



Artículo original

Actividades lúdicas y deportivas en la formación inicial de los estudiantes de Educación Básica General

Ludic Sports Activities for the Initial Development of Elementary Education Students

Atividades lúdicas e esportivas no treinamento inicial de estudantes da Educação Básica Geral

Johanna Jomaira Luna Hernández¹  <https://orcid.org/0000-0003-4627-8430>

Manuel Gutiérrez Cruz^{1*}  <https://orcid.org/0000-0002-1445-8659>

¹Universidad de Guayaquil. Ecuador.

*Autor para la correspondencia: manuel.gutierrezc@ug.edu.ec

Recibido: 30/09/2021.

Aceptado: 20/11/2021

DOI: <https://doi.org/10.34982/2223.1773.2022.V7.No2.001>

Este documento posee una licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial
Compartir igual 4.0 Internacional



RESUMEN

Introducción: Las actividades lúdicas son necesarias en toda la etapa de la vida, y en especial en los niños y adolescentes.

Objetivo: El objetivo consistió en comprobar la influencia de un sistema de actividades lúdicas y deportivas en el desarrollo de sus habilidades motrices. La investigación es de tipo experimental, en su modalidad de cuasi experimento donde se aborda la relación causal entre las variables motivo de estudio.

Materiales y métodos: La muestra fue de 30 estudiantes, se planteó un grupo de control y otro experimental al que se le aplicó la propuesta.

Resultados: Como consecuencia de la aplicación práctica se muestran los resultados que contrastan el pos-test con los resultados iniciales, por lo que se rechaza la hipótesis nula, dado que, en todas las variables la probabilidad asociada





al estadístico de prueba alcanza diferencias significativas.

Conclusiones: Se concluye que el sistema de actividades lúdicas propuesto para la formación inicial de los estudiantes, es pertinente y deben extender su aplicación a otros grupos clases de educación física.

Palabras clave: actividades lúdicas, juego, sistema de actividades lúdicas y deportivas.

ABSTRACT

Introduction: Ludic activities are necessary throughout life, particularly for children and adolescents.

Aim: To check the influence of a system of ludic activities on the development of motor skills in children and adolescents. This experimental study relied on quasi experiment that tackles the causal relation between the variables set for this research.

Materials and methods: The sample consisted of 30 students in two groups: control and experimental.

Results: The practical application showed the contrasts between the post-test and the initial results, thus refusing the null hypothesis, since in every variable, the probability associated with the test statistics underwent significant differences.

Conclusions: The ludic activity system suggested for the initial student development is viable, and should be applied in other physical education classes.

Keywords: ludic activities, game, ludic sport activities system.

RESUMO

Introdução: Atividades lúdicas são necessárias em todas as etapas da vida, e especialmente em crianças e adolescentes.

Objetivo: O objetivo era testar a influência de um sistema de jogos e atividades esportivas no desenvolvimento das habilidades motoras. A pesquisa é do tipo experimental, na forma de uma quase-experimentação onde a relação causal entre as variáveis em estudo é abordada.

Materiais e métodos: A amostra consistiu de 30 estudantes, um grupo de controle e um grupo experimental ao qual a proposta foi aplicada.

Resultados: Como consequência da aplicação prática, são mostrados os resultados que contrastam o pós-teste com os resultados iniciais, de modo que a hipótese nula é rejeitada, dado que, em todas as variáveis, a probabilidade associada com a estatística do teste atinge diferenças significativas.





Conclusões: Conclui-se que o sistema de atividades lúdicas proposto para o treinamento inicial dos alunos é relevante e deve estender sua aplicação a outros grupos de aulas de educação física.

Palavras-chave: atividades lúdicas, jogo, sistema de atividades lúdicas e esportivas.

INTRODUCCIÓN

Cuando se habla de actividades lúdicas enseguida se piensa en el juego, y de cómo está a través de las actividades deportivas generan un ambiente social, psicológico mental positivo en los adolescentes. Según Moreno, J. A., (2019) el factor lúdico constituye un aporte muy importante, ya que su implementación en las clases de educación física o en las acciones extracurriculares favorecen en el proceso de enseñanza-aprendizaje y en la salud de los practicantes. Se considera que, a través de sus estrategias impulsa a los alumnos despertar el interés en adquirir nuevos conocimientos, y para esto, el rol que juega el docente es determinante puesto que sus metodologías deben estar encaminadas a despertar el gozo y el disfrute del estudiante por aprender y a la vez sentirse saludable.

“La lúdica hace referencia a todo accionar que, de una u otra forma, le permite al ser humano conocer, expresarse, sentir y relacionarse con su medio, una actividad libre que produce satisfacción y alegría logrando el disfrute de cada una de sus acciones cotidianas.” (Omeñaca y Ruiz, 2017, p. 7).

