



SECRETARÍA
DE EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CHIAPAS

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN
ESTATAL DIRECCIÓN DE
EDUCACIÓN SUPERIOR



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CLAVE: 07PSU0045W

RVOE: PSU-124/2018 VIGENCIA: A PARTIR DEL CICLO ESCOLAR
2020-2023

TESIS

"LOS EFECTOS DEL DEPORTE EN EL DESARROLLO PSICOEMOCIONAL DE LOS NIÑOS."

PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PRESENTADO POR:

CARLOS ROBINSON SÁNCHEZ LÓPEZ

ASESOR DE TESIS:

ALMA ROSA ALVARADO PASCACIO

OCOSINGO CHIAPAS, CHIAPAS; A 11 DE FEBRERO 2023.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La investigación acerca de los efectos del deporte en el desarrollo psicoemocional de los niños se trata de contribuir a la mejora de la calidad y enseñanza a través de un deporte sano y los beneficios psicológicos que conlleva y como este pueden impactar en su entorno escolar, familiar y favorecer su autonomía y socialización, adquisición de ciertos valores como la constancia, la perseverancia, la humildad, el esfuerzo, el trabajo en equipo, la disciplina, la cooperación y el compañerismo.

Dicha investigación, se realizará en la comunidad de Nueva Libertad municipio de Ocosingo Chiapas, en el nivel primaria indígena, donde hay acceso para poder llegar a la escuela, cuyo nombre es “Niños Héroe” con CCT: 07KPB1798Z. Se trabajará con niños de sexto grado con la edad aproximada de once a doce años, esos niños están por entrar en su etapa de adolescencia. Están por vivir nuevas emociones, enfrentar otros retos, por lo que estas moldean las actitudes, sentimientos y emociones.

Se puede considerar que uno de los factores sociales que limita, en la práctica del deporte en los niños de la comunidad de Nueva Libertad, es la falta de tiempo que le dan sus hijos alguna actividad física, la falta de confianza, tener que hacer otras cosas, aburrimiento, falta de éxito, demasiada presión, pérdida de interés, los amigos dejan de participar, no tener un sitio donde practicar, falta de apoyo o actividades alternativas a realizar.

Dentro de la población infantil otro factor social que limita al niño a realizar deporte, es en cuanto al mayor consumo de la televisión en el hogar donde los padres no limitan a sus hijos o no les dan cierto tiempo, en este caso el niño y la niña podría pasar todo el día en la televisión sin consecuencia alguna por parte de los padres.

Esto influye en los hábitos, en el estilo de vida una familia y de la sociedad, sobre todo en la población joven y en los niños, que le dedican mucho tiempo y

suelen aceptar como cierto todo lo que ven, creando confusión entre lo que es real e imaginario, disminuye el sueño la actividad física, escolar y muchos padres permiten a sus hijos verlos solos sin limitar el horario ni seleccionar los programas que ven.

Así mismo existen muchas otras limitaciones en la que los niños no lo llevan a cabo, dentro de los cuales tiene parte el factor económico, ya que desde una carencia económica familiar conlleva a que los padres no puede proveerles a sus hijos lo que ellos ocuparían para jugar, tales como son canicas, juguetes, carritos, memoramas e incluso en actividades físicas como pelotas, o tenis de deporte, en caso de los niños.

En caso de las niñas podría ser muñecas, juguetes manipulación para juego grupal o entre compañeras, tal podría ser también en caso de educación física.

Haciendo énfasis sobre esta situación que afecta de cierta manera en la actividad física de los niños, debido a las condiciones precarias que viven varias familias, los alumnos tienden a tener una dieta inadecuada y por lo tanto conlleva a una inactividad física, por debilidad, sueño etc.

Esto conlleva a factores de riesgos en una mala nutrición donde disminuye la inmunidad, aumento del riesgo de padecer enfermedades, afecta el desarrollo físico y mental por ello reduce la productividad. Así mismo el factor económico separa a las clases sociales segregando a los que menos tienen.

Por otro lado el factor económico educativo, son dos campos que tienden a tener una estrecha correlación, sin embargo ha existido una falta de compromiso a la comunidad rural, es evidente la falta de apoyo en infraestructura y mobiliarios, es por ello que las escuelas tienden a mantenerse carentes en materiales bibliográficos y lo anterior mencionado que la institución no provee, haciendo falta también como una cancha deportiva, aunque sea

pequeña, pero en este caso no se le da importancia, pareciendo que el desarrollo físico y psicoemocional de los niños a través de los juegos no es relevante.

Lo otro es la influencia política dentro de la de educación que requerirá de reformas tanto como políticas y educativas orientadas a mejorar la calidad de la educación para que esto genere un proceso de transformación ya que esto preparará a los niños y niñas para la vida adulta.

En la comunidad de Nueva Libertad hay muchos niños que van a la escuela y solo son atendidos por una docente, por lo que los elementos que lo integran no cuentan con lo necesario como son: personal docente para tener mejores formas de organizar a los alumnos, planta física y tiempos, todos los niños estudian juntos en una especie de multigrado, lo que esto es una forma de menor educación, por la diferentes actividades que se tiene que realizar por niño o grado.

Esto ocurre así con los contenidos y formas de enseñanza: planes y programas de estudio, o sea el currículo en un sentido restringido; formas de control de los alumnos y docente, reglas de disciplina, reglas para el manejo de los docentes, cuidado de la equidad, etc.

Todo esto tiene que ver políticamente la estructuración de estos materiales, que si es conveniente para el interés de ellos y cuáles no, si bien se menciona que dentro de los planes y programas no hay un espacio donde se le concede a los niños a realizar deporte como parte fundamental de su desarrollo físico y mental, no lo hay en absoluto. Por esta razón se menciona como estas influencias operan desde secretaria de educación de la mano con el gobierno para hacer las cosas a conveniencia propia.

Es por ello que la política educativa solo se ha ocupado en cosas que solo buscan satisfacer ciertas necesidades personales, entre ellas el desvío de recursos, ganar poder y autoridad. Por ello ha jugado un papel muy importante para la escasa presencia de los valores del ser humano, por lo que en muchas

ocasiones, diseñan actividades que afectan el comportamiento o la conducta de los docentes y estos a su vez se muestran con inconformidades, ya que no encuentran respuestas favorables y no se sienten satisfechos. Esto a su vez trata de ocultar las verdaderas realidades, mostrando el sector político indiferencias a las verdaderas necesidades.

Acerca de las causas del problema es que pueden haber factores que afectan a los niños y no puedan participar en actividades físicas, dejan de realizar deporte cuando la ilusión de empezar a hacerlo desaparezca al llegar al punto de esforzarse, estar demasiados cansados al tener un horario lleno de actividades o que sus papás no los dejan, que les haya dejado de gustar, no tener con quien hacerlo, o pasar a ser parte de una mayor afición o a las pantallas o video juegos que están dando lugar a los niños y esto puede acarrearles serios problemas de salud y familiar en el futuro por ello es muy importante conocer muy bien al niño para así tener en cuenta las causas del problema por el cual abandona el deporte.

