el salto de la soga, etc.

En el ámbito de la Educación Física, por lo general los juegos recreativos se asocian con deportes de masas como el fútbol, fútbol sala, voleibol y baloncesto, sin embargo, debe de entenderse que no siempre los juegos deportivos recreativos son deportes debido a que estas actividades resultan flexibles y nos permiten modificar las reglas hasta olvidar el espíritu competitivo para pensar exclusivamente para participar, integrarnos y divertirnos antes que en ganar la competencia.

Los juegos deportivos también facilitan el aprendizaje de contenidos que forman parte del programa curricular que cada año plantea el Ministerio de Educación para la Educación Física. La ventaja fundamental para este caso es que el aprendizaje ocurre mientras el alumno se divierte jugando.

Así mismo, los juegos grupales permiten mejorar el valor de cooperación, ayuda mutua e incentivan el trabajo en equipo y la solidaridad; algo que resulta esencial para el futuro, cuando corresponda desempeñarnos en algún puesto de trabajo o se requiera de la organización para cumplir metas.

4.2. La propuesta Curricular del MINEDU desde el área de Educación Física

En el Área de Educación Física dentro del Currículo Nacional de Educación básica Regular del MINEDU se resalta la característica inherente a la actividad física que se desarrolla la cual es la interacción entre las personas y la adaptación de roles dentro de actividades lúdicas ejecutadas.

“En la escuela los niños (as) y adolescentes se interrelación fortaleciendo la práctica social, estableciendo normas de convivencia e incorporando reglas cuando se encuentra ante los diferentes eventos que se les presentan. En ese contexto el MINEDU promociona los Festivales Recreativos Escolares dentro de un marco Deportivo”. (MINEDU, 2018)

4.3. Otras consideraciones para la práctica deportiva y el juego escolar

Ponce Martin (2014), manifiesta que:

La actividad física debería formar parte del día a día en los niños y jóvenes, ya que los beneficios que proporciona el deporte son múltiples, entre ellos se destaca que les permite el desarrollo psicomotor y a interrelacionarse socialmente, les inculca el cumplimiento de reglas y el respeto de las mismas, el apoyo mutuo y a valorar el esfuerzo personal dentro de un pensamiento empático y asertivo.

En ese aspecto, es importante considerar que, para incentivar la práctica deportiva, se debe dejar que el niño elija el deporte que le guste. Por lo general en estas circunstancias es normal que tengan la influencia de amigos o de lo que resulte atractivo coyunturalmente por la influencia de los medios de comunicación, pero el rol como maestros o incluso padres es solamente apoyarlos y en el caso que ya sea necesario orientarlos dependiendo de sus características físicas, edad, riesgo, destreza, o también considerando la forma de participación que puede ser individual o grupal, buscando que siempre vaya de acuerdo a lo que más le beneficie.

Es importante también considerar que los niños más pequeños siempre necesitarán más tiempo para desarrollar ciertas habilidades porque las irán aprendiendo progresivamente, lo que demanda mucha paciencia para no ejercer demasiada presión y en vez de lograr un deporte que recree terminemos aburriendo al estudiante, en realidad debemos considerar darle mayor peso a la diversión frente a la exigencia que se pueda ejercer.

La motivación es fundamental para toda actividad deportiva, más aún para los niños, porque determinan la actitud del niño con lo que asumirá el desafío deportivo, además la forma de como esto se hace una característica del equipo, en cada uno de sus miembros, la manera de cómo asumirán las prácticas de su deporte, así como los resultados que vayan obteniendo, la forma de reaccionar frente al triunfo o a una derrota, para reconocer sus debilidades y trabajar en ellas hasta ir fortaleciéndose y sobre todo a no perder su identidad deportiva.

CONCLUSIONES

- PRIMERA : El deporte es en su esencia una actividad física ejercida en una competencia en donde se necesita entrenamiento y reglas para ser realizado correctamente, por su parte, el juego es actividad que se da principalmente por diversión o entretenimiento aplicando para ello destrezas físicas o mentales. Este segundo, tiene una función más recreativa que competitiva, porque justamente la recreación tiene sola esa función, la diversión, el encantamiento y regocijo del cuerpo y los sentidos, el placer de la risa y la alegría.
- SEGUNDA : Entre las ventajas y beneficios de la práctica del deporte, el juego y la recreación escolar tenemos que contribuyen al desarrollo integral del niño(a), ayudando tanto en el desarrollo psicomotor como social, inculcando nociones de disciplina y de trabajo en equipo reconociendo el esfuerzo personal dentro de un marco empático, así como al planteamiento de metas.
- TERCERA : En lo pedagógico se resalta la preocupación del Estado, para incidir en la práctica del deporte, ahora no solo en la organización anual de los Juegos Nacionales Deportivos Escolares y los Festivales Deportivos, sino también en su preocupación por ampliar estos espacios a cada nivel educativo mediante el curso de Educación física. Finalmente, también indicar que debe darse mayor atención a la idea de que el deporte, el juego y la recreación, son también elementos que, contando con una inmensa aceptación de los niños y jóvenes, pueden permitir constituirse

como herramientas fundamentales para la enseñanza de otras materias. Ya que la educación como proceso de enseñanza – aprendizaje, justamente puede ser transversal y holística, sin dejar de ser realmente interesante y hasta recreativa.

