

ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS PARA EL DESARROLLO DE LAS CLASES
DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE FÚTBOL DE CUCUTILLA

Elaborado por:

Juan Carlos Espinel Moncada (1094282983)



Universidad de Pamplona, Colombia

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y deportes.

Especialización en Educación para la Recreación Comunitaria.

Junio de 2022

ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS PARA EL DESARROLLO DE LAS CLASES
DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE FÚTBOL DE CUCUTILLA

Elaborado por:

Juan Carlos Espinel Moncada (1094282983)

Supervisor/a:

Ceidy Lorena Gaitan Benavides



Universidad de Pamplona, Colombia

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y deportes.

Especialización en Educación para la Recreación Comunitaria.

Junio de 2022



Notas de Aceptación

Firma del Presidente de Jurado

Jurado

Jurado

Ciudad _____ **Fecha** _____



Dedicatoria

Este trabajo está dedicado primeramente a Dios que me ha dado el don de la sabiduría el respeto la responsabilidad el esfuerzo la entrega a mi carrera, por ser una persona con suficientemente valor, entendimiento dedicación inspiración fortaleza en cada uno de mis momentos luchas obstáculos que me toco asumir y seguir en este sueño tan grande.

A mis padres queridos MERCEDES MONCADA ATUESTA Y JOSE MARIO ESPINEL ALBARRACIN y a mi hermano del alma EDWUARD ESNEIDER ESPINEL MONCADA, les agradezco por siempre darme el apoyo en cada uno de mis momentos difíciles de mi vida y además a toda mi familia les agradezco por todo.



Agradecimientos

Gracias a la universidad de pamplona, por alentarme y darme toda esa fuerza de alcanzar mis metas y objetivos, además de fortalecerme en todos mis conocimientos y hoy estar a un paso de lograr mi estudio de postgrado en la **ESPECIALIZACIÓN EN EDUCACIÓN PARA LA**

RECREACIÓN COMUNITARIA



Contenido

Resumen	8
Abstract.....	9
Introducción	10
CAPÍTULO I: Problema de Investigación	11
1.1 Problemática	11
1.2 Descripción del Problema	12
1.3 Formulación del Problema	13
1.4 Objetivos	13
1.4.1 Objetivo General	13
1.4.2 Objetivos Específicos	13
1.5 Justificación	14
CAPITULO II: Antecedentes	15
2.1 Antecedentes Regionales	15
2.2 Antecedentes Nacionales	16
2.3 Antecedentes Internacionales	18
CAPITULO III: Marco Referencial.....	21
3.1 Marco legal	21



3.1.1 Ley de la recreación	21
3.1.2 Ley general de la educación o ley 115 de 1994	23
3.2 Marco Conceptual.	24
3.2.1 Que son las actividades lúdico recreativas	24
3.2.2 Beneficios de las actividades lúdico recreativas en los niños	24
3.2.3 Historia de la recreación en Colombia	26
3.2.4 Tipos de recreación	27
3.2.5 Metodología de las actividades lúdico recreativas	27
3.2.6 Que es la recreación	28
3.2.7 Historia de lo lúdico en Colombia	28
3.3 Marco Contextual.	28
CAPÍTULO IV: Metodología	29
4.1 Diseño de la Investigación	29
4.2 Proceso de Investigación	29
4.3 Población y Muestra	29
4.4 Métodos	29
4.4.1 Selección y muestra	29
CAPITULO V Resultados	30
CAPITULO VI Discusión	31



Conclusiones.....	32
Referencias	33
ANEXOS	36



Lista de Figuras

	Pág.
Figura 1. Formatos de Permiso de los Padres de Familia.....	39
Figura 2. Encuesta Realizada a los Alumno de la Escuela de Formación de Futbol Presencial.....	47
Figura 3. Galería de Fotos	48

Lista de Tablas

	Pág.
Tabla 1. Cronograma de Actividades	42
Tabla 2. Diseño General del Programa	42



Resumen

La presente investigación se ejecutó con el fin de plantear una estrategia para rescatar las actividades lúdico recreativas en las escuelas de formación de Cucutilla la cual se está perdiendo lo elemental de los juegos recreativos en los niños, mejorando su creatividad en un lugar de esparcimiento donde ellos exploran, participan, de forma que desarrollan su autoestima, proporcionando recursos creativos que favorece su socialización con sus demás compañeros, de esta manera se planteó una investigación de tipo cualitativo en el cual se tendrá en cuenta el método científico de observación para recopilar datos no numéricos, es decir implementando entrevistas, encuestas, se tendrá en cuenta las características del análisis cualitativo, Debido a lo relevante que es la parte inductiva, se considera al fenómeno como un todo porque no suele probar teorías. Esta aplicado a los niños de la escuela de formación de Cucutilla, entre los resultados se pudo destacar el entusiasmo de los niños en las actividades recreativas, realizadas como estrategia de mejora de sus capacidades, donde durante el proceso de la monografía serán expresados a lo largo del documento.

Dávila (2003):

El juego es una acción o actividad voluntaria que se desarrolla sin interés material, realizada dentro de ciertos límites fijos de tiempo y espacio, según una regla libremente consentida pero completamente imperiosa, provista de un fin en sí misma y acompañada de un sentimiento de tensión y alegría.