A continuación se describe algunos factores importantes como causas del problema observada en los niños tales como:

Machismo: el machismo se da mucho en la comunidad de Nueva Libertad ya que las niñas están limitadas a realizar actividades físicas, tales como correr, jugar fútbol, brincaderas, y suelen salir comentarios tales como: “ A esto no puedes jugar, es un deporte de chicos”. “No aquí no hay equipo femenino”. “¿Las mujeres juegan a eso”? “¿cómo vas a hacer lo mismo si tú no puedes hacer eso!”. Estos y otros comentarios más, son las que se enfrentan las niñas que quieren realizar algún deporte o actividad física.

Por ende no es necesario hacer demasiado esfuerzo para identificar como esto es evidente y crea un espacio de desigualdad entre los niños y las niñas, esto se ve en las horas del recreo cuando los niños corren por una pelota y las niñas están fuera del círculo paradas a las orillas de este. Mostrando así como los niños efectúan liderazgo, quedando a las niñas fuera, y esto es por los riesgos

y agresividad con la que juegan los niños y ellas por su consecuente temor a ser lesionadas o heridas

La sociedad machista en el que se vive, se hace muy evidente donde hay involucración de alguna niña en el deporte. La desigualdad y la discriminación hacia las niñas es muy evidente que están por los cielos

Exclusión: Se ha dado de muchas maneras ya que en la comunidad, ha estigmatizado a los niños que no saben jugar o no tienen mejor rendimiento, son considerados como niños torpes y esto genera que los niños no se incluyan en las actividades físicas debido a las burlas o críticas que estas pueden recibir. Lo otro es cuando se hay niños o niños de poca edad y por lo tanto los niños que tienen el control del grupo no los integran y hacen comentario como “todavía no, crece un poco más”, “es que tú no sabes”, “solo estorbas”, etc. Y otros comentarios así son los que derivan a que niños y niñas sean excluidos.

Falta de materiales didácticos

Para realizar alguna actividad física y pasar al deporte, es necesario tomar en cuenta algunos materiales para que se puede llevar acabo de una manera más completa, las necesidades que se ha visto son la falta de conos que es muy multifuncional, ya sea que el niño corra hacia el cono, hacer footing en relevos, lo otro es la falta de pelotas, cuerdas, todo esto es muy útil para un precalentamiento, estiramiento y posterior a ello realizar el deporte que más les llama la atención a los niños.

Trabajo en los niños a temprana edad

Otro factor importante donde muchos niños no pueden participar en algún deporte, ya que los padres los obligan a que los niños trabajen, en ayudas domesticas o acompañar al papá a cortar leña, limpiar la milpa, etc.

Sedentarismo infantil

Ahora bien lo que se menciona es un nuevo centro de entretenimiento a las y los niños de la comunidad, ya que las pantallas son el principal impedimento para que los niños y niñas sean activos, incluso prefieren quedarse en la casa que salir a jugar en la calle o en patio.

En esta etapa de crecimiento del niño son muy prestos a estar en lo que más les llama la atención, por eso cuando el niño le entra un gusto por dispositivos digitales siempre lo estará pidiendo y sus padres ignorantemente se prestan para esos momentos, sin darse cuenta de que los niños están cayendo en una profunda adicción.

Situación deseada

Dentro de la comunidad de Nueva Libertad, si no existiera esas problemáticas que ya se mencionaron anteriormente, fuera totalmente diferentes, los progresos de los niños y niñas en su rendimiento académico fueran excelentes y participación en el deporte estuviese en los mejores niveles y mayor participación de las mismas. Lo que hace efectivo es que se contara con todo lo necesario para poder realizar las actividades de manera plena con presteza y eficacia.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- 1. ¿Qué beneficios aporta el deporte en los niños de la comunidad de Nueva Libertad?**
- 2. ¿Cómo practicar el deporte en la escuela Primaria Niños Héroe?**
- 3. ¿Cuál es el deporte adecuado para realizar en la comunidad?**
- 4. ¿Hay contraindicaciones?**
- 5. ¿Es mejor jugar en equipo?**
- 6. ¿Se debe permitir los deportes arriesgados?**
- 7. ¿Cuánto tiempo dedicarle?**
- 8. ¿Qué pasa si no quiere hacer deporte?**
- 9. ¿Y si se transforma en una obsesión?**
- 10. ¿Cómo prevenir lesiones?**

- 11. ¿Es propicio abandonar a los niños cuando no tienen interés o ganas en realizar deporte?**
- 12. ¿Qué hacer con los que no saben hacer nada con relación al deporte?**

HIPÓTESIS

Si bien se menciona que una actividad física continua fomenta un desarrollo equilibrado en los niños y niñas de la comunidad, por lo que alcanzan a obtener una mayor resistencia física, una mayor coordinación, un buen equilibrio como también fomenta la sociabilidad, mejora la autoestima y estimula el afán de superación. Por eso se sabe que los niños que realizan alguna actividad física tienden a tener un mayor rendimiento intelectual y una mejor capacidad de concentración.

En primer lugar se debe conocer a los niños, para buscar la manera de incentivarlos, de esta manera los niños puedan adentrarse a ello de una manera lúdica donde será libre de presiones, competitividad, para que puedan tener ese gusto y puedan disfrutarlo mucho, todo deberá ser llevado de manera paulatina, en series donde los niños no sufran agotamiento y cada esfuerzo que ellos realizaran debe estar de acuerdo a las condiciones así como en las capacidades del niño, para que no se sientan hostigados.

Hay un sinnúmero de actividades físicas que se pueden realizar sin embargo, se debe tomar en cuenta lo que anteriormente se mencionó en una de las preguntas en que todo se realizará acorde a las condiciones y capacidades del niño.

Mencionando sobre lo que se puede implementar con los niños son, los deportes aeróbicos o sea, en los que no hay perder el aliento o contener la respiración, que fomentan un desarrollo global, tanto en coordinación y capacidad respiratoria como equilibrio, así mismo no perder de vista que todo

lo que se realizará debe estar dentro de los propósitos los beneficios psicoemocional que genera cada actividad.

Tendrá algunas excepciones, donde no se realizará las actividades físicas peligrosas, como la escalada y las modalidades que requerirá desarrollar una fuerza excesiva poniendo en riesgo al niño en algún desgarre muscular o caída fuerte llevando al niño a desanimarse y no querer intentar realizar deporte nunca más.

Toda actividad en equipo es mejor ya que con ello aprender a trabajar en grupo, crean lazos de compañerismo y comparten éxitos y responsabilidades juntos, como también las emociones y los sentimientos que generan al momento de realizar alguna actividad en específica. Pero también hay que tener en cuenta que realizar la actividad por si solo desarrollan una mayor tenacidad y afán de superación, lo cual también es recomendable a estas edades.

Se debe ver que deportes pueden realizar los niños y cuáles no, ya que esto va a depender su desarrollo y habilidad, donde esto conlleva a que los niños aprendan a ser responsables.

Cabe mencionar que hay deportes que no debe practicarse con los niños ya que necesitan unos requisitos técnicos y físicos y años de entrenamiento en una disciplina. Además de fuerza resistencia y destreza, conlleva a una peligrosidad, es por ello que el docente debe aconsejar a los niños y niñas sobre las actividades que más se ajustan a las necesidades y condiciones físicas de cada uno, dando especial importancia a la edad.

La actividad deportiva realizada por el docente, va a depender mucho de su planeación y los horarios que el establezca dentro de su clase, en este caso será dos días por semana que podría ser martes y jueves en un lapso de dos horas por día, de esta manera los niños irán fomentado el deporte y que esto se les familiarice y se les vuelva un sano hábito el hacer deporte.

