



Carrera: Tecnología Superior en Actividad Física, Deportiva y Recreación.

Título:

**Sistematización del impacto deportivo en uso del tiempo libre para niños en el sector de "El
Recreo".**

**Trabajo de titulación, previo a la obtención del título de tecnólogo en Actividad
Física Deportiva y Recreación.**

Autor:

Victor Hugo Silva Zapata

Tutor:

Mgtr. Pablo Damián Dávila Tamayo

DMQ - 2024

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor(a) del Proyecto: SISTEMATIZACIÓN DEL IMPACTO DEL DEPORTE EN USO DEL TIEMPO LIBRE PARA NIÑOS EN EL SECTOR DE "EL RECREO".

Presentado por el Señor. Victor Hugo Silva Zapata para optar por el título en TECNÓLOGO EN ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA Y RECREATIVA. Considero que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

En la ciudad de Quito, a los 20 días de febrero de 2024.

Mgtr. Pablo Damián Dávila Tamayo

C.I: 1719165456

DECLARATORIA DE RESPONSABILIDAD

Los componentes teórico- prácticos desarrollados, la reflexión crítica, las conclusiones y recomendaciones de la presente sistematización de la experiencia práctica de la investigación son de exclusiva responsabilidad del autor. Autorizo al Instituto Tecnológico Superior del “Honorable Consejo Provincial de Pichincha” el uso del presente documento con fines educativos- formativos.

Victor Hugo Silva Zapata

C.I. 1713335063

DEDICATORIA

A mi madre, que siempre me enseñó el valor de la humildad, la solidaridad, empatía y respeto. Te amo mamá.

A mi padre, que, a pesar de la distancia, supo decirme las palabras indicadas cuando lo necesité.

Y, de manera especial, dedicar este trabajo a todos los niños, niñas y adolescentes en situación de vulnerabilidad. Ustedes han sido mi sostén e inspiración para realizar este proyecto, aunque el camino es duro, juntos podremos construir nuevos senderos.

De igual forma, a todas las familias que salen a trabajar en las calles superando todo tipo de adversidades para ganarse el pan de cada día y, con ello, encontrar días mejores para los suyos. Confío que juntos podemos cambiar este mal.

Silva Zapata Victor Hugo

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a la vida por brindarme la oportunidad de compartir con las familias que inspiran y motivan este trabajo, para ustedes todo mi respeto y admiración.

También agradecer a cada uno de los niños y niñas que me brindan su calor, respeto y cariño, sin ustedes no habría podido seguir con este sueño, su gozo y alegría.

Agradecer la presencia de cada uno de los familiares que se mantuvieron a mi lado en este proceso, gracias por su empatía.

A los amigxs más fieles. Jacko. Laicka. Naranjilla. Por todo lo que me brindan y representan en mi vida. Para ustedes todo mi amor y cuidado.

A esos seres que aparecen en nuestros caminos, te levantan, te cobijan, te quieren y se convierten en una parte de ti. ¡Gracias por su fuerza!

Agradecer también por tener la dicha de conocer muchos entornos y diversas realidades, las más duras, pero qué, gracias a ello, cada día lucho por ser un mejor ser humano sin dejar de ser moralmente más terco.

¡Salud y actitud a todxs!

Silva Zapata Victor Hugo

ÍNDICE DE CONTENIDO

Índice de contenido

B.1 RESUMEN.....	10
B.2. INTRODUCCIÓN	12
B3. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA	14
B4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	17
B5. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	18
B6. OBJETIVOS	19
B6.1. Objetivo general	19
B6.2. Objetivos específicos.....	19
B7. JUSTIFICACIÓN	20
CAPÍTULO I.....	22
B.8.- MARCO TEÓRICO.....	22
B.8.1. El deporte	22
B.8.1.1. Historia.....	22
B.8.1.2. Definición	27
B.8.1.3. Importancia.....	31
B.8.1.4. Beneficios	34
B.8.2. Actividad Física como necesidad	36
B.8.2.1. Definición	36
B.8.2.2. Importancia.....	39
B.8.2.3. En el Desarrollo Humano	40
B.8.2.4. En la Comunidad.....	42
B.8.2.5. En Etapas Infantiles	45
B.8.2.6. En el Tiempo Libre	47
B.8.3 Tiempo Libre	49
B.8.3.1. Recreación	49
B.8.3.2. Expresión Artística.....	53
B.8.3.3. Pintura Libre.....	54
B.8.3.4. Escritura Creativa.....	56
B.8.3.5. Lectura Amigable.....	57
B.8.3.6. Ocio.....	58
B.8.3.7. Clasificación	59
B.8.3.8. Como Derecho Constitucional	61
B.8.5. Áreas del Deporte	63
B.8.5.1. Fútbol base.....	63
B.8.5.2. Basketball base	66
Segundo Componente: Trabajo Infantil	67
B.8.6. Generalidades del Trabajo Infantil	67
B.8.6.1 Definición y conceptos clave.....	67
B.8.7. El Juego en Etapas Infantiles	71
B.8.7.1. Definición de Juego	71
B.8.7.2. Características del Juego.....	72
B.8.7.3. Impacto y Beneficios del Juego	73

B.8.8. Etapas de Desarrollo Infantil (8 a 10 años) según Piaget: Características cognitivas y emocionales de esta etapa.	75
B.8.9. Antecedentes de los Menores de 8 Años sin Atención Primaria: Efectos de la falta de juego y atención en el desarrollo temprano.	76
B.8.10. Problemas Sociales a Partir del Trabajo Infantil	78
B.8.10.1. Deserción Escolar	78
B.8.10.2. Deserción Familiar	79
B.8.10.3. Ingreso a Grupos Delincuenciales.....	81
B.8.10.4. Consumo de Sustancias Psicotrópicas	84
B.8.10.5. Salud	87
B.8.11. Calidad de Vida a Partir del Deporte	89
B.8.11.1 Estilos de Vida Saludables	89
B.8.11.2. Características y Conclusiones.....	90
B.9.- MARCO CONCEPTUAL	93
B.9.1. Deporte	93
B.9.2. Actividad Física.....	93
B.9.3. Tiempo Libre	93
B.9.4. Ocio	94
B.9.5. Trabajo Infantil	94
B.9.6. Etapas Infantiles	94
B.9.7. Problemas Sociales.....	94
B.9.8. Calidad de vida	95
B.10.- MARCO INSTITUCIONAL.....	96
B.10.1. Contexto Geográfico	96
B.10.2. Reseña Histórica Sector El Recreo.....	96
B.10.3. Misión Administración Zonal “Eloy Alfaro”	97
B.10.4. Ubicación en el Mapa.....	98
CAPITULO II	100
B.11. MARCO METODOLÓGICO.....	100
B.11.1. Revisión Bibliográfica	100
B.11.2. Investigación de Campo.....	101
B.11.3. Método Teórico: Inductivo-Deductivo	101
B.11.4. Técnica de Recolección de Datos: Observación Directa con Encuestas y Entrevistas.	102
B.11.5. Actores Principales.....	103
B.12. Materiales y Métodos	106
B.12.1. Métodos.....	106
B.12.1.1. Método Inductivo	106
B.12.1.2. Método Deductivo.....	107
B.12.1.3. Método Analítico	107
B.12.1.4. Método Sintético	107
B.12.1.5. Método Estadístico.....	107
B.12.2. Técnicas e Instrumentos.....	108
B.12.2.1. Ficha de Observación.....	108
B.13. Plan de Sistematización.....	108
B.13.1. Objetivo General	108

B.13.1.2. Objetivos Específicos	108
B.13.2. Eje de Sistematización	109
B.13.3. Recuperación Histórica.....	109
B.13.4. Elementos de Clasificación y Orden de la Información	109
B.13.5. Elementos para la Interpretación Crítica.....	110
B.13.6. Fuentes de Información.....	110
B.13.7. Etapas Técnicas y Procedimientos	110
B.13.7.1. Técnicas Empleadas.....	110
B.13.7.2. Procedimiento.....	110
B.13.8. Producto de la Sistematización.....	111
B.13.9. Propuesta Para la Sistematización.....	113
B.13.9.1. Objetivos.....	113
B.13.9.2. Nombre del Programa.....	113
B.13.9.3. Visión.....	113
B.13.9.4. Misión	114
B.13.10. Valores para Desarrollar	114
B.13.11. Meta de la Propuesta de Trabajo.....	114
B.13.12. Tiempo de duración	115
Logo de la Propuesta.....	115
Actividades realizadas en el proceso de ejecución	116
B14. Ejes de Análisis.....	133
B.15. Principales Hallazgos Antes del Programa Recreativo	136
Pre-Test de Observación	136
CAPÍTULO III.....	138
PRÁCTICA MEJORADA O DE INTERVENCIÓN	138
B.16. Análisis de los resultados	139
Resultados del Diagnostico.....	147
Comparativo de Pre test y Post Test.....	151
Preguntas de la Tabla de Observación	154
B.17. CONCLUSIONES.....	155
B.18. RECOMENDACIONES	157
Referencias bibliográficas	158
Anexos.....	162

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Nómina de los niños Sector “El Recreo”	104
Tabla 2	116
Tabla 3	117
Tabla 4.....	118
Tabla 5.....	120
Tabla 6.....	122
Tabla 7.....	123
Tabla 8	124

Tabla 9.....	125
Tabla 10.....	126
Tabla 11.....	126
Tabla 12.....	127
Tabla 13.....	128
Tabla 14.....	130
Tabla 15.....	131
Tabla 16.....	132
Tabla 17: Principales Hallazgos.....	137
Tabla 18: Pregunta 1.....	139
Tabla 19: Pregunta 2.....	140
Tabla 20: Pregunta 3.....	141
Tabla 21: Pregunta 4.....	143
Tabla 22: Pregunta 6.....	144
Tabla 23: Pregunta 7.....	145
Tabla 24: Tabla de diagnóstico Antes del Programa “EFECTO JUEGO”.....	147
Tabla 25: Tabla de diagnóstico Después del Programa “EFECTO JUEGO”.....	149
Tabla 26: Preguntas de la Tabla de Observación.....	154

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Elementos de la Actividad Física.....	37
Ilustración 2: Pirámide del ejercicio físico.....	75
Ilustración 3: Trabajo Infantil pobreza y vivienda.....	83
Ilustración 4: Parroquia la Ferroviaria MAPA: Victor Silva.....	98
Ilustración 5: Mapa El Recreo MAPA: Victor Silva.....	99
Ilustración 6: Línea de Tiempo.....	112
Ilustración 7: Logotipo de la propuesta.....	115
Ilustración 8: Primer Componente.....	134
Ilustración 9: Segundo Componente.....	135
Ilustración 10: Pregunta 1.....	139
Ilustración 11: Pregunta 2.....	140
Ilustración 12: Pregunta 3.....	142
Ilustración 13: Pregunta 4.....	143
Ilustración 14: Pregunta 6.....	144
Ilustración 15: Pregunta 7.....	145
Ilustración 16: Pregunta 8.....	146
Ilustración 17: Pregunta 8.....	146
Ilustración 18: Gráfico Comparativo Pre Test - Post Test.....	151

B.1 RESUMEN

Esta tesis explora cómo el deporte puede ser una herramienta de transformación social para niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de "El Recreo" en Quito, Ecuador. Se enfoca en el uso del tiempo libre como un medio para promover el desarrollo personal y social en un contexto de niños expuestos al trabajo infantil. A través de la implementación del programa "Efecto Juego", se busca comprender y optimizar el uso del deporte para mejorar la calidad de vida de los niños y niñas.

El problema central identificado es la necesidad de una estrategia coherente para el uso del deporte en la transformación social. La tesis tiene como objetivo general sistematizar actividades deportivas como herramientas de participación activa, mejorando el uso del tiempo libre de estos niños. Los objetivos específicos incluyen sistematizar la situación actual de los niños y describir las experiencias brindadas por el deporte en este sector.

Los resultados del post-test sugieren una mayor inclinación hacia comportamientos colaborativos y respetuosos durante el juego, indicando un uso más positivo del tiempo libre. La implementación del programa "Efecto Juego" ha demostrado ser efectiva, alcanzando sus objetivos específicos. Ha incrementado la participación y el entusiasmo de los niños, promoviendo un ambiente de apoyo comunitario y contribuyendo al desarrollo integral de los participantes. Los cambios observados reflejan los valores promovidos por el programa y su éxito en crear un modelo de intervención que impacta positivamente en la calidad de vida de los niños.

Palabras claves: Deporte, actividad física, ocio, tiempo libre, problemas sociales, etapas infantiles, calidad de vida.

ABSTRACT

This thesis explores how sports can be a tool for social transformation for vulnerable children in the "El Recreo" area of Quito, Ecuador. It focuses on the use of free time as a means to promote personal and social development in a context of children exposed to child labor. Through the implementation of the "Efecto Juego" program, the study seeks to understand and optimize the use of sports to improve the quality of life of these children.

The central problem identified is the need for a coherent strategy for the use of sports in social transformation. The overall objective of the thesis is to systematize sports activities as tools for active participation, improving the use of free time for these children. The specific objectives include systematizing the current situation of the children and describing the experiences provided by sports in this area.

The post-test results suggest a greater inclination towards collaborative and respectful behaviors during play, indicating a more positive use of free time. The implementation of the "Efecto Juego" program has proven effective, achieving its specific objectives. It has increased the participation and enthusiasm of the children, promoting a community support environment, and contributing to the comprehensive development of the participants. The observed changes reflect the values promoted by the program and its success in creating an intervention model that positively impacts the quality of life of the children.

Keywords: Sport, physical activity, leisure, free time, social issues, childhood stages, quality of life.

B.2. INTRODUCCIÓN

En el corazón de Quito, encontramos el sector de "El Recreo" se presenta como un microcosmos de desafíos y oportunidades. Aquí, niños y niñas en situación de vulnerabilidad afrontan diariamente realidades que les privan de una infancia plena y saludable. Uno de los desafíos más significativos es el trabajo infantil, un fenómeno que no solo limita su acceso a la educación y al ocio, sino que también compromete su desarrollo integral. En este contexto, emerge la interrogante sobre cómo se puede utilizar el tiempo libre de estos niños de manera constructiva y enriquecedora, redireccionando su trayectoria de vida hacia un futuro más prometedor.

La presente investigación aborda esta problemática desde una perspectiva innovadora: el uso del deporte como herramienta de transformación social y personal. El deporte, más que una mera actividad física, se revela como un vehículo potente para el desarrollo de habilidades sociales, la construcción de la autoestima y la promoción de un estilo de vida saludable. A través de esta lente, se analiza cómo actividades deportivas estructuradas y sistemáticas pueden influir positivamente en la vida de estos jóvenes, ofreciéndoles alternativas al trabajo infantil y enriqueciendo su uso del tiempo libre.

Esta tesis, titulada "Sistematización del impacto del deporte en el uso del tiempo libre para los niños en el sector de "El Recreo", pretende llenar un vacío en la investigación sobre el papel del deporte en contextos de vulnerabilidad. Se centra en la implementación del programa "Efecto Juego", una iniciativa que busca no solo ofrecer actividades deportivas, sino también crear un marco estratégico para su uso en la transformación social. El programa apunta a generar un cambio significativo en la utilización del tiempo libre de estos niños, alejándolos de las calles

y del trabajo infantil, y acercándolos a un entorno donde puedan crecer, aprender y desarrollarse de manera integral.

Con un enfoque metodológico que combina el análisis cualitativo y cuantitativo, esta investigación se propone evaluar el impacto del programa "Efecto Juego" en la vida de los niños y niñas participantes. A través de un seguimiento detallado y la sistematización de experiencias, se busca entender cómo el deporte puede convertirse en un catalizador de cambio social y personal, y cómo puede ser utilizado estratégicamente para mejorar la calidad de vida de los niños en situación de vulnerabilidad.

En última instancia, esta tesis no solo busca contribuir al cuerpo académico de conocimientos en el campo del deporte y el desarrollo social, sino también ofrecer guías prácticas y recomendaciones para futuras intervenciones en comunidades similares. Este estudio se alinea con el objetivo de generar cambios sociales sostenibles y significativos a través de métodos innovadores y empáticos, poniendo especial énfasis en la protección y el desarrollo de la infancia vulnerable en Ecuador y más allá.

B3. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

En la presente investigación es esencial plantear una revisión de trabajos previos, proyectos y programas relevantes que han abordado el uso del tiempo libre de los niños a través del deporte en contextos similares al del sector de “El Recreo”, para entender cómo y por qué el deporte se plantea como una herramienta para el desarrollo infantil en este sector específico de Quito. Según el estudio "*Trabajo Infantil en Ecuador*" de Vásconez, Muñoz y Tomsich (2015) analiza los datos extraídos de las Encuestas Nacionales de Empleo, Subempleo y Desempleo (ENEMDU) y la Encuesta Nacional de Trabajo Infantil (ENTI) 2012, ambas realizadas por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, logrando así comprender cómo el trabajo infantil afecta el desarrollo y el bienestar de los niños en Ecuador. Destaca que los niños comienzan a trabajar desde temprana edad, a menudo en condiciones precarias, lo que lleva a un abandono gradual de la educación. Se observa una tendencia a pasar de trabajos no remunerados a remunerados a medida que crecen, especialmente en niñas. Este trabajo suele ser no calificado y mal remunerado, perpetuando ciclos de pobreza y explotación. El estudio también discute la necesidad de políticas y medidas para erradicar el trabajo infantil y mejorar la situación educativa y laboral, especialmente en áreas rurales de la Sierra.

El estudio "*El Trabajo Infantil y su Influencia Negativa en el Desarrollo Integral de los Niños, Niñas y Adolescentes en el Barrio El Recreo, Cantón Quito, Provincia de Pichincha, Durante el Año 2015*" de Lamiña Rizzo Ana Gabriela, se centra en cómo el trabajo infantil afecta negativamente el desarrollo de niños y adolescentes. Utiliza métodos descriptivos, explicativos y analíticos para examinar la relación entre la falta de recursos económicos en los hogares del sector de “El Recreo” y la decisión de los niños de participar en el trabajo infantil. El estudio revela cómo la pobreza incita al trabajo infantil, impidiendo el desarrollo integral y violando los

derechos fundamentales de los menores. A pesar de la legislación existente en Ecuador contra el trabajo infantil, se observa su prevalencia en El Recreo, especialmente en actividades de venta en las calles, exponiendo a los niños a riesgos de salud y privándolos de su derecho a la educación, salud y recreación.

En el siguiente estudio realizado por Edwar Salazar Arango y Myriam Sarabia Molina, titulado “*Incidencia de manejo del tiempo libre de niños y adolescentes entre 7 y 14 años, en situación de riesgo por trabajo infantil del Cantón Latacunga*”, se enfoca en analizar cómo el uso adecuado y manejo del tiempo libre a través de actividades recreativas, entre ellas el deporte, puede impactar a niños y adolescentes de 7 a 14 años en la ciudad de Latacunga, Ecuador, una zona afectada por el trabajo infantil. Explora la relación entre el trabajo infantil y su efecto en la educación y el bienestar de los jóvenes, destacando la importancia de proporcionar alternativas de ocio y recreación como herramientas de intervención social. El objetivo es medir cómo estas actividades pueden contribuir a estilos de vida saludables y decisiones conscientes, reduciendo la incidencia del trabajo infantil y promoviendo un desarrollo integral.

Mientras que en la investigación titulada “*Ocupación del tiempo libre en niños de 10 a 12 años en tiempos de pandemia covid-19*” elaborada por Velastegui Riera, L. A., Medina-Apolo, J. R., Dávila-Tamayo, P. D., & Cabezas-Mejía, E. D, examina cómo la pandemia de COVID-19 afectó la ocupación del tiempo libre de niños de 10 a 12 años. Durante la pandemia, con escuelas cerradas y restricciones de movilidad, los niños incrementaron el uso de dispositivos electrónicos, tanto para fines educativos como recreativos. Esto llevó a problemas de salud física y mental, como aumento de peso, depresión y ansiedad. La investigación destaca la importancia de la actividad física y un plan estructurado de actividades para el desarrollo integral de los niños en estos tiempos difíciles.

Esta revisión de antecedentes nos ha revelado la importancia crítica de actividades recreativas y deportivas en el uso del tiempo libre para niños y adolescentes en contextos de vulnerabilidad, como los observados en "El Recreo", Quito. Los estudios revisados indican que, en situaciones de pobreza y trabajo infantil, actividades estructuradas y saludables como el deporte pueden ser fundamentales para contrarrestar los efectos negativos del trabajo infantil y el aislamiento social exacerbado por la pandemia de COVID-19. Subrayamos por lo tanto la necesidad de políticas y programas que fomenten el acceso a actividades recreativas y deportivas como herramientas clave para el desarrollo integral y el bienestar de los niños en situaciones de riesgo.

B4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El sector de "El Recreo" en la ciudad de Quito, Ecuador, alberga a un número significativo de niños y niñas en situación de vulnerabilidad. Estos niños y niñas a menudo enfrentan desafíos socioeconómicos que limitan su acceso a oportunidades de desarrollo personal y social (Aceti et al., 2015). En este contexto, el deporte emerge como una herramienta potencialmente poderosa para impulsar la transformación social y mejorar la calidad de vida de estos jóvenes.

El deporte, como actividad física y social, puede contribuir a la formación de habilidades y competencias esenciales para la vida, como el trabajo en equipo, la disciplina, el respeto y la autoconfianza (González Polvorosa, 2022). Sin embargo, a pesar de su potencial, la implementación de programas de deporte para el desarrollo en el sector de "El Recreo" enfrenta varios desafíos.

En primer lugar, para fomentar un mejor uso del tiempo libre, es crucial crear espacios seguros y accesibles donde los niños puedan desarrollar actividades deportivas especialmente para niños en situación de vulnerabilidad. Además, como señala el artículo de Arroba, M. L., & Manzarbeitia, P. (2009), es fundamental una orientación efectiva hacia un uso saludable del tiempo libre por parte de los niños surge de la observación de que los menores, en su desarrollo natural activo, pueden derivar hacia un estilo de vida sedentario influenciado por el tiempo excesivo frente a pantallas y dispositivos electrónicos. Esto resalta la importancia de que los padres, profesionales de la salud, entrenadores deportivos y miembros de la comunidad, colaboren para diseñar planes que fomenten actividades lúdicas, deportivas y de conversación, integrando no solo a los niños y niñas, sino a toda la familia en un estilo de vida activo (Arroba, M. L., & Manzarbeitia, P., 2009).

En segundo lugar, la falta de una estrategia clara y coherente para el uso del deporte como herramienta de transformación social puede limitar su efectividad (Duran Valencia, 2020). Aunque el Ministerio del Deporte ha desarrollado planes estratégicos y proyectos para promover el deporte para el desarrollo (Ministerio del Deporte, 2022a; 2022b), la implementación y el impacto de estas iniciativas aún deben ser evaluados y optimizados.

Finalmente, la investigación sobre el papel del deporte en la transformación social y el desarrollo en el contexto ecuatoriano es limitada (Rodríguez Chuquimarca, 2020). Esto dificulta la comprensión de las necesidades específicas de los niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de "El Recreo" y la adaptación de los programas de deporte para el desarrollo a estas necesidades.

Por lo tanto, es esencial abordar estos desafíos para maximizar el potencial del deporte como herramienta de transformación social para los niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de el "El Recreo". Esto implica desarrollar e implementar estrategias efectivas de deporte para el desarrollo, y realizar investigaciones para informar y optimizar estas estrategias a través de la sistematización de experiencias en el sector.

B5. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿De qué manera beneficia el estudio y aplicación de deporte para el desarrollo en el buen uso del tiempo libre en niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de “El Recreo”?

B6. OBJETIVOS

B6.1. Objetivo general

Sistematizar actividades deportivas como herramientas de transformación social para el mejor uso de su tiempo libre en niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de "El Recreo"

B6.2. Objetivos específicos

1. Analizar la literatura existente sobre el deporte para el desarrollo y su papel en la promoción de la transformación social y el desarrollo de niños y niñas en situación de vulnerabilidad, con un enfoque particular en el contexto ecuatoriano.
2. Sistematizar la situación actual de niños y niñas que trabajan en el sector de "El Recreo" en términos de la disponibilidad y accesibilidad al uso adecuado del tiempo libre.
3. Describir las experiencias que brinda el deporte para el desarrollo para los niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de "El Recreo".

B7. JUSTIFICACIÓN

La presente sistematización se justifica desde varias perspectivas. En primer lugar, desde el punto de vista social, se centra en los niños y niñas en situación de vulnerabilidad (trabajo infantil) en el sector de "El Recreo" en la ciudad de Quito, Ecuador, un grupo que a menudo enfrenta desafíos significativos para su desarrollo personal y social. Esta investigación busca contribuir a mejorar la calidad de vida de estos niños y niñas y a promover su inclusión social y desarrollo integral (Aceti et al., 2015).

En segundo lugar, desde el punto de vista práctico, esta investigación busca informar y mejorar la implementación de programas de deporte para el desarrollo en el sector de "El Recreo". Al identificar y analizar los desafíos y oportunidades asociados con la provisión de infraestructura y recursos deportivos, la distribución de recursos públicos en el sector deportivo, y la estrategia y práctica del deporte para el desarrollo, esta investigación puede proporcionar recomendaciones útiles para los responsables de la toma de decisiones, los profesionales y los interesados en el sector deportivo (Aznar Macias, 2022; Cruz Páez, 2011; Duran Valencia, 2020).

Desde el punto de vista académico, esta investigación contribuye a la literatura sobre el deporte para el desarrollo en el contexto ecuatoriano. Proporciona nuevos conocimientos y perspectivas sobre el papel del deporte en la transformación social y el desarrollo, esta investigación tiene la intención de aportar en la literatura académica para que permita estimular el interés en desarrollar más investigación en el campo deportivo (Rodríguez Chuquimarca, 2020).

De tal manera que esta investigación es justificada tanto por su potencial para contribuir a mejorar la vida de los niños y niñas en situación de vulnerabilidad en "El Recreo", como por su

potencial para informar y mejorar la práctica del deporte para el desarrollo y para contribuir a la literatura en este campo.

CAPÍTULO I

B.8.- MARCO TEÓRICO

B.8.1. El deporte

B.8.1.1. Historia

Orígenes del deporte en contextos sociales y culturales.

El estudio del deporte, en su esencia y expansión a lo largo de la historia, se enmarca dentro de un ámbito multidimensional que entrelaza la motricidad humana con el tejido social y cultural en el que se desarrolla. Este campo, explorado detalladamente por Hernández González y Recoder Renteral (2015), se sitúa en el corazón de las ciencias de la actividad física y el deporte, enfocándose en el análisis del comportamiento motriz humano en contextos variados, desde lo biológico hasta lo sociocultural.

La historia y los orígenes del deporte no solo reflejan la evolución de las prácticas físicas a través del tiempo, sino que también revelan cómo estas prácticas se han entrelazado con el desarrollo social y cultural de las comunidades. Así, la historia del deporte se presenta como una ciencia empírico-social, una vertiente fundamental dentro de las ciencias de la actividad física y el deporte, que permite comprender la secuencia de eventos pasados vinculados al origen y desarrollo de la motricidad humana y la actividad física competitiva y organizada (Hernández González & Recoder Renteral, 2015).

Desde una perspectiva doctrinal, esta área del conocimiento puede abordarse de manera general, cubriendo diversas culturas y regiones, o de manera específica, enfocándose en contextos nacionales particulares. La historia del deporte se puede analizar tanto desde un

enfoque social y cultural, que integra los aspectos sociales del deporte, como desde una perspectiva más técnica, centrada en los aspectos físicos y de rendimiento del deporte. Estos enfoques, aunque distintos, son complementarios y esenciales para una comprensión integral de la disciplina (Hernández González & Recoder Renteral, 2015).

Es por eso por lo que el estudio de la historia y los orígenes del deporte en contextos sociales y culturales ofrece una visión enriquecedora y multidimensional, esencial para entender no solo la evolución de las prácticas deportivas, sino también su impacto y significado en la sociedad a lo largo del tiempo.

El deporte, en su forma más primordial, ha estado intrínsecamente ligado al ser humano desde la prehistoria. Esta conexión se manifiesta a través de actividades físicas que se realizaban principalmente por placer, recreación o como un pasatiempo. Johan Huizinga, en su obra "Homo Ludens" (2008), describe el juego como una actividad libre y voluntaria, ubicada fuera de la vida cotidiana, pero que, a pesar de su aparente falta de finalidad práctica, logra captar completamente la atención de quien lo practica. Este juego se caracteriza por su ejecución en un espacio y tiempo determinados y sujeta a reglas específicas, que a menudo conducen a la formación de grupos y comunidades con sus propios rituales y tradiciones (Huizinga, 2008; Citado en Hernández González & Recoder Renteral, 2015).

En contraste, la práctica del deporte tal como lo conocemos hoy es un fenómeno relativamente reciente y moderno. Norbert Elias, en su análisis sobre la génesis del deporte (2014), señala que muchos deportes actuales, practicados de manera similar en todo el mundo, tienen su origen en Inglaterra, desde donde se difundieron globalmente entre la segunda mitad del siglo XIX y la primera mitad del siglo XX. Esta expansión coincide con periodos de grandes

cambios sociales y culturales, reflejando cómo el deporte ha evolucionado en paralelo a la sociedad (Elias, 2014; Citado en Hernández González & Recoder Renteral, 2015).

La historia del deporte puede sintetizarse en etapas significativas, que reflejan los cambios paradigmáticos en su práctica y significado a lo largo del tiempo. Estas etapas incluyen el juego cultural o no competitivo de la prehistoria, el juego agonístico marcado por el inicio de los Juegos Olímpicos en la antigüedad (776 a.C.), el deporte amateur con la moderna inauguración de los Juegos Olímpicos en 1896, el deporte mediático que surge en la década de 1930 y se consolida con la transmisión televisiva de los Juegos Olímpicos de 1936, y finalmente, la era del deporte profesional, simbolizada por la participación del "Dream Team" en los Juegos Olímpicos de Barcelona en 1992. Estas etapas delimitan la evolución del deporte desde una actividad de carácter más lúdico y cultural hasta su forma actual, donde se entrelazan aspectos de competencia, medios de comunicación y profesionalización (Hernández González & Recoder Renteral, 2015).