Abstract

The present investigation was carried out in order to propose a strategy to rescue recreational play activities in Cucutilla training schools, which is losing the basics of recreational games in children, improving their creativity in a place of recreation where they explore, participate, in such a way that they develop their self-esteem, providing creative resources that favor their socialization with their other classmates, in this way a qualitative research was planned in which the scientific method of observation will be taken into account to collect non-numerical data , that is, implementing interviews, surveys, the characteristics of qualitative analysis will be taken into account, Due to the relevance of the inductive part, the phenomenon is considered as a whole because it does not usually test theories. It is applied to the children of the Cucutilla training school, among the results it was possible to highlight the enthusiasm of the children in the recreational activities, carried out as a strategy to improve their capacities, where during the process of the monograph they will be expressed throughout of the document.

Davila (2003):

The game is a voluntary action or activity that takes place without material interest, carried out within certain fixed limits of time and space, according to a freely consented but completely imperative rule, provided with an end in itself and accompanied by a feeling of tension and happiness.



Introducción

En la actualidad las actividades lúdico recreativas son conocidas como la acción y efecto de recrear en la búsqueda de distracción anímica, en lo esencial del proceso formativo en los niños. De hecho la recreación favorece el desarrollo de diferentes destrezas motoras, ya que su práctica se puede realizar en cualquier ámbito al aire libre, en las escuelas de formación de futbol es muy fundamental aplicarlas, por el cual los niños interactúan con el entorno jugando de una manera activa, y así mejorar su percepción corporal involucrando la pedagogía como ente primordial para la enseñanza de los juegos, donde puede ser un factor elemental para los niños favoreciendo su capacidad de explorar todo lo divertido por medio de las actividades lúdico recreativas en el futbol y la realidad de aprender el compañerismo y la tolerancia.

La recreación está involucrada en el movimiento del cuerpo, es por esta razón que es de vital importancia saber cómo se mejora o se fortalece nuestro cuerpo con actividades de diversión, por lo tanto, destacamos que es fundamental en los niños donde ellos van creciendo e incorporando el hábito de divertirse.

Es primordial destacar que las actividades lúdico recreativas son una necesidad fundamental del ser humano. porque es cuando se juega, se divierte, se recrea, en cualquier sitio al aire libre, donde los niños interactúan expresando sus sentimientos como la felicidad. por medio de estas viven sus experiencias donde se desarrolla para la vida, de una manera responsable ante la sociedad donde se convierte en una actividad cotidiana. Con el fin de que los niños entiendan la importancia de los juegos recreativos, además es algo muy fundamental donde se enfatizan las actividades recreativas como estrategia o método para que los niños tengan una mayor confianza, entusiasmo en la hora de trabajar en las clases de futbol donde por medio de ello participen se integren de una forma amena y divertida.

De acuerdo a lo mencionado con anterioridad esta monografía se realizó con el objetivo de promover lo indispensable de las actividades lúdico recreativas, lo cual fortaleció sus habilidades básicas para el desarrollo de los niños, en el cual sirvió para adoptar la recreación con método de esparcimiento en los participantes en la escuela de futbol de Cucutilla.



CAPÍTULO I: Problema de Investigación

1.1 Problemática

Colombia es un país que tiene un auge en todos los deportes y es por esto que a los juegos lúdico recreativos no se les da la importancia que corresponde, a las clases de recreación que es necesario para fortalecer la integración en el niño, En los sectores como escuelas de formación que es algo que se está perdiendo a lo largo del tiempo.

“El juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida corriente”. (Antoine, 1987)

En este orden de ideas en el transcurso de los años los niños han perdido esa chispa o ese interés por los juegos donde día tras día ellos se van enterrando o aferrando a los celulares a las tabletas a esos juegos que los alejan de la vida real donde la aparición de diferentes síntomas como el trastorno del sueño problemas en la piel, de lo anterior es algo desierto donde en escuelas de formación hoy en día no se implementa ni se desarrolla los juegos a una temprana edad.

Por esta causa la monografía surgió el interés o la importancia de ayudar a los niños a fortalecer lo relevante de las actividades lúdico recreativas en la escuela de formación de CUCUTILLA que yo cree en el mes de marzo, para así poder dar ese auge o ese cambio en las diferentes series de ejercicios juegos que hay para implementar de una forma dinámica divertida en donde por medio de este los niños se integran de una forma nueva donde la parte motriz y sus sentimientos es parte fundamental donde se entrelazan de una forma creativa.

Los niños juegan de distintas formas en donde muchas veces ellos lo crean. Según Piaget y otros, hay cuatro categorías de juego: Juego funcional: que comienza durante la infancia, este involucra movimientos musculares repetitivos como hacer rebotar una pelota, este tipo de juego permite al niño identificar su entorno. Juego constructivo: que es el segundo nivel de complejidad cognoscitiva, abarca los niños pequeños y preescolares, aquí se involucra el uso de



objetivos o materiales para hacer algo. Estos estimulan el desarrollo de la imaginación y creación del menor. Este tipo de juego es más elaborado, lo que le permite dar un mejor manejo a las cosas como forma, colores, texturas, etc. Juego de simulación: que se basa en la función simbólica. Aquí el niño comienza a desarrollar su imaginación e imita una serie de situaciones que ya ha visto. Juegos formales: con reglas en donde el niño ya conoce ciertas normas aceptadas por los demás jugadores, por lo que este juego se realizaría en grupo, lo que demuestra el avance social que ha alcanzado el menor.