Habr  muchas maneras de convencer a la niña o niño, desde hacerles ver sobre la importancia del deporte y como esto mejora su condición física hasta en sus estados de ánimo y emociones que puede generar.

Por ello que se tendr  que animarle, sin presiones, el ejemplo escolar es fundamental, por lo que será difícil convencer de lo divertido que es el ejercicio si no se practica, a veces los docentes pretenden que los niños y niñas hagan lo que ellos no pueden o no pudieron hacerlo. Es un error, hay que dejarle elegir a lo que ellos y ellas les llame más la atención y convertir lo que les gusta en el mejor deporte. Por ello no hay que hacer del deporte una obligación penosa.

Es bueno mencionar el caer en la obsesión al deporte único, ya que esto pasa a contralar a la persona y no la persona al deporte, por lo que puede llegar a tener un gran impacto en la familia, en la escuela, con los amigos, como también: si no dedica tiempo a cosas necesarias, como comer, hacer los deberes o descansar, esas actitudes empiezan a generar pequeños conflictos, ante estas situaciones se deberá actuar, ofrecer alternativas que puedan conducir al niño a tomar mejores medidas y acciones.

La adicción al ejercicio cae dentro de la categoría de adicción conductual, en la cual el comportamiento del niño o niña se vuelve obsesivo, compulsivo o causa una disfunción en la vida de una persona.

Pero dentro del realizar algún deporte tiene más pro que contra ya que la adicción al deporte es poco investigada por lo que generalmente es beneficioso para la salud mental, es una excelente forma de controlar la depresión que aunque parezca no creíble también los niños sufren depresión como cuando sienten tristeza y desesperanza persistentes, no querer hacer las cosas divertidas ni disfrutarlas cuando se hacen, cambio de patrones en la alimentación: comer mucho mas o comer mucho menos de lo habitual, dormir mucho o dormir menos de los normal, cambios en el nivel de energía: sentirse

cansado y sin fuerzas o tenso e inquieto en la mayor parte del tiempo. Sentirse despreciable, inútil o culpable.

Por ello, el deporte es una forma de controlar la depresión leve o la ansiedad severa.

Cabe mencionar que el calzado es muy importante, por ello los niños deben usar los tenis adecuados al momento realizar alguna actividad deportiva, así como estiramientos y calentamientos previos, si hay alguna molestia muscular no continuar con el deporte y tomarse un descanso de ser necesario por días o semanas hasta que la molestia haya pasado en su totalidad.

Por eso no es bueno lanzarse al campo de juego y empezar a jugar así sin más. Ni siquiera se debería empezar a hacer estiramientos sin haber calentado antes. O sea que hay que hacer un precalentamiento o un poco de footing para aflojar los músculos y prepararse para el deporte.

No, no se abandona a los niños, al contrario, es normal que quieran apuntarse a distintas actividades y después las vaya dejando decepcionado, el mismo encontrará el deporte que se adapte a sus gustos y características físicas y psicológicas y el niño o la niña es quien debe escoger, no el docente. Hay que tener paciencia.

A las niñas y niños que les da miedo hacer algún deporte ya sea porque sus compañeros se rían de él por su torpeza o aspecto, hay que enseñarles a aceptarse y fomentar en ellos el afán de superación, sin forzar ni criticar.

Variable dependiente

Los niños de la comunidad de Nueva libertad no practican el deporte debido a que hay exclusión entre las y los niños, el trabajo infantil y el sedentarismo.

Variable independiente:

Que las y los niños practiquen el deporte y pueda tener un bienestar físico.

OBJETIVOS

Objetivo general:

- Orientar a que los niños sean partícipes en el juego libre, que puedan disfrutar de lo que hacen. Que sea flexible, incluyente y sobre todo que desarrollen habilidades socioemocionales y psicomotoras.

Objetivo específico:

- Identificar qué tanto es conveniente llevar a cabo esta investigación y para qué servirá esta investigación
- Comprender que aporta de nuevo esta investigación
- Conocer cuáles son los beneficios que este trabajo proporcionará
- Saber quiénes serán los beneficiarios y de qué modo
- Identificar es lo que se prevé cambiar con la investigación
- Relatar Cuál es su utilidad del deporte en los niños
- Explicar cómo resolver algún problema o gama de problemas prácticos en los niños
- Demostrar por qué es significativo este problema de investigación
- Identificar como esta investigación puede llenar algún hueco de conocimiento relacionado con el deporte en los niños
- Detallar como generalizar los resultados a principios más amplios
- Comentar, desarrollar o apoyar una teoría
- Determinar cómo estudiar más adecuadamente una población o fenómeno

JUSTIFICACIÓN

La vida, la salud y el bienestar de los niños son de suma importancia, como bien menciona el artículo 33 de la ley para la protección de los derechos de

niñas, niños y adolescentes menciona que los niños y las niñas tienen derecho al descanso y al juego, los cuales serán respetados como factores primordiales de su desarrollo y crecimiento, Así como a disfrutar de las manifestaciones y actividades culturales y artísticas de su comunidad. Por esta razón se ha visto la necesidad de llevar a cabo esta investigación, por lo que el juego libre de los niños y niñas no ha sido fácil, los factores que se ha mencionado con anterioridad a tomado el control, sobre todo en la vida de los padres, ya que carecen de conocimiento sobre la importancia del deporte en los niños.

Sin embargo, si no existieran leyes y normas que respetar, a estas alturas, todo se expresaría con actitudes no agradables el derecho de los niños en el juego libre y no habría un bienestar social y sobre todo en lo personal. En tal sentido, los valores juegan un papel importante en la formación de los niños, como el respeto, la tolerancia, el sentido de pertenencia entre otros. Y la mayoría de las veces, los niños lo adquieren a través del deporte, como saber perder sin enojarse, saber esperar, saber ceder, saber compartir, saber trabajar en equipo, saber respetar, y todo esto los prepara en la vida adulta.

En efecto, lo que se abordará es de mucha relevancia, ya que lo que se busca es, que los niños puedan sentirse libres en el juego y que a través de ello, puedan mejorar sus capacidades, como planificar, organizar, llevarse bien con los demás y regular sus emociones.

Además de esto les ayudará en el lenguaje, de destrezas matemáticas, formar mejores cerebros, cuerpos y mejores vínculos sociales ya que todo es muy importante en el mundo actual

Ahora bien, un gran aporte es, que niños y niñas se les ceda el derecho de jugar lo que esto traerá un cambio e impulsa a avanzar como sociedad. Identificar los beneficios que aporta el juego en los niños así como el fomento de la salud, crear relaciones seguras, estables y provechosas que los protejan contra el estrés tóxico y generen la resiliencia emocional, la alegría mutua y la interacción cara a cara que sucede durante el juego, así como el fomento a la

inteligencia emocional y habilidades socioemocionales tales como la empatía, ya que los niños aprenderán a tener cuidado de no lastimar a los demás.

Reflexionar y tomar actitudes de cambio, actitudes de conciencia, positivas buenas, hacer crecer el ámbito deportivo así obtener el total satisfactorio pleno de las y los niños

Los beneficios que este trabajo aporta es la solución de problemas que genera la sociedad (familias) y que esto tiene que ver con el juego en los niños.