RECOMENDACIONES

Finalizo el presente trabajo académico brindando las siguientes recomendaciones:

- Brindar capacitación a los docentes de Educación Física a fin de definir adecuadamente los conceptos de deporte, juego y recreación y ponerlo en práctica dentro de sus actividades diarias.
- Orientar a los padres de familia y alumnos sobre los beneficios y ventajas de la práctica del deporte, el juego y la recreación escolar.
- Ejecutar talleres educativos tanto con padres de familia como con alumnos y docentes de diferentes áreas a fin de introducir en nuestra vida diaria las practicas del deporte, el juego y la recreación conllevando de esta manera a mejorar sus estilos de vida.

REFERENCIAS CITADAS

- Almeida, V. (2016). Las actividades recreativas en la práctica de cultura física del tercer año de la Unidad Educativa Santa Rosa, Provincia de Tungurahua”. Tesis de Grado. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/24016/1/TESIS%20PROYECTO%20VICTOR%20ALMEIDA.pdf>
- Anderson-McNamee, J. K. (2018). La Importancia del juego en el desarrollo de la primera infancia. Colombia. Recuperado el 20 de enero de 2020, de <https://maguared.gov.co/wp-content/uploads/2017/06/La-importancia-del-juego.pdf>
- Arnaiz, B. (2020). Ayuda en Acción. Obtenido de La importancia de hacer deporte en el desarrollo de los niños: <https://ayudaenaccion.org/ong/blog/infancia/deporte-desarrollo-ninos/#:~:text=Favorece%20el%20crecimiento%20f%C3%ADsico%20y,la%20agilidad%20y%20el%20equilibrio.>
- Córdova, A. (2020) Los juegos motores y el aprendizaje en el área de educación física en alumnos del primer y segundo grado la Institución Educativa Andahuasi, 2019. Tesis de Grado. Recuperado de: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/4130/ADAM%20BRYAN%20FRANCOIS%20CORDOVA%20MACALUPU.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- DRAE. (2017). Diccionario. España.
- Haro, O. (2013). Actividades Infantiles. Obtenido de La importancia del juego como medio de socialización del niño: <https://actividadesinfantil.com/archives/8386#:~:text=El%20juego%20es%20uno%20de%20los%20medios%20de%20socializaci%C3%B3n%20del%20ni%C3%B1o.>

20de,se%20dan%20en%20la%20infancia.&text=Desarrolla%20estrategias%20de%20cooperación%20y,él%20en%20situaciones%20de%20juego.

Ibarra, C. E. (Enero de 2015). El Deporte. Vida Científica. Recuperado el 25 de diciembre de 2019, de <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa4/n5/m15.html>

MINEDU. (2018). Juegos Deportivos Escolares Nacionales. Lima.

Murialdo, A. (29 de mayo de 2019). Infancia y Juventud. Obtenido de ¿Por qué es tan importante el deporte para los niños/as?: <http://asociacionmurialdo.es/por-que-es-tan-importante-el-deporte-para-los-ninos-as/>

Ponce Martin, B. (11 de diciembre de 2014). La importancia del deporte (sano) para los niños. Obtenido de https://blogs.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/relacion-padres-e-hijos/2013-01-24/la-importancia-del-deporte-sano-para-los-ninos_588330/

Quispe, P. (2015) La práctica de las actividades físico-deportivas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Policía Nacional del Perú Programa Colibrí, Juliaca - 2014. Tesis de grado. Recuperado de: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2695/Quispe_Yucra_Pio_Nestor.pdf?sequence=1

Ramos Rodríguez, A. E., Ojeda Suárez, R., Báez Fernández, D., Martínez García, R., & Núñez Varona, E. (2011). La Recreación: necesidad y oportunidad para el desarrollo humano desde y para las comunidades. efdeportes.com.

Rodriguez, Y. (2019) El juego como estrategia didáctica para el fomento de la actividad física en los estudiantes del grado tercero de la institución educativa San Agustín de Barbosa Santander. Tesis de grado. Recuperado de <https://repositorio.uco.edu.co/bitstream/handle/123456789/306/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Tisoc, M. (2018) El juego como estrategia metodológica en el aprendizaje significativo de los alumnos del primer grado del nivel primario de la Institución Educativa Valentín Paniagua Corazao-Cusco-2018. Tesis de grado. Recuperado de

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/33533/tisoc_pm.pdf?sequence=1&isAllowed=y

UNICEF. (2019). Recuperado el 10 de 12 de 2019, de LA ACTIVIDAD FÍSICA en niños, niñas y adolescentes. Prácticas necesarias para la vida: <https://www.unicef.org/uruguay/media/2276/file/La%20actividad%20f%C3%ADsica%20en%20ni%C3%B1os,%20ni%C3%B1as%20y%20adolescentes.pdf>

Vieira, A. (s.f.). SiteMédico. Recuperado el 19 de Febrero de 2019, de Educación física y recreación: ¡una nueva propuesta de trabajo!: <https://www.sitemedico.com.br/a-educacao-fisica-e-a-recreacao-uma-nova-proposta-de-trabalho/>

Villena, G. J. (2019). ¿QUE ES EL DEPORTE? Obtenido de <https://unellez.edu.ve/portalweb/public/departamentos/636/informacion/346>