Para asumir la definición de juegos, es necesario partir del criterio emitido por Huizinga (2007), el que asume que el juego

“...es una actividad u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida corriente.” (p. 45) Si pretende categorizar una actividad lúdica, se puede atender a sus características.

Haciendo un análisis de los rasgos distintivos del juego según estudiosos de diferentes campos (psicología, educación, antropología, etc.) Omeñaca y Ruiz (2019) toman como base estudios para señalar como más relevantes ocho elementos, de manera que cuantos más rasgos de estos aparezcan en una actividad, más claramente se podrá encuadrar como lúdica.

“Para Piaget los juegos se vuelven más significativos en la medida que el niño se va desarrollando, puesto que, a partir de la libre manipulación de





elementos variados, él pasa a construir objetos y reinventar las cosas.”
(Nunes de Almeida 2019, p. 18).

Charchabal. D. (2018), expresa que,

“la recreación debe ser enfocada directamente con la conciencia de tener que ser complementaria en todo lo que rodean las actividades diarias; estudio, trabajo, familia, alimentación, ocio, etc., debe ser coordinada y desarrollada en ese sentido como parte sistémica en una persona integral que día a día puede desarrollar sus capacidades y resolver sus dificultades (p.33)”.

La educación recreativa y lúdica constituye una acción inherente al niño, adolescente y adulto y aparece siempre como una forma transaccional orientada a la obtención de conocimientos, mismos que apoyaran en la formación del pensamiento individual en continua relación con el pensamiento colectivo.

En este artículo, se refleja la importancia de la lúdica, y su relación con la actividad deportiva; para ello, se revisaron múltiples bibliografías sobre el factor lúdico y deportivo en los estudiantes de educación básica sujeto a la investigación, se cuenta con el respaldo de aportes teóricos importantes de varios autores que investigaron este tema, por lo que los resultados muestran como la actividad lúdica y deportiva son atractivas y motivadora, en la etapa de adolescentes.

Diversos estudios revelan los beneficios que proporciona la práctica físico-deportiva moderada en el ámbito físico, fisiológico, psicológico y social (American College of Sports Medicine, 2000; Fox, 2020). Se ha demostrado que con la práctica físico-deportiva aumenta la autoestima, creando un efecto positivo en el bienestar del sujeto practicante; por el contrario, el sedentarismo ha sido asociado con estados depresivos y problemas de salud (Sonstroem & Potts, 1996; Morales, E. 2013; Morrison, 2016; Varo, Martínez & Martínez-González, 2017). Sin embargo, y a pesar de estos beneficios, el sedentarismo se está configurando como un importante problema en la infancia y en la adolescencia, predominado los sedentarios frente a los físicamente activos (García-Ferrando, 2016b).

Cuando se hace una valoración objetiva, se da cuenta que en el mundo los niños desarrollan actividades lúdicas y deportivas, a través de las clases de educación física, y que, por tal motivo, crecen fuertes y saludables, y que esta asignatura contribuye a su desarrollo intelectual, e incluso muchas personalidades del mundo manifiestan que a través de la educación física se logra en los niños un desarrollo multilateral, logrando así una adolescencia activa para la vida.

Sin embargo, cuando se aborda el mundo de la investigación, son numerosos los resultados que expresan problemas sobre el desarrollo de las actividades lúdicas en la educación física, motivado por el desconocimiento de los profesores de temas





didácticos para conducir este método hacia mayores resultados en la formación integral de los estudiantes. La centralización del ejercicio físico y la enseñanza tradicional mostró en los resultados de (Castillo, Balaguer & Tomás, 1997) que, en una clase de 30 minutos de educación física, sólo se dedicaban dos minutos a una actividad física vigorosa. Por lo tanto, las clases de educación física son necesarias, aunque no suficientes para mantener a los niños/adolescentes saludables (física, psicológica y socialmente); por lo que se debe complementar la actividad realizada en el colegio con más ejercicio físico fuera ámbito escolar. Esto ha llevado a algunos investigadores a diferenciar entre práctica de actividades físicas dentro y fuera del colegio. Los preceptos teóricos valorados permiten a los autores de la investigación a partir de identificar deficiencias didácticas en el proceso de enseñanza aprendizaje en la educación física en los estudiantes de educación básica, concebir como objetivo comprobar la influencia de un sistema de actividades lúdicas y deportivas en el desarrollo de sus habilidades motrices.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio es de tipo experimental, donde se aborda la relación causal entre las variables motivo de estudio, por lo que se presenta un estudio de tipo experimental en su modalidad de cuasi experimento. La muestra fue de 30 estudiantes, se planteó un grupo de control con 15 alumnos y otro grupo experimental con 15 alumnos. El grupo de control continuó trabajando con la metodología tradicional y al grupo experimental se les aplicó la intervención de actividades lúdicas recreativas propuesta. Sobre la base de validar un sistema de actividades lúdicas y recreativa para perfeccionar los movimientos motrices básicos en los estudiantes investigados

Dentro de los contenidos se tuvo en cuenta el diseño de un sistema de actividades lúdicas, para mejorar las habilidades motrices básicas clasificando los juegos en función de las actividades que realizaban; habilidades con el balón, equilibrio dinámico, carreras de desplazamientos, saltos y giros. En el estudio, se aplicó un Test de habilidades motrices básicas y una encuesta a los estudiantes relacionado con la práctica de actividades físicas de la OMS (Organización Mundial de la Salud), modificada.