Generar conciencia en los padres y madres de familia que la influencia de ciertos medios, la exclusión, es trabajo infantil, entre otras cosas más, crece cada días con mayor capacidad, tal es el caso de que en muchas ocasiones nos ocupamos de todo menos en las cosas que ofrece la vida, sobre todo en nuestros niños, ya que ellos son los adultos del mañana.

Los niños, las niñas, los jóvenes y las personas mayores son los beneficiados, ya que esto permite forjar las bases de una vida saludable, tanto física como mentalmente y tener una socialización más adecuada, ayuda a desarrollar la calidad del sueño y evita el sedentarismo infantil y en las personas mayores.

Mejora la comunicación en los y en los niños, dicho de otro modo, es que el deporte permite que tanto niñas, niños y adultos interactúen con ello, y esto los motiva a mantenerse activos, dado que estos hábitos adquiridos suelen convertirse en un rasgo de personalidad y perdurar toda la vida. Cuando los realizan en grupo hay un mayor compromiso y el rendimiento es más alto ya cuando lo practican por si solos.

Lo que se prevé cambiar, son las acciones y las actitudes que toman los padres hacia los hijos, como bien se sabe, existe una irresponsabilidad en cuanto al cuidado y atención de los pequeños. Por esta razón los niños toman rienda suelta en lo que bien les parezca hacer y en muchas ocasiones se pierden en las redes sociales pasando muchas horas por día frente a un dispositivo o una pantalla (tv). Así mismo tomar conciencia sobre de los derechos que tienen los niños acerca del juego libre.

Que el deporte es un trasmisor de valores en las distintas etapas de la vida de los niños, niñas y de las personas adultas, ya que se desarrollan destrezas físicas. Así mismo la inclusión social en los niños, sin importar las situaciones y condiciones en los que padecen los niños bajo diversas circunstancias, como la pobreza, el origen, el género, las condiciones físicas (discapacidades) la pertenencia a una determinada región o etnia. Esto con la finalidad de ofrecer las mismas oportunidades en diversos planos, reconocer que las y los niños tienen habilidades y potenciales diferentes a los demás, por lo que distintas necesidades exigen respuestas diversas y esto le hace entender al niño y la niña que son únicos.

Ayuda a resolver a problemas prácticos, tales como la gestión emocional, las relaciones personales, las habilidades individuales, la asertividad y la autonomía, fortalece la creatividad y además mejora la autoestima, mejora el estado psicológico y social.

Es muy significativo, e indispensable por lo que genera nuevos conocimientos y ayuda a tener resultados óptimos a nivel competitivo. Así mismo formará al cuerpo docente y al sistema educativo con capacidades de reacción, ante problemas complejos y con carácter de pandemias, para que no afecte el tratamiento educativo del deporte, intra y extra curricular, la sociedad, para tener focos de alarmas en términos de obesidad, evitar la violencia en los juegos, evitar dopaje en las y los niños en edad escolar y otros tipos de abusos.

Cierra acantilados ya que el desarrollo psicoemocional es la pieza importante que se da a través del deporte y esto ayuda a mejorar las funciones cognitivas y a propiciar un mejor bienestar en los niños, mejorar el rendimiento académico de niñas y niños escolares.

Genera grandes cambios e impactos en la mentalidad y en la dinámica social, crea certidumbre en los resultados y aceptación de la personalidad

Esta investigación se puede generalizar a principios más amplios ya que es muy relevante lo que se pretende conocer y los resultados que se obtendrá, de

esta manera se logrará la proliferación de nuevas ideas y propuestas de definición hacia el horizonte cultural, social, político y económico, ya que se tratará de un conocimiento postmoderno que enfatiza la adquisición del conocimiento y el desarrollo individual de destrezas cognitivas.

Por ello la referencia del deporte es un tema de importancia social y que es realmente extensa y compleja en sus manifestaciones tales como: actividades físicas, deportivas, lúdicas y recreativas. Donde esto puede considerarse que el deporte y la actividad física, mejoran la salud y el bienestar de los niños y niñas y de los adultos, aumentan las expectativas de vida y reduce varias probabilidades de enfermedades. Con lo anterior mencionado se amplían los resultados gracias a los logros obtenidos y la generación de conciencia.

Se puede apoyar una teoría ya que la investigación está sustentada en una de las teorías de C José M. Cagigal en la pedagogía del deporte como educación. Así mismo se puede llevar a cabo una interpretación de lo que se hace y los datos históricos sobre la historia del deporte surgidas en la antigüedad.

Si ya que se basa primero en una hipótesis y luego en la investigación y esto permite estudiar a fondo la situación en la que se presenta en una población o fenómeno y a través de ello recabar datos y evidencias acerca del lugar

MARCO TEÓRICO

El deporte

(Álvarez, 2005). El deporte es un fenómeno social complejo, muy difícil de delimitar, tanto en lo que al ámbito de su práctica se refiere, como en lo relativo a su precisa conceptualización. Generalmente, las consideraciones que resultan válidas aplicadas a determinados ámbitos de la práctica deportiva no resultan aplicables a otras. Así es que, en la actualidad, el deporte no se configura, como un fenómeno unitario, sino más bien como un conjunto diverso de manifestaciones sociales.

(Álvarez, 2005). La conceptualización del deporte ha estado y sigue estando sometida a un proceso evolutivo a través del tiempo, de manera que, las nociones iniciales correspondientes a una práctica social elitista del pasado, han dado lugar a concepciones del deporte más acordes con lo que, en el devenir de los tiempos, ha llegado a ser su práctica en la actualidad. Esto no impide que en el presente coexistan propuestas de definición del deporte apegadas a los convencionalismos del pasado, junto con otras que intentan reflejar la evolución que se ha producido.

Un ejemplo de definición tradicional de deporte, de corte académico, se encuentra en el “Diccionario de las Ciencias del Deporte y el Ejercicio” (Dictionary of the Sport and Exercise Sciences, pág. 143), en el que se propone la siguiente definición de deporte: “Es un juego organizado que lleva consigo la realización de esfuerzo físico, se atiene a una estructura formal, está organizado dentro de un contexto de reglas formales y explícitas respecto a conductas y procedimientos, y que es observado por espectadores.”

(Ferrando, 1990). Entiende que en todo deporte aparecen tres elementos esenciales definiéndolo como “una actividad física e intelectual, humana, de naturaleza competitiva y gobernada por reglas institucionalizadas”.

(Bañuelos, 1992). Al definir el término deporte está relacionado con “toda actividad física, que el individuo asume como esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo”.

(Romero, 2001). Dice que el deporte es “cualquier actividad, organizada o no, que implique movimiento mediante el juego con objeto de superación o de victoria a título individual o de grupo”.

(Castejón Oliva, 2004), aporta una nueva definición del deporte bastante amplia en la que tiene cabida cualquier disciplina deportiva: “actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un control voluntario de los movimientos, aprovechando sus características individuales

y/o en cooperación con otro/ s, de manera que pueda competir consigo mismo, con el medio o contra otro/ s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlo”.

Beneficios del deporte en los niños

(UNICEF, La actividad física en niños, niñas y adolescentes, 2019). Practicar alguna actividad física de manera habitual es crucial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social de los niños, niñas y adolescentes. Los buenos hábitos se adquieren temprano en la vida. Además, los beneficios de la actividad física incluyen ayudar a evitar las enfermedades, prevenir el sobrepeso y obesidad, y contribuir a la salud mental.

(UNICEF, La actividad física en niños, niñas y adolescentes, 2019). Los menores que son activos tienen más probabilidades de mantener una vida activa cuando son adultos.

