

**Juegos tradicionales y Aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de cuarto 01 de  
la Institución Educativa San Joaquín, Valledupar Cesar**

**Cristian David Vertel Pontón**

**Leider Segundo Molinares Ospino**

**Director**

**Lic. AMAURIS SALAS**

**Universidad Popular Del Cesar  
Facultad De Educación  
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes  
Valledupar – Cesar  
2024**

**Nota de Aceptación**

---

---

---

---

---

Evaluador

Valledupar, 01-09-2024.

### **Dedicatoria**

Con profunda gratitud y devoción, dedicamos este proyecto primeramente a Dios, por ser la luz que ha iluminado nuestro camino durante todo este proceso. A nuestros padres, Por su infinito amor, apoyo incondicional y por ser pilares fundamentales en mi vida. Gracias por creer en nosotros y por enseñarnos el valor del trabajo duro y la perseverancia. A ustedes, con todo nuestro amor y gratitud, dedicamos este proyecto. A nuestro asesor, Amaury Salas Jiménez, por su invaluable guía, paciencia y por compartir sus conocimientos con nosotros.

Leider Segundo Molinares Ospino

Cristian David Vertel Ponton

## **Agradecimientos**

Nuestro principal agradecimiento es con Dios por la sabiduría y el conocimiento que nos ha otorgado. Gracias por permitirnos comprender conceptos complejos y encontrar soluciones creativas a los obstáculos que se interpusieron en nuestro camino. Agradecidos también con nuestros docentes, por ser una guía en este proceso tan maravilloso.

Leider Segundo Molinares Ospino

Cristian David Vertel Ponton

## Resumen

La investigación desarrollada, se fundamenta en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes del grado 4 de educación primaria de la Institución San Joaquín en la Ciudad de Valledupar Cesar.

La propuesta que se planteó en la investigación, es consecuencia de la problemática identificada en los estudiantes de Cuarto grado, ya que se registraban comportamientos inusuales, bajo rendimiento académico, esto generado por la mala utilización de su tiempo libre, con base a lo anterior descrito se formula una pregunta de investigación, ¿Qué impacto generan los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de la Institución educativa san cesar Joaquín, Valledupar?, planteando como objetivo general Analizar el impacto del uso de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa San Joaquín, para lograr este propósito se realizaron diagnósticos sectoriales y observación directa, con el fin de identificar la funcionalidad de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre, así mismo se evaluó el conocimiento de los juegos tradicionales en articulación de la lúdica y finalmente se plantea propuesta de mejoramiento con estrategias para el aprovechamiento del tiempo libre de los educandos.

Para la fundamentación de la investigación se tuvo en cuenta como objetivo general el siguiente;

Analizar el impacto del uso de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa San Joaquín.

Seguidamente para su solución se plantearon los siguientes objetivos específicos;

Desarrollar un diagnóstico de cómo hacen uso los estudiantes del grado cuarto 01 de la Institución Educativa San Joaquín del tiempo libre.

Evaluar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes del grado conllevan al buen uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas.

Diseñar una propuesta con estrategias lúdicas de intervención formativa, basada en el uso de los juegos tradicionales para fomentar el buen uso del tiempo libre.

La metodología utilizada en este laboratorio investigativo fue la investigación descriptiva y por medio de la observación directa.

El proyecto se estructuró bajo la línea de investigación:

Actividad Física y movimiento humano para la Salud

Palabras clave: Juegos tradicionales, lúdica, aprovechamiento del tiempo libre.

## Summary

The research developed is based on the use of free time of students in the 4th grade of primary education at the San Joaquin Institution in the City of Valledupar Cesar. The proposal that was raised in the investigation, is a consequence of the problems identified in the fourth grade students, since they registered unusual behaviors, low academic performance, this generated by the poor use of their free time, based on the above described a research question is formulated, What impact do traditional games generate in the use of free time of the students of the San Cesar Joaquin Educational Institution, Valledupar?, posing as a general objective to analyze the impact of the use of traditional games in the use of free time of fourth grade students of the San Joaquin Educational Institution, to achieve this purpose sectoral diagnoses and direct observation were carried out, in order to identify the functionality of traditional games in the use of free time, likewise the knowledge of traditional games in articulation of the playful was evaluated and finally a proposal for improvement is proposed with strategies for the use of free time of students. The research presents general and specific objectives for its development, which are listed below:

### General objective

Analyze the impact of the use of traditional games on the use of free time by fourth grade students at the San Joaquin Educational Institution.

### Specific objectives

- Develop a diagnosis of how fourth grade 01 students at the San Joaquin Educational Institution use free time.

Evaluate whether recreational play activities applied to students in the grade lead to the good use of free time and the development of physical skills and abilities.

Design a proposal with playful strategies for formative intervention, based on the use of traditional games to encourage the good use of free time.

The methodology used in this research laboratory was descriptive research and through direct observation.

The project was structured under the line of research: Physical Activity and Human Movement for Health

Keywords: Traditional games, play, use of free time.

## Glosario

**Actividades lúdico-recreativas.** Son Aquellas presididas por el ejercicio de la libertad de elección, como es característico en la actividad lúdica por excelencia: el juego en su diversidad de formas, a través del cual es posible lograr resultados educativos y formativos, como valores agregados a la obtención del placer.

**Ajedrez de botón.** Eran un tipo de juego de mesa que involucraba a dos o más jugadores que usaban botones para representar sus fichas.

**Bolos.** Juego en el que se intenta derribar unos pinos lanzando una bola pesada.

**Caja de los truenos.** Era un juego de mesa tradicional que implicaba a varios jugadores y consistía en lanzar una pelota de goma a la caja con una caña.

**Canicas.** Juego en el que se lanzan canicas para golpear otras y sacarlas de un área determinada, acumulando las ganadas.

**Canto de trabajo.** Era una costumbre ancestral que consistía en cantar mientras se realizaba un trabajo para mantener el ritmo y la motivación.

**Carrera de costales.** Competencia en la que los jugadores se meten en sacos y saltan hasta la meta, el primero en llegar gana.

**Costumbres ancestrales.** Refieren a los hábitos y costumbres tradicionales que se practicaban en el pasado, como la caza, el cultivo de la tierra y la pesca.