Durante el siglo XIX, la práctica de la actividad física y el deporte se vio profundamente influenciada por la aparición de distintas escuelas y métodos que buscaban enfatizar un enfoque metodológico en los ejercicios corporales. Entre estos, destacaron la Gimnasia alemana, desarrollada por Guts Muths y Friedrich Ludwig Jahn, la Escuela sueca fundada por Pehr Henrik Ling, y la Escuela francesa iniciada por Francisco Amorós. Estas escuelas introdujeron métodos que se fundamentaban en bases científicas, anatómicas y fisiológicas, con el objetivo de racionalizar y sistematizar los ejercicios físicos. En la primera mitad del siglo XX, estos movimientos gimnásticos evolucionaron y se diversificaron, dando lugar a la Gimnasia Moderna de Bode en Alemania, Austria y Suiza, la Gimnasia Neosueca en el norte de Europa, y el Método Natural de Hébert en Francia. Estas innovaciones reflejaron un cambio significativo en la manera

de concebir y practicar la educación física y el deporte, marcando un antes y un después en su historia (Giménez Fuentes-Guerra, 2003; Citado en Hernández González & Recoder Renteral, 2015).

En el contexto de las sociedades industrializadas avanzadas, se observa una notable transformación en la forma en que las personas experimentan las emociones durante su tiempo de ocio, en particular en actividades como el deporte. Elias y Dunning (1986) argumentan que, en contraste con las sociedades menos desarrolladas, donde las expresiones emotivas públicas son más frecuentes y menos controladas, en las sociedades modernas, el control social y personal sobre las emociones se ha intensificado notablemente. Esto se refleja en la manera en que el deporte y otras actividades de ocio se han convertido en canales para experimentar emociones fuertes y gratificantes de manera controlada y socialmente aceptable.

La búsqueda de emociones en el ocio, especialmente en el deporte, contrasta con las limitaciones impuestas en la vida cotidiana, donde los estallidos de emociones intensas tienden a ser menos frecuentes y más controlados. En las sociedades actuales, las crisis públicas y privadas son más sutiles y despersonalizadas, y el deporte ofrece un espacio donde las emociones pueden ser expresadas y experimentadas intensamente, aunque de forma segura y estructurada. Esto sugiere que el deporte no solo sirve como entretenimiento o actividad física, sino también como un medio para canalizar y experimentar emociones en un entorno controlado y socialmente aceptado.

Podemos determinar que el deporte en el tiempo de ocio moderno representa un medio vital para la expresión emocional en sociedades donde el control emocional es una norma predominante. Permite a las personas vivir emociones intensas en un marco de seguridad y

aceptación social, lo que refleja un cambio significativo en la relación entre las emociones, el ocio y la vida social en el proceso de civilización.

Evolución histórica del deporte en Ecuador y su impacto en la sociedad.

El deporte en Ecuador, a lo largo de su historia, ha sido un fiel reflejo de la evolución social y cultural del país. Desde las primeras competencias deportivas nacionales en la década de 1920 hasta la formación de federaciones deportivas provinciales y la participación en eventos deportivos internacionales, Ecuador ha vivido una transformación significativa en su enfoque hacia el deporte. Astudillo Avilés (2006) narra cómo los primeros juegos deportivos ecuatorianos, celebrados en Riobamba en 1926, marcaron el comienzo de un viaje apasionante en el mundo del deporte, simbolizando un hito en la historia deportiva del país.

Esta jornada no solo se limitó a la realización de eventos deportivos, sino que también fue testigo de la fundación de diversas federaciones deportivas provinciales, las cuales jugaron un papel crucial en la promoción y desarrollo del deporte a nivel local y nacional. Estas federaciones, junto con la creación del Comité Olímpico Ecuatoriano en la década de 1960, demostraron el creciente interés y compromiso del país con el deporte, tanto en términos de participación como de organización.

El impacto del deporte en la sociedad ecuatoriana se ha visto reflejado en varios aspectos de la vida cotidiana. Desde los primeros juegos deportivos hasta la actualidad, el deporte ha sido un catalizador de cambio social, un medio para el fortalecimiento de la identidad nacional y una herramienta para la mejora de la calidad de vida de los ecuatorianos. Este desarrollo histórico del deporte en Ecuador es una ventana a través de la cual se pueden apreciar los cambios significativos en la sociedad, la cultura y los valores del país. La trayectoria del deporte en este

país andino no es solo la historia de atletas y competencias, sino también la crónica de una nación en desarrollo y cambio (Astudillo Avilés, J. A., 2006).

B.8.1.2. Definición

Conceptos clave del deporte desde una perspectiva sociológica y educativa.

El deporte es una actividad que puede ser utilizada como una herramienta para el desarrollo personal y social. En este sentido, el deporte puede ser un medio para promover la salud, la educación, la integración social y el desarrollo económico (Duran Valencia, 2020). Además, el deporte es visto como un medio que ofrece a los jóvenes la oportunidad de explorar ciertas oportunidades para la toma de decisiones con respecto a sus vidas. Sin embargo, la práctica deportiva por sí sola no resuelve problemas históricos del contexto, de ahí que se considere la integración de las distintas entidades en el proceso de transformación social (Duran Valencia, 2020).

El deporte también tiene un impacto económico significativo, como lo demuestra el estudio de la economía del deporte (Rodríguez, 2012). Además, el deporte, en particular el fútbol, puede jugar un papel importante en la formación de la identidad nacional (Pinto Pazmiño, 2014).

En el contexto de la política pública, el deporte ha sido reconocido como un área importante para la distribución de recursos públicos (Cruz Páez, 2011), y se han desarrollado políticas y marcos organizacionales para apoyar el deporte de alto rendimiento (Rodríguez Chuquimarca, 2020). A nivel institucional, el Ministerio del Deporte ha desarrollado planes estratégicos y proyectos para promover el deporte para el desarrollo (Ministerio del Deporte, 2022).

Finalmente, el deporte también se ha utilizado como una herramienta para el desarrollo social, como se demuestra en el trabajo de Aceti et al. (2015), que explora cómo el deporte puede ser utilizado para el desarrollo social.

Diferenciación entre deporte, ejercicio y actividad física.

En el campo de la salud y el bienestar, es común encontrar una variedad de términos que, aunque relacionados, poseen significados y aplicaciones distintas. Entre estos, los conceptos de actividad física, deporte y ejercicio físico suelen ser objeto de confusión o uso indistinto. Según Vicente-Rodríguez et al. (2016), la actividad física se refiere a cualquier movimiento corporal que implique un gasto energético superior al del estado de reposo. Este término abarca una amplia gama de movimientos y actividades cotidianas, desde caminar hasta realizar tareas domésticas.

Por otro lado, el deporte se distingue por ser una forma de actividad física que se realiza en un contexto de juego o competición y se rige por normas establecidas. El ejercicio físico, una subcategoría de la actividad física, se caracteriza por ser una actividad planificada, estructurada y repetitiva, con el propósito explícito de mejorar o mantener uno o más componentes de la condición física. Esta condición física representa la capacidad de una persona para realizar actividad física y ejercicio, siendo una medida integrada de todas las funciones corporales que participan en dicha actividad.

Es importante destacar la relación entre la actividad física y el sedentarismo. El sedentarismo, derivado del término latino 'sedere', que significa 'sentado', se asocia a menudo con la falta de actividad física. Sin embargo, se sugiere una distinción clara entre inactividad física y comportamiento sedentario, siendo este último referente a actividades de muy bajo gasto

energético y predominancia de posiciones sentadas o reclinadas. La clarificación de estos términos es esencial no solo para la correcta interpretación y comunicación en el ámbito de la salud y el deporte, sino también para la implementación de estrategias eficaces en la promoción de estilos de vida saludables y la lucha contra problemas como la obesidad infantil y juvenil.

Yendo a las definiciones concretas tomamos la investigación desarrollada por Vicente-Rodríguez et al. (2016), en donde nos habla de esta caracterización básica para poder dar una serie de recomendaciones en función de mantener una vida activa físicamente previniendo la obesidad infantil, en lo que refiere a Actividad Física, esta abarca una amplia gama de movimientos que resultan en un gasto energético mayor al del reposo. Esto incluye no solo actividades estructuradas como el ejercicio, sino también acciones cotidianas como caminar, subir escaleras o realizar tareas domésticas. La actividad física, en su forma más general, es esencial para mantener un estilo de vida saludable, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas y mejorando la salud mental y el bienestar general (Vicente-Rodríguez et al., 2016).

El deporte, en contraste con la actividad física general, se caracteriza por su naturaleza competitiva y reglamentada. Involucra no solo el ejercicio físico, sino también elementos de juego, competencia y, a menudo, trabajo en equipo. El deporte puede jugar un papel crucial en el desarrollo social y personal, fomentando valores como la disciplina, el trabajo en equipo y el respeto. Además, aporta beneficios específicos en términos de habilidades motoras, tácticas y estratégicas (Vicente-Rodríguez et al., 2016). El deporte actúa como un excelente medio para el desarrollo de habilidades y valores críticos. La disciplina requerida para el entrenamiento y la competición, por ejemplo, es una habilidad transferible que puede aplicarse en muchos otros aspectos de la vida, como la educación y la carrera profesional. El respeto hacia los compañeros de equipo, oponentes y árbitros inculca una ética de interacción social saludable y respetuosa. El

trabajo en equipo enseña a los individuos a colaborar, a comunicarse efectivamente y a trabajar hacia objetivos comunes, habilidades todas ellas valiosas en el ámbito laboral y en las relaciones personales.

El ejercicio físico se define como una subcategoría de la actividad física que es planificada, estructurada y repetitiva. Su objetivo primordial es mejorar o mantener uno o más componentes de la condición física, como la fuerza muscular, la resistencia cardiorrespiratoria y la flexibilidad. Este enfoque intencionado hacia el ejercicio es fundamental para abordar objetivos específicos de salud, como la prevención o manejo de enfermedades crónicas, la rehabilitación o la mejora del rendimiento físico (Vicente-Rodríguez et al., 2016). En una era donde el sedentarismo y las enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares son cada vez más prevalentes, la definición y promoción del ejercicio físico adquieren un papel crucial. El hecho de que el ejercicio físico tenga como objetivo primordial mejorar o mantener componentes clave de la condición física -como la fuerza muscular, la resistencia cardiorrespiratoria y la flexibilidad- señala su rol integral en la prevención y manejo de enfermedades crónicas. La fuerza muscular, por ejemplo, no solo es importante para las actividades diarias y la autonomía en todas las etapas de la vida, sino que también está relacionada con la prevención de caídas en personas mayores.

Ahora es importante también hablar sobre la condición física, resultado de la actividad física regular y el ejercicio, esta refleja la capacidad general para realizar actividades físicas. Incluye funciones musculoesqueléticas, cardiorrespiratorias, hematocirculatorias, endocrinometabólicas y psiconeurológicas (Vicente-Rodríguez et al., 2016). Por otro lado, el sedentarismo, caracterizado por actividades de bajo gasto energético y posturas prolongadas sentadas o reclinadas, se ha identificado como un factor de riesgo independiente para la salud. Es

crucial diferenciar entre la inactividad física y el comportamiento sedentario, ya que ambos tienen implicaciones distintas en la salud y el bienestar.

El reconocimiento de estas diferencias y su aplicación en la promoción de la salud y el bienestar es crucial. La claridad en estos términos permite una mejor comunicación y comprensión en el ámbito de la salud, facilitando la implementación de programas y estrategias para combatir problemas de salud pública como la obesidad infantil y juvenil. Por lo tanto, fomentar un conocimiento integral de estos conceptos y su aplicación práctica debería ser una prioridad en el ámbito de la salud pública y la educación.

B.8.1.3. Importancia

Rol del deporte en la sociedad actual.

En la actualidad, el deporte ha trascendido su función tradicional para adoptar roles multifacéticos en la sociedad. La evolución del deporte contemporáneo ha sido influenciada por diversos factores que van desde el desarrollo tecnológico y la globalización hasta cambios en la percepción social y cultural del deporte. Hernández González y Recoder Renteral (2015) identifican varios rasgos que caracterizan al deporte en la época contemporánea, reflejando cómo ha llegado a ser un fenómeno complejo y dinámico en la sociedad moderna.

Entre las características más notables del deporte contemporáneo, se encuentra su estrecha relación con el medio ambiente y la tecnología. Esto se evidencia en el creciente interés por los deportes al aire libre y en la incorporación de tecnologías avanzadas, que van desde dispositivos de seguimiento de rendimiento hasta la conceptualización del e-deporte. Además, el deporte ha experimentado una notable comercialización, con el marketing deportivo y los negocios relacionados con el deporte en auge.

Otro aspecto clave es la mediatización del deporte, donde los medios de comunicación como la televisión, la radio y el internet, juegan un papel crucial en la difusión y el consumo del deporte. El Estado también ha comenzado a intervenir más en el deporte, reconociéndolo como un derecho humano y desarrollando políticas públicas para su promoción y regulación.

Los Mega-eventos deportivos, como los Juegos Olímpicos y los campeonatos mundiales de diferentes disciplinas, han adquirido gran relevancia, convirtiéndose en acontecimientos de gran interés global. En el ámbito académico, se ha consolidado un enfoque multidisciplinario hacia las ciencias del deporte, destacando la importancia del conocimiento y la investigación en este campo.

El deporte también sirve como una forma de entretenimiento y distracción, ofreciendo un escape necesario de la rutina diaria y contribuyendo al desarrollo del ocio. Sin embargo, este aspecto de entretenimiento ha llevado a una “profesionalización y espectáculo” del deporte, lo que a veces puede alejarlo de su esencia, que es la formación integral del individuo y la promoción de valores positivos. El concepto de Fair Play se ha vuelto fundamental en este contexto, enfatizando la necesidad de respetar las reglas y promover la convivencia armónica dentro del deporte (Hernández González y Recoder Renteral., 2015).

La evolución del deporte contemporáneo hacia una mayor integración con el medio ambiente y la tecnología, así como su creciente comercialización y mediatización, representan tendencias significativas que reflejan y a la vez influyen en el tejido social y cultural de nuestra época. Esta transformación del deporte, más allá de sus aspectos físicos y competitivos, su rol cada vez más amplio y diversificado en la sociedad. El deporte contemporáneo, con sus múltiples facetas y su interacción con diversos aspectos de la vida moderna, ofrece una ventana única a los

valores, desafíos y oportunidades de nuestra sociedad actual. Su comprensión y gestión adecuadas son clave para maximizar su impacto positivo en la sociedad.

Influencia del deporte en el desarrollo comunitario y personal.

El deporte, más allá de ser una actividad física, desempeña un papel crucial en el desarrollo humano y social. Según Duran Valencia (2020), el deporte no solo mejora la salud física y mental, sino que también promueve la sociabilidad, la productividad y la calidad de vida general. En contextos desafiantes, como los que se encuentran en ciertas regiones, el deporte puede ser una estrategia eficaz para influir positivamente en la vida de los jóvenes, brindándoles oportunidades para el crecimiento personal y la participación activa en la sociedad.

En regiones afectadas por la violencia y el conflicto, el deporte emerge como una herramienta valiosa para reducir el crimen juvenil y promover comportamientos positivos. Programas recreativos y deportivos, implementados en el momento adecuado, pueden reducir significativamente el involucramiento de los jóvenes en actividades delictivas y el consumo de sustancias. Estos programas no solo disuaden a los jóvenes de actividades perjudiciales, sino que también les enseñan habilidades y valores esenciales para una convivencia social armónica.

La inclusión del deporte en políticas públicas, reconociéndolo como un derecho humano, ha llevado a una mayor intervención del Estado en su promoción y regulación. Esta perspectiva se ve reforzada por el hecho de que el deporte se ha utilizado en programas específicos para prevenir la violencia y el reclutamiento juvenil por grupos criminales, como lo demuestran iniciativas en diversos países.

La eficacia del deporte en el desarrollo juvenil y comunitario depende de una estructura y un enfoque bien diseñados. Los programas deportivos deben proporcionar oportunidades para fomentar relaciones positivas, enseñar habilidades específicas y adaptarse a las necesidades individuales de los jóvenes. Este enfoque personalizado es crucial para asegurar que los beneficios del deporte alcancen su máximo potencial.

B.8.1.4. Beneficios

Beneficios psicológicos, físicos y sociales del deporte en niños y niñas.

El deporte en la infancia y la adolescencia es una herramienta poderosa para el desarrollo integral. No se trata solo de una actividad física, sino también de una experiencia formativa que imparte valores y habilidades vitales. Según UNICEF (2019), el deporte puede ser un medio efectivo para fomentar la inclusión, promover la igualdad, desafiar estereotipos de género, y ofrecer apoyo psicosocial, especialmente en entornos desafiantes.

El deporte ofrece un espacio inclusivo para niños y niñas, incluidos aquellos con discapacidades o que provienen de entornos desfavorecidos. Esta inclusión es crucial para el desarrollo de habilidades y la preparación para la vida adulta. Además, el deporte brinda a los niños y niñas la oportunidad de disfrutar de una infancia alegre y participativa.

En el terreno de juego, todos los participantes, independientemente de su género, actúan bajo un conjunto común de reglas, lo que refuerza la importancia del juego limpio y el respeto mutuo. Esto no solo enseña a los niños y niñas a ganar y perder con honor, sino que también establece un modelo de interacción igualitaria y justa.

La participación de las niñas en deportes tradicionalmente dominados por los varones es fundamental para combatir las actitudes discriminatorias. El deporte empodera a las niñas y adolescentes, mejorando su confianza y autoestima, y fomentando su participación activa tanto en la escuela como en la comunidad.

En situaciones de conflicto o emergencia, el deporte proporciona un sentido de normalidad y esperanza a niños y niñas afectados. Funciona como un mecanismo para canalizar de manera saludable el dolor y el trauma, y para reconstruir la autoestima y la confianza en un entorno seguro (UNICEF, 2019).

Según investigaciones realizadas por Pérez-Navero y Tejero Hernández, el ejercicio físico en jóvenes no solo contribuye al desarrollo físico, sino que también desempeña un papel crucial en el desarrollo psicológico y social. Estos beneficios son fundamentales para un crecimiento integral y saludable. Los especialistas realizaron estos descubrimientos sobre los beneficios del deporte y la actividad física en niños y adolescentes a través de una combinación de métodos de investigación científica. Estos métodos incluyen estudios observacionales, experimentos controlados, análisis de biomarcadores y revisiones de literatura existente.

La investigación ha demostrado que el ejercicio físico intenso en jóvenes puede mejorar significativamente su estado de salud. Se ha observado una disminución en la producción de estrés oxidativo, lo que es beneficioso para su desarrollo físico. Por lo que el ejercicio físico regular contribuye a la salud, mejora la capacidad aeróbica y ayuda a mantener niveles saludables de grasa corporal y lípidos en sangre. Además de los efectos físicos, el ejercicio tiene un impacto positivo en la salud mental de los niños y adolescentes. Se ha encontrado que mejora condiciones como la ansiedad y la depresión, y fortalece el autoconcepto físico y psíquico. Esto

es crucial para el desarrollo de una imagen corporal positiva y la autoestima durante la adolescencia.

El deporte también juega un papel importante en el desarrollo social. Fomenta habilidades como el trabajo en equipo y la solidaridad, y ayuda a construir relaciones interpersonales saludables. Estas habilidades son esenciales para el desarrollo de competencias sociales en la juventud (Pérez-Navero y Tejero Hernández, s/f).

Los beneficios del deporte en la infancia y la adolescencia son amplios y multidimensionales. Su impacto va más allá del desarrollo físico, abarcando aspectos psicológicos y sociales que son fundamentales para el crecimiento saludable y equilibrado de los niños y niñas. El deporte, por lo tanto, debe ser promovido como una parte integral de la educación y el desarrollo juvenil, especialmente en contextos vulnerables, donde su impacto puede ser aún más significativo.

B.8.2. Actividad Física como necesidad

B.8.2.1. Definición

Perspectivas contemporáneas sobre la actividad física.

La actividad física es una parte esencial de la vida humana, trascendiendo su definición puramente biológica para abarcar aspectos personales y socio-culturales. La comprensión contemporánea de la actividad física reconoce sus funciones multidimensionales y su papel vital en el bienestar general. Airasca (2000) destaca esta naturaleza integral de la actividad física, enfatizando su importancia en la salud y el desarrollo humano.

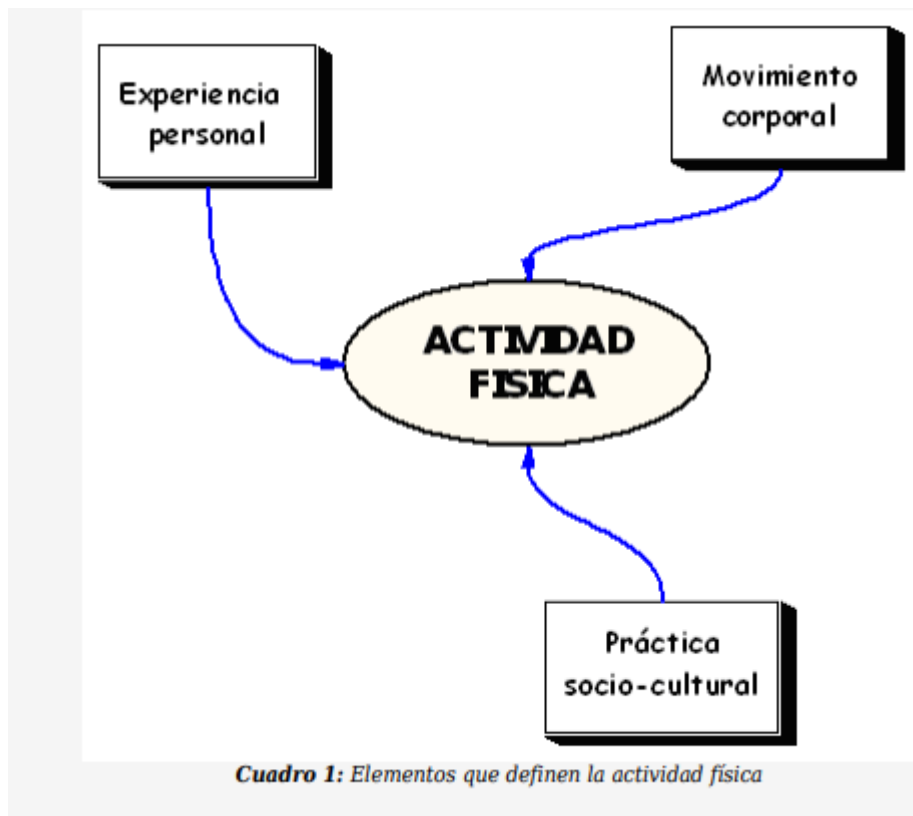


Ilustración 1: Elementos de la Actividad Física

Fuente: Airasca (2000)

La definición tradicional de actividad física, centrada en el movimiento corporal y el gasto energético, ofrece solo una visión parcial de su verdadera naturaleza y alcance. Al adentrarnos más allá de esta perspectiva biológica, descubrimos que la actividad física es una experiencia enriquecedora que abarca dimensiones personales y socio-culturales profundas (Airasca, 2000). En el ámbito personal, la actividad física es una forma de autoexploración y autoconocimiento. A través del movimiento, las personas no solo fortalecen sus cuerpos, sino que también desarrollan una mayor conciencia de sus capacidades, limitaciones y potencial. Esta toma de conciencia corporal facilita un aprendizaje más profundo sobre uno mismo y sobre cómo interactuamos con el espacio y el tiempo.

Desde una perspectiva socio-cultural, la actividad física se convierte en una expresión de identidad y pertenencia (Airasca, 2000). Cada cultura tiene sus formas únicas de actividad física, desde danzas tradicionales hasta juegos y deportes, que sirven como un medio de conexión y expresión dentro de la comunidad. Estas actividades no solo refuerzan lazos sociales y culturales, sino que también transmiten valores, tradiciones y conocimientos de una generación a otra. En la vida cotidiana, la actividad física se manifiesta en diversas formas, ya sea como parte de rituales sociales, celebraciones o como una práctica comunitaria. Podemos decir que el acto de moverse va más allá de la simple función biológica; es una forma integral de vivir, aprender y conectarse con otros, desempeñando un papel vital en la construcción de comunidades y en la preservación de la cultura.

Actualmente la actividad física se considera desde tres perspectivas principales en relación con la salud: rehabilitadora, preventiva y orientada al bienestar.

- **Perspectiva Rehabilitadora:** Se centra en el uso de la actividad física para recuperarse de lesiones o enfermedades, mejorando la función corporal y la movilidad.
- **Perspectiva Preventiva:** La actividad física como medio para prevenir enfermedades crónicas, mejorando la salud general y evitando el desarrollo de condiciones médicas.
- **Perspectiva de Bienestar:** Se enfoca en el papel de la actividad física para mejorar la calidad de vida, incluyendo aspectos como la salud mental, la reducción del estrés y el fortalecimiento de las relaciones sociales (Airasca, 2000).

La actividad física es un componente crucial de un estilo de vida saludable y pleno. Su importancia trasciende la simple mejora de la condición física, influyendo positivamente en el bienestar psicológico y social. Al adoptar un enfoque holístico que incluye las perspectivas rehabilitadoras, preventiva y de bienestar, se reconoce que la actividad física es una necesidad humana fundamental y un derecho que debe ser accesible para todos.

B.8.2.2. Importancia

Relevancia de la actividad física en la salud y bienestar general.

La relevancia de la actividad física en la salud y bienestar general es un tema de gran importancia en la sociedad contemporánea. En la obra de Airasca (2000), se destaca cómo la modernidad y la tecnología han llevado al ser humano a descuidar su condición biológica, lo que ha generado una serie de trastornos funcionales. Esta observación es crucial, ya que resalta la necesidad de reintegrar la actividad física en nuestra vida diaria como una forma de contrarrestar los efectos negativos de un estilo de vida sedentario.

Uno de los argumentos centrales que se pueden desarrollar a partir del texto de Airasca es la conexión intrínseca entre la actividad física y la prevención de enfermedades. Múltiples estudios han demostrado que el ejercicio regular no solo mejora la condición física, sino que también tiene un impacto significativo en la salud mental, contribuyendo a la reducción de síntomas de depresión y ansiedad (Airasca, 2000). Esta relación es especialmente relevante en el contexto educativo, donde la integración de programas de actividad física puede ser fundamental para el desarrollo saludable de los escolares.

Otro aspecto relevante es la visión holística de la salud, sugerida por el autor, donde la salud no solo se contempla como la ausencia de enfermedad, sino como un estado de completo

bienestar físico, mental y social (Airasca, 2000). Esta perspectiva implica que la actividad física debe ser considerada no solo como un medio para mejorar la capacidad física o para la rehabilitación, sino como un componente esencial para el bienestar general del individuo. La idea de que "estar saludable es estar completo" refuerza la noción de que la actividad física debe ser integrada en nuestras vidas como un elemento fundamental para alcanzar un estado de salud integral.

Es importante destacar que la implementación de programas de actividad física debe ser inclusiva y adaptada a las necesidades individuales. Cada persona tiene limitaciones y capacidades únicas, y las actividades deben ser diseñadas respetando estos factores. Esto sumado a la formación de profesionales en el ámbito de la educación física y la kinesiología es clave para asegurar que los programas sean efectivos y seguros (Airasca, 2000).

Para concluir, en el contexto actual, donde la fragmentación y la especialización a menudo nos alejan de una visión integral del ser humano, la actividad física emerge como un puente hacia la totalidad. No solo se trata de ejercitar el cuerpo, sino también de integrar la mente y el espíritu en un enfoque holístico que promueva una vida más saludable y armoniosa. Tenemos de esta manera un punto valioso para reflexionar sobre la importancia de la actividad física en la salud y el bienestar. Al adoptar una perspectiva integral y adaptativa, es posible mejorar significativamente la calidad de vida y fomentar una sociedad más saludable y dinámica.

B.8.2.3. En el Desarrollo Humano

Contribuciones de la actividad física al desarrollo cognitivo, emocional y físico.

La actividad física (AF) desempeña un papel crucial en el desarrollo cognitivo, emocional y físico de los niños, especialmente en edades tempranas. Según Velásquez Oreste et al. (2022),

la AF no solo mejora la salud cardiovascular y la condición física como ya lo hemos visto con anterioridad, sino que también tiene un impacto significativo en la socialización, el autoconcepto y el bienestar general de los niños. El estudio busca subrayar la relevancia de la actividad física como un elemento clave en este desarrollo, abarcando aspectos motrices, cognitivos, socioemocionales y de salud en general.

Desde una perspectiva cognitiva, la AF influye en la neurogénesis, sinaptogénesis y la creación de conexiones neuronales, áreas fundamentales para el funcionamiento óptimo del cerebro. Estos procesos se reflejan en una mejora del rendimiento cognitivo, especialmente en habilidades como la atención, el pensamiento, el lenguaje, el aprendizaje y la memoria (Velásquez Oreste et al. 2022). Estudios han mostrado que los niños que participan regularmente en actividades físicas presentan mejores habilidades de planificación y una mayor capacidad para centrar su atención, elementos clave para el éxito académico y desarrollo emocional.

En el ámbito emocional, la AF contribuye significativamente al desarrollo de habilidades socioemocionales. La interacción con otros niños durante el juego y las actividades físicas fomenta la empatía, la cooperación y la resolución de conflictos. Además, la práctica regular de ejercicio físico puede reducir los niveles de ansiedad y estrés en los niños, contribuyendo a un estado emocional más equilibrado y saludable.

En términos de desarrollo físico, es fundamental para mejorar el estado físico general, la salud ósea y esquelética, y la salud cardiometabólica. Actividades como caminar, correr, saltar y trepar son esenciales para el desarrollo motor, fortaleciendo los músculos y mejorando la coordinación y el equilibrio (Velásquez Oreste et al. 2022).

Es importante destacar que la Actividad Física siempre debe ser adecuada a la edad y necesidades de cada niño, y debe fomentarse tanto en el ámbito escolar como en el hogar. La

implementación de programas de Educación Física estructurados y la promoción de actividades físicas diarias son recomendaciones clave de organizaciones como la OMS para el desarrollo holístico de los niños en este rango de edades (Velásquez Oreste et al. 2022). Los niños atraviesan diferentes etapas de desarrollo físico y cognitivo. Una actividad física que es apropiada para un niño de cinco años puede no serlo para uno de tres años. Cada niño es único, con sus propias fortalezas, debilidades, intereses y necesidades. Este apartado destaca la importancia de considerar la individualidad y el desarrollo evolutivo en la promoción de la actividad física para niños, apoyando un enfoque equilibrado y bien estructurado que pueda ser aplicado tanto en el hogar como en la escuela.