1.2 Descripción del Problema

La recreación es especialmente importante porque mejora la calidad de vida de los niños proporcionándoles beneficios psico-emocionales, cognitivos, físicos, ya que es primordial empezar una vida activa y alegre en una edad temprana, para así fortalecer sus capacidades y habilidades en el fútbol por medio de los juegos recreativos. Es por esto que la formulación de este trabajo aborda las actividades lúdico recreativas en el niño, como estrategia para poder enseñar el respeto y el compañerismo interactuando con los juegos.

Esto partió de una idea que formule a partir de unas deficiencias que observe en los niños de Cucutilla norte de Santander, donde a ellos les hacía falta la recreación como un método de enseñanza en los entrenamientos de fútbol ahí fue donde cree la escuela de formación de fútbol, ya que los entrenadores tenían una idea errónea de cómo implementar en los niños algo nuevo, donde la importancia de las actividades recreativas se está perdiendo, y ahí ellos simplemente se enfocaban en lo físico y no incorporaban la recreación como parte fundamental de ayudar en sus habilidades para poder brindarles la diversión, aprendizaje, autoconfianza y la expresión corporal que es algo vital para los niños.

Según Rivera (2018), es importante incorporar las actividades lúdicas con perspectiva de género desde los primeros años de estudio. Esto es de suma importancia, considera, porque con ello se puede prevenir la violencia. Asegura este autor que los juegos ofrecen modelos de actuación, enseñan a solucionar conflictos e influyen profundamente en la construcción de la personalidad e identidad de las personas en sus primeras etapas de vida. “Esta perspectiva



promovida desde cada una de las esferas, es para comenzar a ver a todas y a todos con las mismas gafas de la igualdad y eliminar la discriminación”.

1.3 Formulación del Problema.

¿Cuáles son los factores que contribuyen a una mejor ejecución de las actividades lúdico recreativas como método para mejorarla calidad de vida del niño de la escuela de formación de futbol de Cucutilla?

1.4 Objetivos.

1.4.1 Objetivo General.

Emplear actividades lúdico recreativas para el desarrollo de las clases de la escuela de formación de Cucutilla.

1.4.2 Objetivos Específicos.

- ✚ Conocer la insuficiencia que tienen los niños de la escuela de formación de futbol por medio de las actividades lúdico recreativas

- ✚ Resolver sus debilidades como la coordinación, expresión corporal, disciplina y sus demás capacidades usando la recreación.

- ✚ Planear e implementar actividades lúdicas como un método didáctico donde se contribuya al desarrollo del niño.



- ✚ Evaluar cada una de las actividades ejecutadas de una forma estratégica pedagógica, para así poder destacar la transformación recreativa de los niños.

1.5 Justificación.

Desarrollar las capacidades del niño por medio de actividades lúdico recreativas donde se evidencio muchas deficiencias en los participantes como la expresión corporal, habilidades motrices entre otras. Resultó de vital importancia incorporar actividades recreativas con las clases de futbol, donde hay diferentes beneficios en los alumnos desde una edad temprana todos estos ejercicios, les ayudan a mejorar su aprendizaje e interactuar con los demás, explorando su creatividad confianza y sus habilidades motrices qué es fundamental, de ahí lo relevante de aportarle nuestros conocimientos en la práctica cotidiana, podemos dar similitudes de posibilidades a todos los niños tanto escolar como deportivo, por lo tanto la recreación fortalece diferentes destrezas motoras interactuando de una forma activa y divertida.

De modo que se seleccionó como población los niños de la escuela de formación de Cucutilla donde cada una de las actividades y juegos ellos experimenten un momento de ocio considerando una formación sana en la niñez.

Para Huizinga, citada por Dávila (2003):

El juego es una acción o actividad voluntaria que se desarrolla sin interés material, realizada dentro de ciertos límites fijos de tiempo y espacio, según una regla libremente consentida pero completamente imperiosa, provista de un fin en sí misma y acompañada de un sentimiento de tensión y alegría.

A lo largo de los años la recreación ha estado personificada para el ocio y la diversión siendo la reproducción de diversos valores, el ocio y los juegos son una vivencia integral y social donde podemos resaltar que las actividades lúdico recreativas hacen referencia a la exploración de todos sus sentimientos, expresión corporal y la interacción de cada uno de las personas logrando fortalecer la autoconfianza, respeto y diversión.



CAPITULO II: Antecedentes

2.1 Antecedentes Regionales.

Título:

“DIAGNÓSTICO SOBRE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE EN EL ÁREA DE CIENCIAS NATURALES MEDIANTE LA LÚDICA, LA RECREACIÓN Y EL JUEGO, EN EL GRADO CUARTO DE PRIMARIA JORNADA MAÑANA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESCUELA NORMAL SUPERIOR DE OCAÑA”.

Autor: FABIAN PÉREZ SALAZAR

Año: 2015

Resumen

El proyecto busca realizar un diagnóstico sobre los procesos de aprendizaje en el área de Ciencias Naturales en el grado Cuarto de Primaria de la jornada de la mañana de la Institución Educativa Escuela Normal Superior de Ocaña, para indagar sobre las metodologías aplicadas en esta área en cuanto a la lúdica, la recreación y el juego.

Título:

“ACTIVIDADES LUDICAS-RECREATIVAS Y/O DEPORTIVAS PARA LA ORGANIZACIÓN DEL DESCANSO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO AGUSTINA FERRO SEDE ESCUELA DE SIMÓN BOLÍVAR #2 EN LA JORNADA DE LA TARDE”.