**Cuerda de saltar.** Era un juego de niños que consistía en saltar a la cuerda mientras los demás cantaban una canción.

**Descanso pasivo.** El descanso pasivo es aquel en el que se abandona por completo cualquier tipo de actividad física. Es decir, es un periodo de reposo total donde el cuerpo se desconecta del ejercicio y se dedica a recuperarse.

**Dimensión lúdica de la recreación y el deporte.** Sé parte de los postulados enmarcados en la Ley del Deporte donde se define la Educación Física como una disciplina científica, cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre. En consecuencia el movimiento es de gran incidencia en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida del individuo; lo cual está sujeto a lo dispuesto en la Ley 115 de 1994, donde se admite la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre como un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, para el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano, para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social.

**El congelado.** Juego en el que un jugador dice “congelado” y todos deben quedarse inmóviles; el que se mueve es eliminado.

**El escondido.** Juego en el que un jugador cuenta mientras los demás se esconden; el que es encontrado primero se convierte en el siguiente que cuenta.

**El Lobo.** Juego en el que un jugador, el "lobo," persigue a los demás para atraparlos; cuando alguien es atrapado, se convierte en lobo.

**Juego de la oca.** Este juego de mesa tradicional se jugaba en un tablero que consistía en 63 casillas.

**Juegos Tradicionales.** Los juegos tradicionales son actividades lúdicas que han sido transmitidas de generación en generación dentro de una cultura o comunidad. Generalmente,

estos juegos tienen raíces históricas profundas y forman parte del patrimonio cultural y social de una región. Su importancia radica en que reflejan las costumbres, valores y modos de vida de las sociedades que los practican.

**La gallina ciega.** Juego en el que un jugador, con los ojos vendados, intenta atrapar a los otros, que intentan evitar ser tocados.

**La lleva.** Juego en el que un jugador persigue a los demás; cuando toca a alguien, esa persona se convierte en el nuevo perseguidor.

**La rueda.** Juego en el que los niños forman un círculo y cantan una canción mientras giran alrededor, realizando ciertas acciones según la letra.

**Lúdica o juego.** Un primer equívoco que debe evitarse es el de confundir lúdica con juego, pese a que semánticamente estas expresiones se tratan como sinónimos. Sin embargo, todo juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego, es decir, es necesario reconocer que la lúdica no se reduce o agota en los juegos, sino que va más allá, trascendiéndolos, con una connotación general. Por lo tanto, puede asegurarse, con base en lo expuesto, que la lúdica se expresa en actividades que producen emociones placenteras y vivencias excitantes tan diferentes como el baile, el paseo, la observación de un partido de fútbol, el jumping o leer poesía etc..., que difieren de las comúnmente aceptadas como juegos, evidenciando el carácter genérico de la lúdica y la inconveniencia de reducirla a una forma particular de expresión.

**Parchís.** Juego de mesa en el que los jugadores avanzan fichas alrededor del tablero con dados, tratando de llevar todas sus fichas a la meta antes que los demás.

**Palmo de tierra.** Era un juego de niños de antaño que consistía en formar un círculo, hacer una trinchera en el centro y atinar objetos con una piedra.

**Peregrina.** Juego en el que se camina sobre un camino dibujado en el suelo, saltando entre casillas mientras se evita tocar las líneas.

**Perinola o balero.** Juego tradicional que consiste en una pieza de madera con un pequeño agujero en el centro y una esfera, también de madera, unida a un cordón. El objetivo es lanzar la esfera al aire y hacer que encaje en el agujero del balero al caer. Requiere habilidad y coordinación para lograr que la esfera se ajuste correctamente en el balero.

**Rompecabezas.** Juego de piezas que se ensamblan para formar una imagen completa.

**Ronda de Policías.** Juego en el que los niños forman un círculo y uno de ellos es el "policía" que tiene que identificar al "delincuente" escondido entre ellos.

**Teléfono roto.** Juego en el que un mensaje se susurra de un jugador a otro en una fila, y el último revela el mensaje final, que suele ser muy diferente del original.

**Tingo tango.** Juego en el que los niños se sientan en círculo y, siguiendo una canción o rima, eliminan a uno hasta que queda un solo jugador.

**Triqui.** Juego de mesa en el que dos jugadores colocan sus marcas en un tablero de 3x3, buscando alinear tres marcas en fila.

**Trompo.** Juego tradicional que consistía en hacer girar una pequeña trompa sobre la tierra.

**Uno.** Juego de cartas en el que se deben deshacerse de todas las cartas antes que los demás jugadores, siguiendo reglas de colores y números.

## TABLA DE CONTENIDO

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	22
1.1.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	25
1.2 JUSTIFICACIÓN .....	26
1.3 OBJETIVOS .....	29
1.3.1 OBJETIVO GENERAL.....	29
1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	29
1.4 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN .....	30
1.4.2 DELIMITACION .....	31
1.4.2.1 DELIMITACION ESPACIAL .....	31
1.4.2.2 DELIMITACION TEMPORAL.....	31
2.1 MARCO HISTÓRICO.....	31
<i>2.1.1. Historia resumida origen juegos tradicionales</i> .....	31
2.2. MARCO CONCEPTUAL .....	41
2.3 MARCO LEGAL.....	46
3. MARCO METODOLÓGICO.....	47
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	48
3.2.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN .....	48
3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	49

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	49
3.5 TÉCNICAS Y ANÁLISIS DE LOS DATOS.....	51
3.6 SISTEMA DE VARIABLES.....	52
4. RESULTADOS.....	56
4.1 Desarrollo de los Objetivos Específicos. ....	56
4.1.1. Desarrollar un diagnóstico de cómo hacen uso los estudiantes del grado cuarto 01 de la Institución Educativa San Joaquín del tiempo libre. ....	56
4.1.2 Aplicación y Análisis del Instrumento de Recolección de Información.....	56
4.2 Evaluar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes del grado conllevan al buen uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas. ....	65
Con la finalidad de medir el impacto de las actividades lúdicas recreativas que desarrollan los estudiantes del grado 4 de la Institución reseñada, sé aplico una encuesta que consta de 6 preguntas cerradas donde se evalúa el conocimiento, la eficacia y eficiencia de las mismas y de igual manera su pertinencia y ocupación del tiempo libre. ....	65
4.3 Diseñar estrategias lúdicas de intervención formativa, basada en el uso de los juegos tradicionales para fomentar el buen uso del tiempo libre. ....	73
4.2.1 TÍTULO DE LA PROPUESTA.....	73
4.2.2 Fundamentación de la Propuesta .....	73
4.2.5 Actividades y estrategias propuestas .....	74
4.2.5.1 Responsables de la implementación .....	75