Para desarrollar el sistema de actividades lúdicas de los estudiantes investigados, se partió inicialmente de la validación teórica al consultar a 12 especialistas nacionales e internacionales, con una experiencia superior a (diez años mínimo), Los indicadores analizados por los especialistas incluyen los siguientes aspectos:

1. Coherencia teórica-metodológica.





2. Concepción de los elementos y componentes del sistema de actividades lúdicas.
3. Utilidad social de las actividades lúdicas
4. Utilidad científica.
5. Importancia del sistema de actividades lúdicas.
6. Pertinencia.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Encuesta aplicada a los estudiantes de educación básica general. Cuestionario Mundial sobre Actividad Física (GPAQ), modificado

¿Exige sus actividades diarias una actividad lúdicas físicas intensas que implica una aceleración importante de la respiración o del ritmo cardíaco, como [jugar, correr, saltar, hacer ejercicios o jugar algún deporte] durante al menos 10 minutos consecutivos?

Los resultados muestran que 12 estudiantes del grupo de control en el pretest, para un 80%, expresan que sí, y tres estudiantes para un 20 %, manifestaron que no, y en el grupo experimental en igual periodo inicial, 11 estudiantes para un 73 %, expresan que sí, y solo cuatro estudiantes para un 27 % manifestaron que no, lo cual demuestra su bajo nivel físico.

En una semana típica, ¿cuántos días realiza usted actividades físicas intensas en su Colegio?

Los resultados muestran que en el grupo de control 14 estudiantes para un 93 %, manifiestan que de 1 a 2 veces a la semana y 1 estudiante para el 7 %, de 3 a 4 veces a la semana, mientras que en el grupo experimental 13 estudiantes para un 93 %, manifiestan que 1 a 2 veces a la semana y 1 estudiante para el 7 %, de 3 a 4 veces a la semana.

En uno de esos días en los que realiza actividades físicas intensas, ¿cuánto tiempo suele dedicar a esas actividades?

Los resultados muestran que en el grupo de control 14 estudiantes para un 93 %, manifiestan que una hora, a la semana y un estudiante para el 7 %, de dos horas a la semana, mientras que en el grupo experimental 13 estudiantes para un 93 %, manifiestan que una hora a la semana y un estudiante para el 7 %, dos horas a la semana.

¿Exige su actividad diaria como estudiante una actividad de intensidad moderada que implica una ligera aceleración de la respiración o del ritmo cardíaco, como caminar deprisa [o transportar pesos ligeros o juegos intensos] durante al menos diez minutos consecutivos?





Los resultados muestran que 13 estudiantes del grupo de control para un 87 %, expresan que sí, y dos estudiantes manifestaron que no para un 13 %, mientras que en el grupo experimental 13 estudiantes para un 87 %, expresan que sí, y dos estudiantes manifestaron que no para un 13 %.

Los resultados del pretest aplicado a los estudiantes de educación básica general, demuestran que el estado físico para realizar actividades lúdicas y deportivas, son insuficientes, debido a que no utilizan el tiempo necesario para la práctica deportiva mínimo 30 minutos diarios, además, siente agotamiento y cansancio físico cuando realizan actividades físicas moderadas, por lo que es necesario aplicar un conjunto de actividades lúdicas y deportivas, que les permita elevar su condición física de fuerza, resistencia y velocidad (Tabla 1 y Tabla 2).

Tabla 1. - Test de habilidades técnicas deportivas de los estudiantes de Educación básica general