B.8.2.4. En la Comunidad

Rol de la actividad física en la cohesión y desarrollo comunitario.

El rol de la actividad física, particularmente el deporte colectivo, en la cohesión y el desarrollo comunitario es significativo y tiene varias aristas. Según González Polvorosa (2022), el deporte colectivo se observa como una herramienta que permite la transformación social. Esta perspectiva se respalda en la idea de que el deporte, al ser un fenómeno cultural, tiene la capacidad de trascender fronteras geográficas, idiomáticas y sociales, promoviendo así la cohesión comunitaria.

El deporte colectivo, como el fútbol, contribuye al desarrollo comunitario no solo a través del fomento de habilidades físicas, sino también al estimular competencias sociales y emocionales como el trabajo en equipo, la comunicación, la resiliencia, el respeto y el liderazgo. Estas habilidades son fundamentales para la participación activa en la sociedad y el fortalecimiento de las relaciones sociales y familiares. El deporte se convierte en un medio para

compartir experiencias, ya sean de éxito o fracaso, lo que refuerza el sentido de comunidad, pasando del concepto del "yo" al del "nosotros" (González Polvorosa, 2022). Así podemos observar y analizar el valor del deporte colectivo, especialmente el fútbol, en el enriquecimiento de la comunidad más allá de lo físico. El deporte fomenta habilidades vitales para poder construir una sociedad cohesionada y solidaria. En ese sentido el deporte se presenta no solo como una actividad física, sino como una experiencia compartida que fortalece vínculos sociales y promueve un sentido de pertenencia y unidad.

Podemos señalar también que la práctica deportiva en el contexto comunitario se relaciona con el desarrollo personal y comunitario, fomentando sentimientos de pertenencia, autonomía, proactividad y control. El deporte actúa como un conector entre los espacios públicos y privados, promoviendo la participación y el compromiso comunitario. Este aspecto es crucial para el logro del bienestar común y la creación de redes de apoyo informales (González Polvorosa, 2022). Al involucrar a las personas en actividades deportivas, se fomenta un sentido de comunidad, incentivando la colaboración y el apoyo mutuo. Este enfoque trasciende el ámbito deportivo, facilitando la formación de una red comunitaria sólida que puede ser vital para el desarrollo sostenible de cualquier sociedad. El deporte, por tanto, no es solo un medio de entretenimiento o ejercicio, sino una herramienta eficaz para el fortalecimiento comunitario y la inclusión social.

En el contexto histórico, el deporte ha evolucionado desde una perspectiva orientada a la élite hacia un enfoque más inclusivo y centrado en el desarrollo comunitario. El deporte, bajo la bandera del desarrollo comunitario, a menudo se considera una responsabilidad de organizaciones enfocadas en el bienestar comunitario más que en objetivos exclusivamente deportivos. Esto implica una colaboración con socios no tradicionales y líderes comunitarios que

entienden las necesidades de la comunidad y pueden aportar a su desarrollo (González Polvorosa, 2022).

El papel de la actividad física y el deporte en la cohesión y el desarrollo comunitario es indiscutiblemente relevante y genera impacto en diversos niveles de las estructuras sociales, como se destaca en el "Sport for Community Development Handbook" (2016), citado por González Polvorosa (2022), el deporte trasciende las barreras culturales y socioeconómicas, actuando como un medio universal de comunicación y unión. Su capacidad para fomentar la tolerancia, el respeto y el espíritu de grupo en contextos diversos no solo mejora la cohesión social, sino que también fortalece la identidad comunitaria y promueve la inclusión. Sirve como un catalizador para el empoderamiento individual, ayudando a las personas a reconocer y superar sus limitaciones personales, lo cual es esencial para el desarrollo personal y comunitario. Estas actividades deportivas no solo mejoran la salud física y psicosocial, sino que también reducen la exclusión y discriminación social, fomentando así la integración y construyendo una cultura de cooperación y paz.

Para finalizar se indica que el deporte desempeña un papel crucial en la promoción de la igualdad de oportunidades, especialmente para las niñas y las mujeres, al mejorar su bienestar y fomentar su autoestima y emancipación. Por tanto, la integración del deporte en las estrategias de desarrollo comunitario no es solo deseable, sino fundamental para lograr una sociedad más inclusiva, saludable y cohesionada.

B.8.2.5. En Etapas Infantiles

Especificidades de la actividad física en la infancia y su impacto en el crecimiento.

La actividad física (AF) en la infancia juega un papel crucial en el desarrollo integral de los niños, influyendo significativamente en su crecimiento tanto físico como cognitivo. Según investigaciones mencionadas por Velásquez Oreste et al. (2022), la AF se asocia con mejoras en habilidades motoras, cognitivas y sociales en niños menores de 5 años. Esta asociación positiva entre la AF y el desarrollo infantil es fundamental, ya que la infancia es un período crítico para el establecimiento de patrones de vida saludables y habilidades fundamentales. Es esencial para el desarrollo cognitivo y emocional completo del niño. La implicación de esta perspectiva es que las políticas educativas y de salud deben incluir programas de AF para niños, reconociendo su rol en el crecimiento integral. Es donde yace fundamentalmente la responsabilidad de cuidadores y educadores en promover un estilo de vida activo desde una edad temprana, para establecer las bases de un desarrollo equilibrado.

Se ha encontrado que la falta de AF y el aumento del tiempo sedentario, especialmente frente a pantallas, pueden tener un impacto negativo en el desarrollo infantil. Estos hábitos sedentarios no solo afectan la salud física, sino que también pueden influir en el desarrollo cognitivo y social, como lo demuestra la relación entre el tiempo de sueño reducido y la cognición social. Por otro lado, la incorporación de estrategias lúdicas y motivacionales en la educación, como el juego y la narración de cuentos, potencia la eficacia de la AF en el aprendizaje y desarrollo infantil (Velásquez Oreste et al. 2022). Esta preocupación es crucial en una época donde el entretenimiento digital domina el tiempo libre de los más jóvenes. La conexión entre la falta de actividad física y la disminución en la calidad del sueño y el desarrollo

cognitivo y social es particularmente alarmante, considerando la importancia del sueño reparador en la infancia. La solución propuesta, integrar actividades lúdicas y narrativas en la educación, no solo contrarresta la tendencia sedentaria, sino que también realza el aprendizaje y desarrollo a través de métodos más interactivos y atractivos.

La revisión de la literatura sugiere que la AF tiene un impacto positivo en el rendimiento cognitivo y académico, mejorando aspectos clave como la memoria, la atención, las funciones ejecutivas, y habilidades lingüísticas. Estos beneficios son especialmente notables cuando la AF se planifica y se integra sistemáticamente en la rutina diaria de los niños. Además, estudios recientes han demostrado que la AF no solo mejora las habilidades físicas y cognitivas, sino que también fomenta el desarrollo de conexiones neuronales y el equilibrio neuroquímico en el cerebro, por lo que es importante promoverla desde edades tempranas (Velásquez Oreste et al. 2022).

De esta manera cerramos el siguiente apartado con la conclusión de que la Actividad Física se presenta como un contrapeso esencial ante el creciente sedentarismo y la preferencia por actividades de pantalla en la infancia moderna. Su capacidad para mejorar la memoria, la atención, las funciones ejecutivas y las habilidades lingüísticas destaca la importancia de integrarla en las rutinas diarias de los niños. Y más que nada su influencia positiva en el desarrollo neuroquímico y neuronal del cerebro nos demuestra con alto énfasis la necesidad de su inclusión en programas educativos y de salud desde temprana edad.

Estas investigaciones colectivamente sugieren que la AF en el tiempo libre no solo es beneficiosa para la salud física, sino que también fortalece la salud mental y emocional. Por lo tanto, es imperativo adoptar modelos y enfoques flexibles y accesibles para la Actividad Física que fomenten la participación activa y regular en actividades físicas, adaptándose a las

necesidades y preferencias individuales. Así, la AF se convierte en una herramienta poderosa para mejorar el bienestar general y la calidad de vida.

B.8.2.6. En el Tiempo Libre

Integración de la actividad física en el tiempo libre: modelos y enfoques.

El tiempo de Ocio- o también conocido como tiempo libre según la investigación de Ganso, H. (2014), El tiempo libre es una faceta crucial en la vida de las personas, especialmente en contextos de alta demanda. El tiempo libre, definido como un conjunto de actividades voluntarias realizadas al liberarse de obligaciones profesionales, familiares y sociales, es esencial para el bienestar integral del individuo (Ganso, 2014). Este espacio temporal se convierte en un recurso valioso para contrarrestar los efectos negativos del estrés, proporcionando una oportunidad para el descanso, la diversión y el desarrollo personal.

La elección de cómo se emplea el tiempo libre es un proceso dinámico que refleja la búsqueda de bienestar individual. Ganso (2014) destaca que algunas personas encuentran satisfacción en actividades sedentarias como la lectura, mientras que otras prefieren actividades más activas como el deporte o el turismo. Sin embargo, la gestión del tiempo libre a menudo se enfrenta a barreras internas como la ansiedad o la culpa, especialmente en una sociedad donde el tiempo está altamente organizado y sujeto a horarios (Ganso, 2014). Esto puede impedir el disfrute pleno del tiempo libre, ya que liberar la imaginación y la espontaneidad no siempre es fácil para el individuo moderno.

La investigación de Edwar Salazar Arango y Myriam Sarabia Molina (2013) se centra en el manejo del tiempo libre de niños y adolescentes en riesgo por trabajo infantil en Latacunga, Ecuador. El estudio muestra un cambio significativo en el uso del tiempo libre hacia actividades

físicas y recreativas saludables después de una intervención social lúdica recreativa.

Inicialmente, un 60% de los encuestados no dedicaba tiempo a estas actividades, pero después de la intervención, este porcentaje se redujo a 3,6%, mientras que un 72,7% empezó a dedicar entre 30 y 60 minutos diarios a estas actividades (Salazar Arango & Sarabia Molina, 2013). Este cambio refleja cómo las intervenciones estructuradas pueden redirigir efectivamente el tiempo libre de los jóvenes hacia actividades más beneficiosas.

El estudio también muestra la diversidad de actividades implementadas, incluyendo deportes, juegos predeportivos, actividades manuales, artísticas, literarias y técnicas, así como encuentros familiares (Salazar Arango & Sarabia Molina, 2013). Estas actividades no solo promueven el desarrollo físico, sino también habilidades sociales, cognitivas y creativas. La implementación de una "Ludoteca Comunitaria" se propone como una estrategia efectiva para ofrecer un espacio seguro y estructurado donde los niños y adolescentes pueden participar en estas actividades (Salazar Arango & Sarabia Molina, 2013). Este enfoque integral es esencial para un desarrollo saludable y equilibrado, demostrando la importancia de proporcionar una variedad de opciones recreativas que atiendan a diferentes intereses y necesidades.

En este sentido para fines de esta investigación se busca también la integración de la actividad física en el tiempo libre, esta representa una estrategia efectiva para mejorar la calidad de vida no solo de niños y jóvenes, sino de cualquier individuo. Como señala Marín López (2023), la práctica regular de la misma durante el tiempo libre tiene efectos positivos en aspectos cognitivos como la atención, memoria y concentración. Esta relación entre la Actividad Física y el bienestar cognitivo y emocional es sumamente importante para fomentar actividades físicas en momentos de ocio (Marín López, 2023). Este hallazgo es crucial, ya que sugiere que la actividad

física no solo es beneficiosa para la salud física, sino que también fortalece la mente y el bienestar emocional.

Se ha demostrado que la Actividad Física en el tiempo libre contribuye a la salud mental, proporcionando beneficios como el aumento de la autoestima y la confianza, así como una actitud más positiva y optimista hacia la vida (Marín López, 2023). Esta mejora en la salud mental puede ser especialmente valiosa para los docentes, quienes a menudo enfrentan altos niveles de estrés y fatiga debido a sus responsabilidades laborales. El hecho de que la actividad física pueda contrarrestar estos efectos negativos es una razón más para incentivar su práctica.

Los modelos y enfoques para integrar la AF en el tiempo libre pueden variar, pero es esencial que sean accesibles y atractivos para fomentar la participación regular. Las actividades de baja, media y alta intensidad ofrecen opciones para todas las edades y niveles de habilidad, asegurando que cada persona encuentre una forma de ejercicio que disfrute y pueda mantener a largo plazo (Marín López, 2023). Esta flexibilidad en los modelos de AF es fundamental para promover un estilo de vida activo que se adapte a las necesidades y preferencias individuales.

B.8.3 Tiempo Libre

B.8.3.1. Recreación

Conceptualización de la recreación en la infancia.

La conceptualización de la recreación en la infancia es un tema que abarca diversas definiciones y enfoques. Según Butler, citado por Fernández (1999), la recreación se define como cualquier experiencia o actividad que un individuo realiza por placer personal y satisfacción directa (Rodríguez C., 2003). Este concepto destaca la importancia de las actividades voluntarias y placenteras como un componente crucial del bienestar individual. La

recreación, vista desde esta perspectiva, es fundamental para el equilibrio psicológico y social de los niños, ya que proporciona un contraste necesario con las rutinas diarias y las obligaciones.

Fernández (1999) profundiza esta idea, definiendo la recreación como una actividad que permite la autoexpresión y el fortalecimiento del cuerpo, la mente y el espíritu, desgastados por el ritmo de la vida cotidiana (Rodríguez C., 2003). Este enfoque integral subraya el valor de la recreación para el desarrollo completo del individuo, resaltando su papel en el fomento de un desarrollo integral. Así, la recreación se convierte en un medio para alcanzar un bienestar holístico y un equilibrio entre el trabajo y el ocio.

Infante (1991), por su parte, considera la recreación como actividades que proporcionan medios de expresión natural y buscan una satisfacción espontánea, con el objetivo de ser constructivas y recuperadoras de vitalidad (Rodríguez C., 2003). Esta perspectiva pone de relieve la importancia de la recreación para restaurar la energía y fomentar la creatividad, aspectos esenciales para un crecimiento saludable. La recreación, en este sentido, no solo es un medio de diversión, sino también una herramienta para la regeneración psicofísica.

En el contexto educativo, la recreación se considera un complemento valioso para la enseñanza. Ramos (1997), citado por Infante (1991), argumenta que la recreación es una función social que implica creatividad, iniciativa y liderazgo (Rodríguez C., 2003). Este enfoque destaca el papel de la recreación como una estrategia de enseñanza no formal, que puede hacer que el aprendizaje sea más agradable y atractivo. Por lo tanto, es crucial para los docentes integrar actividades recreativas en el currículo para mejorar la experiencia educativa y disminuir el estrés y la ansiedad que pueden sentir los alumnos.

Fernández (1999) sugiere que la recreación como medio educativo ayuda a los niños a canalizar sus emociones y reducir el estrés de las rutinas diarias (Rodríguez C., 2003). Esta

perspectiva enfatiza la importancia de las actividades recreativas para el crecimiento emocional de los niños y para alcanzar un equilibrio psíquico. Las actividades recreativas implementadas por los docentes pueden aliviar la tensión y la ansiedad que los estudiantes experimentan en un entorno escolar a menudo rígido e impositivo.

Podemos concluir este apartado con las siguientes afirmaciones, la recreación es esencial para el desarrollo integral de los niños, proporcionando un espacio para la autoexpresión, el fortalecimiento físico y mental, y el alivio del estrés. Su integración en el ámbito educativo es fundamental para crear un ambiente de aprendizaje más estimulante y saludable. Por lo tanto, es imprescindible reconocer y fomentar el papel de la recreación en la infancia para el desarrollo de un individuo completo y equilibrado.

Diferentes formas de recreación y su impacto en el desarrollo infantil.

La recreación en la infancia, como estrategia de enseñanza para el desarrollo de contenidos actitudinales, desempeña un papel esencial en el aprendizaje y desarrollo integral de los niños. Según Rodríguez C. (2003), los contenidos actitudinales, que incluyen valores, normas, creencias y actitudes, no se enseñan directamente, sino que se aprenden de manera espontánea a través de experiencias y actividades significativas (Rodríguez C., 2003). Este enfoque enfatiza la importancia de integrar la recreación en el currículo educativo, ya que proporciona un medio para que los estudiantes expresen sus sentimientos y creencias, fortaleciendo su desarrollo personal y social.

Además, la actitud, un componente clave del contenido actitudinal, es una predisposición a actuar de cierta manera, influenciada por los valores personales. Aprender una actitud implica internalizar sentimientos y comportamientos constantes hacia un objeto concreto (Rodríguez C.,

2003). En este contexto, la recreación se convierte en un medio eficaz para fomentar actitudes positivas en los niños hacia el aprendizaje y la interacción social, ya que permite que se involucren en actividades que disfrutan y que reflejan sus intereses personales.

Hay que considerar que parte primordial de la educación es crucial la actitud del docente hacia su praxis diaria, ya que influye en cómo los alumnos perciben y responden a su enseñanza. Un enfoque coherente entre el discurso y las acciones del docente puede motivar a los estudiantes a considerarlo un modelo a seguir (Rodríguez C., 2003). Por tanto, la implementación de estrategias de enseñanza que incluyan actividades recreativas es esencial para promover un aprendizaje significativo y motivador.

Las estrategias de enseñanza, según Díaz y Hernández (1998), son procedimientos o recursos utilizados por el docente para fomentar el aprendizaje significativo (Rodríguez C., 2003). Estas estrategias deben seleccionarse de acuerdo con las necesidades de los estudiantes, con el objetivo de hacer más efectivo el proceso educativo. La inclusión de diversas formas de recreación como parte de estas estrategias permite a los estudiantes explorar y desarrollar habilidades en un ambiente lúdico y atractivo.

La integración de diferentes formas de recreación en el proceso educativo es una estrategia efectiva para el desarrollo de contenidos actitudinales en la infancia. No solo mejora las habilidades motoras y cognitivas de los niños, sino que también fortalece su salud mental, autoestima y habilidades sociales, contribuyendo significativamente a su crecimiento y desarrollo integral.

B.8.3.2. Expresión Artística

Rol de la expresión artística en el desarrollo de habilidades creativas y emocionales.

El rol de la expresión artística en el desarrollo de habilidades creativas y emocionales en el tiempo libre es fundamental, especialmente en la infancia. La expresión artística, vista como una oportunidad de articulación para el conocimiento y la transferencia de culturas, fomenta la convivencia pacífica y el diálogo intercultural. Además, como mencionan Carrillo Puga, Reyes Cedeño y Bustos Ochoa (2018), promueve la madurez emocional y la autoaceptación, permitiendo un desarrollo equilibrado (Carrillo Puga, Reyes Cedeño, & Bustos Ochoa, 2018). Esta perspectiva destaca cómo la expresión artística contribuye no solo al desarrollo cognitivo y creativo de los niños, sino también a su bienestar emocional y social.

La expresión artística en el ámbito educativo es vista como un medio para mejorar los procesos de aprendizaje, fortaleciendo la creatividad y promoviendo el desarrollo continuo. Medina et al. (2017) destacan que las personas creativas se desenvuelven con agudeza en diversos escenarios, utilizando sus habilidades para resolver problemas de la vida (Carrillo Puga, Reyes Cedeño, & Bustos Ochoa, 2018). En este contexto, actividades como el juego, el arte y el lenguaje son esenciales para el desarrollo autónomo de los niños, permitiéndoles transformar y enriquecer su cultura.

Boquete (2014) afirma que la programación educativa debe incluir diversas disciplinas, tales como literatura, música, historia y arte, a través del uso de técnicas teatrales como el juego dramático. Esto enriquece las habilidades comunicativas, afectivas, creativas y de concentración de los niños (Carrillo Puga, Reyes Cedeño, & Bustos Ochoa, 2018). Esta integración

multidisciplinaria en la educación inicial potencia el bienestar y desarrollo cognitivo de los niños, promoviendo su felicidad.

La expresión artística desempeña un papel crucial en el desarrollo de habilidades creativas y emocionales en los niños. Su integración en la educación y el tiempo libre no solo mejora las capacidades cognitivas y comunicativas, sino que también contribuye significativamente al desarrollo emocional y social, fomentando la creatividad, la autoaceptación y la madurez emocional.

B.8.3.3. Pintura Libre

Importancia de la pintura como forma de expresión en niños y niñas.

La pintura libre como forma de expresión en niños y niñas es una herramienta poderosa para el desarrollo de habilidades creativas y emocionales. La pintura, tal como se manifiesta en la sensibilidad artística, revela el reflejo de la experiencia interior, incluyendo sentimientos y emociones. Según Carrillo Puga, Reyes Cedeño, y Bustos Ochoa (2018), el arte nace del interior y adquiere una vida autónoma, convirtiéndose en una entidad que vive una existencia real. Esta perspectiva destaca la importancia de la pintura como medio para el engrandecimiento humano y no solo como una extensión del ego del artista (Carrillo Puga, Reyes Cedeño, & Bustos Ochoa, 2018). Por lo tanto, la pintura libre en los niños permite una expresión genuina y contribuye a su desarrollo emocional y creativo.

La educación en la sensibilidad, como menciona Girón (2010), facilita el aprendizaje y mejora la interpretación y comprensión de mensajes. Esta educación en la sensibilidad se potencia a través de la pintura, ya que permite a los niños experimentar y expresar emociones y sentimientos de una manera constructiva y creativa (Carrillo Puga, Reyes Cedeño, & Bustos

Ochoa, 2018). La pintura como forma de arte fomenta la comprensión y la resolución de problemas matemáticos, y estimula la interacción con el entorno, lo cual es crucial para el desarrollo integral del niño.

Ramón (2017) sugiere que la pintura puede actuar como un puente entre el mundo de las imágenes y el de las palabras, destacando su importancia en el desarrollo lingüístico y comunicativo de los niños (Carrillo Puga, Reyes Cedeño, & Bustos Ochoa, 2018). La pintura ayuda a los niños a traducir sus experiencias y emociones a palabras, lo que mejora su capacidad para leer y escribir. Así, la pintura se convierte en una herramienta esencial para el desarrollo de habilidades comunicativas.

Coterón y Sánchez (2010) enfatizan la importancia de desarrollar la sensibilidad perceptiva en la educación (Carrillo Puga, Reyes Cedeño, & Bustos Ochoa, 2018). La pintura libre ofrece a los niños la oportunidad de agudizar sus sentidos y explorar su creatividad, lo que es fundamental para un aprendizaje significativo y completo. El fomento de la sensibilidad y la creatividad a través de la pintura contribuye a un mejor entendimiento del mundo y a una mayor capacidad para aprender y adaptarse.

Poder tener la oportunidad de brindar la herramienta de la pintura libre en la infancia es esencial para el desarrollo de habilidades creativas, emocionales y comunicativas, especialmente en edades tempranas. A través de la pintura, los niños pueden explorar su mundo interior, expresar sus sentimientos y pensamientos, y desarrollar una comprensión más profunda de su entorno y de sí mismos. Por lo tanto, es crucial fomentar la pintura como forma de expresión en los programas educativos para enriquecer el desarrollo integral de los niños.

B.8.3.4. Escritura Creativa

Beneficios de la escritura creativa en el desarrollo cognitivo y emocional.

La escritura creativa desempeña un papel esencial en el desarrollo cognitivo y emocional, especialmente en el tiempo libre de niños y niñas. Fandos Gil (2017) destaca que el sistema educativo, al favorecer el pensamiento convergente, a menudo limita la creatividad y el surgimiento del pensamiento divergente (Fandos Gil, 2017). Este enfoque restrictivo puede inhibir el desarrollo creativo y la resolución de conflictos, lo que nos indica la necesidad de fomentar la escritura creativa como un medio para superar estas limitaciones.

La escritura creativa, al ser un proceso de aprendizaje que permite la creación y la generación de novedad, transforma la realidad. En este contexto, la tarea del docente es crucial para erradicar las barreras al pensamiento creativo, tratando los errores como oportunidades de aprendizaje en lugar de penalizarlos (Fandos Gil, 2017). Este enfoque promueve un ambiente en el que los niños pueden explorar ideas y expresarse libremente, lo cual es vital para el desarrollo cognitivo y emocional.

Vigotsky (1982), citado por Fandos Gil (2017), establece una relación entre pensamiento y palabra, destacando que el pensamiento no solo se expresa en palabras, sino que existe a través de ellas. Esta interacción entre pensamiento y lenguaje es un proceso de desarrollo funcional, donde la escritura creativa puede jugar un papel significativo. Al fomentar la escritura creativa, se ayuda a los niños a organizar sus pensamientos de manera lógica y a expresarse con claridad (Fandos Gil, 2017).

Hay que considerar también que esta herramienta mejora la destreza oral, escrita y lectora. Gallardo y Gallego (1995), citados por Fandos Gil (2017), explican que el desarrollo del lenguaje implica aprender a combinar fonemas, palabras y oraciones, y a compartir significados

dentro de una comunidad lingüística. Este desarrollo constante del lenguaje desde la infancia es crucial para la adquisición de la escritura creativa.

Podemos decir entonces que la escritura creativa se destaca como una herramienta lúdica valiosa, especialmente para niños y niñas en situación de vulnerabilidad, debido a su capacidad para fomentar la integración y el desarrollo personal. Este enfoque lúdico en la educación permite a los niños expresarse de manera libre y creativa, lo cual es particularmente beneficioso para aquellos que enfrentan desafíos y adversidades en sus vidas. Al ofrecer un medio para explorar y dar voz a sus experiencias y emociones, la escritura creativa puede ser un poderoso canal de expresión y comprensión personal. Esta práctica no solo estimula la creatividad y el pensamiento divergente, sino que también fortalece habilidades como la comunicación y la resolución de problemas, que son cruciales para la integración social y académica. Además, al brindar un espacio seguro para la reflexión y la exploración de ideas, la escritura creativa puede ayudar a estos niños a desarrollar una mayor confianza en sí mismos y una mejor comprensión de su entorno, facilitando así su integración y adaptación a diferentes contextos y situaciones.

B.8.3.5. Lectura Amigable

Fomento de la lectura como actividad recreativa y educativa.

El fomento de la lectura como actividad recreativa y educativa es esencial, especialmente en el ámbito del tiempo libre. Según Fandos Gil (2017), los procesos de lectura y escritura están estrechamente interrelacionados y son fundamentales en el aprendizaje constructivista. Estas habilidades, a diferencia de la expresión oral, no son innatas y requieren un desarrollo constante y progresivo (Fandos Gil, 2017). La lectura no solo implica descodificar el texto, sino también

comprenderlo, lo que requiere del lector la integración de sus conocimientos previos y expectativas.

Solé (1992), citado por Fandos Gil (2017), enfatiza que la lectura es un proceso activo que involucra tanto al texto como al lector. Leer implica una interacción dinámica donde el lector aporta sus objetivos, ideas y expectativas previas, involucrándose en un proceso de predicción e inferencia continua basado en la información del texto y su propio bagaje (Fandos Gil, 2017). Esta visión resalta la importancia de la lectura como una actividad que fomenta el pensamiento crítico y la comprensión profunda.

Para que los niños y niñas se motiven y muestren interés en la lectura, es crucial que los docentes proporcionen una variedad de recursos y métodos que fomenten el desarrollo de estas habilidades. La lectura como actividad recreativa y educativa debe ser presentada de manera atractiva y accesible, para que los estudiantes se sientan inspirados a explorar y disfrutar del mundo de los libros. De esta manera, la lectura no solo se convierte en una herramienta para el aprendizaje académico, sino también en una fuente de disfrute y crecimiento personal.

B.8.3.6. Ocio

Conceptualización del ocio y su diferencia con la recreación.

La conceptualización del ocio y su distinción con el tiempo libre son aspectos fundamentales en la comprensión de cómo las personas emplean su tiempo en actividades que no están relacionadas con el trabajo o las obligaciones cotidianas. Lazcano y Madariaga (s/f) del Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto, y Cuenca (2000), aclaran que el ocio es un fenómeno multidimensional que va más allá de la mera disponibilidad de tiempo libre y no

se limita únicamente a la realización de actividades durante este periodo (Cuenca, 2000; Citado en Lazcano y Madariaga, s/f).

El ocio se entiende como un espacio vital para el desarrollo personal y social, siendo un elemento de cohesión social y un factor de desarrollo económico (Lazcano y Madariaga, s/f). A diferencia del tiempo libre, que se refiere a un periodo específico exento de obligaciones laborales o familiares, el ocio implica una forma de ser y una condición humana que va más allá de la simple gestión del tiempo. Según De Grazia (1966), mientras que todo el mundo puede tener tiempo libre, no todos pueden experimentar el ocio como un ideal, ya que este último es una condición más compleja y enriquecedora (De Grazia, 1966; Citado en Lazcano y Madariaga, s/f).

La Asociación Mundial de Ocio (WLRA) considera al ocio como un derecho humano básico y resalta su importancia para la satisfacción personal, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la integración familiar y social, y el fortalecimiento de las identidades culturales (WLRA, 1981; Citado en Lazcano y Madariaga, s/f). Esta visión del ocio como un derecho básico del ser humano subraya su importancia en la mejora de la calidad de vida y en la promoción de un bienestar integral. Es de esta manera que mientras el tiempo libre es una categoría temporal que describe un periodo sin obligaciones, el ocio representa una experiencia más profunda y significativa que contribuye al desarrollo personal y social. Es una actividad que va más allá del mero pasatiempo y se convierte en un derecho fundamental para el enriquecimiento humano y el fortalecimiento de las comunidades.

B.8.3.7. Clasificación

Tipo de actividades de ocio, tipología y su relevancia en el desarrollo infantil.

El ocio desempeña múltiples funciones en la sociedad y en el desarrollo individual, especialmente en la infancia. Esta sección se enfoca en la tipología y clasificación de las actividades de ocio y su relevancia en el desarrollo infantil. Según los estudios de Joffre Dumazedier y Roger Sue, el ocio no solo es un tiempo de inactividad, sino que cumple con funciones esenciales como el descanso, la diversión y el desarrollo de la personalidad (Dumazedier, 1964; Sue, 1982). Estas funciones son fundamentales en el crecimiento integral de los niños, contribuyendo al equilibrio físico y psicológico, al enriquecimiento de experiencias y al fortalecimiento de sus habilidades sociales y creativas.