4.2.6 .....	ACTORES BENEFICIADOS EN LA IMPLEMENTACION DE LA PROPUESTA	75
4.2.7	RECURSOS DISPONIBLES Y NECESARIOS.....	75
4.2.8	EVALUACION Y SEGUIMIENTO .....	75
4.2.9	ETAPAS DE IMPLEMENTACION DE LA PROPUESTA.....	75
5.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	82
6.	CONCLUSIONES .....	86
7.	RECOMENDACIONES.....	88
8.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	89
	<b>ANEXOS.....</b>	<b>97</b>

## Lista de Figuras

Figura 1. Ocupación del tiempo libre.....	56
Figura 2. Practica algún juego.....	57
Figura 3 Conocimiento juegos tradicionales.....	58
Figura 4 Utilización de equipos electrónicos.....	59
Figura 5. Duración manipulación de equipos.....	60
Figura 6. Disponibilidad hogar equipos electrónicos.....	61
Figura 7. Juegos ofrecidos en la Institución.....	62
Figura 8. Preferencia de juegos.....	63
Figura 9. Participación proyecto.....	65
Figura 10. Juegos tradicionales preferidos.....	66
Figura 11. Aprendizaje de juego tradicional.....	67
Figura 12. Practica de juego tradicional.....	68
Figura 13. Juegos de la Institución.....	69
Figura 11. Escogencia de juegos.....	70

## Lista de Cuadros

Tabla 1. Operacionalización de variables.....	51
Cuadro 2. Proyección de juegos.....	75
Cuadro 3. Proyección de juegos.....	77
Cuadro 4. Proyección de juegos.....	78
Cuadro 5. Proyección de juegos .....	79

## Lista de Apéndices

Anexo A Aplicación de Encuesta.....	97
Anexo B Juego de Bolos.....	98
Anexo C Juego de Bolos.....	99
Anexo D Juego UNO.....	100
Anexo E Perinola.....	101
Anexo F El lobo .....	102
Anexo G Rompecabezas.....	103
Anexo H Ronda Policía.....	104
Anexo I Salto Cuerda.....	105
Anexo J Teléfono Rojo.....	106
Anexo K Tingo Tango.....	107
Anexo L Triqui-Triqui.....	108
Anexo M Aplicación Encueta.....	109
Anexo N Juegos Tradicionales en Casa.....	110
Anexo Ñ Solicitud Permiso.....	115
Anexo O Consentimiento Informado.....	116

## Introducción

A pesar de saber la importancia del juego en el proceso de formación escolar de los niños muchos docentes hoy en día no incorporan los juegos en sus metodologías de enseñanza. Muchos autores destacan la presencia del juego en la escuela, como Decroly quien dice que: el juego representa de manera simbólica la realidad. En el juego, el niño experimenta una realidad y se forma en ella; por ende, en el juego, el niño abstrae, pondera y crea una representación simbólica de la vida, se alista para vivir. Además, el juego representa una liberación de tensiones; el niño se entretiene y se divierte con el juego. "El juego promueve la formación de los sentidos". En resumen, Decroly fusiona el trabajo y el juego en el salón de clases, percibiéndola como la mejor mezcla para el aprendizaje. (Ressot,2010)

En este proyecto se implementan dos conceptos importantes en el desarrollo humano como es la lúdica y el tiempo libre. Oñate (2019) señala que la actividad, Lúdica favorece un crecimiento integral en el estudiante, su satisfacción en su ambiente natural, propicia un aprendizaje natural que, mediante este, se adquieren las reglas y directrices de conducta, se enfatizan los valores y actitudes, se estimula la curiosidad, en otras palabras. que el juego es una necesidad para el ser humano y especialmente para el niño. Pero esto no quiere decir que la lúdica solo se emplee en la etapa escolar, es para todo momento de la vida cotidiana y en especial en los ratos libres donde no se tiene ninguna obligación.

Felizzola en su trabajo de grado cita a Munné (1980) quien define el tiempo libre como "aquel modo de darse el tiempo personal que es sentido como libre al dedicarlo a actividades auto condicionadas de descanso, recreación y creación para compensarse, y en último término afirmarse la persona individual y socialmente". Una de las formas más comunes de pasar el tiempo libre es a través de la lúdica.

El tiempo libre y la lúdica son dos conceptos que están estrechamente relacionados. El tiempo libre permite a las personas desarrollar la lúdica para mejorar su salud mental y bienestar. La lúdica ayuda a las personas a desarrollar habilidades sociales, flexibilidad mental, creatividad, liderazgo y disciplina. Estas actividades permiten a las personas pasar su tiempo libre de forma divertida y constructiva.

En este proyecto se proponen los juegos tradicionales como estrategia lúdica ya que pueden ser una excelente manera para que los niños aprovechen su tiempo libre. Los juegos tradicionales, además de brindarles un rato agradable y de esparcimiento, también será un buen momento para rescatarlos, ya que han sido pasados de una generación a otra y que cada vez se practican menos.

La Investigación se Desarrolló en III capítulos, iniciando con un diagnostico general, prosigue la evaluación de juegos tradicionales y finaliza con el diseño de la propuesta, la problemática identificada está orientada a varios aspectos entre estos;

El tiempo libre no se emplea en la exploración de los estudiantes en fomentar la creatividad que emerge cuando desconocen qué hacer. Naturalmente, esto obstaculiza el fomento de la creatividad y la improvisación.

Se enfrentan retos relacionados con el autoconocimiento. En muchas ocasiones, el paso de una actividad a otra termina por establecer normas y por volver la rutina cotidiana. Todos los planes se realizan de manera automática, debido a la inercia. Así, frecuentemente ocurre que los niños siguen una dirección, la que señala lo que deben hacer y se apartan de otras rutas donde podrían explorar y descubrir lo que les gustaría realizar.

Alteraciones en la condición emocional Visualiza cómo te experimentas al dedicar un día a pura actividad, moviéndote de un lugar a otro. ¿Estás irritado, desorientado, con escasa habilidad para enfocarte y entregarte al máximo? Esto también ocurre con los niños. También se agotan y, por lo tanto, se agobian. A largo plazo, son circunstancias que provocan ansiedad y tensión.