Autor: JESUS ALFONSO DURAN BOHORUQUEZ, MARTIN ELIAS PACHECO

Año: NOVIEMBRE DE 2019



Resumen

El recreo escolar, es una de los momentos más esperados por los estudiantes, ya que durante ese lapso de tiempo los estudiantes aprovechan para hacer actividades y así mismo desarrollan habilidades, destrezas, ayudando así a liberar toda esa carga que mantienen dentro de las aulas de clase. Partiendo de allí la importancia de aprovechar el tiempo de la forma más adecuada para así alcanzar las metas propuestas durante el descanso escolar. lo que se busca es que tanto estudiantes como maestros lleguen al punto máximo de la relajación para poder ingresar de nuevo a clases de manera tranquila. a través de actividades lúdicas, la relajación y las necesidades básicas y fisiológicas de los mismos.

2.2 Antecedentes Nacionales

Título:

“LAS ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS FORMATIVAS COMO USO DE HERRAMIENTAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA ACTITUD CREATIVA.

Autor: JHON ALEJANDRO LÓPEZ BARRAGÁN”

Año: 22/ JUNIO/ 2016

Resumen

Son varios los motivos que permite realizar este proyecto, el amor, el profesionalismo y la inquietud de buscar nuevas posibilidades en la Educación Física, de aportar nuevas tendencias que permita el desarrollo motor del niño, despertar la imaginación, la diversión, el gozo y el disfrute por el hacer de las cosas.



Título:

“APROVECHANDO EL TIEMPO LIBRE A TRAVÉS DEL TRABAJO LÚDICO RECREATIVO CON LOS NIÑOS DEL GRADO 5° DEL CENTRO EDUCATIVO DE NUEVO SUCRE”

Autor: YANETH DURAN MOLINA GERMAN LEDEZMA BUSTAMANTE

Año: MAJAGUAL SUCRE 2015

Resumen

La presente investigación surge de la pregunta: ¿Cómo promover el desarrollo de habilidades y capacidades físicas; que tributen el empleo del tiempo libre a través de actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto del centro Educativo Nuevo Sucre? Esta se da por la situación observada en la vereda Nuevo Sucre a pesar de que es un caserío con muchos habitantes, no cuenta con sitios que permitan una recreación sana tales como escuela deportiva, parque recreativo, prácticas de danzas entre otros

Título:

“EL JUEGO APLICADO COMO HERRAMIENTA DIDACTICA EN EL PROCESO DE FUNDAMENTACION DEL PASE EN EL FUTBOL.EN NIÑOS DE 12 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO LANUS COLOMBIA”

Autor: JOSE FERNANDO CORTES MORENO

Año: 2013 BOGOTA

Resumen

Una de las pasiones que más masas mueve a nivel mundial, es el deporte del fútbol, y no porque sea una de las actividades competitivas más comerciales, según lo dicho por artículos deportivos, canales deportivos como lo es Fox Sports, Espn, entre otros, sino alrededor de él, muchas personas interactúan de manera casi familiar y social. Es así que cuando se habla del



fútbol, se relaciona con los grandes torneos como la liga BBVA de España que es una de más alto nivel de competitividad, la liga de campeones y el mundial de fútbol, eventos que atraen la mirada de millones de espectadores de Colombia y el planeta.

2.3 Antecedentes Internacionales

Título:

“ACTIVIDADES RECREATIVAS DE FUTBOL PARA EL BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE EN ADOLESCENTES DE 12 A 15 AÑOS”

Autor: SWETT, FLOR, JORGE GUILLERMO

Año: 11 DE MARZO DE 2021

Resumen.

La participación de los adolescentes en las actividades físico-recreativas es un medio importante para que adquieran conciencia de su deber. La comunidad debe aprovechar todas las potencialidades para que salga a la luz, la cultura escolar, la cultura popular, la recreación sana, formando valores con un carácter humanista y martiano. Su práctica sistemática en la comunidad garantiza que adquieran un pleno desarrollo físico y mental logrando un robustecimiento de la salud mediante el empleo adecuado de su tiempo libre, donde la cultura, el deporte y la recreación sana constituyen vías importantes para ocupar este espacio.



Título:

“APLICACIÓN DE LOS JUEGOS RECREATIVOS DE FUTBOL PARA EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS DE QUINTO GRADO DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA”.

Autor: VILCA MENDOZA, ROBERTO CARLOS, YUPANQUI VILLANUEVA, JULIO ROBERTO

Año: 2020

Resumen

La presente investigación tuvo como punto principal, aplicar estrategias recreativas como herramienta didáctica para enseñar jugando a través de la clase de educación física, enfocado hacia el mejoramiento del rendimiento académico en los estudiantes de quinto grado. El estudio se realizó en la I.E. VICTOR MANUEL PEROCHENA LUQUE”- SANTA RITA DE SIGUAS - AREQUIPA. La metodología seleccionada para llevar a cabo el estudio, es según el tipo una investigación descriptiva de campo, y diseño pre prueba y post pruebas.