Las actividades de ocio pueden clasificarse en distintas categorías según su naturaleza y propósito. Por ejemplo:

- **Actividades Físicas y Recreativas:** Estas incluyen deportes, juegos al aire libre y actividades físicas que no solo promueven la salud física, sino también la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución de problemas.
- **Actividades Artísticas y Creativas:** Como la pintura, la música o la danza, estas actividades fomentan la expresión personal, la creatividad y la sensibilidad emocional.
- **Actividades Educativas y Culturales:** Tales como visitas a museos, lectura o actividades de exploración, que enriquecen el conocimiento y fomentan la curiosidad y el aprendizaje autónomo.

- **Actividades Sociales y Comunitarias:** Que incluyen la participación en eventos comunitarios o grupos de interés, ayudando a los niños a desarrollar un sentido de pertenencia y habilidades sociales.

Cada tipo de actividad de ocio aporta beneficios específicos al desarrollo infantil. Por ejemplo, las actividades físicas mejoran la salud y la coordinación, mientras que las actividades artísticas y creativas estimulan la imaginación y la expresión emocional. Las actividades educativas y culturales enriquecen el conocimiento y fomentan habilidades cognitivas como el pensamiento crítico, y las actividades sociales y comunitarias promueven la empatía, la cooperación y la comprensión social.

B.8.3.8. Como Derecho Constitucional

Análisis del Tiempo Libre como derecho en la constitución ecuatoriana y su importancia social.

En Ecuador, el concepto de descanso y ocio ha evolucionado significativamente a lo largo de la historia constitucional del país. Inicialmente, en la Constitución de 1929, el derecho al descanso se abordó dentro de las "Garantías Fundamentales" y se vinculó estrechamente con condiciones dignas de trabajo (Ávila Santamaría, 2012). Este enfoque continuó en la Constitución de 1998, que además de reconocer el derecho al libre desarrollo de la personalidad, destacó el derecho a una calidad de vida que incluye salud, educación, trabajo, recreación y cultura. Aquí, el énfasis estaba en el descanso y la recreación principalmente como medios para mejorar las condiciones laborales y no como fines en sí mismos.

Sin embargo, un cambio significativo ocurre con la Constitución de 2008, donde el derecho al ocio se conceptualiza de manera más amplia y se desvincula de su relación tradicional con el trabajo. El artículo 66 de esta Constitución garantiza explícitamente el derecho al ocio y al disfrute del tiempo libre, junto con otros derechos fundamentales como la alimentación, vivienda, educación y trabajo (Asamblea Nacional de Ecuador, 2008). Esta ampliación refleja un enfoque más holístico hacia el bienestar humano y reconoce el ocio como un derecho en sí mismo, esencial para una vida digna y plena.

El derecho al ocio y al tiempo libre en la Constitución ecuatoriana destaca por su enfoque en la libertad individual en la utilización del tiempo libre. Va más allá de ser simplemente un período de no trabajo o una respuesta a la fatiga laboral. En cambio, abarca un espectro más amplio de actividades elegidas libremente para el disfrute personal, incluyendo el derecho a hacer nada en particular. Este derecho es esencial para el desarrollo personal y la realización individual, permitiendo a las personas participar en actividades que enriquecen su vida más allá de las obligaciones laborales y domésticas.

En términos de importancia social, el reconocimiento del ocio como un derecho constitucional subraya la importancia de equilibrar el trabajo con otros aspectos de la vida. Promueve una sociedad más equilibrada y sana, donde el bienestar individual y colectivo no se mide únicamente por la productividad laboral, sino también por la calidad del tiempo libre y el ocio. Este enfoque puede contribuir a una mayor satisfacción y felicidad en la vida de las personas, fomentar la cohesión social y fortalecer las identidades culturales.

Además, al asegurar el derecho al ocio para todos, incluidos grupos de atención prioritaria, la Constitución ecuatoriana promueve la inclusión y la igualdad, asegurando que todos los ciudadanos, independientemente de su condición social o económica, tengan acceso a

actividades de ocio que mejoren su calidad de vida. Esta visión del ocio como un derecho humano básico es un paso adelante en la promoción de una sociedad más justa y equitativa en Ecuador.

Así, el reconocimiento del ocio en la Constitución ecuatoriana refleja un cambio en la perspectiva sobre el trabajo y el descanso, y a su vez también reconoce la importancia del ocio como un componente esencial del desarrollo humano. Este enfoque garantiza que los ciudadanos tengan el derecho a disfrutar de actividades de ocio, promoviendo el bienestar general y enriqueciendo la vida social y cultural de la nación.

B.8.5. Áreas del Deporte

B.8.5.1. Fútbol base

Importancia del fútbol base en el desarrollo de habilidades físicas y sociales.

El fútbol base representa una importante actividad físico-deportiva en edad escolar, con implicaciones formativas significativas para los niños y niñas que lo practican. Esta modalidad del fútbol se integra dentro del deporte escolar y está sujeta a la organización y gestión de cada Comunidad Autónoma, lo que resulta en una diversidad de planes y programas formativos para diferentes edades escolares (Arufe-Giráldez, Barcala-Furelos & Mateos Padorno, 2017; Ibáñez, del Barrio, Gómez & Araujo, 2007; Citado en Merino Orozco, A., Jarie, L., & Usán Supervía, P. 2019).

El fútbol base se caracteriza por su enfoque no solo en adaptar el deporte al niño, sino también en comprender el entorno socioeducativo como una base para el aprendizaje. Castejón (2008) destaca la particularidad de este escenario debido a la gran afluencia de familiares y la general falta de una formación pedagógica específica en los entrenadores. Este artículo pretende

explorar los elementos formativos que contribuyen al aprendizaje de los niños en este contexto, reconociendo que la no formalidad del escenario facilita la permeabilidad de referentes y da lugar a un espacio dinámico y complejo (Merino, Arraiz & Sabirón, 2017: Citado en Merino Orozco, A., Jarie, L., & Usán Supervía, P. 2019).

En el fútbol base, la relación paterno-filial juega un papel crucial. Los padres, como primeros agentes educativos, tienen una responsabilidad primordial en la educación de sus hijos y su apoyo en las actividades físico-deportivas es fundamental para el desarrollo de los niños (Suldo, 2009; Ossorio, 2012) Además, la relación entre padres, formadores y jugadores es esencial para ofrecer una formación deportiva coherente (Cara, Pernía & Utrilla, 2014; Citado en Merino Orozco, A., Jarie, L., & Usán Supervía, P. 2019).

La literatura científica ha enfocado su atención en las relaciones nucleares del fútbol formativo, analizando la vertebración entre padres, formadores y jugadores. Se reconoce la importancia de una cooperación entre el entorno adulto compuesto por padres, entrenadores y árbitros, para brindar una formación deportiva coherente, especialmente entre formadores y padres (Abós, Sevil, Sanz, Aibar & García, 2015; Citado en Merino Orozco, A., Jarie, L., & Usán Supervía, P. (2019).

Los padres tienen un valor añadido en su actitud en el escenario deportivo, siendo ejemplarizantes en las expectativas y creencias que depositan en el fútbol formativo y sus comportamientos reales. Su papel es clave en la promoción de valores educativos y en la construcción de un entorno rico y variado que fomente el desarrollo integral de sus hijos (López, 2005; Merino, Arraiz & Sabirón, 2017; Citado en Merino Orozco, A., Jarie, L., & Usán Supervía, P. 2019).

Podemos concluir de esta manera que el fútbol base representa un escenario socioeducativo complejo, donde diferentes referentes formativos juegan un papel

importante en el desarrollo y aprendizaje de los niños y niñas. Este escenario deportivo se convierte en un espacio donde convergen la educación, el deporte y la socialización, facilitando un entorno dinámico que permite a los niños desarrollar habilidades tanto físicas como sociales y emocionales. La relación entre padres, entrenadores y jugadores es crucial para garantizar una experiencia formativa coherente y positiva.

Los esfuerzos de los padres para promover la participación de sus hijos en el fútbol base van más allá del simple acompañamiento a los partidos o entrenamientos; su implicación tiene un impacto profundo en la formación de valores, actitudes y habilidades en sus hijos. La coordinación y cooperación entre los diferentes actores involucrados en el fútbol base son esenciales para maximizar su potencial formativo y garantizar que los niños y niñas obtengan los máximos beneficios de esta actividad deportiva.

Por lo tanto, el fútbol base se establece como un importante vehículo para el desarrollo integral de los jóvenes, donde no solo se fomenta la habilidad física y el juego en equipo, sino también el crecimiento personal, la responsabilidad, el respeto y la autoestima. En este contexto, el fútbol base trasciende su carácter meramente deportivo para convertirse en una herramienta educativa y de desarrollo vital para los niños y niñas en Ecuador.

B.8.5.2. Basketball base

Rol del basketball en el desarrollo físico y en la formación de valores en niños y niñas.

El baloncesto, como actividad lúdica y deportiva, juega un papel esencial en el desarrollo físico y la formación de valores en niños y niñas. Según el informe final de Carla Andrea Núñez Paucar de la Universidad Técnica de Ambato (2020-2021), el enfoque lúdico en la iniciación de los fundamentos básicos del baloncesto facilita el aprendizaje y el interés en el deporte. Este enfoque promueve una enseñanza más dinámica y atractiva, favoreciendo la motivación y la participación activa de los niños en el proceso de aprendizaje.

Además, el modelo de metodología "Padbal" para la enseñanza del baloncesto, propuesto por Ricardo José Pardo Hernández, 2020; Citado en Núñez Paucar, C. A., 2021), destaca por integrar principios didácticos avanzados y específicos para la enseñanza deportiva. Este modelo enfatiza la formación de una orientación fundamental de acción en los jugadores principiantes, facilitando así una comprensión más profunda y una aplicación práctica de las habilidades aprendidas.

Por otro lado, Toni Caparrós (Caparrós, 2019; Citado en Núñez Paucar, C. A., 2021) resalta en su trabajo "Iniciación al baloncesto en niños. Enseñar y aprender entrenando", que el aprendizaje de los deportes colectivos, como el baloncesto, debe centrarse en situaciones de oposición y colaboración. Según Caparrós, los fundamentos del baloncesto no deben ser vistos como un fin en sí mismos, sino como herramientas para resolver situaciones reales de juego. Esto fomenta no solo el desarrollo de habilidades técnicas y tácticas, sino también valores como el trabajo en equipo, la toma de decisiones y la resolución de problemas.

La iniciación al baloncesto en niños y niñas, en igual medida que otros deportes donde la enseñanza se integral y creada mediante metodologías enfocadas en el juego y la práctica situacional, contribuye significativamente a su desarrollo físico, cognitivo y emocional. Estos enfoques pedagógicos promueven un ambiente de aprendizaje más enriquecedor y motivador, donde los niños pueden desarrollar habilidades deportivas fundamentales mientras aprenden valores esenciales para su crecimiento personal y social.

Segundo Componente: Trabajo Infantil

B.8.6. Generalidades del Trabajo Infantil

B.8.6.1 Definición y conceptos clave.

El Instituto Nacional de Estadística y Censos - INEC (2015) y UNICEF (2015) abordan el trabajo infantil como un fenómeno socioeconómico complejo, influenciado por crisis y recesiones económicas, y las estrategias de supervivencia de familias. La Convención sobre los Derechos del Niño, firmada por Ecuador en 1990, ha marcado un hito en el reconocimiento del trabajo infantil como un tema de importancia. Las políticas activas de empleo, según Ávila Santamaría (2012), desempeñan un papel crítico en esta área. El trabajo infantil, a nivel macroeconómico, se analiza desde la estructura del trabajo y la economía, afectando los mercados laborales y la situación de los menores trabajadores. A nivel micro, se examina la percepción y valoración del trabajo por los niños, niñas y adolescentes y sus familias.

La investigación de INEC y UNICEF (2015) resalta que el trabajo infantil no solo es una respuesta a necesidades inmediatas de recursos, sino que también está influenciado por factores culturales. Es importante considerar que el trabajo infantil puede tener efectos a largo plazo en

los mercados laborales, la pobreza y el desarrollo económico. Además, impacta directamente en el desarrollo futuro de los niños y en la reproducción intergeneracional de la pobreza. El análisis del trabajo infantil implica considerar tanto el beneficio inmediato como las consecuencias a largo plazo. Este enfoque multidimensional subraya la complejidad del fenómeno del trabajo infantil y la necesidad de abordarlo desde una perspectiva integral y socialmente informada.

Este enfoque multidimensional del trabajo infantil proporciona una visión integral, reconociendo que es un fenómeno que va más allá de una mera respuesta a la pobreza o a las necesidades económicas inmediatas. Al analizarlo desde perspectivas macro y microeconómicas, se entiende mejor cómo afecta tanto a los individuos involucrados como a la sociedad en general. Este análisis profundo es crucial para desarrollar intervenciones y políticas más efectivas y sostenibles que no solo aborden las causas inmediatas del trabajo infantil, sino también sus implicaciones a largo plazo.

Causas del Trabajo Infantil: Factores socioeconómicos, culturales, políticos y familiares.

El trabajo infantil en Ecuador, como indica la Encuesta Nacional de Trabajo Infantil (ENTI) 2012 realizada por el INEC, refleja un entretrejido de interacciones entre diversos factores socioeconómicos, culturales y políticos. La encuesta buscó identificar el número actualizado de niños y niñas involucrados en el trabajo infantil para ser erradicado. La muestra, basada en el Censo de Población y Vivienda de 2010, se centró en hogares con niños y adolescentes de 5 a 17 años y utilizó un enfoque de muestreo probabilístico en tres etapas (INEC, 2015).

Los resultados mostraron una incidencia del trabajo infantil del 8,6% a nivel nacional en 2012, lo que indica una prevalencia significativa. Esta incidencia es más alta en varones menores

de 15 años y aumenta en adolescentes de 15 a 17 años, con diferencias notables entre géneros. Además, el trabajo infantil es considerablemente más frecuente en áreas rurales en comparación con las urbanas y es particularmente elevado entre la población indígena y montubia (INEC, 2015).

Este patrón sugiere que el trabajo infantil está arraigado en estructuras socioeconómicas y culturales, donde factores como la ubicación geográfica, la etnia y el género juegan un papel significativo en las oportunidades de desarrollo en lo social. Las diferencias marcadas entre áreas rurales y urbanas, así como entre grupos étnicos, apuntan a desigualdades sistémicas en el acceso a oportunidades y recursos. Estas desigualdades pueden llevar a las familias a depender del trabajo de sus hijos como una estrategia de supervivencia económica (INEC, 2015).

Los hallazgos de la ENTI 2012 resaltan la necesidad de abordar el trabajo infantil desde una perspectiva que considere no solo las condiciones económicas inmediatas, sino también las estructuras culturales y sociales subyacentes. La prevalencia del trabajo infantil en grupos específicos, como por ejemplo la presencia de población indígena y la gestión en zonas rurales, subraya la importancia de políticas y programas que se enfoquen en estos grupos vulnerables y aborden las causas fundamentales del trabajo infantil, incluyendo la pobreza, la falta de acceso a la educación y las normas culturales. La eliminación efectiva del trabajo infantil en Ecuador requiere de un enfoque amplio y que integre políticas educativas, sociales y económicas.

Origen del Trabajo Infantil: Contexto histórico y evolución.

El trabajo infantil en Ecuador, a lo largo de los años, ha sido una respuesta a las complejidades socioeconómicas y culturales que enfrenta el país. Anteriormente, hasta el año 2005, la incidencia del trabajo infantil estaba estrechamente vinculada a las crisis económicas y

al desempleo, propiciando la incorporación de niños y niñas en el mercado laboral como una fuerza laboral de bajo costo. Sin embargo, desde 2006, esta tendencia comenzó a cambiar, y aunque el empleo adulto ha crecido, no ha sido suficiente para compensar completamente la reducción del trabajo infantil (INEC, 2015).

Esta evolución del trabajo infantil refleja cómo las crisis económicas y los modelos de desarrollo basados en la reducción de costos laborales influyen en la dinámica del trabajo infantil. El hecho de que la tendencia haya cambiado desde 2006 sugiere un cambio progresivo en las políticas y en la conciencia social respecto al trabajo infantil. No obstante, la persistencia del fenómeno, incluso en tiempos de crecimiento económico, indica la presencia de factores estructurales más profundos, como la desigualdad y las prácticas culturales, que aún necesitan ser abordados.

El estudio del INEC también revela que la incidencia del trabajo infantil está influenciada por factores como la ubicación geográfica, la pertenencia a un grupo étnico y las características laborales de los padres, en particular de las madres. En áreas rurales y entre ciertos grupos étnicos, la incidencia es notablemente más alta. Además, se observa que las madres que trabajan en ciertos sectores pueden involucrar a sus hijos en el trabajo, ya sea por necesidad económica o por la falta de servicios de cuidado y apoyo (INEC, 2015).

Estos hallazgos destacan cómo el trabajo infantil en Ecuador está arraigado en una combinación de factores económicos, culturales y sociales. La necesidad de que los niños y niñas trabajen en hogares de bajos ingresos y en entornos rurales subraya la importancia de abordar la pobreza, el acceso a la educación y las normas culturales en la lucha contra el trabajo infantil. La relación entre el trabajo infantil y las condiciones laborales de las madres indica la necesidad de

políticas de apoyo familiar y de cuidado infantil, particularmente en comunidades rurales y entre grupos étnicos vulnerables.

B.8.7. El Juego en Etapas Infantiles

B.8.7.1. Definición de Juego

Conceptualización y diferenciación de otras actividades.

El juego en la niñez se define como una serie de actividades lúdicas donde los niños asumen roles y emulan aspectos significativos de la vida adulta, lo cual influye en su desarrollo y habilidades. Según Meneses Montero y Monge Alvarado (2001), el juego es una expresión creativa espontánea, esencial para el desarrollo humano y animal. Se caracteriza por ser automotivado y adaptable a las capacidades de movimiento del individuo, con normas autoimpuestas y un carácter espontáneo e individual. El juego refleja el entorno del niño y contribuye a su desarrollo integral (Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. de los Á. 2001). La conceptualización del juego como una actividad innata y vital destaca la importancia del entorno en el que se desarrolla el niño. La naturaleza espontánea y creativa del juego es fundamental para el desarrollo de habilidades motrices, cognitivas y sociales. Es interesante observar cómo el juego no sólo es una forma de entretenimiento, sino también un medio crucial para el aprendizaje y el desarrollo personal.

Díaz (1993) describe el juego como una actividad pura y espontánea, donde el placer es el principal motivador. Flinchum (1988) ve el juego como una oportunidad para que los niños liberen energía reprimida y desarrollen habilidades sociales. A través del juego, los niños aprenden a interactuar socialmente y a resolver problemas. Sin embargo, a menudo los adultos

subestiman el valor del juego, considerándolo improductivo o una pérdida de tiempo (Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. de los Á. 2001). La percepción del juego como una actividad sin objetivo económico tangible a menudo lleva a los adultos a menospreciar su valor. Esta visión ignora los beneficios psicológicos y de desarrollo que el juego ofrece a los niños. Es crucial reconocer que el juego no solo es una fuente de alegría, sino también un medio esencial para el desarrollo de habilidades vitales.

Según Brower (1988) y Hetzer (1992), el juego es esencial para un desarrollo saludable y exitoso. Zapata (1990) señala que el juego no necesariamente requiere esfuerzo, pero puede ser más energético que las actividades cotidianas. Sutton-Smith (1978) subraya que el juego es fundamental para la educación integral, ya que combina aspectos sociales, cognitivos, motores y afectivos (Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. de los Á. 2001). El juego es reconocido por varios expertos como una actividad crucial para el desarrollo saludable del niño. La integración de varios aspectos del desarrollo a través del juego enfatiza su papel en la educación integral. El juego no solo es una actividad placentera, sino que también es fundamental para el desarrollo cognitivo, social y emocional del niño.

B.8.7.2. Características del Juego

Elementos distintivos y tipos de juegos.

El juego infantil es una actividad vital en la que el niño evoluciona personalmente y aprende a interactuar socialmente. Es una expresión auténtica del mundo del niño, donde puede controlar, comunicarse y crear fantasías. Además, el juego promueve el desarrollo social, afectivo y cognitivo del niño, adaptándose a distintas etapas de crecimiento, como el juego funcional en bebés, el juego de autoafirmación en niños de uno a dos años, el juego simbólico de

dos a cuatro años, y el juego pre-social de cuatro a seis años (Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. de los Á. 2001). Esta conceptualización del juego como un proceso evolutivo esencial para el desarrollo infantil destaca la importancia de la actividad lúdica en la formación de la personalidad y las habilidades sociales y cognitivas. La adaptación del juego a las diferentes etapas de crecimiento demuestra su flexibilidad y relevancia en el desarrollo integral del niño.

El juego en la infancia es más que un simple entretenimiento; es una necesidad biológica para el desarrollo de instintos y habilidades útiles en la vida adulta. Según Karl Gross, citado por Díaz (1993), el juego prepara a los niños para la vida adulta, permitiéndoles experimentar y ensayar actividades importantes. Esta perspectiva se complementa con la clasificación de juegos según las cualidades que desarrollan, abarcando desde juegos sensoriales hasta juegos deportivos, adaptándose a las necesidades y capacidades del niño en cada etapa de su desarrollo (Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. de los Á. 2001). Esta visión del juego como una preparación para la vida adulta y como un medio para desarrollar capacidades específicas es fundamental para entender su papel en la educación y el desarrollo infantil. La variedad de juegos y su adaptación a diferentes edades y habilidades indican la importancia del juego en el crecimiento holístico del niño.

B.8.7.3. Impacto y Beneficios del Juego

En el desarrollo cognitivo, social y físico.

No existe un deporte superior a otro para los niños. La exposición a distintas modalidades deportivas enriquece su desarrollo motor y creatividad. Es beneficioso que los niños experimenten con varios deportes antes de elegir uno que se ajuste a sus preferencias y

habilidades, combinando idealmente deportes individuales y en equipo (Pérez-Navero, J. L., & Tejero Hernández, M. Á. S/F). Esta perspectiva muestra la importancia de la diversidad en la actividad física durante la infancia. Al exponer a los niños a una variedad de deportes, no solo se estimula su desarrollo motor, sino que también se fomenta su capacidad para tomar decisiones y descubrir sus propias pasiones y habilidades.

Los deportes se clasifican en aeróbicos, de fuerza y de crecimiento óseo, cada uno con beneficios únicos para el desarrollo infantil. Los aeróbicos, como bailar y correr, implican movimientos repetitivos y uso de varios grupos musculares. Los de fuerza desafían la capacidad muscular, mientras que los de crecimiento óseo fortalecen los huesos a través de actividades como deportes de pelota y saltar la cuerda (Pérez-Navero, J. L., & Tejero Hernández, M. Á. S/F). Esta clasificación evidencia cómo diferentes tipos de actividades físicas pueden contribuir al desarrollo integral de los niños. Mientras que los ejercicios aeróbicos mejoran la resistencia y la salud cardiovascular, los de fuerza y crecimiento óseo son cruciales para el desarrollo muscular y óseo. Lo cual es especialmente relevante en la infancia, una etapa clave para el crecimiento físico y el establecimiento de hábitos saludables.

La pirámide del ejercicio físico es una herramienta útil para determinar la frecuencia y el tipo de ejercicio más adecuado para los niños. En su base, se encuentran actividades diarias como subir escaleras y juegos activos, mientras que en los niveles superiores están los ejercicios más intensos, como deportes de equipo y natación, que se deben realizar periódicamente (Pérez-Navero, J. L., & Tejero Hernández, M. Á. S/F).

Actividad física y deporte en la infancia y adolescencia: Recomendaciones e investigación en nuestro medio (Pérez-Navero, J. L., & Tejero Hernández, M. Á. S/F). La estructura de la pirámide del ejercicio refleja la importancia de una base sólida de actividad física

regular en la vida diaria de los niños, complementada con actividades más estructuradas y desafiantes. Esto no solo promueve el desarrollo físico, sino que también inculca un estilo de vida activo y saludable desde una edad temprana.

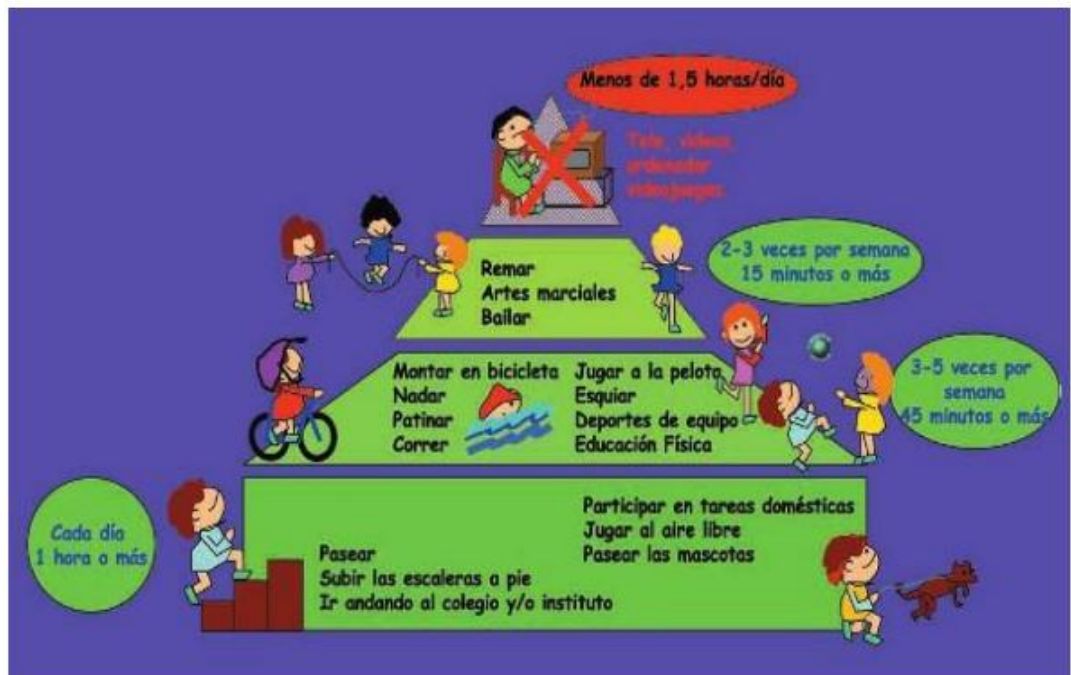


Figura 4. Pirámide del ejercicio físico

Ilustración 2: Pirámide del ejercicio físico.

Fuente: Pérez-Navero, J. L., & Tejero Hernández, M. Á. S/F.

B.8.8. Etapas de Desarrollo Infantil (8 a 10 años) según Piaget: Características cognitivas y emocionales de esta etapa.

Jean Piaget, un pionero en el campo del desarrollo cognitivo infantil, propuso que el conocimiento se construye a través de la interacción con el entorno, basándose en dos mecanismos fundamentales: la asimilación y la acomodación. Asimilación implica integrar nuevas experiencias en esquemas existentes, mientras que la acomodación requiere modificar los

esquemas para adaptarlos a nuevas experiencias. Piaget identificó cuatro etapas del desarrollo cognitivo, de las cuales, para niños de 8 a 10 años, la más relevante es la etapa de las operaciones concretas (Castilla Pérez, M. F. 2013). La explicación de Piaget sobre la asimilación y la acomodación ofrece una comprensión profunda de cómo los niños procesan y adaptan la información en su entorno. En la etapa de 8 a 10 años, los niños se encuentran en un período crucial donde comienzan a pensar de manera más lógica y organizada, lo que es fundamental para su desarrollo cognitivo y emocional.

Durante la etapa de las operaciones concretas de Piaget, que abarca aproximadamente de los 7 a los 11 años, los niños desarrollan la capacidad de pensar lógicamente sobre objetos y eventos concretos. Esta etapa se caracteriza por un pensamiento más sistemático y una comprensión mejorada de las relaciones causales y temporales. Los niños en esta etapa son capaces de clasificar, seriar y comprender la conservación, lo que indica un avance significativo en su razonamiento (Castilla Pérez, M. F. 2013). La etapa de las operaciones concretas es un periodo de transición significativo en el desarrollo cognitivo infantil. Los niños dejan de depender exclusivamente de percepciones sensoriales e intuiciones inmediatas y comienzan a emplear el pensamiento lógico. Este cambio permite una comprensión más profunda y abstracta del mundo, preparándolos para etapas más avanzadas del pensamiento crítico y analítico.

B.8.9. Antecedentes de los Menores de 8 Años sin Atención Primaria: Efectos de la falta de juego y atención en el desarrollo temprano.

El juego en la infancia es una actividad esencial, definida como placentera, libre y espontánea, que juega un rol crucial en el desarrollo del niño. Esta actividad no solo es fundamental para el desarrollo social y la creatividad, sino que también forma la base de la

cultura. Un "acompañamiento inteligente" por parte de los adultos es clave para garantizar que los niños puedan disfrutar plenamente de estos beneficios (Gómez Ramírez, J. F. 2018). La descripción de Gómez Ramírez sobre el juego como una actividad intrínsecamente valiosa destaca su importancia no solo en términos de entretenimiento, sino como un facilitador crucial para el desarrollo cognitivo y emocional. La falta de juego en niños menores de 8 años, especialmente aquellos sin atención primaria, puede resultar en deficiencias significativas en estas áreas.

Los beneficios del juego infantil incluyen la estructuración del yo, el conocimiento del mundo y la adaptación a él, y la preparación para la vida. Además, el juego actúa como un medio educativo significativo, enriqueciendo la imaginación, desarrollando la observación y mejorando la atención, concentración y memoria (Gómez Ramírez, J. F. 2018). Esta información es importante para entender que el juego no es solo una actividad pasiva, sino una herramienta educativa activa y dinámica. La falta de oportunidades de juego para niños menores de 8 años, especialmente en contextos donde la atención primaria es inadecuada o inexistente, podría privarlos de experiencias críticas necesarias para su desarrollo integral.