Su habilidad para gestionar su tiempo de manera autónoma y su independencia se ven comprometidas. Cuando hay poco tiempo para tomar una decisión, los jóvenes se acostumbran a mantener una rutina. Así, algunas competencias sociales también tienen escasas oportunidades de ser practicadas y evaluadas.

realizar cualquier otro plan es una manera de consolidar las relaciones, de mantenerse más próximos y de conocerlos más profundamente.

Las habilidades sociales de los niños se ven impactadas al jugar y disfrutar de su tiempo libre, además de ejercitar habilidades personales y sociales, tales como la organización, la toma de decisiones, el compartir o acuerdo, entre otras.

La población objetivo identificada por los investigadores fueron los estudiantes del V grado de la Institución educativa san Joaquín ubicada en la ciudad de Valledupar Cesar, es de anotar que la finalidad de la investigación es reorientar a los educandos a la eficiente utilización de su tiempo libre.

## **1. Título**

### **JUEGOS TRADICIONALES Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO GRADO, SALON 01 DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUÍN, VALLEDUPAR CESAR**

#### **1.1 Planteamiento Del Problema**

Los estudiantes de la Institución Educativa San Joaquín no han sido ajenos a los cambios que han traído los avances científicos y tecnológicos en la sociedad. Los niños están expuestos a más información, contenido y herramientas tecnológicas, situación que puede impactar de forma negativa esto dependería de la falta de orientación en el manejo de la tecnología. Según Berenguel (2019), "la información que ofrece la red proviene de diversas fuentes, algunas desconocidas y, por lo tanto, podrían no ser fiables". Los alumnos adquieren datos a través de un único clip sin ningún control, lo que se convierte en algo riesgoso, dado que numerosos estudiantes impulsados por la curiosidad navegan por diversas páginas y redes que les permiten obtener información a veces inadecuada para su edad.". Se pudo observar que muchos de los estudiantes, ya no interactúan o se relacionan con los demás como lo era en años anteriores, ya que muchos niños están vinculados con la tecnología, dejando a un lado el libre esparcimiento de actividades productivas. Aunque esto puede ser una ventaja para algunos, los avances tecnológicos también tienen algunos efectos negativos en los niños.

Uno de los efectos negativos más notorios es el aumento de la cantidad de tiempo que los niños pasan al frente de una pantalla. En España, "El 42% de los niños de 4 a 14 años dedica más de dos horas al día frente a un dispositivo electrónico" (Save the Children, 2021). Esto implica que superen el límite recomendado por la Organización Mundial de la Salud para alcanzar un

desarrollo psicológico, físico y social apropiado. Esto puede provocar una variedad de problemas, desde problemas de vista hasta problemas de salud mental y física. La exposición excesiva a contenido digital puede distraer a los niños y afectar su capacidad para concentrarse en tareas más estables. "El uso excesivo de dispositivos tecnológicos en niños de 5 a 13 años puede ponerlos en peligro tanto físico como psicosocial." (Uribe, 2022). El uso excesivo de los aparatos tecnológicos puede traer adicciones y distraer a los niños de sus actividades diarias. También puede llevarlos a un aislamiento social y emocional.

"Los signos de la adicción a las tecnologías emergentes son similares a los que se presentan en otras adicciones, tales como la pérdida de control, la modificación de la vida diaria y la dependencia psicológica." (Pereira & Sánchez, 2016). Usar demasiado tiempo libre con la tecnología puede llevar a una mayor dependencia de esta. Esto puede resultar en una falta de habilidades sociales, ya que es más probable que las personas se vuelvan socialmente aisladas. Un uso excesivo de la tecnología también puede aumentar el riesgo de problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad. Esto se debe a que el uso excesivo de la tecnología puede impactar negativamente en los patrones de sueño, la alimentación y el ejercicio, lo que a su vez puede afectar la salud mental.

La falta de atención de los padres a sus hijos puede tener consecuencias graves en el desarrollo emocional y personal del niño. Cuando los padres no les prestan la atención adecuada, los niños pueden sentirse solos, inseguros y rechazados, lo que puede llevar a problemas de conducta y problemas de autoestima. Si los padres no les proporcionan los cuidados y el apoyo necesarios, los niños pueden sentirse ansiosos, inseguros y frustrados. Esto puede llevar a problemas de ansiedad, depresión, comportamiento agresivo y otros problemas de salud mental. Varios niños no reciben la atención adecuada de sus padres por lo que pueden aprender malas

mañanas de la calle, estar horas de la noche fuera de casa haciendo mal uso de su tiempo libre, perdiéndose el respeto y haciendo más probable que en un futuro usen su tiempo libre en cosas malas como caer en adicciones.

Por otro lado, la poca práctica de los juegos tradicionales puede traer problemas en los niños de esta comunidad educativa como el caso de las enfermedades no transmisibles como el sedentarismo y la obesidad, ya que pueden caer en el mal uso del aprovechamiento del tiempo libre como en los aparatos tecnológicos como televisores, celulares o computadoras, lo cual traería repercusiones en los niños como su mal desarrollo integral, el déficit de habilidades y destrezas motoras, generando niños pasivos, con un nivel de ánimo bajo y poco creativos.

Teniendo en cuenta lo descrito anteriormente se han podido identificar una serie de consecuencias que derivan de la presente investigación tales como; bajo rendimiento académico, mal uso del internet y plataformas tecnológicas llevando a la adicción de las mismas, deserción escolar, entre otros.

La problemática presentada en el salón de cuarto grado de la institución educativa San Joaquín en Valledupar Cesar, puede encontrar solución en el diseño de una propuesta de mejoramiento, dirigida a los educandos de la institución reseñada, que conlleve al aprovechamiento, económicos, sociales y culturales del municipio de Puerto Patiño, generando emprendimiento, desarrollo y de los potenciales crecimiento del tiempo libre y así mismo la exploración de sus habilidades y competencias a través del juego.

La finalidad del estudio se centra en determinar de manera sistemática el buen uso del tiempo libre en los estudiantes, utilizando estrategias derivadas de los juegos tradicionales, donde

los estudiantes aprovechen sus espacios y al mismo tiempo aprendan y rescaten los juegos tradicionales en concordancia con su formación educativa.