(OMS, 2011). El deporte tiene importantes beneficios cuando está bien organizado y es conducido por entrenadores calificados para desempeñar un rol positivo e inspirador de valores que garanticen un proceso deportivo respetuoso entre niños, niñas y adolescentes.

(UNICEF, La actividad física en niños, niñas y adolescentes, 2019). Algunos beneficios tanto de la actividad física como de los deportes cuando estos son guiados positivamente: Fortalece el organismo y evita enfermedades, puede ayudar al bienestar mental, mejora el aprendizaje y el rendimiento académico.

(UNICEF, 2004). El deporte, creando un espacio ideal para la transmisión vivencial de valores.

(UNICEF, 2004). Cuando el deporte es conducido por entrenadores que promueven y ponen en práctica una dinámica positiva, se pueden lograr otros beneficios para los niños y niñas, como los siguientes:

(UNICEF, 2004). Potencia la inclusión: El deporte es una herramienta importante para incentivar una participación donde todas las personas encuentran un espacio en el cual insertarse.

(UNICEF, 2004). Puede promover la igualdad: Los niños y las niñas que hacen deporte se dan cuenta de que es posible interactuar sin coerción ni explotación.

(UNICEF, 2004). Desafía estereotipos de género: Dado que el deporte ha sido tradicionalmente de dominio masculino, la participación de niñas en el deporte puede ayudar a combatir actitudes discriminatorias arraigadas hacia niñas y adolescentes.

(UNICEF, 2004). Una herramienta de paz y de apoyo psicosocial: En épocas de conflicto, posconflicto y emergencias, el deporte, la recreación y el juego proporcionan esperanza y sentido de normalidad a los niños y adolescentes de ambos sexos.

Inclusión deportiva

(Carta Europea del deporte, 1992). El deporte como medio de inclusión social, es un elemento que poco se ha explotado o aprovechado partiendo del no reconocimiento, solamente entidades internacionales como Naciones Unidas y la Carta Europea del deporte han tenido en cuenta refiriéndolo como foro de aprendizaje de cualidades como la disciplina, la confianza y el liderazgo o a el Deporte como cualquier forma de actividad física que, a través de participación organizada o no, tiene como objeto la expresión o mejoría de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles.

(Carta Europea del deporte, 1992). El deporte sirve como medio de inclusión social ya que por medio de este se dan una serie de interacciones y relaciones sociales oportunas y pertinentes que posibilitan las capacidades de los individuos que los llevan adquirir competencias para la vida en función de un desarrollo pleno como sujetos de derechos.

(Pérez, 2014). Actividad física y deporte que permite la práctica conjunta de personas con y sin discapacidad ajustándose a las posibilidades de los practicantes y manteniendo el objetivo de la especialidad deportiva que se trate. Supone un ajuste o adaptación en las reglas y el material utilizado con el fin fomentar la participación activa y efectiva de todos los participantes.

(Pérez, 2014). Más allá, el deporte inclusivo es una actitud hacia la práctica deportiva a todos los niveles y gracias a la investigación aplicada sabemos de sus beneficios a nivel de sensibilización, conocimiento y respeto a la diferencia, así como de fomento de hábitos de vida saludables a través de estilos de vida activos.

(Sazatornil Pinedo, 2013). El ámbito y contextualización del deporte ha ido experimentando cambios de manera progresiva con el paso del tiempo, desde aquellos tiempos donde la gimnasia sueca, aquella tan popular en los años 60 donde los alumnos reproducían los diferentes movimientos que les proponía el profesor, hasta la actualidad donde el deporte es de carácter más individualizado con el objetivo de proporcionar a cada alumno y alumna lo que necesita. Cada persona en su propia naturaleza es diferente a las demás, lo cual proporciona a cada individuo una esencia y características únicas.

(Sazatornil Pinedo, 2013). El deporte es un medio muy útil para romper barreras en diferentes campos de intervención y así conseguir una integración óptima.

(Levoratti & Zambaglione, 2015). El deporte social ha creado un nuevo concepto de las actividades físicas, deportivas y recreativas en las que se incluyen a toda la comunidad sin excluir a nadie por edad, sexo, diversidad funcional, cultura, etnia o raza. Esto genera lugares y espacios para la enseñanza de valores y hábitos que podemos incluir en la enseñanza de niños, niñas, adultos, ancianos, etc., basado en un proyecto global de inclusión social.

(Rivas & Vaíllo, 2013). El deporte actúa sí o sí como una herramienta de inclusión, por ello es necesario que todos los profesionales que se dediquen a

la enseñanza, tanto formal como informal, actúen en esta línea y llegar a los sectores más excluidos.

Importancia del deporte en los niños

(Pérez-Navero, 2018). El deporte en la infancia es la realización de una actividad física reglada que produce aumento del gasto energético y contribuye a mejorar la condición física de los que lo practican. Tiene propiedades beneficiosas en los niños que lo diferencian del juego, ya que mejora la forma y la resistencia física, ayuda a mantener el peso corporal, aumenta el tono y la fuerza muscular, mejora la flexibilidad y la movilidad de las articulaciones. Entre sus acciones biológicas beneficiosas contribuye a regular los sistemas cardiovascular y respiratorio, la presión arterial, a mantener o incrementar la densidad ósea, ayuda a controlar el porcentaje de grasa corporal y evita el sobrepeso y así como mejora la resistencia a la insulina. Entre otros beneficios psicológicos, en esta etapa de la vida, la actividad física contribuye a la reducción del estrés y la ansiedad, mejora la autoestima, las relaciones sociales y la memoria.

(Pérez-Navero, 2018). En relación con lo que aporta la actividad física a la infancia depende de la edad. En los inicios, consiste más en divertirse, socializarse, hacer amigos. No obstante promueve retos y desafíos que provocan mejoras de la autoestima y de la percepción de la competencia personal, además de todo lo relacionado con el desarrollo motor y físico.

(Sothorn MS et al, 1999). La actividad física en la infancia y adolescencia es por tanto una parte importante en el establecimiento de un estilo de vida saludable. En este sentido el deporte ayuda a los niños al desarrollo físico y mental y a relacionarse de forma saludable con los demás. Por ello es recomendable que la actividad física habitual forme parte del estilo de vida, disminuyendo el sedentarismo activo y siendo un pilar importante para la salud. Los hábitos saludables que una persona adquiere en la infancia son fáciles de mantener en la etapa adulta. Para que la actividad física sea saludable es

fundamental que se realice de forma regular, adaptada a la edad, a la condición física, a las preferencias del niño, con el objetivo de que este disfrute durante el ejercicio, sea o no un deporte competitivo.

(Sothorn MS et al, 1999). Un estilo de vida físicamente activo en la infancia y adolescencia es una buena forma de prevenir patología crónica en la edad adulta, ya que los riesgos del sedentarismo incluyen síndrome metabólico, obesidad, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes, problemas músculos esqueléticos, depresión, problemas de salud mental e incluso cáncer.

Ventajas y desventajas al practicar diversos juegos en los niños

(Chateau, 1973). Reúne aspectos significativos consistentes para el fortalecimiento de las habilidades cognitivas y sociales: pensamiento, sentimiento y actuación. Toda la acción que realiza el niño es juego, y gracias a él está en capacidad de adivinar y anticipar las conductas superiores. El juego se vuelve para los niños un mundo aparte que los desvincula de la realidad.