Título:

“SISTEMA DE ACTIVIDADES LUDICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL REMATE A PUERTA EN EL FUTBOL SALA EN NIÑOS 10-11 AÑOS EN LA UNIDAD EDUCATIVA RFAEL MORAN VALVERDE”

Autor: PEREZ JIMENEZ, WILSON GASTON

Año: 2021

Resumen

La investigación realizada se orientó al trabajo lúdico para lograr objetivos deportivos en este caso se buscó determinar la incidencia de un sistema de actividades lúdicas en la enseñanza del remate a puerta en fútbol sala de los niños de 10 – 11 años de la Unidad Educativa Rafael Morán Valverde. La problemática de un trabajo metodológico tradicional ha sido durante años una ola



de crítica por profesores y entrenadores, debido a que en la actualidad las tendencias y exigencias deportivas obedecen a una nueva estructura y proceso pedagógico de enseñanza. En este caso los niños de la Unidad Educativa Rafael Morán Valverde presentan un déficit en la técnica del remate a puerta en fútbol sala. En la metodología de la investigación se utilizaron métodos teóricos y empíricos, mediante las técnicas utilizadas se pudo recoger la información necesaria que validó teóricamente a través de la prueba de concordancia de Kendal, la que permitió identificar el nivel de concordancia de 15 especialistas, los que con $W = 0.463$ y un nivel de Significación asintónica de $0.00 \leq 0.05$, demostraron el alto nivel de consenso sobre la propuesta y su factibilidad de aplicación a la práctica.



CAPITULO III: Marco Referencial

3.1 Marco legal

3.1.1 Ley de la recreación

Ley 181 de enero 18 de 1995 por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

Principios fundamentales

Artículo 4°. Derechos sociales. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social bajo los siguientes principios: Universalidad. Todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre. Participación comunitaria. La comunidad tiene derecho a participar en los procesos de concertación control y vigilancia de la gestión estatal en la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. Participación ciudadana. Es deber de todos los ciudadanos propender la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, de manera individual, familiar y comunitaria. Integración funcional. Las entidades públicas o privadas dedicadas al fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, concurrirán de manera armónica y concertada al cumplimiento de sus fines, mediante la integración de funciones, acciones y recursos, en los términos establecidos en la presente Ley.

Democratización. El Estado garantizará la participación democrática de sus habitantes para organizar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, sin discriminación alguna de raza, credo, condición o sexo. Ética deportiva. La práctica del deporte,



la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, preservará la sana competición, pundonor y respecto a las normas y reglamentos de tales actividades. Los organismos deportivos y los participantes en las distintas prácticas deportivas deben acoger los regímenes disciplinarios que le sean propios, sin perjuicio de las responsabilidades legales pertinentes.

De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar

Artículo 5°. Se entiende que: La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación sicobiológica. La educación extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación.

Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones. Artículo 6°. Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las Cajas de Compensación Familiar. Igualmente, con el apoyo de



Col deportes impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.

3.1.2 Ley general de la educación o ley 115 de 1994

(La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.)

Artículo 14. Enseñanza obligatoria. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de la educación preescolar, básica y media, cumplir con: SC-CER96940 Universidad de Pamplona Pamplona - Norte de Santander - Colombia Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 www.unipamplona.edu.co “Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz” 41 a) El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo. Artículo 21. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria. I.

El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico. Artículo 22. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria. ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.



3.2 Marco Conceptual.

Si observamos todas las cosas y el entorno que nos rodea, nos damos cuenta que la recreación está en cualquier lugar en todos los aspectos desde que el niño nace se recrea con muñecos etc..., que es algo que se desarrolla en el ser humano a nivel social interactuando con los demás en cualquier deporte él se divierte.

Por el contrario, es fundamental establecer desde la edad temprana un método de recreación nuevo y estratégico donde los niños en cualquier entorno social o grupal donde se ejecute de una manera recreativa y dinámicas para el desarrollo y esparcimiento en las clases de fútbol o cualquier situación en el ámbito educativo o social en donde es un proceso que se está perdiendo en nuestro país.

3.2.1 Que son las actividades lúdico recreativas

Los juegos recreativos son actividades netamente lúdicas, practicadas en tiempo libre, en espacios abiertos o cerrados, su principal objetivo es el disfrute de los que lo realizan, tiene varios beneficios como el de liberar malas energías, es anti estrés, y lo primordial promueve la integración entre los que los practican.

Los juegos recreativos es una forma de expresar sus sentimientos como la alegría el trabajo en equipo donde se fomenta la participación en diferentes aspectos como el trabajo motriz la coordinación y demás segmentos de nuestro cuerpo de una forma representativa.

3.2.2 Beneficios de las actividades lúdico recreativas en los niños

Las actividades lúdico recreativas son tradicionalmente incorporadas con la educación de una forma divertida para que los niños aprendan de una forma fácil en donde así en las clases de fútbol es de vital importancia adecuarlas de una forma pedagógica por el cual en la historia se viene fundamentando el juego y la recreación.

Observamos que la recreación tiene algo de fundamental donde a través de la práctica puede incidirse aspectos que son propios como.



- Desarrollan su creatividad.
- Aprenden a relacionarse con los demás.
- Conocen el entorno e interactúan con él.
- Exploran la realidad y la imaginan.
- Aprenden a respetar normas.
- Dan rienda suelta a su curiosidad.
- Ganan autoconfianza.
- Mejoran su manejo del lenguaje.

La recreación tiene algo estratégico y metodológico donde se fortalece en un sentido divertido (juegos polideportivos, dinámicas etc....) donde hay infinitas cosas nuevas de aplicar con los niños en cualquier ámbito.