Dentro de las limitantes encontradas en el desarrollo de la presente investigación se identifica la carencia de información proporcionada por la Institución reseñada y la poca colaboración de los directivos así mismo las barreras y negación al cambio e innovación en los procesos.

### **1.1.1 Formulación Del Problema De Investigación**

¿Qué impacto generan los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de cuarto 01 la Institución Educativa San Joaquín, Valledupar Cesar?

## 1.2 Justificación

Los juegos tradicionales son una forma eficaz de pasar el tiempo libre. Se pueden hacer uso de los mismos en cualquier lugar y no requieren el uso de equipos especiales o instalaciones. Además, muchos de ellos se pueden jugar en grupo, lo que es ideal para las personas que disfrutan de la interacción social. En muchas culturas, los juegos tradicionales se han utilizado como una forma de enseñar a los niños valores importantes, como el trabajo en equipo el respeto y el aprender haciendo y simultáneamente divirtiéndose.

Por medio de los juegos tradicionales se quiere fomentar en los estudiantes de la I E D San Joaquín el buen uso del tiempo libre, ya que estos se presentan como una cultura que viene de muchos tiempos atrás que ha permitido el buen desarrollo emocional y físico de muchas generaciones, con este proyecto se pretende lograr un impacto en el ámbito social y educativo, que cada niño pueda cambiar hábitos de vida pasivos por hábitos de vida activos y saludables y por supuesto, aprendan otra manera de darle buen uso a su tiempo libre.

Muchas personas creen que los juegos tradicionales han quedado en la historia, pero hoy día se necesita que estén vigentes en la sociedad para el fortalecimiento de la formación y la integración escolar de niños y niñas, porque Como sostiene (Sacaguama & Sarmiento, 2010), los juegos tradicionales son un medio de socialización, fomentan la imaginación y la empatía; fomentan la fraternidad entre los individuos, el disfrute de la libertad sin causar perjuicios colaterales; generando roles en los alumnos que les facilitan adaptarse a diversas circunstancias, permitiéndoles solucionar sus propios conflictos. Como resultado, cada vez más maestros están incorporando esto en su práctica educativa como recurso para ayudar a los estudiantes a superar su falta de interacción interpersonal, empatía, compañerismo, cooperación y colaboración.

Fue fundamental tener en cuenta algunas consideraciones de suma importancia para el desarrollo de la investigación en su estructura académica abordaje de la correlación con la pedagogía en el uso del tiempo libre de los educandos y los beneficios que generan en el aprendizaje:

Aspecto práctico, la investigación se basó en analizar la falta de estrategias utilizadas por la Institución educativa reseñada, en el buen uso del tiempo libre y aprovechamiento de los juegos tradicionales en el aprendizaje didáctico, así mismo las consecuencias que puede estar generando en los educandos como consecuencia del ocio.

Aspecto teórico, los aspectos que se analizaron para dicha investigación fueron el desaprovechamiento del tiempo libre en pro del fortalecimiento del conocimiento y el aprendizaje a través del juego, teniendo en cuenta las teorías de; Hernández Mendo, 2000; Hernández Mendo y Morales, 2005) y por tanto hay conceptos ya revisados. Ocio, tiempo libre, recreación.

Aspecto metodológico, encontrar estrategias que conlleven a la implementación de medidas institucionales para que los educandos hagan buen uso de su tiempo libre en la Institución y fuera de ella.

Aspecto social, esta investigación trae beneficios palpables a toda la comunidad educativa de la Institución reseñada, ya que fortalecerá habilidades y conocimientos a través del uso adecuado del tiempo libre.

El licenciado en educación física puede implementar y hacer uso de los juegos tradicionales ya que hacen parte de un aspecto muy importante en la educación física y para cada individuo como lo es la “recreación”, la cual es una rama de la educación física. La

recreación es necesaria en cualquier etapa de la vida de cada persona, sea en la niñez, infancia, adolescencia, juventud, adultez y adulto mayor, porque es la recreación la que permite salir de lo rutinario de la vida y generar gozo, diversión y felicidad realizando actividades de nuestro gusto y placer.

Es preciso tener en cuenta que, según estudios del Ministerio de Educación Nacional, con referencia a la dedicación de los menores a los sistemas tecnológicos en su tiempo libre, en lo que va del 2024, los resultados mostraron que el 46,8% de los adolescentes tienen un alto nivel de adicción a los juegos en línea, 35,2% presentan un nivel medio y por último el 17,9% muestran un nivel bajo en adicción a los juegos cibernéticos ofrecidos por diferentes plataformas digitales.

## **1.3 Objetivos**

### **1.3.1 Objetivo General**

Analizar el impacto del uso de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes del grado cuarto 01 de la Institución Educativa San Joaquín.

### **1.3.2 Objetivos Específicos**

- Desarrollar un diagnóstico de cómo hacen uso los estudiantes del grado cuarto 01 de la Institución Educativa San Joaquín del tiempo libre.
- Evaluar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes del grado cuarto 01 conllevan al buen uso del tiempo libre.
- Diseñar una propuesta con estrategias lúdicas de intervención formativa, basada en el uso de los juegos tradicionales para fomentar el buen uso del tiempo libre.

## **1.4 Línea De Investigación**

### **1.4.1 Actividad Física y Movimiento Humano Para la Salud**

Como parte de la justificación de la presente línea, se considera que la inactividad física ha sido uno de los principales factores de riesgo de mortalidad por enfermedades no transmisibles - ENT. Se ha demostrado como la inactividad física trae consigo el aumento de peso corporal, pudiendo alcanzar diferentes niveles de obesidad; así como la disminución de la movilidad articular, problemas cardiovasculares, la hipotrofia muscular, y la capacidad de reacción. En relación a lo anterior, la Organización Mundial de la Salud - OMS - estableció en 2013 que el sedentarismo está entre los 4 factores de mayor riesgo de fallecimiento, calculando que alrededor de 3,2 millones de fallecimientos anuales son resultado de este comportamiento. Además, se señaló que las tasas globales de obesidad se han cuadruplicado entre 1980 y 2008. Bajo esta perspectiva, podemos afirmar que la práctica de actividad física orientada puede lograr múltiples beneficios en los diferentes grupos atareos. Es por ello, que, a través de la presente línea de investigación, se pretende evaluar la utilidad de las actividades y programas que se realizan a nivel gubernamental, así como orientar a la población de todas las edades, sexos, géneros, condición social y económica, desplazada, en situación de discapacidad, entre otros, hacia un cambio de estilo de vida pasivo a activo. Así mismo, es importante recalcar que la línea de ciencias básicas en el plan de estudios de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes de la UPC permite que el grupo de investigación pueda dar una mirada más amplia desde los componentes de la Fisiología del Ejercicio, la Biomecánica y la Nutrición, brindando la posibilidad de realizar equipos de trabajo interprofesionales para la solución de problemáticas de salud desde el enfoque del Movimiento Corporal.