(Aizencang, 2010). Al compartir características con la distintas actividades cotidianas el juego se vuelve un instrumento necesario para reproducir las estructuras, esquemas y mecanismos mentales que se van formando o consolidando en el desarrollo de la infancia, y pasar de una acción preparatoria a una ejecución a lo largo de la vida. Los juegos son ejercicio, prácticas idóneas para el crecimiento. Mediante ellos adquirimos la capacidad de modificar, fortalecer o cambiar algunos de nuestros patrones genéticos.

(Kamii, 1988). Es la base más importante para consolidar las relaciones con sus pares en toda la etapa infantil. Un juego que proporcione a los niños algo interesante y estimulante los lleva a actividades mentales complejas; por lo tanto, los niños pequeños casi siempre aprenden más en juegos colectivos que con lecciones o ejercicios.

(Piaget, 1946). El juego representa en los niños un medio práctico de comunicación, expresión, consolidación y construcción de aprendizaje nato. El juego es libre y voluntario, en el que nadie participa de manera obligatoria. Su esencia está en demostrar gusto o enfado, control de emociones e impulsos. Es una actividad cognitiva relativamente compleja, pues lleva a los niños a un mundo lleno de ficción donde aparece el pensamiento simbólico del niño.

MARCO METODOLÓGICO

Enfoque cualitativo

Se eligió esta cita textual, debido a que la investigación se basa más en lo descriptivo, y constituye herramientas básicas de las ciencias aplicadas al deporte, muy relevante para la generación de conocimientos, así como problemas relacionados con la participación, y con el logro de óptimos resultados a nivel competitivo, sustentándose en evidencias que se orientan más hacia la descripción más profunda de la práctica del deporte para poder comprenderlo y explicarlo a través de la explicación de métodos y técnicas derivadas de sus concepciones y fundamentos.

Población y muestra

Población

Son las personas que habitan en una determinada población geográfica, en este caso lo que se pretende investigar de la comunidad, es dar a conocer donde se localiza.

El municipio de Ocosingo se localiza en el estado de Chiapas, en las Montañas del Oriente. Dicho municipio está formado por una extensión territorial de unos 8,617.49 kilómetros cuadrados. Se encuentra a una altura de 900 metros sobre

el nivel del mar. Territorialmente Ocosingo colinda al norte con el municipio de Palenque, al este y al sur con Guatemala, en la zona suroeste con Las Margaritas y al noroeste colinda con los municipios de Chilón, Oxchuc, Altamirano y San Juan Cancuc. Ocosingo cuenta con alrededor de 198,637 habitantes, dado esta cuantificación por parte del INEGI en el año del 2010.

En Ocosingo se encuentra centros comerciales tales como, bodega Aurrera, soriana entre otras, cuenta con algunas notas periodísticas y un núcleo televisivo, su zona turística más importante es la zona arqueológica de tonina, la zona arqueológica de Bonampak, yaxchilán como también la reserva de la Biosfera de Montes Azules también denominada cierra de los lacandones, lo otro es La Laguna Miramar que se encuentra en los valles de san Quintín.

Cuenta con diferentes universidades privadas y tres públicas.

Las universidades privadas son:

UDS campus Ocosingo que se ubica en la carretera San Cristóbal kilómetro 4.
Universidad Alfa & Omega que se localiza en barrio San Sebastián
UNACH VIRTUAL OCOSINGO, que se ubica en barrio la ceiba, barrio tuytik
IUDM OCOSINGO en barrio Nuevo barrio Evaristo pimienta.
COLEGIO UNIVERSITARIO VERSALLES, ubicado en 52 carretera. Periférico.
Oriente. Sur, en frente de Electra.

Las universidades públicas son:

UNIVERSIDAD PARA EL BIENESTAR BENITO JUAREZ, sede Ocosingo
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE LA SELVA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

Muestra

Ahora bien conocerá a profundidad acerca de la comunidad de Nueva Libertad, cuantos habitantes tiene y que los conforma, para llegar a la comunidad se aborda una camioneta de transporte público que se toman en el mercado de

Ocosingo con un costo de diez pesos, el recorrido se hace entre diez y quince minutos aproximadamente.

Acerca de la comunidad de Nueva Libertad, es una comunidad que cuenta con un aproximado de 25 familias y 90 integrantes entre niños, jóvenes y adultos. La profesora que trabaja en la comunidad se llama Paulina González Sánchez edad de 21 años, vive en unión libre y tiene una niña, en su grupo realizaré la investigación, por lo que ella trabaja en el nivel primaria multigrado con un total de 20 niños, en primer grado hay tres niñas y un niño, en segundo grado hay tres niños, en tercero dos niñas y un niño, en cuarto, cuatro niños y dos niñas, en quinto una niña y un niño, y en sexto hay dos niñas.

La comunidad cuenta con dos servicios educativos uno es primaria el que ya se mencionó anteriormente y el otro es del servicio preescolar ambos son servicios de CONAFE (Consejo Nacional de Fomento Educativo)

En el servicio de preescolar está a cargo de la maestra Mirna Yesenia López Sántiz el cual atiende cinco niños, un niño y una niña en primero, en segundo hay un niño y en tercero hay una niña y un niño. La maestra tiene 21 años, es casada y es mamá de un niño

Los padres de familia son poco participativos y no colaboran en las actividades escolares, cada vez que las maestras los reúnen.

Instrumentos

Los instrumentos que se ocupará para llevar a cabo la investigación son los siguientes.

Observación participativa: por lo que se realizará actividades diversas para poder ver la realidad, se observará atentamente el caso para tomar información relevante y obtener el mayor número de datos.

Observación no estructurada: ya que se realizará sin la ayuda de elementos técnicos especiales.

La observación directa: debido a que se verá muy de cerca y en contacto con lo que se pretende investigar.

La observación de campo: por lo que se realizará de manera descriptiva, se irá al lugar de los hechos, se observará detalladamente en lo social y educativo.

Entrevista estructurada: ya que sigue un guión de preguntas, y se consiguen respuestas concretas, es más puntual, eficiente y rápido, permitiendo las respuestas más concretas, y aplicar las mismas preguntas para varias personas.

Libros: los libros serán un gran sustento para poder saber el por qué los niños no realizan juegos y no se incluyen, uno de los libros que conlleva a la acción es el de Aprender hacer y convivir por Serafín Aponte Nájera y el otro libro que es Libro de juegos para nivel I, II y III de Dialogar y descubrir.

Estos materiales mencionan sobre la importancia de los juegos en los niños y como están generando un impacto en la vida de ellos.

Por otro lado también los libros digitales como, los PDF que gracias a ello se podrá ampliar las preguntas de investigación y su planteamiento-

El uso de los libros permitirá conocer a fondo de cómo trabajar con los niños y qué hacer con ellos en caso de desinterés, es muy práctico en el uso, por lo que para conseguir algún dato importante en cuanto al tema, se busca directamente en el índice y menciona la página donde se encuentra la información que se desea alcanzar.

Internet: Con este medio, se puede conocer muchos datos importantes sobre todo, las ventajas y desventajas de realizar varios tipos de deporte (el juego

juego libre), y como esto mejorará el rendimiento académico de las y los niños de la comunidad.