Test	Pretest: Grupo control								Pos-test: Grupo de control								Total		
	M	B	%	R	%	M	%	Tot	M	%	B	%	R	%	M	%			
Prueba No.1. Pasar el balón en 8 entre las piernas	0	0	0	0	2	1	1	8	15	Prueba No.1. Pasar el balón en 8 entre las piernas	4	2	8	5	3	2	0	0	15
Prueba No.2. Caminar rápido con un balón en la mano en bote sobre la línea lateral de la cancha de baloncesto	0	0	0	0	3	2	1	8	15	Prueba No.2. Caminar rápido con un balón en la mano en bote sobre la línea lateral de la cancha de baloncesto	5	3	9	6	2	1	0	0	15
Prueba Nº 3 Regate con el balón de fútbol entre obstáculos	0	0	0	0	3	2	1	8	15	Prueba Nº 3 Regate con el balón de fútbol entre obstáculos	3	2	8	5	4	2	0	0	15
Prueba Nº 4 manipulación del balón, lanzarla la pelota lo más alto posible y agarrar sin que toque el suelo.	0	0	1	7	3	2	1	7	15	Prueba Nº 4 manipulación del balón, lanzarla la pelota lo más alto posible y agarrar sin que toque el suelo.	3	2	8	5	4	2	0	0	15
Prueba Nº 5.- Rodar el balón de balonmano por toda la línea lateral del campo de baloncesto	0	0	1	7	2	1	1	8	15	Prueba Nº 5.- Rodar el balón de balonmano por toda la línea lateral del campo de baloncesto	3	2	1	7	2	1	0	0	15

Fuente: Propia del autor
 Elaborado por: Johanna Luna Hernández





Tabla 2. - Test de habilidades técnicas deportivas de los estudiantes de Educación básica general

Test	Pretest: Grupo Experimental									Posttest: Grupo experimental									
	M	%	B	%	R	%	M	%	Tot	Test	M	%	B	%	R	%	M	%	Tot
Prueba No.1. Pasar el balón en 8 entre las piernas	0	0	0	0	3	2	1	8	15	Prueba No.1. Pasar el balón en 8 entre las piernas	1	87	2	0	0	0	0	0	15
Prueba No.2. Caminar rápido con un balón en la mano en bote sobre la línea lateral de la cancha de baloncesto	0	0	0	0	4	2	1	7	15	Prueba No.2. Caminar rápido con un balón en la mano en bote sobre la línea lateral de la cancha de baloncesto	1	80	4	0	0	0	0	0	15
Prueba No 3 Regate con el balón de fútbol entre obstáculos	0	0	0	0	1	7	1	9	15	Prueba No 3 Regate con el balón de fútbol entre obstáculos	1	93	1	0	0	0	0	0	15
Prueba No 4 manipulación del balón, lanzarla la pelota lo más alto posible y agarrar sin que toque el suelo.	0	0	0	0	3	2	1	8	15	Prueba No 4 manipulación del balón, lanzarla la pelota lo más alto posible y agarrar sin que toque el suelo.	1	10	0	0	0	0	0	0	15
Prueba No 5.- Rodar el balón de balonmano por toda la línea lateral del campo de baloncesto	0	0	0	0	4	2	1	7	15	Prueba No 5.- Rodar el balón de balonmano por toda la línea lateral del campo de baloncesto	1	93	1	0	0	0	0	0	15

Fuente: Propia del autor
Elaborado por: Johanna Luna Hernández

La validación teórica de las actividades lúdicas se realizó aplicando la prueba de correlación de Kendall, donde los especialistas realizaron sus valoraciones respectivas a cada indicador establecido, además de que se les dio la posibilidad de relacionar nuevos aspectos que sean relevantes para ellos. La evaluación de la propuesta estuvo centrada la coherencia teórica–metodológica del sistema de actividades lúdicas, utilidad social científica y factibilidad de su aplicación práctica. Las respuestas fueron procesadas estadísticamente a través de un análisis descriptivo con el uso de frecuencias absolutas y relativas y el cálculo del





coeficiente de concordancia. Los resultados de la evaluación por los especialistas al sistema de actividades lúdicas aparecen a continuación (Tabla 3).

Tabla.3. - Evaluación del sistema de actividades lúdicas por los especialistas

Indicadores	Categorías de evaluación							
	Muy Adecuada		Adecuada		Inadecuada			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Coherencia teórica-metodológica	10	83,3	2	16,7	0	0,0	12	100,0
Concepción de los elementos y componentes del sistema de actividades lúdicas	11	91,7	1	8,3	0	0,0	12	100,0
Utilidad social de las actividades lúdicas	12	100	0	0,0	0	0,0	12	100,0
Utilidad científica	11	91,7	1	8,3	0	0,0	12	100,0
Importancia del sistema de actividades lúdicas	12	100,0	0	0,0	0	0,0	12	100,0
Pertinencia	12	100,0	0	0,0	0	0,0	12	100,0

Fuente: Propia del autor
Elaborado por: Johanna Luna Hernández

En relación al primer indicador de evaluación que valora la coherencia teórica - metodológica de la propuesta, se puede observar que, del total de 12 especialistas, diez de ellos, determinan que el sistema de actividades lúdicas presenta una coherencia teórica-metodológica de muy adecuada; lo cual representa el 83,3 % respecto al total y el 16,75 restante de adecuada.