Según Gómez Ramírez, el juego facilita funciones psíquicas fundamentales como la asimilación, comprensión y aceptación de la realidad externa, promoviendo la sociabilidad temprana y las habilidades de comunicación social. Además, el juego permite a los niños explorar y adaptarse a diferentes roles sociales y emocionales, preparándolos para la integración en la sociedad (Gómez Ramírez, J. F. 2018). Esta perspectiva resalta cómo el juego contribuye al desarrollo emocional y social de los niños, más allá de sus beneficios cognitivos y físicos. En ausencia de juego, los niños menores de 8 años pueden enfrentar desafíos significativos en estas áreas, lo que puede afectar su adaptación y funcionamiento en la sociedad.

B.8.10. Problemas Sociales a Partir del Trabajo Infantil

B.8.10.1. Deserción Escolar

Cómo el trabajo infantil afecta la educación.

El trabajo infantil, según definiciones internacionales y nacionales, implica la participación de menores en actividades laborales que pueden ser perjudiciales o peligrosas, así como aquellas que interfieren con su educación formal o provocan una deserción escolar prematura. El trabajo infantil no solo implica riesgos físicos, sino también obstáculos significativos para el aprendizaje y el desarrollo integral de los niños (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Esta definición destaca que el trabajo infantil va más allá de un simple empleo, constituyendo una barrera significativa para la educación y el desarrollo pleno de los niños. La deserción escolar resultante perpetúa el ciclo de pobreza y limita las oportunidades futuras de los menores involucrados.

El Código de la Niñez y Adolescencia de Ecuador establece la edad mínima de trabajo en 15 años, con el objetivo de proteger el derecho de los menores a la educación. Se enfatiza en la erradicación de cualquier forma de trabajo peligroso que impida el desarrollo libre e integral de los niños y adolescentes, y que obstaculice su derecho a estudiar (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Esta legislación es un paso crucial hacia la protección de los derechos de los niños y adolescentes, destacando la importancia de la educación como un derecho fundamental. Sin embargo, la implementación efectiva de estas leyes es clave para prevenir la deserción escolar y asegurar el desarrollo integral de los menores.

Además, la legislación ecuatoriana prohíbe específicamente ciertos tipos de trabajos para adolescentes, incluyendo aquellos en entornos peligrosos como minas y basurales, y actividades

que involucren sustancias peligrosas o explotación. Se enfatiza la protección contra la explotación laboral y económica, prohibiendo el trabajo para menores de 15 años (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Estas restricciones legales son fundamentales para salvaguardar la salud, seguridad y educación de los menores. La prevención del trabajo infantil en estos sectores de alto riesgo es esencial para reducir la deserción escolar y asegurar un desarrollo saludable y seguro para los niños y adolescentes.

B.8.10.2. Deserción Familiar

Impacto en las relaciones familiares y crianza.

Los niños y adolescentes que trabajan desde una edad temprana a menudo reemplazan tareas no remuneradas por trabajo pagado, lo que lleva a un abandono progresivo de sus estudios. Este fenómeno es particularmente notable en niñas y adolescentes, quienes enfrentan un futuro laboral marcado por la inestabilidad y la falta de calificación. El trabajo infantil surge como una respuesta a necesidades económicas familiares, donde los niños perciben su trabajo como esencial para el sustento familiar, aunque a menudo subestiman el valor de la educación para su desarrollo futuro (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Este patrón de trabajo infantil y adolescente, impulsado por necesidades económicas y culturales, no solo afecta el desarrollo educativo de los niños, sino también su integración y rol dentro de la familia. La carga laboral temprana puede distanciarlos de la dinámica familiar tradicional y alterar su proceso de crianza y desarrollo emocional.

Las familias con niños trabajadores a menudo dependen de su contribución económica, lo que implica una valoración del tiempo y el trabajo de los niños por encima de su educación. Esto refleja una visión cultural y social donde el trabajo infantil es visto como una necesidad o incluso

una forma de aprendizaje para futuras responsabilidades familiares. Sin embargo, este enfoque genera desventajas laborales a largo plazo para los niños, posicionándolos en un estado de vulnerabilidad y explotación (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Esta perspectiva destaca cómo el trabajo infantil, lejos de ser una solución a corto plazo, puede perpetuar un ciclo de desventaja y pobreza. A nivel familiar, esto puede conducir a una dinámica en la que los niños son vistos más como proveedores económicos que como miembros en desarrollo, lo que puede afectar negativamente las relaciones familiares y la crianza.

El enfrentamiento de la problemática del trabajo infantil implica no solo el fortalecimiento de inspecciones y sanciones, sino también políticas para mejorar la situación educativa y laboral de las madres y la participación de los padres en el cuidado de los hijos. Esto incluye políticas que promuevan el trabajo calificado para adolescentes y el retorno a la educación después del trabajo, así como el apoyo a las adolescentes en la gestión del cuidado doméstico y laboral (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Estas medidas son fundamentales para abordar no solo el problema del trabajo infantil, sino también para mejorar la calidad de vida y el bienestar familiar. Al reducir la dependencia de las familias de los ingresos generados por los niños y promover una mayor participación de los padres en la crianza, se puede fortalecer el tejido familiar y permitir que los niños y adolescentes se centren más en su educación y desarrollo personal.

La problemática del trabajo infantil se intensifica en regiones donde prevalecen mayores niveles de pobreza, como en algunas provincias de la Sierra en Ecuador. En estos lugares, las condiciones de trabajo son más duras y las oportunidades educativas son limitadas, exacerbando los efectos negativos en las relaciones familiares y la crianza. Las políticas de erradicación deben enfocarse en estas áreas, atendiendo a las necesidades específicas de estas comunidades

(Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Esta situación resalta la importancia de abordar el trabajo infantil no solo como un problema laboral, sino también como un problema social y familiar. La erradicación efectiva del trabajo infantil requiere un enfoque integral que tenga en cuenta las particularidades culturales, económicas y sociales de las regiones más afectadas.

B.8.10.3. Ingreso a Grupos Delincuenciales

Vínculos entre trabajo infantil y delincuencia juvenil.

En el contexto de las peores formas de trabajo infantil, la OIT ha identificado trabajos peligrosos y condiciones intolerables, como la explotación sexual comercial, el tráfico de estupefacientes, y el reclutamiento forzoso en conflictos armados. Estas formas extremas de trabajo infantil no solo violan los derechos fundamentales de los niños, sino que también alteran profundamente las estructuras familiares y la crianza, a menudo llevando a los niños a situaciones de vulnerabilidad y deserción familiar (Fuentelba Araya, T. 2008). Estas formas extremas de trabajo infantil resaltan cómo las situaciones de vulnerabilidad y explotación van más allá del ámbito laboral, impactando gravemente en las relaciones familiares y la capacidad de los niños para desarrollarse en un ambiente seguro y amoroso. La lucha contra estas formas de trabajo infantil es crucial no solo para proteger los derechos de los niños, sino también para preservar la integridad de las estructuras familiares y fomentar un entorno de crianza saludable.

En Ecuador, un análisis preocupante revela que una proporción considerable de la juventud está comprometida en labores calificadas como inaceptables, con un 8.7% de niños y niñas y un 21.9% de adolescentes provenientes de hogares pobres involucrados en el trabajo, frente a un 3% y un 8%, respectivamente, de hogares no pobres. Esta situación, según el estudio de Fuentelba Araya (2008), no solo contribuye a la persistencia de la desigualdad y la

inequidad, sino que también incide adversamente en el crecimiento holístico de los menores afectados. La distribución de la pobreza entre los menores trabajadores muestra que el 81.8% de los niños y niñas trabajadores son pobres, lo que contrasta con el 18.2% no pobres; en los adolescentes, estos números son 77.6% y 22.4% respectivamente.

Además, las condiciones de vivienda para esta población infantil y adolescente que trabaja son notablemente más desfavorables en comparación con sus pares que no trabajan, lo cual se evidencia en la prevalencia de materiales de construcción deficitarios, servicios inadecuados y hacinamiento. Específicamente, un 14% de niños y niñas trabajadores viven en hogares con materiales deficitarios frente al 11% que no trabaja; y un 15% de adolescentes trabajadores enfrentan la misma situación, comparado con solo un 9% de los que no trabajan. En términos de servicios inadecuados, el 59% de los niños y niñas trabajadores están en esta condición, en contraste con el 48% que no trabaja, y para los adolescentes, la comparación es del 53% frente al 44%. El hacinamiento también es un problema significativo, afectando al 35% de los niños y niñas trabajadores y al 34% de los adolescentes trabajadores, en comparación con el 29% y 21% respectivamente que no trabajan.

Estos datos indican que el trabajo infantil inaceptable limita no solo las oportunidades educativas y de desarrollo personal, sino que también puede provocar tensiones y desajustes dentro del entorno familiar, perjudicando la estabilidad emocional y el bienestar de los jóvenes involucrados. Las cifras reflejan la extensión del problema y el impacto que puede tener en la cohesión y el funcionamiento de las familias ecuatorianas.

Tabla 4**Ecuador: Trabajo infantil y pobreza**

		No pobres	Pobres
% trabajo por nivel de pobreza en el total de niños, niñas y adolescentes	Niños y niñas	3,0	8,7
	Adolescentes	8,0	21,9
		No pobres	Pobres
% Pobreza dentro del grupo de niños, niñas y adolescentes trabajadores	Niños y niñas	18,2	81,8
	Adolescentes	22,4	77,6

Fuente: ENTI, 2012

Tabla 5**Trabajo infantil y vivienda**

	Niños y niñas		Adolescentes	
	Trabaja	No trabaja	Trabaja	No trabaja
Materiales deficitarios	14%	11%	15%	9%
Servicios inadecuados	59%	48%	53%	44%
Hacinamiento	35%	29%	34%	21%

Fuente: INEC - ENTI, 2012

Ilustración 3: Trabajo Infantil pobreza y vivienda.

Fuente: Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015.

El vínculo entre el trabajo infantil y la delincuencia juvenil puede comprenderse a través de varias dimensiones interconectadas: Las peores formas de trabajo infantil, como la explotación sexual comercial, el tráfico de estupefacientes y el reclutamiento forzoso en conflictos armados, no solo vulneran los derechos de los niños, sino que los exponen a entornos de alto riesgo donde la ilegalidad es la norma. Estos entornos pueden normalizar comportamientos delictivos y ofrecer a los jóvenes un camino aparentemente viable hacia la "supervivencia", lo que puede desembocar en la delincuencia.

Las presiones económicas que llevan al trabajo infantil a menudo resultan en deserción familiar, donde los niños se ven obligados a asumir roles adultos prematuramente. Esta dinámica puede debilitar las estructuras familiares y de apoyo, haciendo que los jóvenes busquen sentido de pertenencia en grupos alternativos, que en algunos casos pueden ser pandillas o redes delictivas.

Como se señala en los datos proporcionados, el trabajo infantil a menudo impide que los niños y adolescentes asistan a la escuela y reciban una educación adecuada. La falta de educación no solo limita sus oportunidades de empleo futuro, sino que también los priva de desarrollar habilidades críticas para la toma de decisiones y la resolución de conflictos, aumentando el riesgo de participación en actividades delictivas.

Las condiciones de vivienda deficientes, como el hacinamiento y la falta de servicios básicos, que afectan desproporcionadamente a los niños y adolescentes trabajadores, pueden contribuir a un entorno estresante y desestabilizador. Estos factores de estrés pueden llevar a los jóvenes a buscar escape en comportamientos riesgosos o delictivos.

Los niños y adolescentes trabajadores a menudo enfrentan estigmatización y discriminación, lo que puede llevar a la marginación social. La marginación puede impulsar a los jóvenes a la delincuencia como forma de resistencia o como medio de obtener reconocimiento y recursos.

B.8.10.4. Consumo de Sustancias Psicotrópicas

Relación entre trabajo infantil y abuso de sustancias.

En Ecuador, según el Consejo Nacional de Control de Sustancias Psicotrópicas y Estupefacientes (CONSEP), el consumo de sustancias lícitas como tabaco y alcohol supera al de

drogas ilícitas. Un estudio de 2007 reveló que la mayoría de la población inicia su consumo de alcohol entre los 15-19 años. La prevalencia de estas sustancias en los hogares sugiere una tendencia creciente hacia la dependencia (Llor Briones, W., et al, 2018). La iniciación temprana en el consumo de sustancias legales como el alcohol y el tabaco puede ser un indicador de vulnerabilidades sociales y educativas. La prevalencia en hogares sugiere una normalización cultural del consumo, lo cual podría influir en patrones de abuso a largo plazo.

La adicción a drogas en Ecuador se ha incrementado en los últimos años, afectando no solo a estratos bajos sino también a la clase media y alta. Este fenómeno se atribuye a una combinación de publicidad estimulante, falta de educación sobre los riesgos y una crisis social que trasciende problemas económicos (Llor Briones, W., et al, 2018). Este aumento refleja un problema con distintas dimensiones, donde factores socioeconómicos, culturales y educativos se entrelazan. La dependencia de drogas no es solo un problema individual sino un síntoma de desafíos más amplios en la sociedad.

La drogadicción, caracterizada por la búsqueda compulsiva y consumo de drogas a pesar de sus consecuencias negativas, afecta el cerebro, alterando la toma de decisiones y control inhibitorio. Sustancias comunes incluyen la marihuana, cocaína y alcohol, cada una con sus efectos y riesgos específicos (Llor Briones, W., et al, 2018). La adicción es una enfermedad crónica que va más allá del control individual, implicando factores biológicos, psicológicos y sociales. La variedad de sustancias consumidas refleja diferentes motivaciones y contextos sociales.

La falta de apoyo familiar, la influencia del entorno, y la carencia de información sobre los efectos de las drogas son factores clave en el inicio del consumo. El entorno familiar disfuncional, la violencia intrafamiliar y la pobreza son elementos comunes en los relatos de

jóvenes adictos (Loor Briones, W., et al, 2018). Estos factores nos indican la importancia del entorno familiar y social en la prevención de la drogadicción. Políticas y programas de apoyo familiar y comunitario podrían ser claves en la prevención y tratamiento.

En Ecuador, el CONSEP ha establecido cantidades máximas admisibles para la tenencia de drogas, buscando diferenciar entre consumo personal y tráfico. Sin embargo, esta permisibilidad podría tener un impacto ambiguo en la percepción y el acceso a las drogas (Loor Briones, W., et al, 2018). La regulación legal en torno a las drogas es

compleja y puede tener efectos contradictorios. Por un lado, busca reducir el estigma y criminalización de consumidores, pero por otro, puede ser interpretado como una normalización del consumo, lo cual requiere de un enfoque equilibrado y políticas complementarias en educación y prevención.

La investigación concluye que la mayoría de los jóvenes desean superar la adicción y mejorar su futuro, pero enfrentan obstáculos significativos. El desconocimiento sobre los efectos de las drogas y la falta de apoyo familiar y social contribuyen a perpetuar el ciclo de dependencia (Loor Briones, W., et al, 2018). Este hallazgo destaca la necesidad urgente de intervenciones educativas y de apoyo que empoderen a los jóvenes, proporcionándoles las herramientas necesarias para superar la adicción y construir un futuro mejor. Aunque el texto no aborda directamente la relación entre el trabajo infantil y el abuso de sustancias, es posible inferir conexiones. El trabajo infantil, frecuentemente resultado de la pobreza y desestructuración familiar, puede exponer a los niños y adolescentes a ambientes donde el consumo de drogas es común. Además, el estrés y la vulnerabilidad asociados con el trabajo infantil pueden aumentar el riesgo de abuso de sustancias como mecanismo de afrontamiento.

B.8.10.5. Salud

Efectos del trabajo infantil en la salud física y mental.

El estudio realizado por Vásconez, Muñoz y Tomsich (2015) resalta que la mayor participación de niños y niñas en el mercado laboral en Ecuador se observa en noviembre, mayormente en búsqueda de trabajo. Los adolescentes entre 15 y 17 años muestran una mayor utilización efectiva de su mano de obra, aunque también presentan altos niveles de desempleo (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Esta dinámica del mercado laboral para los niños y adolescentes refleja una vulnerabilidad significativa. La presión de buscar trabajo a una edad temprana puede tener repercusiones negativas tanto en su desarrollo educativo como en su salud mental, dada la ansiedad y la incertidumbre asociadas con el desempleo.

La Encuesta Nacional de Trabajo Infantil (ENTI) señala que hay una diferencia notable en la percepción de felicidad entre los niños que trabajan y los que no. Sólo poco más de la mitad de la población infantil trabajadora se considera feliz la mayor parte del tiempo (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). El impacto emocional del trabajo infantil es evidente en estos hallazgos. La disminución en la percepción de felicidad en niños trabajadores sugiere que el trabajo a temprana edad puede tener efectos adversos en el bienestar emocional y el desarrollo psicológico.

También la investigación revela que un porcentaje significativo de niños y adolescentes trabajadores sufre de agotamiento y problemas de salud, incluyendo lesiones traumatológicas y problemas de la piel. Además, se reporta una alta incidencia de maltrato físico y emocional (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Estos problemas de salud física y el maltrato son indicadores preocupantes del impacto negativo del trabajo infantil. El agotamiento y las

lesiones pueden tener consecuencias a largo plazo en la salud física, mientras que el maltrato afecta gravemente la salud mental y el desarrollo emocional.

Señalan que un 40% de los adolescentes trabajadores no recibe remuneración, y la mayoría de ellos son trabajadores no remunerados en el hogar, con una incidencia mayor en mujeres. Muchos adolescentes trabajan en la agricultura o en condiciones laborales temporales y a destajo (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). Estas condiciones laborales ponen de manifiesto la explotación y la vulnerabilidad de los adolescentes en el mercado laboral. El trabajo no remunerado y las duras condiciones de trabajo pueden tener efectos perjudiciales tanto en el desarrollo físico como en el psicológico.

La mayoría de los adolescentes trabajadores no están afiliados a la seguridad social, y sus condiciones de trabajo a menudo incluyen jornadas largas y trabajos en

condiciones precarias. Además, una proporción considerable trabaja sin remuneración y sin beneficios como alimentación, transporte o ropa de trabajo adecuada (Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. 2015). La falta de protección laboral y las condiciones adversas en las que trabajan muchos niños y adolescentes representan una grave preocupación para su salud y bienestar. La falta de acceso a la seguridad social y la ausencia de condiciones laborales dignas pueden provocar serios problemas de salud a largo plazo, así como un impacto negativo en su desarrollo emocional y social.

Los datos presentados en el estudio de Vásconez, Muñoz y Tomsich (2015) muestran claramente los efectos negativos del trabajo infantil en la salud física y mental de los niños y adolescentes en Ecuador. La participación en el mercado laboral a una edad temprana, las malas condiciones de trabajo, la falta de protección laboral, y la prevalencia de problemas de salud y

maltrato son indicadores alarmantes que requieren una atención urgente para proteger el bienestar y los derechos de esta población vulnerable.

B.8.11. Calidad de Vida a Partir del Deporte

B.8.11.1 Estilos de Vida Saludables

Cómo el deporte contribuye a un desarrollo sano.

Cintra Cala y Balboa Navarro (2011) destacan que, mientras la medicina tradicional ha enfocado en tratamientos basados en químicos y fármacos, cada vez más se reconoce la importancia de la prevención de enfermedades a través de estilos de vida saludables. Entre estos, el deporte emerge como una herramienta clave para prevenir enfermedades y promover la salud general (Cintra Cala & Balboa Navarro, 2011). Este enfoque preventivo, que pone énfasis en la actividad física, no solo ayuda a evitar enfermedades, sino que también promueve una mejor calidad de vida, subrayando la importancia del deporte como parte integral de un estilo de vida saludable.

Los autores señalan que los avances tecnológicos han reducido la necesidad de actividad física en la vida cotidiana, lo que ha contribuido a un aumento en enfermedades relacionadas con estilos de vida sedentarios, como la obesidad y las enfermedades cardiovasculares (Cintra Cala & Balboa Navarro, 2011). Esta disminución en la actividad física natural acentúa la necesidad de integrar conscientemente el deporte y el ejercicio en nuestra rutina diaria para contrarrestar los efectos negativos de un estilo de vida sedentario.

Según Cintra Cala y Balboa Navarro (2011), el ejercicio físico aporta beneficios significativos en múltiples aspectos de la salud, incluyendo la mejora de la condición cardiovascular, la prevención de enfermedades crónicas, y la mejora en la flexibilidad y el tono muscular. Además, tiene efectos positivos en el bienestar psicológico, como la reducción de la ansiedad y la

depresión, y el aumento de la autoestima (Cintra Cala & Balboa Navarro, 2011). Estos beneficios demuestran que el deporte no solo es vital para el bienestar físico, sino que también juega un papel crucial en la salud mental y emocional, contribuyendo a una mejor calidad de vida.

Los autores enfatizan la importancia de la promoción de la salud y la participación social en la gestión de estilos de vida saludables. El conocimiento y las creencias positivas sobre los beneficios del ejercicio son cruciales, pero deben ser acompañadas por un entorno que facilite la actividad física regular (Cintra Cala & Balboa Navarro, 2011). La promoción de la actividad física no solo debe centrarse en la concienciación individual, sino también en la creación de entornos y comunidades que apoyen y faciliten un estilo de vida activo y saludable.

La investigación de Cintra Cala y Balboa Navarro (2011) ilustra claramente cómo el deporte y la actividad física son componentes esenciales para un desarrollo sano. No solo contribuyen a la prevención de enfermedades y al mantenimiento de la salud física, sino que también tienen un impacto positivo en el bienestar psicosocial y la calidad de vida. La promoción de estilos de vida activos es, por lo tanto, una prioridad en la agenda de salud pública.

B.8.11.2. Características y Conclusiones

Elementos clave del deporte para mejorar la calidad de vida y conclusiones generales.

Retomando de nuevo el texto de Cintra Cala y Balboa Navarro (2011) podemos identificar varias características clave del deporte que mejoran la calidad de vida. Estas incluyen la mejora en la condición física general, como el tono y la masa muscular, y la salud

cardiovascular. También destacan el impacto positivo del deporte en la salud mental, incluyendo la reducción de la depresión y la ansiedad, y el aumento de la autoestima y la interacción social (Cintra Cala & Balboa Navarro, 2011). Estos aspectos resaltan la multifuncionalidad del deporte, que no sólo abarca mejoras físicas, sino también mejoras psicológicas y sociales, lo cual es fundamental para una vida sana y equilibrada.

Los autores subrayan que no hay límites de edad para los beneficios del ejercicio. Desde la prevención de enfermedades en la juventud hasta la disminución de los efectos del envejecimiento en adultos mayores, el deporte ofrece ventajas en todas las etapas de la vida (Cintra Cala & Balboa Navarro, 2011). Este enfoque inclusivo del deporte demuestra su relevancia universal y destaca la importancia de fomentar la actividad física en todas las edades para una salud óptima y un envejecimiento saludable.

Según Cintra Cala y Balboa Navarro (2011), la inactividad física plantea desafíos significativos, incluyendo enfermedades crónicas y costos económicos elevados. Proponen soluciones como la mejora del ambiente para facilitar la actividad física y la implementación de programas basados en evidencia para fomentar estilos de vida activos (Cintra Cala & Balboa Navarro, 2011). Estos desafíos y soluciones resaltan la necesidad de políticas y programas integrales que promuevan la actividad física, no solo como una elección personal, sino como un elemento clave en la infraestructura y cultura de la sociedad. Se concluye que, en el contexto de una vida moderna cada vez más sedentaria, el deporte es esencial para mantener una buena salud y calidad de vida. La promoción del deporte debe considerarse una necesidad, no un lujo, y requiere un enfoque multifacético para ser efectiva. Es por lo tanto imperante señalar la importancia crítica del deporte en el contexto contemporáneo, donde la inactividad física se ha convertido en una norma. El fomento del deporte y la actividad física es vital para combatir los

efectos negativos de un estilo de vida sedentario y para asegurar una sociedad más saludable y activa.

B.9.- MARCO CONCEPTUAL

Definición de Conceptos: De acuerdo con la bibliografía revisada, podemos describir una definición clara y específica de los componentes conceptuales más relevantes de la investigación. Esto con el fin de poder delimitar el propio alcance de la misma.

B.9.1. Deporte: Según la UNESCO, que forma parte del sistema de la ONU, el deporte es visto como un derecho fundamental para todos y enfatiza su importancia en el desarrollo humano. La práctica del deporte debe ser sin discriminación, y su diversidad es una característica esencial de su valor. Se reconoce su papel en el empoderamiento de mujeres y jóvenes, así como su impacto en la salud, inclusión social y lucha contra la corrupción (UNESCO, n.d.; Noticias ONU, 2018).

B.9.2. Actividad Física: La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que conlleva un gasto de energía. Esto incluye actividades realizadas durante el trabajo, juego, tareas domésticas, viajes y actividades recreativas. Es crucial para la salud cardiovascular, muscular y cardiorrespiratoria, la salud ósea y funcional, y reduce el riesgo de enfermedades no transmisibles, depresión, caídas y fracturas (OMS, 2018; WHO, 2019).

B.9.3. Tiempo Libre: La Declaración Universal de Derechos Humanos, que representa el consenso global sobre los derechos fundamentales, incluyendo aquellos promovidos por la ONU, establece en su Artículo 24 que toda persona tiene derecho al descanso y al

disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.

B.9.4. Ocio: Es comprendido como el tiempo libre del que dispone una persona, libre de obligaciones laborales o domésticas, que se puede dedicar a actividades de recreación, descanso o desarrollo personal.

B.9.5. Trabajo Infantil: Según UNICEF, el trabajo infantil se refiere a los niños que trabajan en contravención de las normas de la OIT, incluyendo a todos los niños menores de 12 años que trabajan en cualquier actividad económica, a los que tienen de 12 a 14 años y trabajan en un trabajo más que ligero, y a los niños sometidos a las peores formas de trabajo infantil, como la esclavitud, la prostitución, la trata, o el reclutamiento para conflictos armados.

B.9.6. Etapas Infantiles: UNICEF enfatiza la importancia de las primeras etapas de la infancia, destacando que en los primeros años de vida se forman más de un millón de conexiones neuronales por segundo, lo que tiene un impacto decisivo en el desarrollo del cerebro del niño. Las experiencias tempranas y su calidad son cruciales para el desarrollo futuro del niño, incluyendo su aprendizaje, salud y comportamiento.

B.9.7. Problemas Sociales: Se refiere a los desafíos que afectan a individuos o comunidades en un contexto social y requieren de atención y solución. Esto puede incluir temas como la pobreza, la desigualdad, la violencia, la discriminación, entre otros.

B.9.8. Calidad de vida: La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la calidad de vida como "la percepción que tiene una persona sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones". Este concepto es amplio y se ve afectado complejamente por diversos factores como la salud física de la persona, su estado psicológico, el nivel de independencia, sus relaciones sociales y su relación con el entorno.

B.10.- MARCO INSTITUCIONAL

El Barrio del Recreo, ubicado en el corazón del Distrito Metropolitano de Quito, es una zona emblemática con una rica historia y una comunidad diversa. Este barrio, conocido por su vitalidad económica dentro de la ciudad, forma parte de un tejido urbano en constante evolución. El Recreo se caracteriza por su dinamismo, reflejado en sus espacios públicos, comercios, y en la cotidianidad de sus habitantes.

B.10.1. Contexto Geográfico

El Barrio del Recreo, ubicado dentro de la parroquia La Ferroviaria, forma parte integral de la Administración Zonal Eloy Alfaro en el Distrito Metropolitano de Quito. Este barrio, junto con otros como Ferroviaria (Media y Alta), Chaguarquingo, Chiriyacu (parte alta), Forestal Alta, San Patricio de Puengasí, Media Luna y Doscientas Casas, conforman un mosaico social y cultural diverso, cada uno con sus particularidades y desafíos.

B.10.2. Reseña Histórica Sector El Recreo

El sector El Recreo, ubicado en Quito, Ecuador, es una zona con una rica historia que se remonta a la mitad del siglo XX. Originalmente, esta área albergaba la fábrica de telas La Internacional, un importante centro de actividad industrial en la región. La historia de El Recreo está intrínsecamente vinculada a esta fábrica, que no solo fue un motor económico sino también un catalizador de desarrollo social y urbano en el sur de Quito.

El plan de modernización de Quito concebido en 1941 por el urbanista uruguayo Juan Odriozola jugó un papel crucial en la zonificación del sur de la ciudad, incluyendo El Recreo. Este plan

definía usos específicos del suelo y transformó el sur en una zona industrial y residencial para los trabajadores de las fábricas. De hecho, la Ciudadela El Recreo emergió en 1960 como una cooperativa de vivienda, construida por los trabajadores de la fábrica La Internacional, en un esfuerzo por proporcionarles vivienda accesible cerca de su lugar de trabajo (Redacción Quito, 2016).

Los terrenos de El Recreo inicialmente pertenecían a los trabajadores ferroviarios, quienes luego los cedieron al municipio para la urbanización. Posteriormente, estos terrenos fueron transferidos a la fábrica La Internacional y finalmente a los empleados para la construcción de sus viviendas. Este proceso de urbanización no solo proporcionó hogares a los trabajadores, sino que también contribuyó al crecimiento y desarrollo de la zona sur de Quito.

El Recreo, a lo largo de los años, ha evolucionado desde sus raíces industriales hasta convertirse en un área comercial y residencial importante. La antigua fábrica La Internacional, que una vez ocupó el terreno, dio paso al Centro Comercial El Recreo en 1995, marcando una nueva fase en la historia del sector. Este cambio refleja la transformación urbana y el desarrollo continuo de El Recreo, un barrio que sigue siendo un testimonio vibrante de la historia y el progreso de Quito (Redacción Quito, 2016).

B.10.3. Misión Administración Zonal “Eloy Alfaro”

La Administración Zonal Eloy Alfaro, bajo el liderazgo de Cristian Marcelo Torres Obando, asume la responsabilidad de gestionar y administrar la ejecución de políticas estratégicas y sectoriales definidas por el Gobierno Autónomo Descentralizado. Su misión se enfoca en la prestación de servicios y la implementación de proyectos que promuevan el desarrollo territorial y social participativo. En el caso del Barrio del Recreo, esto implica abordar los desafíos

específicos de la zona, tales como la planificación urbana, la mejora de infraestructuras, el fomento de la cohesión social, y el apoyo a iniciativas económicas locales.