Sirve de guía y fuente original de información, buscando materiales e información con comprobación científica para la veracidad de los datos, cuenta con mucha facilidad para poder acceder y ahorra tiempo a la vez, es mucha comodidad y conveniencia, tiene una valiosa herramienta de búsqueda y es muy informativa al darle el uso con responsabilidad y lo que se pretende obtener.

Permite gestionar mejor, tiene costo en cuanto al consumo pero da mucha solvencia en cuanto a lo que se pretende obtener, ayuda a mejorar significativamente las habilidades de investigación y esto permitirá que el aprendizaje sea visual y fácil de seguir.

Así mismo servirá para darle el visto bueno a la investigación ya que los avances se compartirán en una plataforma digital para correcciones ortográficas, palabras y oraciones mal planteadas.

Durante el proceso de construcción de la investigación, habrá una difusión de información por excelencia y los contenidos disponibles para hacer uso de ella.

Computadora: Otro medio importante es la computadora, que a través de ella, se puede agregar datos, citas textuales, optimiza los errores gracias a la detección automática de una palabra mal escrita uno se va dando cuenta. Analiza datos de mayor capacidad y grandes velocidades que no son posibles identificarlas a simple vista.

Es muy práctico en su uso, ya que es portátil y se puede manipular en cualquier espacio donde uno se sienta cómodo, portarlo en el trabajo, en la escuela. Además nunca se cansa, no se distrae, no se enoja, procesa y almacena la información, genera nuevos conocimientos y destrezas básicas acerca de la informática.

Acepta información a través de un medio para ingresar datos ya sea por USB o un celular, es necesario tener instaladas aplicaciones para su uso, tales como; paquetería de office, antivirus para el análisis de archivos dañados.

Se requerirá tener conocimientos básicos sobre su uso. para elaborar actividades formales y hacer de ella las mejores herramientas de uso.

Celular: no será un impedimento en cuanto al uso de este medio ya que facilitará muchísimo en cuanto a la solvencia de dudas. Por este medio se solventan dudas entre compañeros, muy práctico para manejar las capturas de pantalla, el regreso de dicha captura puede ser con observaciones, marcados, subrayados etc.

Facilidad para poder comunicarse con la asesora, recibir sugerencias con prontitud, mayor interacción con el equipo, ahorro grande de costos operacionales y de tiempo, es fácil en su manejo y es portátil por lo que el tamaño llega a medir de 5 a 7 pulgadas y se puede portar en el bolsillo de un pantalón.

Tiene acceso a datos móviles y a internet, esto permitirá a que el dispositivo obtenga datos en tiempo real. Esta tecnología móvil es muy dinámica, se pueden conectarse desde cualquier lugar y tiene acceso a los documentos y materiales necesarios que se ocupan para el trabajo.

RECOLECCIÓN DE DATOS

Lo que se realizará en esta investigación, primero se llevará a cabo una encuesta para para de esta manera conocer la opinión de las personas acerca del deporte, para poder contar con una mayor información respecto al suceso.

De esta manera saber los gustos y las opiniones de las personas de lo que piensan sobre el tema.

Esta encuesta se llevará a cabo en la comunidad de Nueva Libertad y tendré que trasladarme a la comunidad y posteriormente hacer una reunión con los padres de familia, no sin antes avisarle a maestra Paulina para que agende una reunión con todos los padres y madres de familia.

Se menciona lo de la reunión con anticipación, por lo que los papás no se reúnen si todo se hace a la mera hora, por esta razón agendare una reunión con anticipación para evitar detalles con los padres y madres de familia.

Estando en comunidad y reunidos en el punto de reunión, se pretende hablar con los padres, tales como: “que hacen con sus hijos por las tardes”, si “alguna vez han visto a sus hijos jugar, solos o con algún compañero” posteriormente se les entregará una encuesta donde les pedirá sinceridad para poder responderlas y al finalizar, se llevara a cabo una pequeña platica acerca del deporte y los beneficios psicoemocionales que aporta.

Esto no queda ahí, se seguirá trabajando arduamente para saber con veracidad lo que está afectando a los niños y niñas el no realizar algún tipo juego.

Se dará una continua visita en la comunidad y en esta etapa llevar a cabo lo siguiente.

Observación científica o estructurada, debido a que esto se basa en un procedimiento concreto para analizar e investigar sobre el tema. Se requerirá de ciertos instrumentos y herramientas para la observación y el análisis.

Las personas desempeñan una capacidad a través del sentido de la vida y esto está condicionado por la perspectiva y los conocimientos previos del observador, de esta manera se obtienen información de lo que se pretende alcanzar. Se puede realizar de manera directa, es decir, dirigir la mirada al niño o la persona o bien a través de herramientas tales como: lentes, computadores.

Si bien se menciona que la observación y la recopilación de datos no son habilidades innatas, por lo que son competencias que deben ser aprendidas y practicadas para lograr su dominio

Las herramientas en la observación durante el proceso de investigación son las siguientes:

Toma de notas

Fotografías

Grabaciones de videos y audios

Ilustraciones/dibujos

Encuesta final

PROCESAMIENTO DE INFORMACIÓN

A través de la investigación y de los métodos que ya se mencionó anteriormente se obtendrá información y resultados, gracias a ese método.

Por lo que son observaciones que quedan registrados no requieren de participación, esto se hace mientras los involucrados están en actividades rutinarias y esto se utilizan como un indicador de lo que hacen las y los niños y las personas adultas.

Todo lo que se obtendrá de la investigación es generar más conocimiento a través de la producción de nuevas ideas y la solución de la problemática en el cual los niños se enfrentan en la comunidad de Nueva Libertad. Por ello es importante que los datos a obtener sean de manera rigurosa. Ya que se trata de aportar beneficios y ventajas en los juegos que realizan los niños.

Con el siguiente estudio se quiere conocer y valorar los hábitos de la actividad deportiva saludable de una muestra de niños de Educación Primaria de sexto grado de la localidad de Nueva Libertad.

El estudio se fundamenta en varias teorías sobre los determinantes de conducta de la actividad física, propuestas por diferentes autores. Dentro de estas teorías destacan el Modelo de Estados de Cambio de Prochaska y DiClemente (1983), la Teoría de la Auto-eficacia de Bandura (1986, 1999), la Teoría de la Acción Razonada de Fishbein y Ajzen (1975), la Teoría de la Conducta Planificada de Ajzen (1985, 1991), el modelo Socio-Cognitivo de Taylor et al. (1994), el modelo de los determinantes Sallis,(995), entre otras.

Todas las investigaciones consultadas ponen de manifiesto los beneficios para la salud física, social y mental, de la práctica de actividad física, por ello se han establecido una serie de recomendaciones sobre cuál debería ser la frecuencia, intensidad y duración de esta práctica para obtener beneficios.

Algunos autores como Prochaska y DiClemente entre otros, consideran que la participación deportiva durante la niñez y adolescencia puede predecir modelos activos del estilo de vida futuro, ya que contribuiría a formarles, estimularles el interés y la participación, además de ayudar a crear un hábito saludable.

En los últimos años han surgido muchos problemas relacionados con hábitos saludables en la comunidad tales como: (sedentarismo infantil, falta de actividad física, alimentación inadecuada, enfermedades cardiovasculares, obesidad, hipertensión, trabajo a temprana edad, exclusión de niñas y niños que no están en condiciones de realizar algún juego, etc.)