Al considerar la concepción de los elementos y componentes del sistema de actividades lúdicas, el 91,7 % de los especialistas valoran que es de muy adecuada y el 8,3 %, que representa un caso de adecuada. Respecto a si la propuesta presenta una utilidad social, el 100,0 % de los especialistas opinan que es de muy adecuada, pues refieren que el sistema de actividades lúdicas se encuentra enfocado a la mejora de las habilidades motrices en los sujetos estudiados.

En cuanto a la utilidad científica de la propuesta, el 91,7 % de los evaluadores concuerdan en una evaluación de muy adecuada y el 8,3 % restante de adecuada. Una vez se obtuvieron los porcentajes de respuesta de los especialistas para cada indicador se procedió a determinar el nivel de consenso de las respuestas emitidas a través del coeficiente de concordancia de Kendall.

Esta prueba estadística permite evaluar la asociación entre los evaluadores planteando como hipótesis:

- H0: No existe concordancia entre las evaluaciones emitidas por los especialistas.
- H1: Existe concordancia entre las evaluaciones emitidas por los especialistas.



Como resultado, se tiene un coeficiente que varía, entre 0 y 1; donde el valor es uno cuando todos los “especialistas” coincidan exactamente en sus valoraciones, lo que sería un acuerdo perfecto; y cero en el caso que los evaluadores no coincidan en ninguna evaluación. Para la interpretación del coeficiente W, se toma el criterio establecido por Ruiz (2007):

- $W < 0,20$: concordancia pobre.
- $0,21 < W < 0,40$: concordancia débil.
- $0,41 < W < 0,60$: concordancia moderada.
- $0,61 < W < 0,80$: concordancia buena.
- $0,81 < W < 1,00$: concordancia muy buena.

En la investigación, el cálculo del coeficiente de Kendall se realizó en el software estadístico SPSS v24, donde se determinó un coeficiente de 0,86, como aparece en la figura que aparece a continuación (Figura 1).

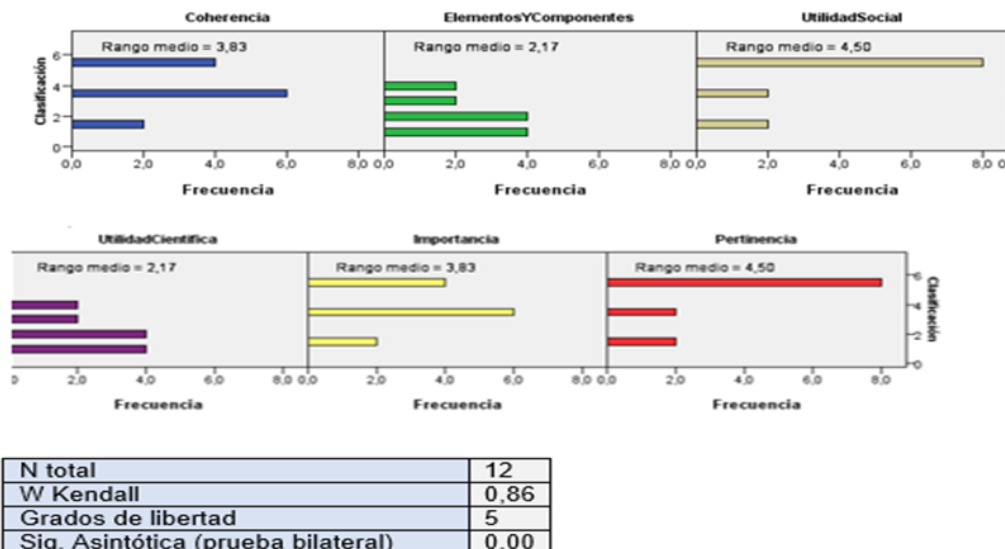


Fig. 1. - Cálculo del coeficiente de Kendall se realizó en el software estadístico SPSS v24

Según la clasificación establecida, se puede concluir que el nivel de concordancia es de “muy buena”, ya que se encuentra entre 0,8 y 1.0. Al observar la significación asintótica ($0,00 \leq 0,005$) se constata que se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna, que plantea que existe concordancia entre las evaluaciones emitidas por los especialistas (Tabla 4).





Tabla. 4. - Resultados de la Prueba U de Mann-Whitney en el postest al grupo de control y experimental

	Estadísticos de prueba ^a				
	PRUEBA 1 GRUPO DE CONTROL PRETEST	PRUEBA 2GRUPO DE CONTROL PRETEST	PRUEBA3 GRUPO DE CONTROL PRETEST	PRUEBA4 GRUPO DE CONTROL PRETEST	PRUEBA5 GRUPO DE CONTROL PRETEST
U de Mann-Whitney	105.000	105.000	97.500	103.500	107.000
W de Wilcoxon	225.000	225.000	217.500	223.500	227.000
Z	-.482	-.424	-1.056	-.507	-.310
Sig. asintótica(bilateral)	.630	.671	.291	.612	.757
Significación exacta [2*(sig. unilateral)]	.775 ^b	.775 ^b	.539 ^b	.713 ^b	.838 ^b

Elaborado por: Luna 2021

a. Variable de agrupación: TIPO DE GRUPO

b. No corregido para empates.