## **1.4.2 Delimitación**

### **1.4.2.1 Delimitación Espacial**

La presente investigación se desarrolló en la Institución Educativa San Joaquín de la Ciudad de Valledupar Cesar, específicamente a dirigida a los estudiantes 4 grado de básica primaria.

### **1.4.2.2 Delimitación Temporal**

El proyecto tuvo una duración de 1 año comprendido desde el mes de septiembre del 2023 hasta septiembre junio del 2024, para su culminación y desarrolló.

## **2. Marco Teórico**

Seguidamente se realizará la descripción de los antecedentes históricos e investigativos, además del marco teórico, conceptual y legal del presente estudio investigativo.

### **2.1 Marco Histórico**

#### **2.1.1. Historia resumida origen juegos tradicionales**

En las civilizaciones antiguas, los juegos estaban vinculados con las labores cotidianas. Se fundamentaban principalmente en evidenciar las capacidades artesanales o laborales más comunes de un área determinada. Tras un largo período de exhibición, las competiciones se volvieron comunes, llegando a ser vistas como juegos.

En España, la mayoría de los juegos tradicionales se introdujeron por medio del Camino de Santiago, una ruta perfecta para que los peregrinos llevaran juegos de Francia, Italia y Centroeuropa a la Península.

De acuerdo con tu trabajo, así será el juego que te derive.

En numerosas ocasiones, los juegos se basaban en el trabajo que llevaba a cabo quien comenzaba la actividad: un cantero levantaba piedras, o un pastor predicaba los juegos de puntería.

El arte y el juego.

Se podría abordar como detalle de los juegos en la historia una obra del pintor flamenco Peter Brueghel el Viejo (siglo XVI): Juego de Niños. Algunos expertos en tradiciones populares y étnicas han reconocido al menos ochenta y cuatro juegos distintos, muchos de los cuales continúan en uso en numerosos países en la actualidad: la gallina ciega, la cucaña, la peonza, los aros, la una la mula, los bolos, las tabas, el churro-mediamaña-mangotero, el corro, el pillao, entre otros.

### **2.1.2 Antecedentes de la investigación**

Para el tratamiento de los datos obtenidos en el estudio, se llevó a cabo un estudio documental de la información. Los hallazgos indicaron que, por lo tanto, todos los esfuerzos administrativos posibilitaron alcanzar la esencia del problema y examinar la variedad de soluciones disponibles para él.

Los antecedentes de una investigación sirven como guía para trabajos previos, permitiendo reconocer ciertos instrumentos y tácticas que otros investigadores han desarrollado en trabajos anteriores, manteniendo una gran similitud en los temas o áreas funcionales de trabajo.

Bavaresco (2008) sostiene que los antecedentes son cualquier suceso previo a la formulación del problema, que se utiliza para esclarecer, evaluar e interpretar el problema propuesto. Los antecedentes buscan elaborar un resumen conceptual de los estudios o

investigaciones realizadas sobre el problema propuesto, con el objetivo de mostrar el enfoque metodológico de la investigación. Es necesario utilizar las teorías que han surgido respecto al problema.

A continuación, se muestran las síntesis de algunas investigaciones consideradas pertinentes en relación a las variables en estudio. No obstante, es crucial subrayar que no hay numerosos trabajos anteriores sobre el tema, lo que hace que el tema sea único y requiera de un nuevo análisis.

### **2.1.3 Antecedentes Internacionales**

Como primer antecedente se consultó la investigación titulada “Los Juegos Tradicionales en el desarrollo de la Expresión Corporal en los niños del subnivel Inicial del proyecto SAFPI de la Parroquia Poaló, (2022-2023).” Universidad Técnica de Cotopaxi, Tesis de maestría desarrollada por (Martínez 2022-2023); Fijo como objetivo Indagar los fundamentos teóricos acerca de los juegos tradicionales y la expresión corporal.

El proyecto es muy puntual en la influencia que tiene los juegos tradicionales, y como desde años atrás han ayudado a la construcción formal no solamente de los niños sino también de los adultos, incluso los juegos tradicionales pueden llegar aportar también en la vida de los más ancianos, por eso es que la tesis recalca la importancia de que los juegos tradicionales estén presentes en la vida social de las personas.

Sé citan a los autores Guzmán y Estuardo (2020), quienes realizaron una investigación denominada “Juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato” Universidad nacional de Chimborazo, donde se fijó como objetivo rescatar los juegos tradicionales para el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Nicanor Larrea de Riobamba.

El proyecto tiene un enfoque mixto, utilizan datos numéricos con ayuda de diagramas y tienen en cuenta las cualidades que tienen los juegos tradicionales frente al aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes. Se logra evidenciar que se ha perdido la costumbre de los juegos tradicionales y estos los estudiantes los practican muy poco en sus tiempos libres, el aporte fundamental de la misma se centra en la forma de abordaje de la temática así mismo su estructuración en el tema del tiempo libre.

En este orden de ideas se consulta al autor Berlizzaa (2021), el cual plantea una investigación titulada: “Impacto de los Juegos tradicionales en la Utilización del tiempo de descanso”, el aporte fundamental de esta investigación, fundamenta la importancia de aprender con juegos tradicionales y la forma de darle un mejor aprovechamiento al tiempo libre.

Siguiendo con la consulta internacional, se encontró el aporte de Bernal (2021), el cual implementa un estudio denominado; La Necesidad del Aprovechamiento del Tiempo libre en la Escuela Tradicional, precisamente el aporte de esta investigación está basado en el abordaje del mismo y su correlación con la parte social y educativa, ya que involucra los beneficios que puede generar hacer buen uso de los descansos y muestra en su investigación estrategias para involucrar el juego tradicional.