El deporte o educación física ha estado estrechamente vinculada a la salud desde su inclusión en los currículos educativos. Por ello la comunidad y la escuela tienen la obligación de adaptarse a las circunstancias, inquietudes y problemas de la localidad y sociedad en la que está inmersa.

Para ello se ha diseñado este proyecto de investigación que servirá para conocer los hábitos de actividad física saludable en los niños de sexto grado de Educación Primaria comunitaria indígena, tomando como referencia la población existente en la comunidad de nueva libertad, municipio de Ocosingo Chiapas.

DELIMITACIÓN DE TIEMPO Y ESPACIO

Tiempo

Los tiempos en realizar esta tesis de investigación será desde mes de enero del 2023 hasta el mes de junio del mismo año, por lo que se llevará a cabo de manera minuciosa y con mucha dedicación para poder alcanzar los objetivos esperados. Tomando en cuenta los tiempos y los espacios, los fenómenos y sujetos de la realidad, estará comprendido de todos los estudios que se ejecutarán con presteza y la problemática correctamente planteado.

Constituirá una exigencia de toda investigación y en especial, en el terreno de las ciencias sociales y la disciplina científico-pedagógica que se centra en el movimiento corporal para alcanzar un desarrollo integral de las capacidades físicas, afectivas y cognoscitivas de las y los niños.

Se ira precisando los momentos y el parámetro de los tiempos referidos en los momentos en los que se va recogiendo la información.

Espacio

La escuela se localiza en la comunidad de Nueva Libertad entre diez a quince minutos máximos de la cabecera municipal de Ocosingo, Chiapas. En las siguientes imágenes se describirá detalladamente.

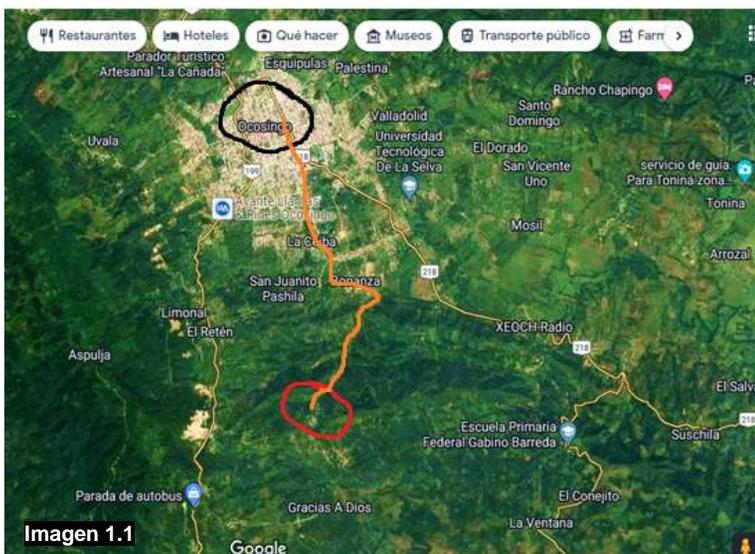


Imagen 1.1

Esta imagen tiene una muestra general desde la mancha urbana de la ciudad de Ocosingo hasta la comunidad de Nueva libertad

Lo que está marcado en círculo negro en la ciudad el recorrido está marcado en color amarillo y el de llegada está encerrado en color rojo.

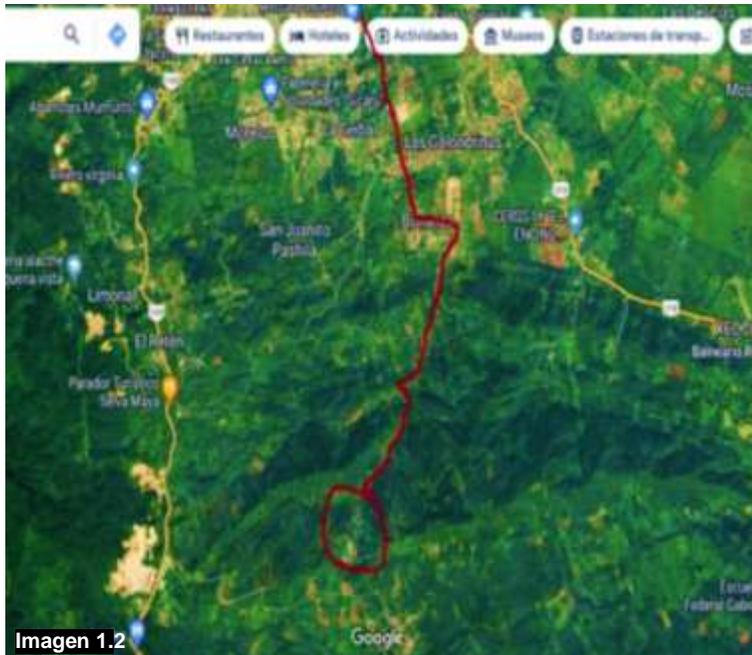


Imagen 1.2

Imagen 1.2

La comunidad de Nueva Libertad ya se ve un poco más de cerca debido a la cercanía y ubicación del buscador google maps.

La línea roja es el recorrido correcto para llegar a la comunidad.



Imagen 1.3

Imagen 1.3

Se ve toda comunidad en su totalidad. Tal como lo muestra se ve en los cuatros puntos rojos de referencia.

El lugar donde se ubica la escuela está dentro del círculo amarillo, en la parte céntrica y más poblada de la comunidad.

Bibliografía

- Aizencang, N. (2010). *Jugar, aprender, enseñar*. Buenos Aires: Manantial.
- Álvarez, F. d. (2005). *Título de Grado en Ciencias de la actividad física y del deporte*.
- Anshel, M. H. (1991). *Dictionary of the Sport and Exercise Sciences*. Londres: Human Kinetics Pub.
- Bañuelos, S. (1992). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Castejón Oliva, F. J. (2004). Una aproximación a la utilización del deporte en la educación. Lecturas: educación física y deportes. *Revista Digital*.
- Chateau, J. (1973). *Psicología de los juegos infantiles*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Ferrando, M. G. (1990). *Aspectos sociales del deporte: una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza.
- Kamii, C. (1988). *Juegos colectivos en la primera enseñanza*. Madrid: Visor.
- Levoratti, A., & Zambaglione, D. (2015). *La recreación y el deporte social como medio de inclusión*. Berazategui: Buenos Aires: Engranajes de la cultura.
- OMS. (2011). *Promoting sports and enhancing health in European Union Countries: A policy content analysis to support action*. Ginebra.
- Pérez, M. E. (2014). *Universidad Politécnica Salesiana del Ecuador*.
- Piaget, J. (1946). *La formación del símbolo en el niño*. México D.F: Fondo de Cultura Económica.
- Pérez-Navero, J. L. (2018). *Actividad Física y Deporte en la Infancia Y Adolescencia*.
- Rivas, D., & Vaíllo, R. (2013). *Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad*. Paidotribo.
- Romero, G. S. (2001). *Formación deportiva: nuevos retos en educación*. Sevilla: Universidad de Sevilla.

Sazatornil Pinedo, P. (2013). *La integración del alumnado con discapacidad visual en Secundaria a través de la. Cantabria, España.*

Sothorn MS et al. (1999). *The health benefits of physical activity in children and adolescents.*

UNICEF. (2004). *Deporte, recreación y juego.* Nueva York.

UNICEF. (2019). *La actividad física en niños, niñas y adolescentes.* Panamá .

Carta Europea del deporte. (1992).