Las actividades lúdico recreativas tienen validez como un instrumento estratégico de factor sociable y equitativo donde las diferentes condiciones razas, géneros de una forma intercultural donde podemos decir que el juego va unido de la forma de aprender donde sirve para transmitir la cultura y las tradiciones, así como de establecer vínculos. En el cual ellos tienen la capacidad de sentir comunicarse y expresar emociones de manera libre donde los niños ayuda el desarrollo intelectual moral y estético, los niños así empiezan a perder el miedo y sus dificultades en el entorno social y educativo.

Los beneficios que se obtienen en la salud física y mental al participar en actividades recreativas han sido ampliamente estudiados (Henchy, 2013; Oftedal & Schneider, 2013). Por otro lado, también se han identificado beneficios adicionales al realizar, específicamente, actividades recreativas al aire libre (Larson, Green & Cordell, 2011; Mainella, Agate & Clark, 2011; Stodolska, Shinew & Li, 2010; Wolsko & Lindberg, 2013).



3.2.3 Historia de la recreación en Colombia

En Colombia, la recreación es una actividad tan importante para el Estado como elemento esencial del desarrollo de su recurso humano tanto individual como colectivo, que tiene un espacio propio en instrumentos normativos e institucionales internos y externos desde la época de la colonia hasta nuestros días.

La palabra recreación deriva del latín: recreativo y significa “restaurar y refrescar a la persona.” La recreación en las civilizaciones más antiguas. Cuando el hombre se vuelve sedentario y comienza a perfilar los primeros embriones sociales como ser: los antiguos mayas, Aztecas, Incas, Samurái (Japón), el hombre incluye actividades importantes “el juego”, aunque no es como una forma de recreación; sino más bien de una manera mágico-religiosa.

En Egipto: Floreció en las riberas del río Nilo, sus pobladores llevaban una vida fastuosa llena de colorido, por lo que se podría considerar que le dieron una gran importancia a la recreación. Las actividades recreativas que realizaban consistían en una variedad de deportes como la gimnasia, la lucha, el levantamiento de pesas y otras actividades como la caza, la arquería las carreras otras actividades como la caza, la arquería, las carreras de carros, la música, la danza, la pintura y la escritura.

En Asiria y Babilonia: Estas dos culturas florecieron en el valle de Mesopotamia entre los ríos Tigres y Éufrates, dentro de las actividades que encontramos estaban los deportes del boxeo, lucha, arquería, carreras de carros, la caza, la danza, la música, la escultura, la pintura y los jardines zoológicos y botánicos.

En Grecia: Es la cultura griega donde florece plenamente el ocio como la recreación, es aquí donde se hacen los fundamentos filosóficos de ambos. En Grecia es donde se da el concepto de de “hombre integral”, se le dio gran importancia al arte, al conocimiento y a los deportes; ya que el hombre ideal tenía que ser una combinación de soldado, atleta, político, artista y filósofo. La recreación se daba con diferentes deportes, la escultura la música, la poesía, el teatro, todo esto combinado con los juegos sagrados en honor a los dioses.

En Roma: La recreación y el ocio fueron de gran importancia para esta cultura, ellos realizaban juegos, festivales en honor a sus dioses.



3.2.4 Tipos de recreación

- Recreación pasiva
- Recreación activa
- Recreación ambiental
- Recreación comunitaria
- Recreación cultural
- Recreación deportiva
- Recreación al aire libre

3.2.5 Metodología de las actividades lúdico recreativas

Las actividades lúdico recreativas se realizan al aire libre en zonas abiertas en donde se puede decir que se realiza de una manera recreativa y divertida.

Es algo divertido, armónico alegre social que se proponen diferentes situaciones como el entretenimiento.

La metodología lúdico-recreativa ha sido difundida desde la década de los 80 por el Dr. Raymundo Dinello

El juego esta sencilla palabra representa un sin número de experiencias, descubrimiento relaciones y sentimientos.



3.2.6 Que es la recreación

La acción que desarrolla un ser vivo o una entidad puede recibir el nombre de actividad. Recreativo, por su parte, es un adjetivo que alude a aquello que ofrece recreación (entretenimiento, diversión o distracción).

Ya que es algo que los niños participan se recrean e interactúan en cada segmento del niño como la expresión corporal emociones y sentimientos.

3.2.7 Historia de lo lúdico en Colombia

La recreación histórica es una actividad en la cual los participantes recrean algunos aspectos de un evento o periodo histórico. Puede ser uno muy estrechamente definido, como una guerra u otro evento concreto, o uno de más amplia cobertura. Las actividades relacionadas con la "recreación"

3.3 Marco Contextual.

Somos una escuela de formación de futbol donde por medio de los padres de familia quieren que sus hijos se diviertan y mejoren cada una de sus habilidades, formando personas disciplinadas con respeto, responsables, así obteniendo competencias para la vida, siendo unos niños que puedan tomar sus decisiones de una manera libre y acorde a cada una de las situaciones de su entorno. Mi proyecto se basó en añadir actividades lúdico recreativas para el desarrollo de las habilidades y la importancia de los juegos en cada una de las clases de la escuela de formación de futbol de Cucutilla.



CAPÍTULO IV: Metodología

4.1 Diseño de la Investigación

La investigación se enfocó en un método cualitativo donde lo científico y la observación es algo importante donde se recopila datos no numéricos es decir no suele probar teorías o hipótesis.