Seguidamente se analiza la investigación titulada “El tiempo es oro” Universidad de la laguna, trabajo de grado desarrollado por (Cumplido 2020) quien fijó como objetivo Aumentar la implicación de los/as adolescentes en dedicar parte de su tiempo libre (o su totalidad) a actividades de ocio que resulten sanas y positivas.

Este proyecto va encaminado a fortalecer el buen uso del tiempo libre por medio de alguna actividad, ya que este es muy indispensable o necesario para las personas, porque se

pueden trabajar actividades que resulten sanas y positivas, teniendo en cuenta la aplicación de estrategias metodológicas.

#### **2.1.4 Antecedentes Nacionales**

Sé consultan a los autores Arias, Nova y Pinto (2020), de la investigación titulada “Los juegos tradicionales una estrategia que favorece la convivencia escolar y el uso productivo del tiempo libre” Fundación Universitaria Los Libertadores, se fijó como objetivo Implementar actividades recreativas educativas basadas en juegos tradicionales y de mesa, como una opción para aprovechar el tiempo libre, con el objetivo de disminuir la accidentalidad y potenciar las relaciones sociales de los niños y niñas de tercer grado del colegio Comunal las Orquídeas.

Este es un proyecto que se asemeja a nuestro proyecto, ya que ellos también identificaron en un colegio de Usaquen-Bogota la misma problemática y es el mal uso de los tiempos libres, ya que los estudiantes estos tiempos lo utilizan para correr, jugar bruscamente, generan accidentes y disgustos entre compañeros, las propuestas de la implementación de los juegos tradicionales son muy importante porque buscan generar actividades ludico-pedagogicas como alternativa de utilización del tiempo de ocio, fomentando el disfrute y una coexistencia saludable entre los alumnos.

"Múltiples inteligencias y uso del tiempo libre de los niños en la IE Arborizadora alta en Bogotá" Universidad Los Libertadores, fundación, trabajo de grado desarrollado por los autores (Rodríguez, Pintor, Barrera, y Julio 2021) se fijó como objetivo, elaborar e implementar estrategias que faciliten el desarrollo de las múltiples inteligencias de los niños de 6 a 12 años, con el fin de optimizar el uso y aprovechamiento correcto del tiempo libre, fomentando las

habilidades, talentos, capacidades físicas y emocionales de los alumnos de la Institución Educativa Arborizadora Alta, situada en la localidad de Ciudad Bolívar en Bogotá.

Este trabajo propone una serie de actividades encaminadas a la utilización del tiempo libre que favorezca diversas facetas del ser humano en su contexto sociocultural, y que en la realización de sus diversas actividades potencien y puedan maximizar los recursos presentes en su entorno, con el objetivo de conservar aspectos culturales y del medio ambiente.

"Los juegos clásicos como método educativo para potenciar el crecimiento sociomotriz en alumnos del tercer grado de la Institución Educativa Anza" UNIVERSIDAD CATOLICA DE ORIENTE, el propósito del trabajo de grado realizado por Bolívar en 2019, fue elaborar una propuesta de intervención pedagógica fundamentada en la utilización de juegos tradicionales, con el fin de potenciar el desarrollo sociomotor en los alumnos de tercer grado de la Institución Educativa Anza.

Este proyecto nos ayuda a reflexionar de lo importante que son los juegos tradicionales además del desarrollo de habilidades motoras, también se adquieren habilidades sociales con ayuda de las experiencias y que son juegos que todo el mundo puede jugar sin importar la edad. También se ve que muchos padres no se relacionan con sus hijos o sus hijos no se relacionan con sus padres por lo que esto puede ser una causa de que los juegos tradicionales se pierdan por falta de conocimiento de los mismos.

Deporte y tiempo de ocio en la Universidad Mariana: "Fortaleciendo la permanencia"  
Universidad Mariana, revista científica desarrollada por (Chaucanez, Estacio Gómez, 2019).

Es importante que el niño aprenda desde temprana edad a usar su tiempo libre correctamente, para así crear buenos hábitos y así evitar que su desarrollo integral se desvíe por el camino de malos hábitos.

"La recuperación de los juegos ancestrales en la protección indígena La Salina"  
Fundación Universitaria Los Libertadores, proyecto de grado elaborado por Ricardo Arce Gómez, año 2019, estableció como meta principal el siguiente objetivo:

El trabajo hace un recuento de como a través de los juegos tradicionales muchas personas aprendieron no solo destrezas físicas, cognitiva y agilidad mental, sino también valores y habilidades de socialización, aprovechamiento del tiempo libre y convivencia, algo que resulta indispensable para la vida cotidiana en la vida social.

"Juegos tradicionales como método para reconstruir conexiones emocionales entre los niños de grado transición del liceo, la satisfacción de aprender" SOCIEDAD UNIVERSITARIA CORPORACIÓN A MINUTO DE DIOS MINUTO DE DIOS, trabajo de grado desarrollado por (Castro, Robles Olivares), 2018, se fijó como objetivo Emplear los juegos tradicionales como estrategia para restablecer vínculos afectivos en los infantes del grado transición del Liceo la Alegría de Aprender. Este trabajo muestra un bosquejo de cómo son los juegos tradicionales en Colombia y la larga tradición de la práctica de estos por las generaciones pasadas ya sea en casa, escuelas, parques o cualquier otro lado y para todas las edades. Son muy accesibles porque son juegos fáciles de realizar con materiales que puede conseguir la misma persona o que se pueden construir.

"Juguemos en el bosque", táctica pedagógica para reducir las costumbres parentales vinculadas al uso del móvil en los niños del hogar Bonda centro de Santa Marta, 2022"

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES BOGOTÁ D.C., tesis doctoral realizada por Saucedo Ruidiaz Elba Cecilia y León Suarez. Nury Andrea, Cervantes Palomino Karime, año 2023, se estableció como meta Narrar la aplicación del juego clásico, la ronda: "Juguemos en el bosque", como estrategia pedagógica, con el fin de reducir las prácticas parentales vinculadas al uso del móvil en los niños del Hogar Bonda Centro.

Este trabajo de investigación es muy importante, ya que tiene como objetivo buscar unos cambios gracias a la implementación de los juegos tradicionales en especial ellos se centran en la ronda "juguemos en el bosque" como una estrategia educativa para lograr una disminución en las prácticas parentales asociadas al uso excesivo del celular que también tienen que ver con nuestro trabajo, porque aquí entraría lo que es el desaprovechamiento del tiempo libre, entonces también hay que buscar unos métodos para que los niños puedan hacer un buen uso de sus tiempos libres.