En el post - test, como aparece en la tabla 5, se rechaza H_0 en todas las variables al ser menor el valor de la probabilidad asociada al estadístico de prueba que el nivel de significación para cada una de ellas ($Sig \leq 0.05$), es decir la prueba U de Mann-Whitney es significativa y la variable en estudio en el pos-test en el grupo de control no es igual a la variable en estudio en el pos-test en el grupo experimental, mostrando diferencias Altamente significativas en las pruebas 3,4 y 5 donde el nivel significación ($Sig = 0.00 \leq 0.05$) y el las pruebas 1 y 2 aunque no hay diferencias altamente significativas los resultados de significación en la prueba uno ($Sig = 0.01 \leq 0.05$) y en el grupo 2 ($Sig = 0.22 \leq 0.05$) (Tabla 5).

Tabla. 5 - Resultados de la Prueba U de Mann-Whitney en el pos-test al grupo de control y experimental

	Estadísticos de prueba ^a				
	PRUEBA1 POSTEST	PRUEBA2 POSTEST	PRUEBA3 POSTEST	PRUEBA 4 POSTEST	PRUEBA 5 POSTEST
U de Mann-Whitney	42.000	63.500	28.000	22.500	29.000
W de Wilcoxon	162.000	183.500	148.000	142.500	149.000
Z	-3.309	-2.294	-3.944	-4.272	-3.949
Sig. asintótica(bilateral)	.001	.022	.000	.000	.000
Significación exacta [2*(sig. unilateral)]	.003 ^b	.041 ^b	.000 ^b	.000 ^b	.000 ^b

Elaborado por: Luna 2021

a. Variable de agrupación: TIPO DE GRUPO

b. No corregido para empates.





Tras el análisis de los resultados, se puede comprobar en un primer momento como las actividades lúdicas resultan efectivas, aunque la muestra ha sido relativamente pequeña, los valores obtenidos son significativos y permiten aconsejar continuar aplicando estas actividades, ya que indica que el método de juegos lúdicos favorecedoras en el conocimiento y control del esquema corporal en los niños de éstas

Actualmente, si bien se ha avanzado, no está muy desarrollado el concepto de lúdica en español, más bien se lo admite como un adjetivo de algo que es "perteneciente o relativo al juego" (RAE, 2020). En el presente análisis no interesa lo lúdico como adjetivo, sino la Lúdica como sustantivo independiente, aunque complementario a los Juegos. Los estudios de Garzas, (2015), seguidos por Sailema, *et al.*, (2019), enfatizan en la necesidad de estimular desde edades tempranas todo el potencial cognitivo, motriz y social del niño.

Como resultado del experimento y para corroborar la hipótesis de investigación, se realizó la Prueba U de Mann-Whitney para comparar el grupo de control con el grupo experimental. Las hipótesis en la prueba U de Mann-Whitney para comparar el pretest y el pos-test teniendo en cuenta la pertenencia al grupo de control o al grupo experimental, muestras independientes, a partir de los resultados son: Para las variables en el pre-test

Ho: La variable en estudio en el pretest en el grupo de control es igual a la variable en estudio en el pretest en el grupo experimental.

H1: La variable en estudio en el pre-test en el grupo de control no es igual a la variable en estudio en el pretest en el grupo experimental. Para las variables en el pos-test.

Ho: La variable en estudio en el pos-test en el grupo de control es igual a la variable en estudio en el pos-test en el grupo experimental.

H1: La variable en estudio en el pos-test en el grupo de control no es igual a la variable en estudio en el pos-test en el grupo experimental.

Se definió una variable para cada test que incluyó los 30 datos (15 del grupo de control y 15 del grupo experimental) de esta en el pretest y en el pos-test, y como variable de agrupación el pertenecer al grupo control o al grupo experimental. Se procesó mediante el software SPSS V25, como se observa en la tabla 5 y se concluye que para una significación del 5 %.

En el pre-test, no se rechaza Ho en ninguna de las variables al no ser menor el valor de la probabilidad asociada al estadístico de prueba que el nivel de significación para cada una de ellas (Sig. \geq 0.05), es decir la prueba U de Mann-Whitney no es significativa y la variable en estudio en el pre-test en el grupo de control es igual a la variable en estudio en el pre-test en el grupo experimental.