B.10.4. Ubicación en el Mapa

Parroquia La Ferroviaria

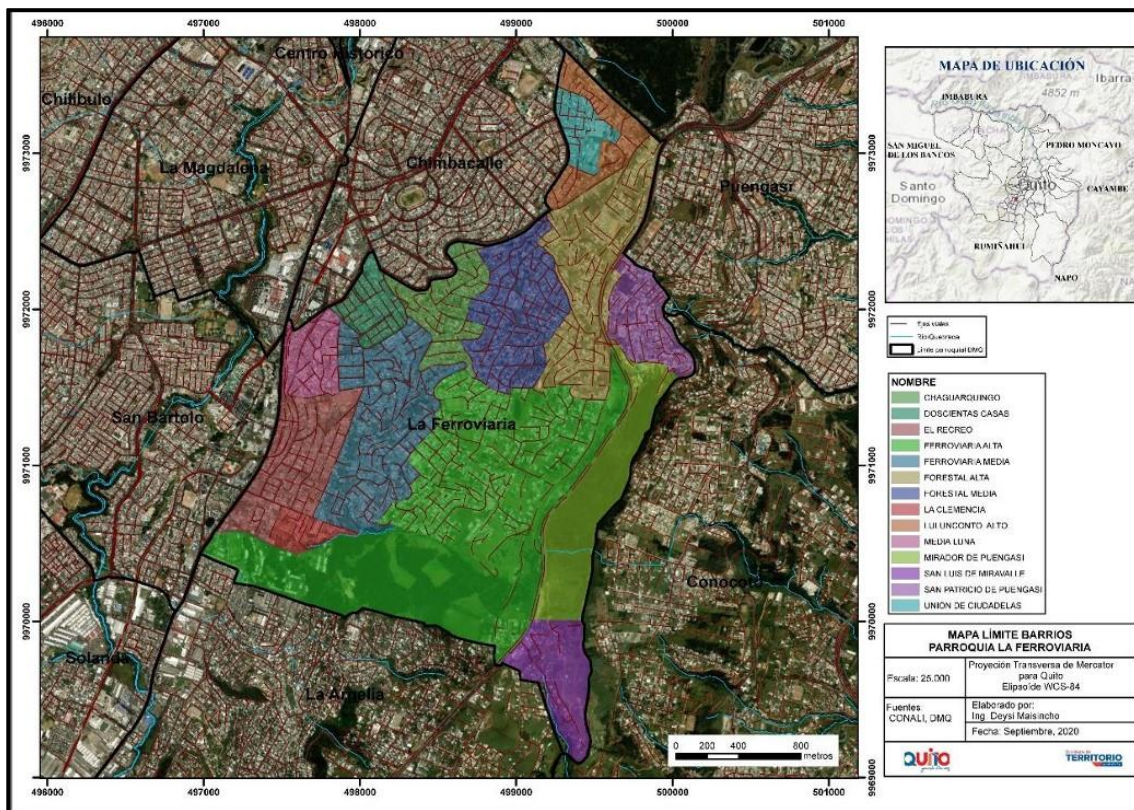


Ilustración 4: Parroquia la Ferroviaria
MAPA: Victor Silva

Barrio El Recreo

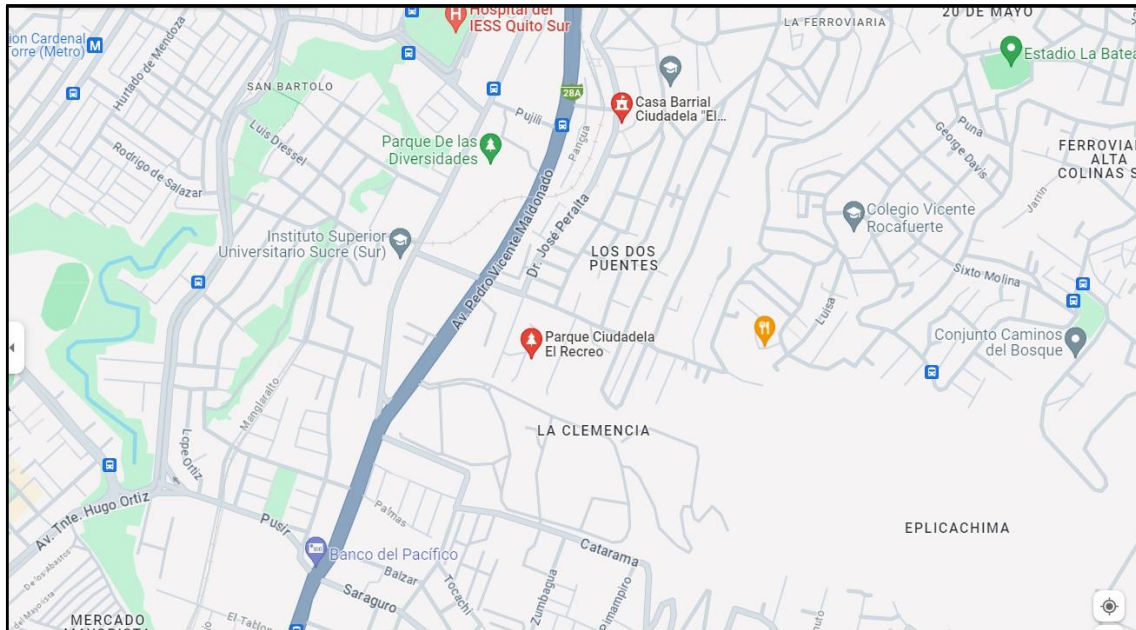


Ilustración 5: Mapa El Recreo
MAPA: Victor Silva

CAPITULO II

B.11. MARCO METODOLÓGICO

B.11.1. Revisión Bibliográfica

La investigación bibliográfica actúa como una piedra angular en todo el proceso de investigación, proporcionando una base sólida de conocimiento existente y asegurando que el estudio esté anclado en el contexto académico pertinente. Esta se apoya en la recopilación y análisis de información y datos ya publicados, provenientes de fuentes confiables como libros, artículos científicos, revistas académicas, informes de investigación, bases de datos en línea, y otros documentos académicos relevantes. La herramienta principal utilizada en este apartado es una revisión sistemática y detallada de la literatura existente. Esta revisión implica la utilización de bases de datos académicas y bibliotecas digitales, como JSTOR, Scopus, PubMed, Google Scholar, entre otras, para localizar y acceder a las publicaciones pertinentes. Además, se emplea un enfoque metodológico para seleccionar, filtrar y sintetizar la información, asegurándose de que las fuentes sean relevantes, actuales y de alta calidad.

Se la utilizó para construir el marco teórico. La revisión de la literatura proporciona una comprensión profunda de las teorías, conceptos, y debates existentes relacionados con el tema de estudio. Este proceso ayuda a situar el estudio dentro del contexto académico más amplio y proporciona una base teórica sólida para la investigación.

B.11.2. Investigación de Campo

La investigación de campo en este apartado se ha llevado a cabo utilizando la observación participante como herramienta principal. Este enfoque metodológico consiste en la inmersión del investigador en el entorno natural de los sujetos de estudio, permitiéndole observar y participar en las actividades diarias relacionadas con el uso del tiempo libre y el deporte en el sector de "El Recreo", Quito, Ecuador. Este método es particularmente útil en estudios sociológicos y psicológicos, ya que permite una comprensión profunda de las dinámicas sociales y comportamientos individuales en contextos reales.

Se utilizó en la *Observación Inicial* ya que, durante esta fase, el investigador visitó diferentes espacios de recreación y deporte en "El Recreo" para observar las actividades que los niños y niñas realizan en su tiempo libre. Esta etapa fue crucial para comprender el contexto local, identificar los deportes más populares y las condiciones en las que se practican. Y en la *Participación Activa*, en esta etapa, el investigador se involucró de manera más directa, participando en actividades deportivas junto con los niños y niñas. Esto no solo fortaleció la relación entre el investigador y los participantes, sino que también proporcionó insights valiosos sobre cómo el deporte influye en el desarrollo de los menores, sus interacciones sociales, y su aprovechamiento del tiempo libre.

B .11 .3. Método Teórico: Inductivo-Deductivo

Inductivo: Este método permite analizar casos particulares observados en 'El Recreo' para formular hipótesis generales sobre el impacto del deporte en el desarrollo de los niños. Al

observar cómo diferentes actividades deportivas afectan a los niños, se pueden establecer patrones y generalizaciones.

Deductivo: Una vez formuladas estas hipótesis generales, se pueden aplicar en situaciones específicas para predecir resultados o explicar fenómenos. Por ejemplo, si se hipotetiza que ciertos deportes mejoran habilidades sociales, se puede verificar esta hipótesis observando niños en esos deportes específicos.

El enfoque inductivo se aplicaría durante las fases iniciales de la investigación, al recopilar datos y observar a los niños en sus actividades deportivas. A partir de estas observaciones, se formulan teorías generales. Mientras que el enfoque deductivo se utilizó en etapas posteriores, para probar las hipótesis formuladas en situaciones específicas, evaluando cómo se aplican a casos individuales dentro de la población estudiada (Creswell, J. W. 2014).

B.11.4. Técnica de Recolección de Datos: Observación Directa con Encuestas y Entrevistas.

La observación directa, realizada en el sector 'El Recreo', ha demostrado ser una herramienta valiosa para comprender el impacto del deporte en los niños. Esta técnica permite al investigador capturar no solo comportamientos y dinámicas visibles, sino también aquellos matices y detalles sutiles que pueden no ser evidentes a través de métodos más tradicionales como las encuestas o entrevistas. La observación se ha llevado a cabo durante las actividades deportivas, utilizando recursos técnicos para registrar observaciones relevantes. Estos datos cualitativos proporcionan una base rica para la interpretación y análisis posterior.

Además de la observación directa, se han realizado entrevistas a 15 niños del sector. Este método permite una comprensión más profunda de sus experiencias personales, opiniones y sentimientos respecto al deporte y su impacto en sus vidas. Estas entrevistas, realizadas en un entorno familiar

para los niños, han buscado generar un espacio de confianza donde se sientan cómodos para expresarse abiertamente.

Para tabular los resultados de las entrevistas, se utilizó el siguiente método:

Categorización Temática: Se procede a identificar y categorizar las respuestas según temas relevantes (por ejemplo, emociones relacionadas con el deporte, interacciones con otros niños, percepciones del entorno deportivo).

Codificación: Asignar códigos a las categorías temáticas identificadas. Esto facilita la organización de la información y su posterior análisis.

Análisis Cuantitativo y Cualitativo: Realizar un análisis cuantitativo (frecuencia de respuestas por categoría, por ejemplo) y cualitativo (interpretación de las respuestas y su significado en el contexto del estudio).

Visualización de Datos: Crear gráficos y tablas para representar los resultados de manera que faciliten la interpretación y presentación de los mismos.

B.11 .5. Actores Principales

La sistematización para este estudio son los 15 niños que participaron en las entrevistas realizadas en el sector 'El Recreo' y sus familias. Este grupo es representativo de la población infantil que se involucra regularmente en actividades deportivas en la zona, ofreciendo una mirada única y valiosa sobre el impacto de dichas actividades en su desarrollo y bienestar.

Tabla 1: Nómina de los niños Sector "El Recreo"

Tabla: Víctor Silva

N°	Nombre y Apellido	Peso (kg)	Número de integrantes de la familia	Estatura (cm)	Edad	Nivel Escolar	Nacionalidad
1	Sofía Martínez	32	4	132	8	3° de Educación Básica	Ecuatoriana
2	Miguel Vásquez	35	5	135	9	4° de Educación Básica	Ecuatoriana
3	Carla Espinoza	31	3	130	8	3° de Educación Básica	Ecuatoriana
4	Juan Reyes	34	6	137	10	5° de Educación Básica	Ecuatoriana
5	Andrés Lugo	33	4	133	9	4° de Educación Básica	Ecuatoriana
6	Mariana Paz	30	5	131	8	3° de Educación Básica	Ecuatoriana

7	Diego Alvarado	36	3	138	10	5° de Educación Básica	Ecuatoriana
8	Valeria Titosunta	29	4	129	8	3° de Educación Básica	Ecuatoriana
9	José Aguilar	37	6	139	10	5° de Educación Básica	Ecuatoriana
10	Daniela Titosunta	32	5	132	9	4° de Educación Básica	Ecuatoriana
11	Kevin Tapia	34	3	134	9	4° de Educación Básica	Ecuatoriana
12	Emily Rodríguez	31	4	131	8	3° de Educación Básica	Ecuatoriana
13	Carlos Zambrano	38	6	140	10	No asiste a la escuela	Ecuatoriano

14	Gabriela Castillo	29	3	128	8	No asiste a la escuela	Ecuatoriana
15	Samuel Pérez (Vzla.)	35	5	136	9	No asiste a la escuela	Venezolano

B.12. Materiales y Métodos

En esta investigación, "Sistematización de experiencias del impacto del deporte para el desarrollo en el uso del tiempo libre de los niños y niñas en el sector de 'El Recreo', Quito, Ecuador", se han aplicado métodos y materiales enfocados en estructurar una sistematización acorde a los objetivos planteados. Se ha buscado entender cómo las actividades deportivas pueden ser herramientas de transformación social y mejorar el uso del tiempo libre en niños y niñas en situación de vulnerabilidad.

B.12.1. Métodos

Los métodos aplicados en la investigación fueron seleccionados para ofrecer una comprensión holística y detallada de la situación en 'El Recreo'.

B.12.1.1. Método Inductivo

Este método permitió partir de observaciones específicas de niños y niñas en actividades deportivas, para luego generalizar sobre el impacto del deporte en su desarrollo y uso del tiempo libre. Se observaron comportamientos, interacciones y cambios a nivel individual para entender tendencias generales en el grupo.

B.12.1.2. Método Deductivo

Se utilizó para definir el problema de investigación, es decir, cómo el deporte influye en el uso del tiempo libre de niños y niñas vulnerables. Partiendo de teorías y estudios previos, se abordaron aspectos específicos de la situación en 'El Recreo'.

B.12.1.3. Método Analítico

Fue crucial para desglosar y examinar los diferentes aspectos de cómo el deporte impacta en la vida de los niños y niñas. Se analizaron tanto datos cualitativos (como entrevistas y observaciones) como cuantitativos (como estadísticas de participación).

B.12.1.4. Método Sintético

Se aplicó para integrar los hallazgos y formular conclusiones y recomendaciones sobre el uso del deporte como herramienta para mejorar el uso del tiempo libre y fomentar el desarrollo social y personal.

B.12.1.5. Método Estadístico

Utilizado para la representación gráfica y el análisis cuantitativo de los datos, facilitando la comprensión del alcance y la magnitud del impacto del deporte en estos niños y niñas.

B.12.2. Técnicas e Instrumentos

B.12.2.1. Ficha de Observación

Se diseñó una ficha de observación específica para recoger datos sobre la participación de los niños y niñas en actividades deportivas. Estas fichas permitieron registrar detalles como la frecuencia de participación, tipos de deportes practicados, y observaciones sobre el comportamiento y la interacción de los niños y niñas durante las actividades.

B.13. Plan de Sistematización

B.13.1. Objetivo General

Sistematizar actividades deportivas como herramientas de transformación social para el mejor uso de su tiempo libre en niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de "El Recreo"

B.13.1.2. Objetivos Específicos

1. Analizar la literatura existente sobre el deporte para el desarrollo y su papel en la promoción de la transformación social y el desarrollo de niños y niñas en situación de vulnerabilidad, con un enfoque particular en el contexto ecuatoriano.

2. Sistematizar la situación actual de niños y niñas que trabajan en el sector de "El Recreo" en términos de la disponibilidad y accesibilidad al uso adecuado del tiempo libre.
3. Describir las experiencias que brinda el deporte para el desarrollo para los niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de "El Recreo".

B.13.2. Eje de Sistematización

- ✓ Impacto de las actividades deportivas en el desarrollo integral y en el uso del tiempo libre de niños y niñas en situación de vulnerabilidad.

B.13.3. Recuperación Histórica

- ✓ Recopilación de estudios previos, informes y artículos sobre el impacto del deporte en el desarrollo infantil y en el uso del tiempo libre.

B.13.4. Elementos de Clasificación y Orden de la Información

- ✓ Artículos, estudios de caso, informes de investigación, revistas académicas y ensayos sobre el deporte y el desarrollo infantil.
- ✓ El enfoque documental buscará sustentar teóricamente el estudio del impacto del deporte en niños y niñas, basándose en investigaciones exploratorias y descriptivas.

B.13.5. Elementos para la Interpretación Crítica

- ✓ Análisis documental exhaustivo de las fuentes recopiladas.
- ✓ Análisis crítico de los resultados obtenidos en la investigación.

B.13.6. Fuentes de Información

- ✓ Informes de programas deportivos, tesis, libros y artículos científicos.
- ✓ Documentación científica obtenida de bases de datos como Scielo, Google Scholar, Ebsco, Dialnet, enfocada en deporte y desarrollo infantil.

B.13.7. Etapas Técnicas y Procedimientos

B.13.7.1. Técnicas Empleadas

- ✓ Análisis documental para establecer el marco teórico.
- ✓ Encuestas y entrevistas con participantes y actores clave.
- ✓ Observación directa de las actividades deportivas en el sector de 'El Recreo'.

B.13.7.2. Procedimiento

- ✓ Se recopilará y analizará información de diferentes niveles (internacional, nacional, local) sobre el impacto del deporte en el desarrollo infantil.
- ✓ Se diseñará y ejecutará un programa de actividades deportivas en 'El Recreo', observando su influencia en el desarrollo y uso del tiempo libre de los niños y niñas.

B.13.8. Producto de la Sistematización

El resultado final será la "Sistematización de Experiencias del Impacto del Deporte para el Desarrollo en el Uso del Tiempo Libre de los Niños y Niñas en 'El Recreo'", que incluirá una propuesta detallada y práctica basada en los hallazgos de la investigación, orientada a mejorar el uso del tiempo libre y el desarrollo integral de los niños y niñas en situación de vulnerabilidad a través del deporte.

Línea del tiempo.

Detalla de forma ordenada y sistematizada el proceso del proyecto. Detallando cada una de las partes del proceso realizado.

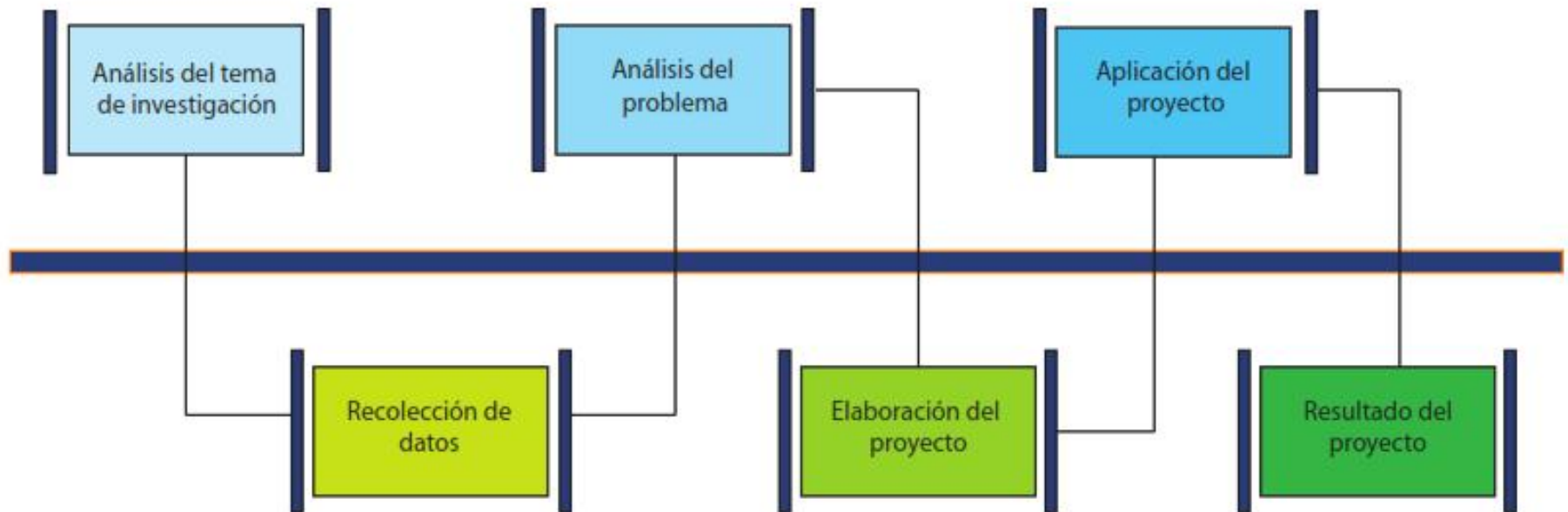


Gráfico N°1: Línea del tiempo.

Elaborado por: Victor Hugo Silva Zapata

Fuente: Datos de la sistematización e investigación.

Ilustración 6: Línea de Tiempo

B.13.9. Propuesta Para la Sistematización

B.13.9.1. Objetivos

B.13.9.1.2. Objetivo General

Diseñar un programa deportivo y recreativo enfocado en el desarrollo motor y social de niños y niñas en situación de vulnerabilidad en el sector de 'El Recreo', a través de actividades deportivas y juegos adaptados a sus necesidades y contexto.

B.13.9.1.3. Objetivos Específicos

- ❖ Incrementar la participación activa y el entusiasmo de los niños y niñas en 'El Recreo' mediante un programa deportivo que incluya juegos adaptados y actividades orientadas a mejorar sus capacidades motrices y habilidades sociales.
- ❖ Socializar y divulgar el cronograma de actividades del programa, destacando los beneficios del deporte y la recreación en la infancia, y fomentar un ambiente comunitario de apoyo y colaboración.

B.13.9.2. Nombre del Programa

"Efecto Juego"

B.13.9.3. Visión

El programa "Efecto Juego" busca ser un modelo de intervención recreativa y deportiva en 'El Recreo', ofreciendo oportunidades para que todos los niños y niñas se motiven, se diviertan y fortalezcan lazos de amistad, mientras desarrollan sus capacidades físicas y sociales a través de actividades lúdicas y deportivas adaptadas.

B.13.9.4. Misión

La misión del programa es crear experiencias significativas y enriquecedoras que contribuyan al desarrollo integral de los niños y niñas de 'El Recreo', haciendo del sector un referente en la promoción de actividades deportivas como herramientas de desarrollo y cohesión social.

B.13.10. Valores para Desarrollar

- ❖ Amor y respeto por uno mismo y los demás.
- ❖ Compañerismo y trabajo en equipo.
- ❖ Puntualidad y responsabilidad en todas las actividades.
- ❖ Lealtad y compromiso con el grupo y las metas comunes.
- ❖ Solidaridad y empatía hacia los compañeros.
- ❖ Compromiso con el aprendizaje y la mejora continua.

B.13.11. Meta de la Propuesta de Trabajo

- ❖ Promover la utilización efectiva y enriquecedora del tiempo libre.
- ❖ Desarrollo integral de capacidades motrices y habilidades sociales.
- ❖ Estimulación del crecimiento personal y social a través del deporte.
- ❖ Fomento de la actividad física como medio de bienestar y salud.
- ❖ Inculcación y reforzamiento de valores humanos esenciales.

B.13.12. Tiempo de duración

El programa "Efecto Juego" se plantea desde el 1 de diciembre del 2023 hasta el 10 de enero del 2024. Las actividades se programarán los días martes y jueves en jornadas de 2 a 4 pm, optimizando el uso del tiempo después de la escuela para los niños y niñas del sector de 'El Recreo'. Estas sesiones se realizarán en el coliseo principal de 'El Recreo', proporcionando un espacio adecuado y seguro para el desarrollo de las actividades. Esta planificación se ha diseñado para ajustarse a las rutinas escolares y a las festividades de fin de año, permitiendo una participación continua y efectiva de los niños y niñas en el programa. La documentación y permisos necesarios han sido obtenidos de los padres de familia y de las autoridades locales, asegurando así un desarrollo responsable y seguro del programa. Esta estructura temporal permite una intervención sostenida, favoreciendo un impacto más profundo y duradero en los participantes.

Logo de la Propuesta




Ilustración 7: Logotipo de la propuesta. Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Actividades realizadas en el proceso de ejecución

En el proceso del proyecto se realizaron una serie de actividades tanto deportivas, así como recreativas, todas ellas con alto valor educativo, comunicativo, deportivo y recreativo que ayuden al desarrollo pleno de cada uno de los participantes.

Tabla 2

EFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Fútbol para todos
LUGAR A REALIZAR	Cancha o espacio físico amplio
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	<p>Fútbol para todos, es una dinámica deportiva en la cual la cancha y sus participantes se convierten en los actores principales.</p> <p>La cancha al igual que los participantes, juegan un papel predominante en el desarrollo de este juego y de su aporte al deporte para el desarrollo. Al ser un espacio donde confluyen varias personas, sujetos que forman parte de una comunidad, organización, grupo familiar o de amigos, constituyen un pilar fundamental en la promoción y progreso del proyecto y sus diferentes etapas a desarrollarse en efecto juego.</p> <p>De esta manera en la cancha se pueden desarrollar una serie de actividades, por ejemplo, un partido de fútbol 11 contra 11, donde la idea principal es</p>


	<p>promover al juego limpio o fair play, esto hará acreedor de tres goles más a cualquiera de los dos equipos, así que pilas, ¡juega limpio y gana!</p>
<p>GRÁFICO</p>	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 3

<p>EFFECTO JUEGO</p>	
<p>NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Juego limpio</p>
<p>LUGAR A REALIZAR</p>	<p>Cancha o espacio físico amplio</p>
<p>DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD.</p>	<p>Juego limpio, es una de las principales herramientas de trabajo a realizar a partir del juego y su desarrollo en la cancha. Además de ser parte primordial en la participación de</p>

	<p>cada uno de los involucrados y su desempeño en el espacio a realizar la actividad. Juego limpio procura sensibilizar a los integrantes del proyecto y sus familias, donde cada uno de ellos desarrollar de una manera sana y diferente habilidades blandas que ayuden a mejorar su desempeño, tanto dentro como fuera de la cancha. Todo esto se realiza a partir de la convivencia con los demás participantes e integrantes del proyecto.</p>
<p>GRÁFICO</p>	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 4

<p>EFEECTO JUEGO</p>	
<p>NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Caras Sucias F.C. Acá hacemos amigos</p>

<p>LUGAR A REALIZAR</p>	<p>Cancha o espacio físico amplio</p>
<p>DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Caras Sucias F.C. Acá hacemos amigos, es el corazón del equipo, se convierte es un espacio donde los niños y niñas pueden desarrollar su gusto y pasión por el deporte rey, el fútbol.</p> <p>Caras Sucias F.C Acá hacemos amigos, es un equipo de fútbol donde los actores principales son los niños y niñas que les gusta la práctica de este deporte.</p> <p>El fútbol y el deporte para el desarrollo, son factores importantes en el desempeño de cada uno integrantes y sus vidas. Desde la cancha y su espacio, podemos sugerir una serie de actividades que se pueden poner en práctica desde cualquier punto de referencia, dígase esto, un terreno vacío, un parque, una calle, o cualquier espacio donde se pueda realizar un partido de fútbol y con el promover diferentes actividades que apoyen a su desarrollo integral. Acá juegan un papel fundamental la prevención sobre porqué prohibir el trabajo infantil en cualquiera de sus formas y todos los males que aquejan a esta situación. Es por ello que el deporte se convierte en una herramienta poderosa, en la cual, podemos apoyarnos para la prevención y el desarrollo de habilidades blandas como la solidaridad, el compromiso, el respeto, la empatía y la resiliencia,</p>

	<p>las mismas que sirvan de refuerzo y apoyo para su vida y la de sus familias.</p>
<p>GRÁFICO</p>	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 5

<p>EFFECTO JUEGO</p>	
<p>NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Bola al aire</p>
<p>LUGAR A REALIZAR</p>	<p>Cancha o espacio físico amplio</p>
<p>DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Bola al aire, es un juego mediante el cual los participantes pueden desarrollar sus capacidades individuales y colectivas gracias a la participación activa. Se trata de un juego donde se utilizará un</p>

portero y varios jugadores, los cuales pueden participar individualmente o en parejas. El juego consiste primero en elegir un nombre por jugador o por parejas para su desarrollo, para lo cual utilizaremos la comunicación como elemento principal para este primer acto previo al juego. Los participantes empiezan eligen sus respectivos nombres de equipo y se colocan indistintamente en diferentes lugares de la cancha para empezar el mismo. El juego empieza cuando el arquero dice en voz alta, Bola al Aire, y esta debe ser lanzada con mucha fuerza hacia lo más alto posible, y, apenas cae la pelota, procurar atraparla con el pie y así da comienzo el juego, en el cual deben hacer un gol al arquero y con ello empezar nuevamente la rutina.


GRÁFICO



Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva


Tabla 6

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Mundialito de penales
LUGAR A REALIZAR	Cancha o espacio físico amplio
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	<p>Se desarrolla a partir de la conformación de dos o más equipos, los cuales pueden estar compuestos por uno o más participantes. Cada equipo elegirá el nombre de ciudad o país para ser representado por el. De esta manera puede empezar el juego llegando a un acuerdo con los demás participantes en el desarrollo del mismo a través de las reglas a ejecutar en el mundialito, por ejemplo, cantidad de goles, tamaño de la portería, distancia desde donde se patea el penal, etc.</p>
GRÁFICO	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva


Tabla 7

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Mete gol tapa
LUGAR A REALIZAR	Cancha o espacio físico amplio
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	El juego consiste en hacer un gol al portero que defiende el arco, cabe indicar que en esta oportunidad no se conformarán equipos y se jugará individualmente para poder desarrollar el trabajo personal y con ello las capacidades que puedan tener cada uno de los participantes al defender su portería.
GRÁFICO	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva


Tabla 8

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Futborama
LUGAR A REALIZAR	Aula, escuela, hogar, etc.
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Futborama, es un juego de trivias que contienen una serie de preguntas las cuales están enfocadas en el desarrollo de sus habilidades mentales. Además, promueve un trabajo de equipo a través de la dinámica que posee y que, con la cual, administra una serie de nuevos conocimientos para un desarrollo óptimo de los participantes a partir de las preguntas a realizarse.
GRÁFICO	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 9

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Arcos abandonados
LUGAR A REALIZAR	Cancha o espacio físico amplio
DESARROLLO DEL JUEGO	Arcos abandonados es un juego de tres contra tres, en el cual no se utiliza al portero como regularmente se lo hace. Los arcos pueden estar compuestos como naturalmente son, dos postes en posición vertical y uno horizontal, o, por lo contrario, tan solo un poste el cual sirva como referencia para anotar un gol. Acá lo importante será delimitar un espacio de 5 x 5 metros para poder jugar el partido.
GRÁFICO	

Elaborado por: Victor Hugo Silva


Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 10

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Juego de local o visitante
LUGAR A REALIZAR	Lugar a acordar para la visita.
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Esta actividad promueve la llegada de figuras del deporte. Jugadores que puedan visitar y conocer el proyecto para hacer intercambios deportivos y educativos. Profesionales de diferentes deportes que nos puedan contar sus experiencias de vida y con ello motivar a los participantes del proyecto para fomentar y fortalecer en ellos habilidades blandas hacia un nuevo estilo de vida.