4.2 Proceso de Investigación

Muestreo por conveniencia, ya que se tiene en cuenta la facilidad del acceso a la población objeto.

4.3 Población y Muestra

Niños de 8 a 15 años de la escuela de formación de fútbol de Cucutilla norte de Santander.

4.4 Métodos

4.4.1 Selección y muestra

Para la selección de la muestra se tendrá en cuenta a los niños de 8 a 15 años de la escuela de formación de fútbol, la cual proporciona beneficios a los 30 niños. Para el progreso de este estudio utilizare como instrumento las entrevistas y encuestas la cual se les hará a cada uno de los niños de la escuela, la cual se la hará el docente a cada uno de los niños donde nos daremos cuenta si les gusto cada una de las actividades realizadas en cada uno de los espacios lúdicos.



CAPITULO V Resultados

EL objetivo primordial de esta monografía era implementar las actividades lúdico recreativas en la escuela de formación de Cucutilla en los niños de 8 a 14 años, como instrumento principal estratégico que les ayudara a liberar y salir de ese paradigma. El propósito era que ellos se divirtieran y le dieran importancia a la recreación, el trabajo en equipo, donde iban descubriendo y fortaleciendo sus habilidades destrezas como método primordial de la recreación.

Esta monografía obtuvo muchos beneficios en los niños ya que pude sacarlos de ese confort, aplicándoles de una forma dinámica y recreativa en la hora de realizar los entrenamientos por medio de los juegos donde aprovechamos cada uno de los ejercicios tanto grupales como individuales lo cual nos fortaleció sus habilidades destrezas en la hora de jugar implementando el respeto el compañerismo, donde por medio de este impulso un estímulo a cada uno de los niños permitiendo involucrarse en sus sentimientos y libre expresión donde mejoran su autoconfianza y su capacidad creativa.

Por consiguiente quiere decir que las actividades lúdico recreativas es una de las actividades completas y divertidas que nos fortalece en el desarrollo de los niños en todos los campos por esto logramos ver los resultados satisfactoriamente altos y positivos donde cada uno de los ejercicios ejecutados se pudo observar que los niños hicieron parte de este proceso que fue algo muy recreativo en los alumnos de la escuela de formación de Cucutilla donde incorpore de forma dinámica y innovadora donde se aportó muchos beneficios para el desarrollo de los niños.



CAPITULO VI Discusión

El objetivo especial de la presente Ley, es la creación del Sistema Nacional del Deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física (Ley 181 de 1995).

Con lo dicho posteriormente nos damos cuenta que la ley nos ayuda en diferentes aspectos en la parte de la recreación y esparcimiento y donde en algunas escuelas de formación de fútbol e instituciones se tiene olvidada, por eso quise implementar actividades lúdico recreativas como estrategia en los niños. Donde debemos diseñar ejercicios de forma divertida, para que ellos interactúen en cada una de las actividades propuestas y así cada día se vaya fortaleciendo la recreación.

Mead (1957) defiende que la recreación “condensa una actitud de placer condicional que relaciona el trabajo y el juego”.

Argyle (1996) se refiere como “aquellas actividades que la gente hace en su tiempo libre porque quiere, en su interés propio, por diversión, entretenimiento, mejora personal o cualquier otro propósito voluntariamente elegido que sea distinto de un beneficio material”.

Nos podemos dar cuenta que por medio de estos dos autores el valor de la recreación es algo que satisface y relaciona el trabajo en equipo, siendo importante para el interés de cada participante el entretenimiento y la diversión.



Conclusiones

Se evidencio en esta monografía por medio de las actividades lúdico recreativas donde se desarrolló la parte social motriz lo afectivo donde las habilidades básicas se fortalecieron como la creatividad la expresión corporal, donde los niños interactuaban con los demás.

Además, observe en los niños que les hacía falta el juego las dinámicas la recreación por medio del futbol donde se brindó un proceso de una forma divertida donde se aportó en el aprendizaje del niño.



Referencias

Casanova Zamora Silvia Jacqueline, Vásquez Cáceres Marcelo Geovanny, Casanova Zamora Tannia Alexandra (s.f.). *“Los juegos recreativos y su importancia en el desarrollo motoriz”*. Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba – Ecuador. Recuperado de: <https://www.pedagogia.edu.ec/public/docs/discos/5ffc1436bed517d0aad0da5c31902688.pdf>

El Congreso de Colombia. *“Ley 181 de Enero 18 de 1995”*. Recuperado de: https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf

“Importancia del Juego” (2014). Recuperado de: <http://coneljuegoaprende.blogspot.com/p/actividades.html>

Pérez Porto Julián y Merino María. 2015. *“Definición de Actividades Recreativas”*. Recuperado de: <https://definicion.de/actividades-recreativas/>

Colaboradores de Wikipedia. 2021. *“Recreación Historia”*. Recuperado de: https://es.wikipedia.org/wiki/Recreaci%C3%B3n_hist%C3%B3rica

Carlos Santiago Vázquez Cabrera. 2012. *“Programa de juegos recreativos para los estudiantes del octavo año educación general básica de la Escuela Isaac María Peña de la Parroquia San José de Raranga Cantón SIGSIG”*. Recuperado de: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/1911/1/tef124.pdf>