Propuesta del sistema de actividades lúdicas deportivas

Se está enfrentando una situación sin precedentes de un confinamiento global con escuelas cerradas, eventos y actividades comunitarias canceladas, amigos separados y familias aisladas. Durante este tiempo de incertidumbre, muchos padres se ven en la necesidad de hacer la transición y navegar en su nueva función como educadores y compañeros de juego. Para muchas familias, esto también agrega mucho más estrés a la vida diaria y tal vez incluso expectativas para asumir aún más responsabilidad en el juego, desarrollo y aprendizaje de los niños. En este tiempo de aislamiento, los padres tienen una excelente oportunidad de hacer uso del tiempo en conjunto para ejercitar habilidades críticas por medio de actividades lúdicas. Las actividades que han sido reconocidas como valiosas tanto para los padres, como para los niños y que no requieren un entorno de aprendizaje formal. Para ellos, se ha organizado un sistema de actividades lúdicas para la etapa formativa inicial de los estudiantes sujetos al proceso de investigación (Tabla 6).

Tabla 6. - Sistema de actividades lúdicas para la etapa de formación inicial

Juegos físicos	Juegos de simulación	Juegos simbólicos	Juegos con reglas
<p>Juego físico</p> <p>Este incluye actividades físicas (por ejemplo: saltar, escalar, bailar, saltar la cuerda, andar en bicicleta y jugar con pelota), la práctica de la motricidad fina (por ejemplo, coser, colorear, cortar, manipular juguetes de acción y de construcción) y juego de combate (fingir que lucha con sus compañeros).</p> <p>El juego físicamente activo lleva a los adolescentes a ejercitarse y también está vinculado con un progreso académico, autocontrol y competencia social.</p> <p>Salir a la naturaleza es una de las actividades que produce claros beneficios positivos, sin embargo, se puede comenzar con actividades básicas y simples al interior, como al convertir el piso en piedras para cruzar un río, tratar de balancear juguetes u objetos en la cabeza y hombros o construir torres complejas.</p>	<p>El juego de simulación, tal como los juegos clásicos de imitación y actuación, es el tipo de juego más investigado. Este desarrolla habilidades de razonamiento, desarrollo social y creatividad.</p> <p>También es posible que el juego de simulación pueda ser crucial para el desarrollo del lenguaje, las habilidades narrativas y regulación de emociones; también hay sólida evidencia de que el juego orientado a la fantasía mejora el autocontrol y las habilidades de aprender a aprender.</p>	<p>Este tipo de juego comienza cuando estudiante se comunica y progresa para incluir el lenguaje hablado, trazos, números y música usando los primeros signos de símbolos y representaciones.</p> <p>Hay buena evidencia de que el juego simbólico mejora el desarrollo del lenguaje de los adolescentes. El lenguaje en sí mismo se relaciona con otras habilidades y metas importantes, incluyendo el autocontrol y el rendimiento académico. Ciertas investigaciones indican que el juego musical y deportivo podría ayudar en el desarrollo de las habilidades de comunicación y se relaciona con un funcionamiento cognitivo más alto.</p> <p>Colocar algunos bloques básicos u objetos de su casa en la mesa y asignar una nueva palabra o ritmo a cada uno de ellos. Al tocar los objetos, puede usar un nuevo significado de los objetos para crear una nueva canción o ritmo. También puede ayudar a</p>	<p>Estos incluyen juegos físicos, tales como atrapadas, escondidillas, lanzar y atrapar, y a medida que los niños crecen, usan los juegos electrónicos y en computadora, así como un amplio rango de actividades deportivas más organizadas.</p> <p>Los juegos de mesa (especialmente aquellos que involucran números) consisten sobre todo en pensamiento sistemático, solución de problemas y ayudarles a mejorar las habilidades de cálculo. Los juegos físicos con reglas ayudan a los niños a adaptarse para seguir secuencias e instrucciones, incluida la escolarización formal. Los juegos con reglas pueden actuar como un sustituto de la vigilancia de los adultos, mejorando la libertad y actuación de los niños.</p> <p>Esta es una gran oportunidad para encontrar un juego favorito y recordar a los niños que a veces la mejor parte del juego es cambiar y acordar las (nuevas) reglas, ya sea para atrapar una pelota o en un juego de mesa. Los juegos en línea también pueden involucrar a la familia, en particular si están activos y son una excelente forma para que los</p>





elegir un libro favorito e involucrélo en la construcción de un modelo físico o partes de una historia o quizá un final alternativo.

adultos entiendan y participen en línea.