Tabla 11

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Uno, dos, te la paso y la devuelves.
LUGAR A REALIZAR	Cancha o espacio físico amplio
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Es una actividad que ayuda a mejorar la habilidad mental y física a través de un juego en parejas, uno


	<p>contra uno, o pueden ser en equipos de dos integrantes cada uno. Para esto los integrantes de cada equipo deberán pasar el balón haciendo una o dos cascaritas dependiendo el número que haya sido dictado por el anterior jugador. Es así que el juego toma importancia en el trabajo mental al coordinar los movimientos de cada jugada y la habilidad física para resolverlo sin equivocarse.</p>
<p>GRÁFICO</p>	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 12

<p>EFFECTO JUEGO</p>	
<p>NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Sin dejarla caer</p>
<p>LUGAR A REALIZAR</p>	<p>Cancha o espacio físico amplio</p>
<p>DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Para este juego no hay un número de participantes, pueden jugar los que deseen</p>


	<p>y consideren tener la habilidad para no dejar caer la pelota al suelo después de lograr dominar la pelota en el aire con cualquier parte del cuerpo, menos con las manos o los brazos. El jugador o participante con el mayor número de toques a la pelota sin dejarla caer, será el ganador.</p>
<p>GRÁFICO</p>	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 13


<p>EFFECTO JUEGO</p>	
<p>NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>Tenis de pie.</p>
<p>LUGAR A REALIZAR</p>	<p>Cancha o espacio físico amplio</p>
<p>DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD</p>	<p>El tenis de pie posee bondades que ayudan a los participantes a trabajar en equipo. El juego se realiza con una pelota pasándola a otro jugador</p>

	<p>realizando una cascarita o dominio de la misma con un solo toque y con cualquier parte del cuerpo, excepto con las manos o brazos. El juego se lo realiza, ya sea en parejas o en un máximo de tres integrantes por cada uno de los equipos. Cada uno de los juegos puede variar en el número de puntos a jugar, pueden ser desde los cinco en adelante hasta un número máximo de 15 puntos. El Equipo que llegue a ese puntaje será el ganador. Acá el objetivo debe ser la promoción de una sana comunicación para la resolución de apuros a través del diálogo y la comunicación.</p>
<p>GRÁFICO</p>	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 14

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO	Balonmano
LUGAR A REALIZAR	Cancha o espacio físico amplio
DESARROLLO DEL JUEGO	<p>El juego se lo realiza con un número determinado de participantes. Pueden estar compuestos por un mínimo de tres participantes y un máximo de diez para su desarrollo. El juego consiste en pasar la pelota de un jugador a otro hasta llegar al objetivo, pero sin dejar caer la misma. En caso de que alguno de los dos equipos deje caer la pelota al suelo, inmediatamente pasará la misma al otro equipo para que este pueda hacer su juego con normalidad hasta llegar al objetivo.</p>
GRÁFICO	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 15

EFFECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Escritura creativa “Ponte lápiz con el lápiz”
LUGAR A REALIZAR	Domicilio, escuela, talleres, casa comunal o barrial, etc.
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Escritura creativa se trata de una actividad que está diseñada para que los niñas y niños puedan desarrollar su imaginación mediante una escritura libre y no formal. La escritura creativa es una herramienta en la cual los niños pueden fortalecer habilidades como el escuchar, mirar y sentir a través de las imágenes que luego las pueden transcribir como cuentos, anécdotas, reseñas, etc..

GRÁFICO




Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

Tabla 16

EFEECTO JUEGO	
NOMBRE DEL JUEGO O ACTIVIDAD	Pinta tu hoja con tinta
LUGAR A REALIZAR	Domicilio, escuela, talleres, casa comunal o barrial, etc.
DESARROLLO DEL JUEGO O ACTIVIDAD	El desarrollo del dibujo libre estimula los sentidos y hace que la imaginación de los niños se fortalezca a través de la pintura y la expresión libre y no necesariamente artística. Con esto se promueve la participación activa de los

	<p>integrantes y de sus familias. Gracias a esto podemos fortalecer lazos familiares y aportar desde la creatividad a una mejor salud mental y física.</p>
<p>GRÁFICO</p>	

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Autor: Victor Hugo Silva

B14. Ejes de Análisis

Primer Componente

Actividades deportivas para el tiempo libre. El desarrollo del deporte en etapas infantiles es tan importante como lo es la educación formal. Gracias a su importancia en el desarrollo de los niños y niñas en edades comprendidas entre los 8 y 10 años de edad, podemos señalar que la puesta en práctica que nos ofrece el juego, sirve no solo como método de enseñanza, sino, también, como una herramienta eficaz para combatir los males que afectan a la sociedad contemporánea, entre ellos, el trabajo infantil.

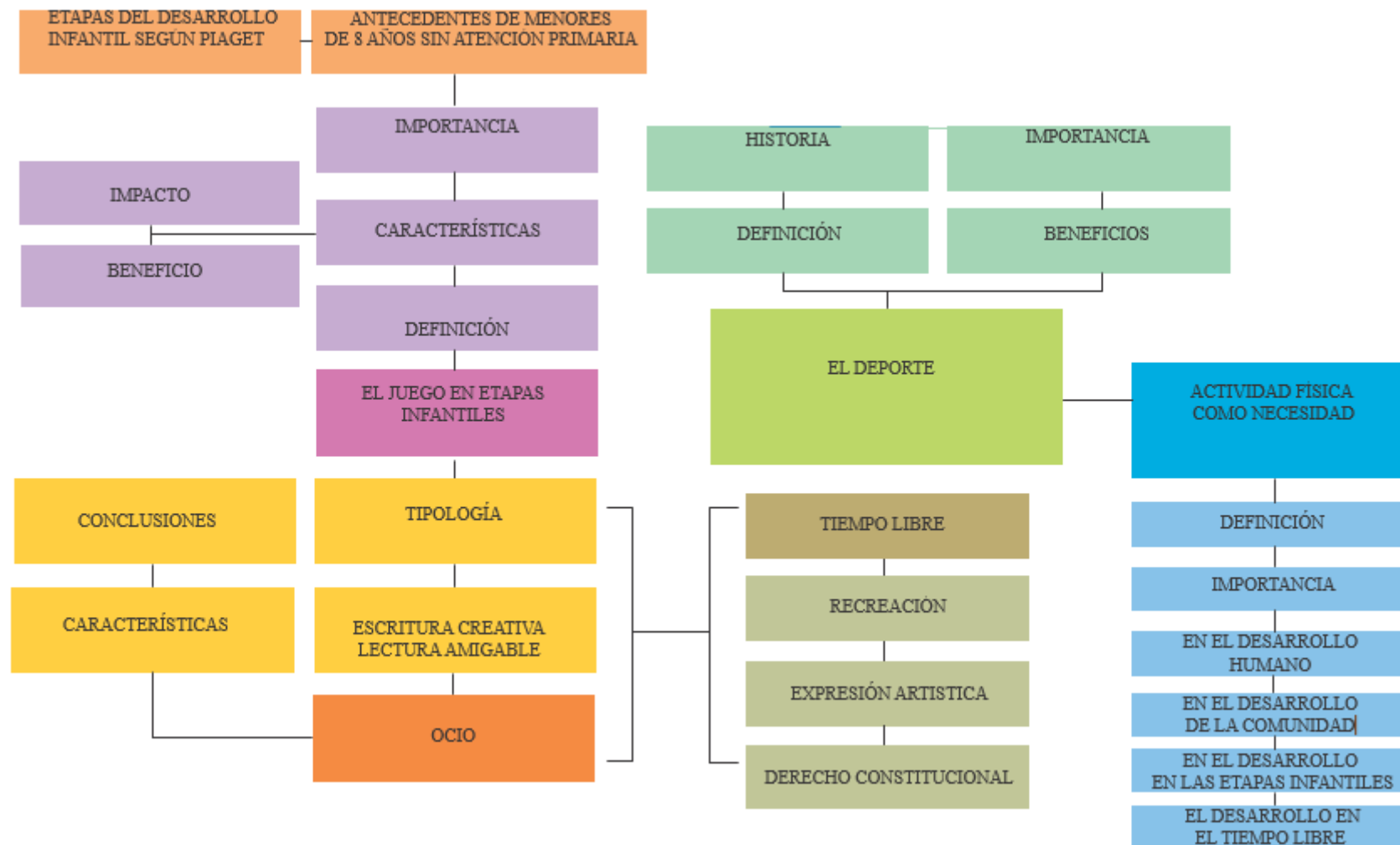


Ilustración 8: Primer Componente. *Elaborado por:* Victor Silva.

Segundo componente.

Problemas infantiles a partir del trabajo infantil. Tras una serie de trastornos ocasionados por el trabajo infantil, cabe señalar la importancia del trabajo mancomunado entre diversos actores, entre ellos, el estado, como responsable directo y las organizaciones que dedican su trabajo a este factor que desencadena en una serie de secuelas muy difíciles de superar. En consecuencia, el juego, la recreación y el deporte, se manifiestan como actores fundamentales, en el desarrollo integral de NNA.

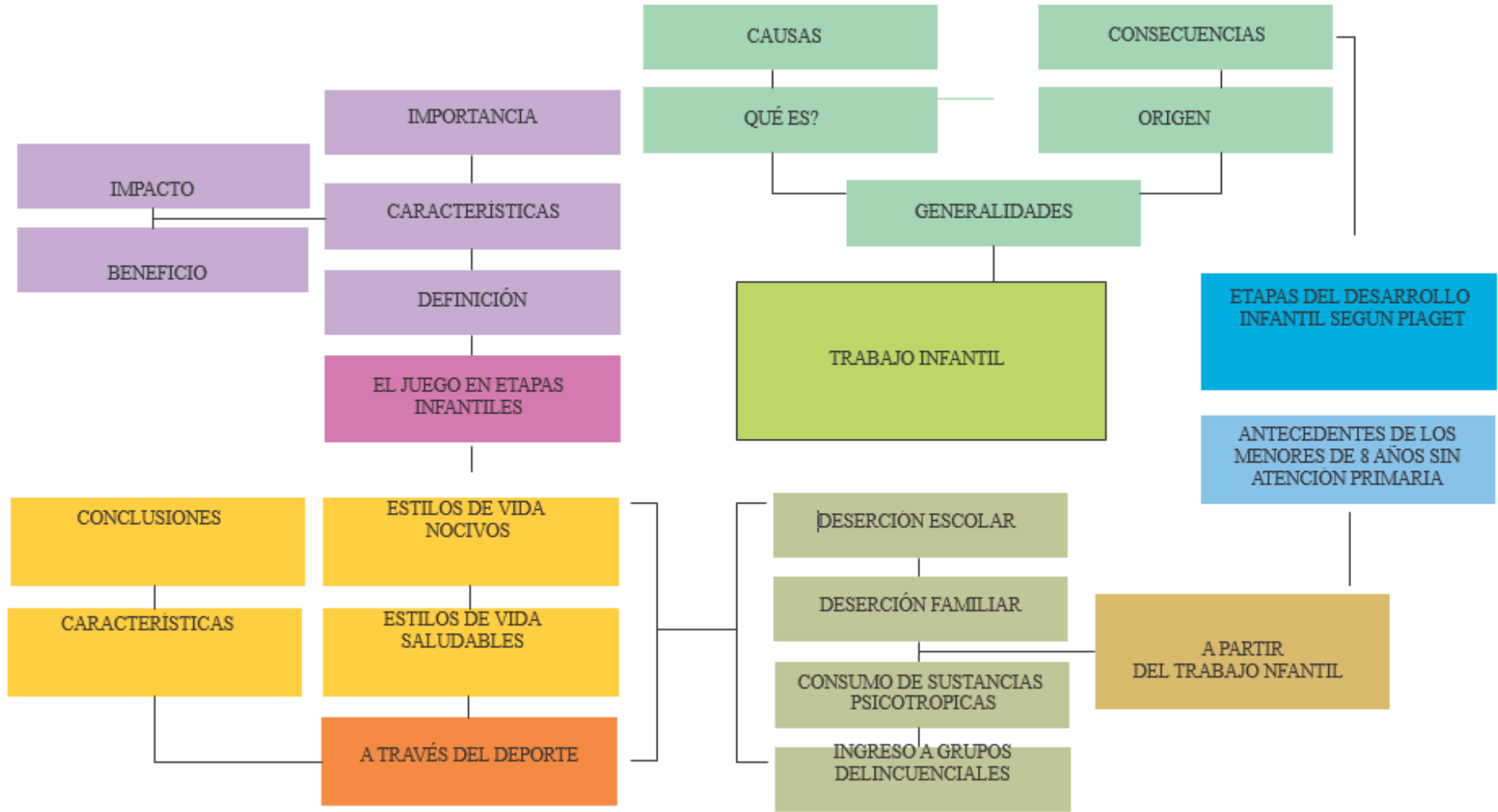


Ilustración 9: Segundo Componente. Elaborado Por: Victor Silva.

B.15. Principales Hallazgos Antes del Programa Recreativo

Observador: Victor Hugo Silva

Pre-Test de Observación

1. ¿Te gusta jugar con tus amigos en equipo y ayudarte mutuamente durante los juegos?
2. ¿Sigues las instrucciones que te dan cuando juegas, como las reglas de los juegos o lo que dice el adulto a cargo?
3. ¿Tratas de ser cuidadoso(a) con el material de juego y respetar las reglas cuando juegas?
4. ¿Ayudas a tus amigos cuando están jugando o practicando deportes?
5. ¿Qué haces para concentrarte en los juegos o actividades deportivas y evitar distracciones?
6. ¿Prefieres jugar y hacer deporte en tu tiempo libre en lugar de trabajar?
7. ¿A veces tú mismo(a) propones juegos o actividades deportivas para hacer con tus amigos?
8. ¿Te gustaría más jugar y hacer deporte que trabajar en otras cosas?

Tabla 17: Principales Hallazgos. Elaborado Por: Victor Hugo Silva

N+A+AI:A K15	Nombre y Apellido	¿Te gusta jugar con tus amigos en equipo y ayudarte mutuamente durante los juegos?					¿Sigues las instrucciones que te dan cuando juegas, como las reglas de los juegos o lo que dice el adulto a cargo?					¿Tratas de ser cuidadoso(a) con el material de juego y respetar las reglas cuando juegas?					¿Ayudas a tus amigos cuando están jugando o practicando deportes?					¿Preferes jugar y hacer deporte en tu tiempo libre en					¿A veces tú mismo(a) propones juegos o					¿Te gustaría más jugar y hacer deporte que trabajar en otras				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	Sofía Martínez	x					x					x					x					x					x					x				
2	Miguel Vásquez		x					x				x							x	x		x					x					x				
3	Carla Espinoza		x					x					x						x				x					x					x			
4	Juan Reyes	x						x					x						x				x					x					x			
5	Andrés Lugo		x					x					x						x				x					x					x			
6	Mariana Paz			x					x					x						x				x					x					x		
7	Diego Alvarado	x						x					x						x				x					x					x			
8	Valeria Titosunta	x						x					x						x				x					x					x			
9	José Aguilar		x						x			x							x	x		x					x					x				
10	Daniela Titosunta		x					x					x						x				x						x					x		
11	Kevin Tapia	x						x					x						x				x					x					x			
12	Emily Rodríguez		x					x					x						x				x					x					x			
13	Carlos Zambrano			x					x					x						x				x					x					x		
14	Gabriela Castillo	x						x					x						x				x					x					x			
15	Samuel Pérez (Vzla.)		x						x				x						x					x					x					x		
	Total	6	7	2			10	2	3			4	9		2		4	4	5	2	2	6	5	3			10	5				10	5			
	Porcentaje	40	46,66667	13,33	0	0	66,66667	13,333	20	0	0	26,6667	60	0	13,33	0	26,7	26,667	33,33	13,333	13,3	40	33	20	0	0	67	33	0	0	0	66,7	33,3			

CAPÍTULO III

PRÁCTICA MEJORADA O DE INTERVENCIÓN

En el marco de la investigación, se propone una intervención práctica denominada "Efecto Juego". Esta intervención se basa en la sistematización de experiencias recopiladas y tiene como objetivo principal diseñar un programa deportivo y recreativo enfocado en el desarrollo físico y social de niños y niñas en situación de vulnerabilidad en 'El Recreo'.

La sistematización de experiencias se ha centrado en recopilar información valiosa sobre las prácticas deportivas y recreativas existentes en el sector de 'El Recreo'. A través del análisis de la literatura, entrevistas con expertos y encuestas a la comunidad, se ha obtenido un amplio entendimiento de cómo el deporte y la recreación influyen en la vida de los niños y niñas, especialmente en aquellos en situación de vulnerabilidad.

El programa se centra en varios objetivos específicos, como incrementar la participación activa de los niños y niñas en actividades deportivas, socializar y divulgar los beneficios del deporte y la recreación, y fortalecer la cohesión comunitaria. Además, "Efecto Juego" busca promover valores esenciales, estimular el crecimiento personal y social, y fomentar la actividad física como medio de bienestar y salud.

La sistematización se realizó con el fin de proporcionar una base sólida para el desarrollo del programa "Efecto Juego". El objetivo es transformar de manera positiva el uso del tiempo libre de los niños y niñas del sector "El Recreo" expuestos a condiciones de trabajo infantil en distintos niveles. Promoviendo su desarrollo integral a través del deporte. Además, busca ser un referente para futuras intervenciones en

contextos similares, demostrando cómo el deporte puede ser una herramienta poderosa para el cambio social y el desarrollo comunitario.

B.16. Análisis de los resultados

PREGUNTA 1

Tabla 18: Pregunta 1

¿Te gusta jugar con tus amigos en equipo y ayudarte mutuamente				
(No me gusta)	2	3	4	(Me encanta)
6	7	2		
40	46,7	13,3	0	0

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Test de Observación

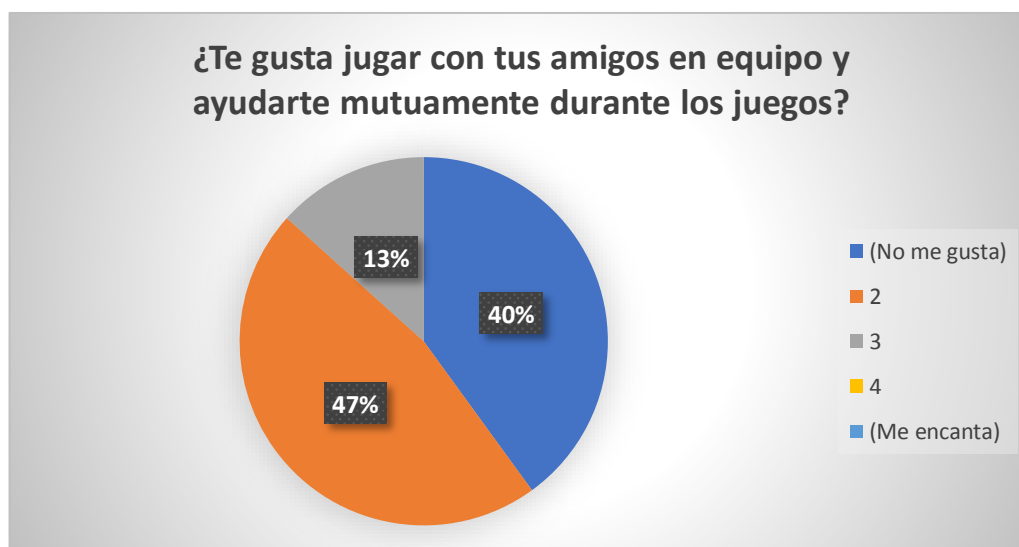


Ilustración 10: Pregunta 1

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Encuesta

En el siguiente gráfico el 47% de los niños escogió la opción “2” (Color naranja), lo que significa que muy raras veces les gusta jugar con sus amigos en equipo. Mientras que un 40% de los niños escogió la opción “1” indicando que no les gusta trabajar en equipo y ayudarse mutuamente”. El restante 13% de los niños escogió la opción “3” indicando que a veces prefieren trabajar con sus amigos y ayudarse mutuamente.

PREGUNTA 2

Tabla 19: Pregunta 2

¿Sigues las instrucciones que te dan cuando juegas, como las reglas de los juegos o lo que				
(Casi nunca las sigo)	2	3	4	(Siempre las sigo)
10	2	3		
66,7	13,3	20	0	0

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Test de Observación

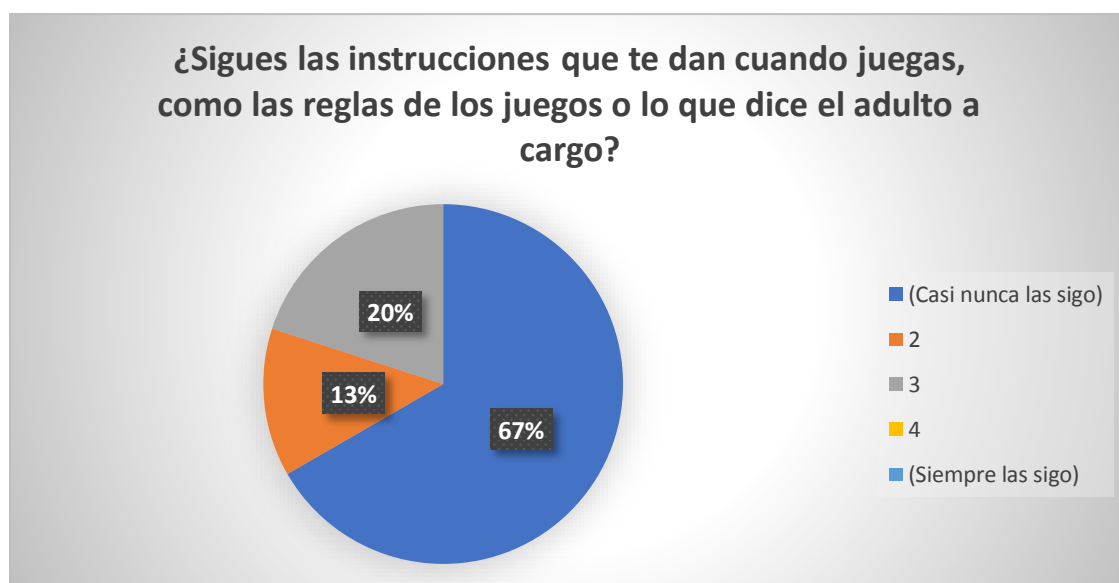


Ilustración 11: Pregunta 2

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Encuesta

Un 67% de los encuestados, representados por el color azul, indica que casi nunca siguen las instrucciones cuando juegan. Este es un porcentaje significativo que muestra un alto grado de inconformidad por las reglas establecidas y la autoridad del adulto a cargo durante el juego. El 20%, representado por el color gris, responde con la opción 3, lo que sugiere que a veces siguen las instrucciones, lo que implica un comportamiento inconsistente en el seguimiento de las reglas o instrucciones. Un 13%, representado por el color naranja, responde con la opción 2, que podríamos interpretar como que generalmente siguen las instrucciones, pero con algunas excepciones.

PREGUNTA 3

Tabla 20: Pregunta 3

¿Tratas de ser cuidadoso(a) con el material de juego y respetar las reglas cuando juegas?				
(No lo hago)	2	3	4	(Siempre lo hago)
4	9		2	
26,7	60	0	13,3	0

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Test de Observación



Ilustración 12: Pregunta 3

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Encuesta

La mayoría de los encuestados, un 60%, indicó con la opción 2 que probablemente tienen un equilibrio entre ser cuidadosos algunas veces y otras no tanto con el material de juego y el respeto a las reglas. Un 27% de los encuestados seleccionó la opción 1, lo que sugiere que no son cuidadosos con el material de juego y no respetan las reglas. Una minoría del 13% eligió la opción 4, indicando que suelen ser cuidadosos con el material y estas predispuestos a respetar las reglas cuando juegan.

PREGUNTA 4

Tabla 21: Pregunta 4

¿Ayudas a tus amigos cuando están jugando o practicando deportes?				
(No los ayudo)	2	3	4	(Siempre los ayudo)
4	4	5	2	2
26,7	26,7	33,33	13,33	13,33

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Test de Observación



Ilustración 13: Pregunta 4

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Encuesta

En la siguiente tabla podemos observar que el 23% de los niños escogieron la opción “No los ayudo” (Color Azul) mostrando un porcentaje que en raras ocasiones está dispuesto a prestar su ayuda a compañeros. Un 24% escogieron la opción 2, representando así que en ciertas ocasiones han prestado su ayuda, sin embargo, en raras ocasiones. El 29% de los niños escogieron la opción 3 (color gris), indicando que a veces han prestado su ayuda. Un 12% para la opción 4 como para la opción “Siempre

los ayudo” mostrando un porcentaje bajo de niños que tienden a ayudar a sus compañeros.

PREGUNTA 6

Tabla 22: Pregunta 6

¿Prefieres jugar y hacer deporte en tu tiempo libre en lugar de trabajar?				
(No prefiero jugar)	2	3	4	(Prefiero jugar siempre)
6	5	3		
40	33,33	20	0	0

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Test de Observación

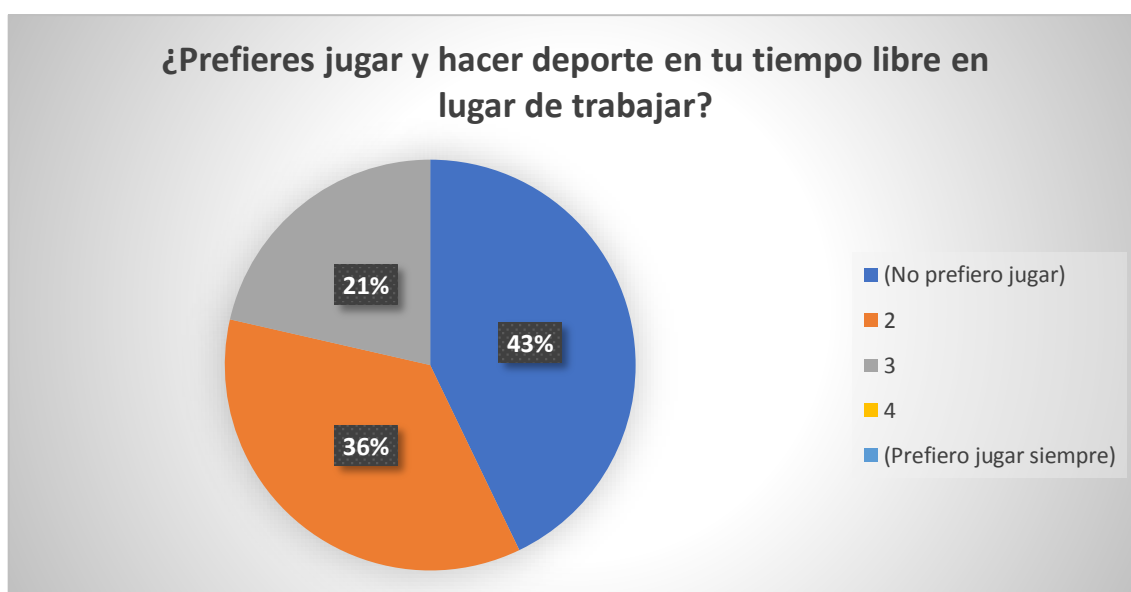


Ilustración 14: Pregunta 6

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Encuesta

En la siguiente tabla podemos observar que el 43% de los niños escogieron la opción “No prefiero jugar” (Color azul) indicando que en sus tiempos libres no escogerían

jugar, si no que prefieren trabajar. El 36% de los niños señalaron la opción “2” (Color Naranja) indicando que en raras ocasiones prefieren escoger jugar o hacer deporte antes que trabajar. El 21% de los niños escogió la opción “3” es decir a veces si escogen jugar y otras no dependiendo de su situación.

PREGUNTA 7

Tabla 23: Pregunta 7

¿A veces tú mismo(a) propones juegos o actividades deportivas para hacer				
(Nunca propongo)	2	3	4	(Siempre propongo)
10	5			
66,7	33,33	0	0	0

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Test de Observación

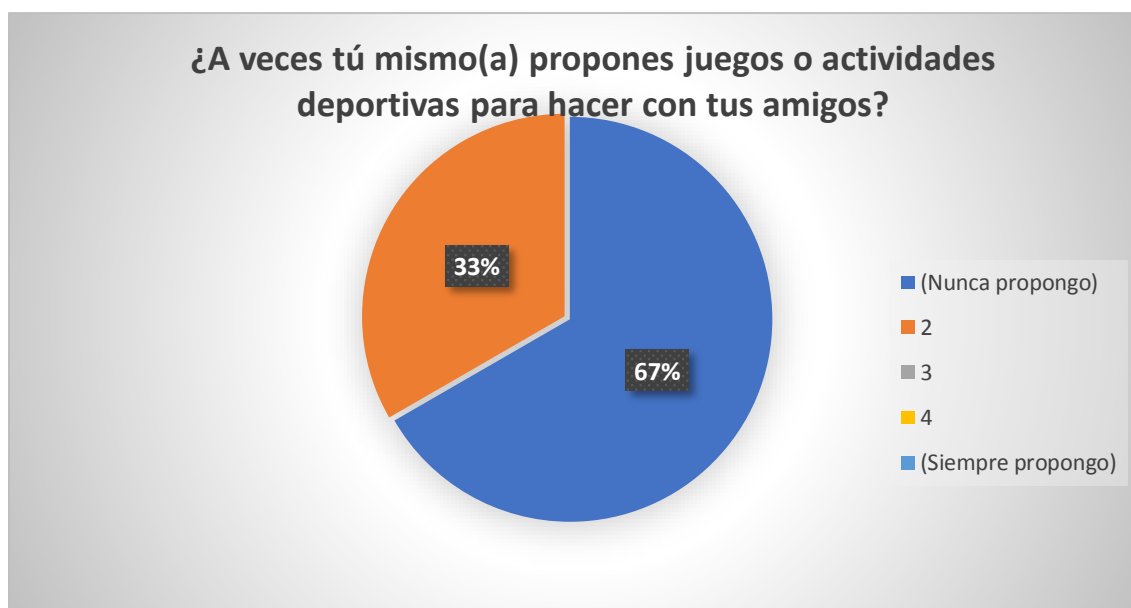


Ilustración 15: Pregunta 7

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Encuesta

En el grafico se observa que el 67% de los niños escogieron la opción “Nunca Propongo” indicando que no proponen ideas de actividades o juegos para hacer con sus amigos. Mientras que el 33% escogió la opción “2” (Color naranja) indicando que en raras ocasiones son ellos quienes proponen ideas para jugar o hacer actividades entre sus amigos.