María Espada Mateos. *“El ocio creativo a través de la Educación Física”*. Revista Digital - Buenos Aires - Año 15 - N° 144 - mayo de 2010. Recuperado de: [https://efdeportes.com/efd144/el-ocio-creativo-a-traves-de-la-educacion-fisica.htm#:~:text=Argyle%20\(1996\)%20define%20ocio%20como,distinto%20de%20un%2](https://efdeportes.com/efd144/el-ocio-creativo-a-traves-de-la-educacion-fisica.htm#:~:text=Argyle%20(1996)%20define%20ocio%20como,distinto%20de%20un%2)

Historia y Origen de la Recreación. En: enciclopediadominicana.org. Recuperado de: http://enciclopediadominicana.org/Historia_y_Origen_de_la_Recreaci%C3%B3n



Yaneth Duran Molina y German Ledezma Bustamante. 2015. ***“Aprovechando el tiempo libre a través del trabajo lúdico recreativo con los niños del grado 5° del centro educativo de nuevo sucre”***. Fundación Universitaria los Libertadores. Recuperado de: <https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/493/DuranMolinaYaneth.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

“Importancia del Juego en el Desarrollo Infantil”. En: unkilodeayuda.org.mx. 2018. <https://www.unkilodeayuda.org.mx/importancia-del-juego-en-el-desarrollo-infantil/>

José Luis Vera Rivera, Rony David Merchán Osorio y Nelson Adolfo Mariño Landazábal. ***“Propuesta de juegos para la enseñanza del fútbol en la clase de Educación Física”***. Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N° 149, Octubre de 2010. Recuperado de: <https://efdeportes.com/efd149/juegos-para-la-ensenanza-del-futbol.htm>

Wilson Quesada Cepero. ***“Actividades recreativas relacionadas con el fútbol que contribuyan al aprovechamiento del tiempo libre en la circunscripción 19 ‘La Curva’ del municipio Florencia”***. Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N° 154, Marzo de 2011. Recuperado de: <https://efdeportes.com/efd154/actividades-recreativas-relacionadas-con-el-futbol.htm>

Maritza Acuña y Antonieta Mauriello. ***“Recreación y Educación Ambiental: algo más que volver a crear”***. Revista de Investigación vol.37 no.78 Caracas abr. 2013. Recuperado de: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1010-29142013000100011

Vanesa Ensuncho Urbanes y Catalina Andrea Quiroz G. (s.f.). ***“Historia y evolución de lúdica”***. Recuperado de: <https://infogram.com/la-historia-de-la-ludica-1hke60gx1l3325r>

Judith Jiménez Díaz, María Morera Castro y Karla Chaves Castro. ***“Beneficios de las actividades recreativas y su relación con el desempeño motor: revisión de literatura”***. EmásF, Revista Digital de Educación Física. Año 8, Núm. 43 (noviembre-diciembre de 2016) Recuperado de: [file:///C:/Users/J/Downloads/Dialnet-BeneficiosDeLasActividadesRecreativasYSuRelacionCo-5758179%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/J/Downloads/Dialnet-BeneficiosDeLasActividadesRecreativasYSuRelacionCo-5758179%20(1).pdf)



Jhon Alejandro López Barragán. 2016. *“Las actividades lúdico recreativas formativas como uso de herramientas para el fortalecimiento de la actitud creativa”*. Universidad Libre de Colombia. Recuperado de: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8948/proyecto%20ALRF%20actitud%20creativa%20final.pdf?sequence=1>



ANEXOS

Tabla 1. Cronograma de Actividades

ACTIVIDAD	MES	SEMANAS
DIAGNOSTICO INICIAL	MAYO	1 SEMANA
Caracterización de la población y convocatoria	MAYO	1 SEMANA
Diseño del programa recreativo	MAYO	1 SEMANA
Aplicación del programa recreativo	MAYO JUNIO JULIO	10 al 14/17 al 21 24 al 28 1,2,3/ 8, 9,10 /15,16,1722,23,24 5,6,7/14,15
Análisis de resultados e impacto	Agosto	½ semana
Presentación del trabajo al asesor	marzo	31
Elaboración de observaciones y correcciones	Abril	21



Socialización de la practica		
------------------------------	--	--

Tabla 2. Diseño General del Programa

No.	DISEÑO GENERAL PROGRAMA <i>(24 sesiones)</i>
1.	Diagnostico
2.	Descripción de la población Población los niños de 8 a 15 años Muestra Trabaje la muestra con la Escuela de formación de Cucutilla de futbol
3.	Integración actividades lúdico recreativas compromisos
4.	Cuatro esquinas y diviértete
5.	Corre que te atrapan
6.	Avanza que te atrapan que te alcanza
7.	Domina corre que te gana
8.	Diviértete aprende y gana
9.	Compite que te ganan
10.	Triqui traqui con tus amigos
11.	Salta golpea y cabecea a los conos
12.	Dribla corre y compite hasta ganar
13.	Corre y encuentra al director



14.	Atento a la pista que te ganan
15.	Corre que te corre y poncha con tu cuerpo al jugador
16.	Toca toca que te la quita el corredor
17.	Salta salta hasta atrapar tu premio
18.	Lanza y corre hasta tu imaginación
19.	Toca cabecea y corre hasta la meta
20.	Tira corre hasta agarrar tu listón
21.	Mueve tu cuerpo al son de esta loca canción
22.	Corre y atrapa ese listón de ganador
23.	Mueve tu cuerpo al son de tu imaginación
24.	Integración final compartir