CONCLUSIONES

Se concluye que la clasificación establecida, se puede concluir que el nivel de concordancia es de "muy buena", ya que se encuentra entre 0,8 y 1.0. Al observar la significación asintótica ($0,00 \leq 0,005$) se constata que se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna, que plantea que existe concordancia entre las evaluaciones emitidas por los especialistas. Por lo que nos permite plantear que la propuesta del sistema actividades lúdico para la etapa de formación inicial es pertinente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Castillo, I., & Balaguer, I. (1998). Patrones de actividades físicas en niños y adolescentes. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 54, 22-29. <https://revista-apunts.com/patrones-de-actividades-fisicas-en-ninos-y-adolescentes/>
- Coto, K. N. (2017). enfoque lúdico creativo nutre escuelas y organizaciones en Nicaragua. Universidad de Costa Rica. <https://repositorio.unan.edu.ni/10153/1/6931.pdf>
- Charchabal D. et, al. (2018). La recreación laboral en el bienestar empresarial y público y privado. Editorial Académica Española, ISBN. 9786133115600. <https://www.eae-publishing.com/catalog/details/store/es/book/978-613-9-11560-0/la-recreaci%C3%B3n-laboral-en-el-bienestar-empresarial-p%C3%ABlico-y-privado>
- American College of Sports Medicine (2020). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription (6ª ed.). Filadelfia, PA: Lippincott Williams y Wilkins. <https://www.amazon.com/ACSMs-Guidelines-Exercise-Testing-Prescription/dp/149633907X>
- Hernández, J. J., & Acosta., y. N. (2011). Aplicación informática lúdica para tercer nivel Pre-Escolar, "Colegio San José" Matagalpa 2011. Unan Farem Matagalpa.
- Huizinga, J. (2007). Homo ludens (Sexta reimpresión, obra original publicada en 1938). Madrid: Alianza Editorial, Emecé editores. <https://repositorio.unan.edu.ni/6295/1/6301.pdf>





- Garza, J., (2015) El impacto de la estimulación temprana en la primera infancia. Universidad de Monterrey: http://bibsrv.udem.edu.mx:8080/ebooks/tesis/000044895_MED.pdf.
- García-Ferrando, M. (2016a). Posmodernidad y deporte: Entre la individualización y la masificación. <https://libreria.cis.es/libros/posmodernidad-y-deporte-entre-la-individualizacion-y-la-masificacion/9788474764062/>
- Ruiz (coord.) J.V., Alonso, G., Alonso, M., Bueno, D., Bueno, I. & Echarri, C. (2017) Aprendizaje cooperativo en Educación Física: De la teoría a la práctica en situaciones motrices. Madrid: CCS, 27 calistenia. https://redib.org/Record/oai_articulo2697535-el-potencial-educativo-de-los-juegos-cooperativos-desde-la-educaci%C3%B3n-f%C3%ADsica-una-experiencia-en-secunda
- Palmar, Husain. (2018). Educación física a temprana edad. Encuentro Educacional, Maracaibo, 5, (1) p. 36-52, <https://produccioncientificaluz.org/index.php/encuentro/article/view/19606>
- Parcel, G., Simons-Mortons, B., O'Hara, N., Baranowski, T., Kolbe, L., & Bee, D. (1987). School promotion of healthful diet and exercise behavior: An integration of organizational change and social learning theory interventions. Journal of School Health, 57(4), 150-156 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1746-1561.1987.tb04163.x>
- Paredes, J. (2016). Juego, luego soy. Teoría de la actividad lúdica. Sevilla, España: Wanceulen, Editorial Deportiva <https://wanceuleneditorial.com/shop/juego-luego-soy-teoria-de-la-actividad-ludica/>
- Morales. E. (2016). Las actividades lúdicas y su influencia en la inteligencia emocional de los estudiantes de cuarto grado,) p.22) <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/5127>
- Moreno, J. A., Cano, F., González-Cutre, D., Cervelló, E., & Ruiz, L. (2019). Flow disposicional en salvamento deportivo: una aproximación desde la teoría de la autodeterminación. Revista de Psicología del Deporte, 18(1), 23-35. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235119250002>
- Omeñaca, R. & Ruiz, J.V. (2019). Juegos cooperativos y educación física (9ª reimpresión de la tercera edición). Versión digital Kindle para ipad mini. Barcelona: Editorial Paidotribo. <https://www.amazon.es/Juegos-Cooperativos-Educaci%C3%B3n-Fisica-Pedagog%C3%ADa/dp/8480194332>
- Sailema Torres, Ángel A., Maqueira Caraballo, G. de la C., Sailema Torres, M., & Sailema Ríos, Ángel D. (2019). Estrategia metodológica, esquema corporal y actividad física adaptada: una trilogía para la inclusión social: Estrategia metodológica, esquema corporal y actividad física adaptada: una trilogía para





la inclusión social. Ciencia Digital, 3(2.5), 187-197.
<https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v3i2.5.548>.
<https://cienciadigital.org/revistacienciadigital2/index.php/CienciaDigital/article/view/548>

Sonstroem, R., & Potts, S. (1996). Life adjustment correlates of physical selfconcepts. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 28(5), 619-625.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9148094/>

Varo, J., Martínez, J., & Martínez-González, M. (2017). Beneficios de la actividad física y riesgos del sedentarismo. *Medicina Clínica*, 121(17), 665-672
<http://mural.uv.es/joplase/obesidad%20y%20educacion%20fisica.pdf>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.