PREGUNTA 8

¿Te gustaría más jugar y hacer deporte que trabajar en otras cosas?				
(Prefiero trabajar)	2	3	4 (Prefiero jugar y hacer deporte)	
10	5			
66,7	33,33	0	0	0

Ilustración 16: Pregunta 8

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Test de Observación



Ilustración 17: Pregunta 8

Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Fuente: Encuesta

En el siguiente gráfico el 67% de los niños respondieron que “Prefiero Trabajar” (Color azul) lo que nos dice que entre el juego y hacer deporte priman más sus obligaciones de

trabajo. Y para el 33% escogieron la opción “2” (Color naranja), indicando que muy raras ocasiones les gustaría escoger el jugar por encima de trabajar.

Resultados del Diagnostico

Tabla 24: Tabla de diagnóstico Antes del Programa “EFECTO JUEGO”

Fuente: Test De Observación

Elaborado por: Victor Hugo Silva

INDICADORES	1	2	3	4	5	Total
¿Te gusta jugar con tus amigos en equipo y ayudarte mutuamente durante los juegos?	40%	47%	13%	0%	0%	100%
¿Sigues las instrucciones que te dan cuando juegas, como las reglas de los juegos o lo que dice el adulto a cargo?	67%	13%	20%	0%	0%	100%
¿Tratas de ser cuidadoso(a) con el material de juego y respetar las reglas cuando juegas?	27%	60%	0%	13%	0%	100%
¿Ayudas a tus amigos cuando están jugando o practicando deportes?	27%	27%	33%	13%	13%	100%

¿Preferes jugar y hacer deporte en tu tiempo libre en lugar de trabajar?	40%	33%	20%	0%	0%	100%
¿A veces tú mismo(a) propones juegos o actividades deportivas para hacer con tus amigos?	67%	33%	0%	0%	0%	100%
¿Te gustaría más jugar y hacer deporte que trabajar en otras cosas?	67%	33%	0%	0%	0%	100%
TOTAL	47.45%	34.84%	12.18%	3.68%	1.84%	100%

Tabla 25: Tabla de diagnóstico Después del Programa “EFECTO JUEGO”

Fuente: Test De Observación

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Tabla: Tabla de diagnóstico Después del Programa “EFECTO JUEGO”

INDICADORES	1	2	3	4	5	Total
¿Te gusta jugar con tus amigos en equipo y ayudarte mutuamente durante los juegos?	0%	11.99%	17.22%	29.41%,	31.41%	100%
¿Sigues las instrucciones que te dan cuando juegas, como las reglas de los juegos o lo que dice el adulto a cargo?	6.09%	11.28%	24.43%	28.77%	29.44%	100%
¿Tratas de ser cuidadoso(a) con el material de juego y respetar las reglas cuando juegas?	15.93%	16.47%	16.58%	22.89%	28.12%	100%

¿Ayudas a tus amigos cuando están jugando o practicando deportes?	13.5%	17.19%	20.33%	24.28%	24.7%	100%
¿Prefieres jugar y hacer deporte en tu tiempo libre en lugar de trabajar?	9.05%	9.21%	12.15%	34.65%	34.93%	100%
¿A veces tú mismo(a) propones juegos o actividades deportivas para hacer con tus amigos?	6.29%	19.82%	21.92%	22.72%	29.26%	100%
¿Te gustaría más jugar y hacer deporte que trabajar en otras cosas?	7.35%	17.05%	23.15%	24.8%	27.66%	100%
TOTAL	8.44%	14.93%	19.68%	27.18%	29.78%	100%

Comparativo de Pre test y Post Test

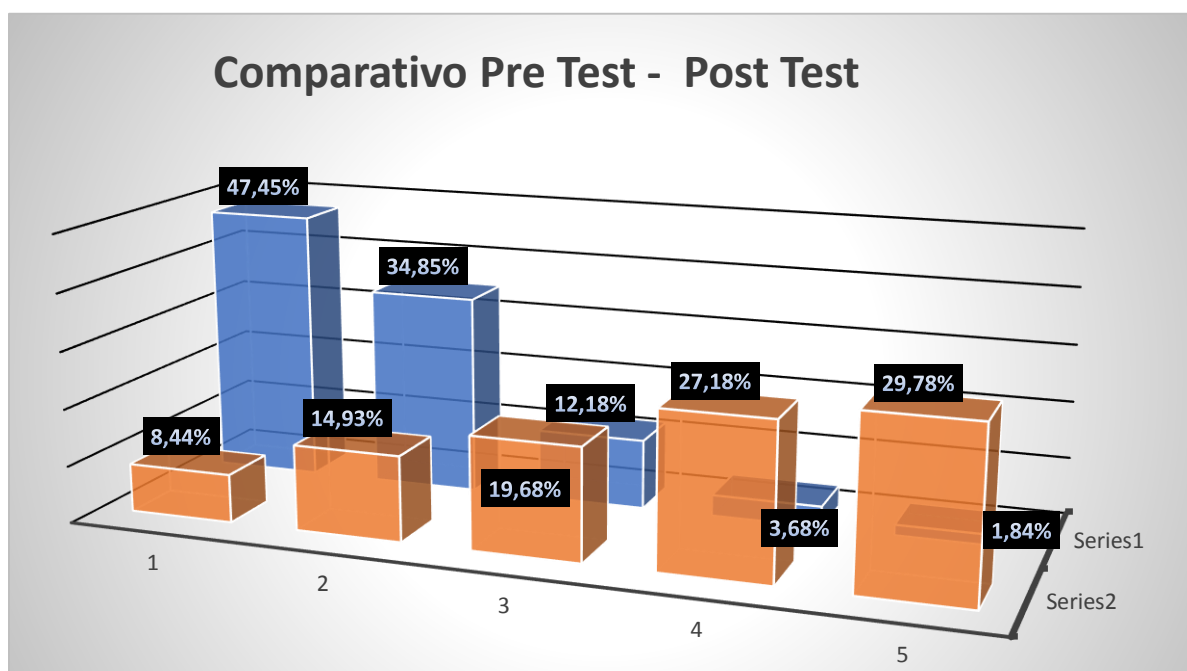


Ilustración 18: Gráfico Comparativo Pre Test - Post Test
Elaborado Por: Victor Hugo Silva

Análisis de Diferencias:

- 1. Disminución de Respuestas Negativas (Opción 1):** La respuesta más negativa (Opción 1) ha disminuido notablemente de 47,45% a 8,44%. Esto indica un cambio significativo en la actitud de los niños, pasando de una tendencia a negar a una tendencia a afirmar con respecto a las preguntas realizadas.
- 2. Aumento de Respuestas Positivas (Opción 5):** La respuesta más afirmativa (Opción 5) ha aumentado dramáticamente del 1,84% al 29,78%. Este es un cambio sustancial que sugiere que después de la aplicación del proyecto, los niños están mucho más inclinados a jugar y hacer deporte en su tiempo libre en lugar de trabajar y a ayudar a sus amigos durante el juego.
- 3. Cambio en Respuestas Neutrales y Positivas (Opciones 2, 3 y 4):** Las respuestas intermedias también han experimentado cambios significativos. Las

Opciones 2 y 3, que pueden representar actitudes ambiguas o moderadas, han mostrado una disminución y un aumento respectivamente, mientras que la Opción 4 ha visto un aumento muy marcado de 3,68% a 27,18%, lo que podría reflejar una mayor disposición a seguir las instrucciones y ser cuidadosos.

Conclusiones:

La aplicación del proyecto ha tenido un impacto positivo en la actitud de los niños hacia el juego y el deporte, según se desprende del aumento en las respuestas que indican una tendencia aprobativa en los aspectos cruciales como apoyo mutuo, respeto, cuidado y uso del tiempo libre y del descenso en las respuestas que señalan negación. Estos resultados sugieren que los niños están ahora más comprometidos con el juego en equipo, siguen más las instrucciones, cuidan mejor el material de juego, ayudan más a sus amigos y prefieren jugar y hacer deporte en su tiempo libre. Además, parecen estar más dispuestos a proponer actividades deportivas, lo que podría indicar un aumento en la iniciativa personal y en la motivación hacia el deporte y el juego.

Los resultados del post-test muestran un cambio significativo desde respuestas negativas hacia respuestas positivas en relación con las preguntas planteadas, podríamos inferir lo siguiente sobre el impacto del proyecto:

Cambio de Actitudes: El proyecto ha influenciado positivamente las actitudes de los niños hacia el juego en equipo, la cooperación y el seguimiento de reglas. Esto puede ser indicativo de un fortalecimiento en sus habilidades sociales y una mayor comprensión de la importancia del juego cooperativo y la observancia de las normas.

Mejora de Habilidades Sociales: Un aumento en la disposición para ayudar a los amigos y para participar en actividades deportivas sugiere que los niños han

desarrollado una mayor empatía y un sentido de compañerismo. Estas habilidades son fundamentales para su desarrollo social y emocional.

Aumento de la Iniciativa Personal: Si los niños ahora muestran una mayor tendencia a proponer juegos o actividades deportivas, esto puede reflejar un crecimiento en la confianza en sí mismos y en su capacidad para liderar y organizar actividades.

Preferencia por el Juego y la Actividad Física: El cambio hacia una preferencia por jugar y hacer deporte en lugar de trabajar o realizar otras actividades podría indicar que los niños han encontrado en el deporte un medio de disfrute y de expresión personal que valoran y buscan por encima de otras opciones.

Impacto en la Calidad de Vida: La preferencia por el juego y el deporte también puede señalar una mejora en la calidad de vida de los niños, al proporcionarles un medio para el ejercicio físico, el disfrute y la liberación de estrés.

Efectividad del Proyecto: Los cambios positivos en las respuestas pre y post intervención demuestran la efectividad del proyecto en alcanzar sus objetivos de mejorar la actitud de los niños hacia el deporte y el juego en equipo.

Implicaciones a Largo Plazo: Estos cambios de actitud y comportamiento podrían tener implicaciones positivas a largo plazo en la vida de los niños, como mejor rendimiento escolar, mejor salud física y mental, y una mayor capacidad para trabajar en equipo. Esto en tanto el programa sea de posible aplicación a largo plazo.

Por lo que podemos concluir que los resultados del post-test reflejan un cambio consistente y positivo en comparación con el pre-test, podemos concluir que el proyecto fue exitoso en impactar y mejorar las actitudes y comportamientos de los niños hacia el juego, el deporte y la cooperación. Esto sugiere que las actividades y estrategias utilizadas durante el proyecto fueron efectivas y podrían ser aplicadas en futuros programas similares.

Preguntas de la Tabla de Observación

Tabla 26: Preguntas de la Tabla de Observación

Fuente: Test De Observación

Elaborado por: Victor Hugo Silva

Preguntas
¿Te gusta jugar con tus amigos en equipo y ayudarte mutuamente durante los juegos?
¿Sigues las instrucciones que te dan cuando juegas, como las reglas de los juegos o lo que dice el adulto a cargo?
¿Tratas de ser cuidadoso(a) con el material de juego y respetar las reglas cuando juegas?
¿Ayudas a tus amigos cuando están jugando o practicando deportes?
¿Prefieres jugar y hacer deporte en tu tiempo libre en lugar de trabajar?
¿A veces tú mismo(a) propones juegos o actividades deportivas para hacer con tus amigos?
¿Te gustaría más jugar y hacer deporte que trabajar en otras cosas?

B.17. CONCLUSIONES

- La implementación del programa "Efecto Juego" ha demostrado que las actividades deportivas pueden ser herramientas de transformación social efectivas. Los resultados evidencian un cambio significativo en el uso del tiempo libre de los niños y niñas del sector de "El Recreo", mostrando una inclinación hacia comportamientos más colaborativos, respetuosos y activos durante el juego. Este cambio apunta hacia un aprovechamiento más positivo del tiempo libre, alineándose con el objetivo general del proyecto de sistematizar el deporte como un medio para el cambio social en poblaciones vulnerables.
- El análisis de la literatura ha proporcionado un marco teórico sólido que respalda el deporte como un catalizador para el desarrollo social y personal. La literatura subraya la importancia del deporte en la construcción de habilidades sociales y la mejora del bienestar, lo cual se refleja en los cambios observados en las respuestas de los niños post-intervención.
- La sistematización de la situación actual de los niños y niñas que trabajan en "El Recreo" reveló inicialmente una escasa participación en actividades lúdicas y deportivas durante su tiempo libre. La ejecución del programa "Efecto Juego" ha contribuido a una mayor accesibilidad y disponibilidad de oportunidades de juego, lo que ha fomentado un uso más constructivo del tiempo libre de estos niños.

- Las experiencias deportivas ofrecidas a través de "Efecto Juego" han sido descritas por los participantes como enriquecedoras y divertidas. La descripción de las experiencias indica que el programa ha tenido éxito en proporcionar a los niños y niñas en situación de vulnerabilidad en "El Recreo" un espacio para el desarrollo motor y social.
- La propuesta de "Efecto Juego" ha alcanzado sus objetivos específicos, aumentando la participación y el entusiasmo de los niños y niñas, socializando el programa efectivamente y fomentando un ambiente de apoyo comunitario. La visión y la misión del programa se han cumplido, creando un modelo de intervención exitoso que ha contribuido al desarrollo integral de los participantes. Los valores promovidos han sido claramente reflejados en los cambios positivos de actitud y comportamiento, y la meta de trabajo propuesta se ha logrado, evidenciado por la utilización efectiva del tiempo libre y el fomento de la actividad física como medio de bienestar y salud. El tiempo de duración del programa ha permitido una intervención sostenida, lo que sugiere un impacto duradero en los participantes.

B.18. RECOMENDACIONES

Se recomienda la continuación y expansión del programa "Efecto Juego", considerando su éxito en mejorar el uso del tiempo libre de los niños y niñas en el sector de "El Recreo". Para asegurar la sostenibilidad y el crecimiento del programa, sería beneficioso buscar alianzas con organizaciones locales e internacionales que se enfoquen en el desarrollo social y el deporte.

Es esencial fortalecer la capacitación de los facilitadores y monitores del programa, garantizando que las actividades deportivas y lúdicas sean dirigidas por individuos calificados que puedan continuar fomentando un ambiente seguro, inclusivo y de aprendizaje constante. Además, se sugiere implementar mecanismos de seguimiento y evaluación regulares para medir el impacto a largo plazo del programa en la comunidad.

Para incrementar el alcance del programa, se aconseja diseñar estrategias de difusión que utilicen los medios de comunicación locales, redes sociales y eventos comunitarios, con el fin de sensibilizar y atraer a más niños y niñas, así como a sus familias. También sería provechoso desarrollar una variedad de actividades que puedan atender a las diversas necesidades e intereses de los participantes, incluyendo deportes individuales y de equipo, juegos recreativos y talleres educativos que integren la actividad física con aprendizajes sobre salud, nutrición y bienestar emocional.

Se recomienda establecer un programa de mentoría dentro de "Efecto Juego", donde los participantes más antiguos puedan actuar como mentores para los nuevos, promoviendo así el liderazgo juvenil y el compromiso con la comunidad. Finalmente, se insta a documentar y compartir las mejores prácticas y lecciones aprendidas del programa, contribuyendo al conocimiento colectivo y a la replicabilidad del proyecto en otros sectores similares a "El Recreo".

Referencias bibliográficas

- Aceti, E., Castelli, L., López, C., Mogni, J., Lamonedá, J., Ziegler, J., & Heid, S. (2015). Desarrollo social a través del deporte. Corporación Andina de Fomento y Universidad Andina Simón Bolívar. Recuperado de https://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/734/Desarrollo_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Arroba, M. L., & Manzarbeitia, P. (2009). El tiempo libre de los niños. *Anales de Pediatría Continuada*, 7(6), 373-379.
- Rizzo, A. G. L., & Andrade Maldonado, J. A. (2016). El Trabajo Infantil y su Influencia Negativa en el Desarrollo Integral de los Niños, Niñas y Adolescentes en el Barrio El Recreo, Cantón Quito, Provincia de Pichincha, Durante el Año 2015 [Proyecto de investigación]. Universidad Central del Ecuador.
- Vásconez, A., Muñoz, F., & Tomsich, C. (2015). Trabajo Infantil en Ecuador: Hacia un entendimiento Integral de la problemática,. Instituto Nacional de Estadística y Censos - INEC & UNICEF. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Bibliotecas/Libros/Trabajo_Infantil_en_Ecuador.pdf
- Salazar Arango, E., & Sarabia Molina, M. (2011). Incidencia de manejo del tiempo libre de niños y adolescentes entre 7 y 14 años, en situación de riesgo por trabajo infantil del Cantón Latacunga – Provincia de Cotopaxi. Universidad Estatal Península de Santa Elena.
- Velastegui Riera, L. A., Medina-Apolo, J. R., Dávila-Tamayo, P. D., & Cabezas-Mejía, E. D. (2021). Ocupación del tiempo libre en niños de 10 a 12 años en tiempos de pandemia covid-19. *Pol. Con.* Vol. 6, No 9, 243-258. <https://orcid.org/0000-0001-5867-1964>, <https://orcid.org/0000-0002-8701-1225>.
- Duran Valencia, C. A. (2020). Deporte y transformación social: Análisis del uso de la pedagogía deportiva como herramienta constructora de trayectoria de vida positiva. Universidad de los Andes. Recuperado de <https://repositorio.uniandes.edu.co/bitstream/handle/1992/48423/u833471.pdf?sequence=1>
- Pinto Pazmiño, I. B. (2014). La importancia del deporte fútbol en relación con la selección nacional para el forjamiento de la identidad. Universidad Central del Ecuador. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/3203/1/T-UC-0009-261.pdf>
- Rodríguez, P. (2012). La economía del deporte. *Estudios de Economía Aplicada*, 30(2), 387-417. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/301/30124481001.pdf>
- Rodríguez Chuquimarca, J. P. (2020). Análisis de las políticas públicas y el marco organizacional vinculado al deporte de alto rendimiento de Ecuador. Universidad

Andina Simón Bolívar. Recuperado de <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/7458/1/T3254-MGDE-Rodr%C3%ADguez-Analisis.pdf>

Ministerio del Deporte. (2022). Encuentro Activo del Deporte Para el Desarrollo 2022-2025. Recuperado de <https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2022/03/PROYECTO-ENCUENTRO-ACTIVO-DEL-DEPORTE-PARA-EL-DESARROLLO-2022-2025.pdf>

Ministerio del Deporte. (2022). Plan estratégico institucional 2022 - 2025. Recuperado de <https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2022/03/PLAN-ESTRATE%CC%81GICO-MINISTERIO-DEL-DEPORTE-2022-2025.pdf>

Hernández González, D., & Recoder Renteral, A. G. (2015). Historia de la actividad física y el deporte: Bases conceptuales. Premisas ordenadoras. Síntesis. Literatura. Impresos Chávez de la Cruz. Recuperado de <https://ened.conade.gob.mx/Documentos/Manuales/HISTORIA%20DE%20LA%20ACTIVIDAD%20F%C3%8DSICA%20Y%20EL%20DEPORTE.pdf>

Vicente-Rodríguez, G., Benito, P. J., Casajús, J. A., Ara, I., Aznar, S., Castillo, M. J., Dorado, C., González-Agüero, A., González-Gallego, J., González-Gross, M., Gracia-Marco, L., Gutiérrez, Á., Gusi, N., Jiménez-Pavón, D., Lucía, A., Márquez, S., Moreno, L., Ortega, F. B., de Paz, J. A., Ruiz, J. R., Serrano, J. A., Tur, J. A., & Valtueña, J. (2016). Actividad física, ejercicio y deporte en la lucha contra la obesidad infantil y juvenil. *Nutrición Hospitalaria*, 33(9), 1-21. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309249471001>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2019). LA ACTIVIDAD FÍSICA en niños, niñas y adolescentes: Prácticas necesarias para la vida. <https://www.unicef.org/lac>

Airasca, D. (2000). Actividad Física y Salud. PubliCE. Recuperado de https://journal.onlineeducation.center/api-oas/v1/articles/sa-P57cfb270e3e36/export-pdf/actividad-fisica-y-salud-1?_gl=1*10pxzad*_ga*MjA0OTk5OTUwLjE3MDQ5MzU0MDA.*_ga_VZZRDR12S5*MTcwNDkzNTM5OS4xLjAuMTcwNDkzNTM5OS42MC4wLjA.

Velásquez Oreste, J., Monsalve Fuentes, C., Meza Pincheira, S., Toledo Garrido, J., & Illanes Aguilar, L. (2022). Actividad Física y desarrollo de funciones cognitivas de niños y niñas de 4 a 5 años: revisión sistemática. *Revista Educación Física Chile - UMCE*, (274).

Marín López, B. J. (2023). Aprovechamiento del tiempo libre y realización de actividad física regular en los docentes: Revisión sistemática. *GADE: Revista Científica*, Edición especial marzo 2023. Universidad Central del Ecuador. Recuperado de

Rodríguez C., A. (2003). La recreación: una estrategia de enseñanza para el desarrollo del contenido actitudinal del diseño curricular en alumnos de Tercer Grado, de la Escuela Bolivariana Ambrosio Plaza. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 4(2), 0.

Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41040203>

- Carrillo Puga, S., Reyes Cedeño, C., & Bustos Ochoa, C. (Coordinadores). (2018). *Lectura Hermenéutica al Proyecto de Titulación de la Universidad Técnica de Machala*. Ediciones UTMACH. ISBN: 978-9942-24-124-5. Disponible en <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14285/1/Cap.6-Expresi%C3%B3n%20art%C3%ADstica%20como%20medio%20de%20las%20habilidades%20comunicativas.pdf>
- Fandos Gil, S. (2017). *Emociónate con la escritura creativa* [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid]. Facultad de Educación de Soria. Disponible en <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/29529/TFG-O-1206.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Merino Orozco, A., Jarie, L., & Usán Supervía, P. (2019). Referentes formativo-deportivos en el fútbol base español: un escenario socioeducativo complejo. *Educación Física y Ciencia*, 21(2), e078. <https://doi.org/10.24215/23142561e078>
- Lloor Briones, W., Hidalgo Hidalgo, H., Macías Alvarado, J., García Noy, E., & Scrich Vázquez, A. J. (2018). Causas de las adicciones en adolescentes y jóvenes en Ecuador. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 22(2). Recuperado de <http://revistaamc.sld.cu/>
- Fuentealba Araya, T. (2008). Niños, niñas y adolescentes en conflicto con la Ley Penal, desde la mirada de las peores formas del trabajo infantil. *Revista Mad*, (3), 121-147. Disponible en <https://www.redalyc.org/pdf/3112/311249720006.pdf>
- Gómez Ramírez, J. F. (2018). El juego infantil y su importancia en el desarrollo. Disponible en <https://educacioninicial.mx/wp-content/uploads/2018/04/El-Juego-Infantil-y-su-Importancia-en-el-Desarrollo.pdf>
- Cintra Cala, O., & Balboa Navarro, Y. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*. Buenos Aires, 16(159). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd159/la-actividad-fisica-para-la-salud.htm>
- Cintra Cala, O., & Balboa Navarro, Y. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*. Buenos Aires, 16(159). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd159/la-actividad-fisica-para-la-salud.htm>
- UNESCO. (n.d.). Carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte. Recuperado el 17 de enero de 2024, de <https://es.unesco.org/themes/educacion-fisica-y-deporte/charter> [oaicite:1]
- Organización Mundial de la Salud. (2019). Directrices de la OMS sobre la actividad física, el comportamiento sedentario y el sueño para menores de 5 años. Recuperado el 17 de enero de 2024, de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51805> [oaicite:0]
- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (n.d.). Calidad de vida para un envejecimiento saludable. Recuperado el 17 de enero de 2024, de

<https://www.gob.mx/inapam/articulos/calidad-de-vida-para-un-envejecimiento-saludable>;`【oaicite:1】`​.

Medicina Familiar. (n.d.). Calidad de vida según la OMS: Todo lo que necesitas saber. Recuperado el 17 de enero de 2024, de <https://medicinafamiliarwiki.com/calidad-de-vida-segun-la-oms-todo-lo-que-necesitas-saber>;`【oaicite:0】`​.

Redacción Quito. (2016, 13 de agosto). El Recreo surgió por la lucha de los obreros de La Internacional. El Comercio. Recuperado de <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/quito/1/el-recreo-surgio-por-la-lucha-de-los-obreros-de-la-internacional>

Anexos

CERTIFICADO DE ANÁLISIS
 magister

SILVA ZAPATA VICTOR HUGO

3(4)TSAFQ2

2%
 Textos
 sospechosos

2% Similitudes
 < 1% similitudes entre
 comillas
 < 1% entre las fuentes
 mencionadas
 < 1% Idiomas no reconocidos

Nombre del documento: SILVA ZAPATA VICTOR HUGO 3(4)TSAFQ2.pdf	Depositante: Evelyn Cadena	Número de palabras: 30.788
ID del documento: 28a8a65baed975ec2ac2c6544259586f6c441884	Fecha de depósito: 6/2/2024	Número de caracteres: 210.130
Tamaño del documento original: 3,26 MB	Tipo de carga: interface	
	fecha de fin de análisis: 6/2/2024	

Ubicación de las similitudes en el documento:

Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.uniandes.edu.co	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (61 palabras)
2	www.memoria.fahce.unlp.edu.ar	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (53 palabras) 1 fuente similar
3	www.efyc.fahce.unlp.edu.ar Referencias formativo-deportivos en el fútbol base e...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (48 palabras) 1 fuente similar
4	www.unicef.es El trabajo infantil UNICEF	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (51 palabras) 2 fuentes similares
5	www.efyc.fahce.unlp.edu.ar Referentes formativo-deportivos en el fútbol base e...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (41 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	www.redalyc.org Referentes formativo-deportivos en el fútbol base español: un ...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (31 palabras)
2	www.elselegrafo.com.ec El Telégrafo - El Recreo surgió por la lucha de los obrer...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (22 palabras)
3	repositorio.uniandes.edu.co Deporte y transformación social: Análisis del uso de...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (18 palabras)
4	Documento de otro usuario El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (18 palabras)
5	www.who.int Actividad física	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (14 palabras)

Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas)

Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

- 1 https://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/734/Desarrollo_WEB.pdf?sequence
- 2 <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web>
- 3 <https://orcid.org/0000-0001-5867-1964>
- 4 <https://orcid.org/0000-0002-8701-1225>
- 5 <https://repositorio.uniandes.edu.co/bitstream/handle/1992/48423/u833471.pdf?sequence>

Encuesta Aplicada

1. **¿Te gusta jugar con tus amigos en equipo y ayudarte mutuamente durante los juegos?**
 - 1 (No me gusta)
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5 (Me encanta)
2. **¿Sigues las instrucciones que te dan cuando juegas, como las reglas de los juegos o lo que dice el adulto a cargo?**
 - 1 (Casi nunca las sigo)
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5 (Siempre las sigo)
3. **¿Tratas de ser cuidadoso(a) con el material de juego y respetar las reglas cuando juegas?**
 - 1 (No lo hago)
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5 (Siempre lo hago)
4. **¿Ayudas a tus amigos cuando están jugando o practicando deportes?**
 - 1 (No los ayudo)
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5 (Siempre los ayudo)
5. **¿Puedes concentrarte en los juegos o actividades deportivas sin distraerte fácilmente? (Pregunta abierta)**
6. **¿Prefieres jugar y hacer deporte en tu tiempo libre en lugar de trabajar?**
 - 1 (No prefiero jugar)
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5 (Prefiero jugar siempre)
7. **¿A veces tú mismo(a) propones juegos o actividades deportivas para hacer con tus amigos?**
 - 1 (Nunca propongo)
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5 (Siempre propongo)
8. **¿Te gustaría más jugar y hacer deporte que trabajar en otras cosas?**

- **1 (Prefiero trabajar)**
- **2**
- **3**
- **4**
- **5 (Prefiero jugar y hacer deporte)**

Fotografías del proyecto y las actividades recreativas realizadas por los participantes.





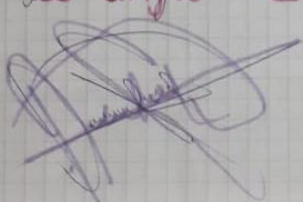






Los chicos
DEL
Basquet

El basquet es yo aprendo es todos.
Los chicos juegan lindo para jugar.
como los amigos. **DEL** Basquet



Lo que me gusta del Basquet

En primer lugar tengo que decir que el basquet es un deporte fantástico.

En estas vacaciones lo empecé a practicar de manera constante y en este tiempo me di cuenta que me gusta mucho este deporte.

Compré que me enseña disciplina, orden, carácter, y muchas cosas más.

Al igual me enseña a llevar una vida saludable porque debo alimentarme bien después de un entrenamiento.

El basquet me ha enseñado que tanto mi mente como mi cuerpo son resultado del deporte.

¡Que viva el basquet!

Nombres: Ismael Fernando

Apellidos: Vitar Cantuña

Edad: 4 años

Fecha.N: 13 mayo del 2014

Estatura: 1,30 m.

I like sports because they are fun. Sometimes they are hard and challenging.

They are also good for my muscles.

And because I am able to make friends.