“El rescate de los juegos tradicionales, cómo esfera fundamental en la enseñanza y aprovechamiento del tiempo libre” Universidad de Antioquia, Caro,2020, el aporte de esta investigación es crucial, ya que aborda de forma clara y concisa la manera como los juegos tradicionales influyen en los estudiantes de forma positiva en la fundamentación de una forma divertida de los conocimientos.

Los juegos tradicionales tienen un aspecto lúdico, lo que lo hace relevante para la propuesta de intervención del proyecto.

“El juego y la lúdica como estrategia pedagógica, para el aprendizaje significativo en niños y niñas de 5 a 7 años del colegio Gimnasio Moderno Summerhill” Fundación universitaria los libertadores, tesis de grado desarrollado por Sandra Medina Forero, María Alejandra Peña Medina, periodo 2021.

Este es un proyecto que busca diseñar una propuesta lúdica pedagógica por medio del juego como estrategia pedagógica, para el aprendizaje significativo en niños y niñas. El juego aporta una formación integral para los niños, su parte física, mental, social y psicológica.

"El juego como método educativo para potenciar el aprendizaje relevante en los niños y niñas de 5 a 6 años del nivel preescolar de la institución educativa John F. Kennedy"

UNIVERSIDAD SANTO TOMAS, tesis de doctorado elaborada por Sindy Marcela Pérez Roche, Yohemis Patricia Londoño Díaz, Maria Angélica Valerio Martínez, durante el periodo 2021, establecieron el propósito de implementar estrategias pedagógicas a través del juego como medio educativo, con el fin de potenciar y potenciar el aprendizaje significativo en los niños y niñas de 5 a 6 años, pertenecientes a la institución educativa John F. Kennedy.

Este trabajo es muy importante, ya que trata como el juego es una táctica educativa capaz de potenciar y potenciar el aprendizaje relevante de los niños y niñas de la institución denominada John F. Kennedy.

"Evaluación de políticas gubernamentales en materia de deporte, recreación, ejercicio físico y uso del tiempo libre como táctica para la inclusión del pueblo indígena Wayuu en el sistema Nacional de Deportes" Abierta y remota universidad nacional, tesis de grado elaborada por Camilo Misael Iguaran Campo, año 2023.

La tesis puntualiza cómo el gobierno nacional por medio de las políticas públicas para el desarrollo del deporte, la recreación, actividades físicas, y aprovechamiento del tiempo libre, busca unos nuevos horizontes para que los niños y niñas puedan integrarse o socializar con los demás por medio de las actividades que se pueden desarrollar en especial las del tiempo libre.

“EL JUEGO Y LA RECREACIÓN PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN TIEMPOS DE CUARENTENA” Corporación Universitaria Minuto de Dios, trabajo de sistematización desarrollado por Jorge Luis Acevedo Mora, periodo 2020, Se estableció el propósito de examinar la experiencia motriz vinculada al juego en las actividades extracurriculares durante la pandemia. Esta también puede ser una de las razones por la cual los niños practican muy poco los juegos tradicionales o no tienen conocimiento sobre ellos, ya que sin un acompañamiento y orientación de los padres puede que el niño consiga esa falta de atención en las redes sociales. Los aparatos tecnológicos o en la calle.

"Creación de una estrategia educativa basada en los juegos convencionales para potenciar los conceptos fundamentales de locomoción en los alumnos de segundo grado del colegio MAONA" Universidad Libre, trabajo de grado realizado por Pinto Martínez Cristhian Eduardo, año 2021, se estableció como meta Evaluar los impactos de la implementación de una propuesta educativa basada en juegos tradicionales en el desarrollo de los patrones fundamentales de locomoción en los alumnos del segundo grado del colegio Magdalena Ortega Nariño.

El problema encontrado en nuestra investigación del uso excesivo de los aparatos tecnológicos ha hecho que el niño no quiera salir y relacionarse con otras personas y que prefiera quedarse jugando algún videojuego o viendo televisión. Y es aquí donde el juego muestra la importancia que tiene en las relaciones sociales ya que al jugar pueden relacionarse con otras personas mientras disfrutan de un rato agradable.

“Juegos tradicionales para el fortalecimiento del aprendizaje en las aulas de clases” Institución educativa Francisco de Paula Santander, investigación desarrollada por Quintero 2020.

Esta investigación aporta aspectos fundamentales al proyecto actual ya que los creadores de este identificaron la importancia de los juegos tradicionales frente al aprendizaje, combinando una serie de estrategias lúdicas, las cuales proporcionan creatividad.

## **2.2. Marco Conceptual**

Un elemento crucial en el desarrollo de un proyecto es el respaldo que proporcionan las bases teóricas, que enriquecen la investigación del investigador. Estas referencias facilitan la adquisición y clarificación de conocimientos acerca del tema, además de establecer los fundamentos para la comprensión y el adecuado desarrollo de la herramienta propuesta en el proyecto.

### **2.2.1 Actividad física:**

El término Actividad Física es bastante extenso, ya que abarca la Educación Física, el deporte, los juegos y otras actividades físicas relacionadas. Este término se define a nivel internacional como cualquier movimiento corporal generado por los músculos esqueléticos que resulta en un consumo de energía. Las actividades que se originan del movimiento corporal, como andar, llevar a cabo tareas domésticas, ascender escaleras, empujar, entre otras (Devís y cols., 2000).

### **2.2.2 Lúdica**

Según Jiménez (2002), El concepto de ocio es extenso y complicado, ya que hace referencia a la necesidad de ser humano, de comunicarse, de sentir, de expresarse, de experimentar distintas emociones, de gozar de experiencias divertidas como el juego, el entretenimiento, la diversión. Estos nos incitan a reír, vivir, gritar, siendo estos un auténtico origen generador de emociones, que incluso nos provocan a llorar.

Teniendo en cuenta los aportes de (Rodríguez & Waldemar, 2013) La diversión es más bien una actitud del ser ante la vida, ante la rutina diaria. Es una manera de estar presente en la vida y de interactuar con ella en esos lugares diarios donde se generan disfrute, disfrute, junto con la distensión que generan actividades simbólicas e imaginarias mediante el juego. La chanza, el humor, el arte y otras acciones (sexo, baile, amor, cariño), que ocurren cuando nos relacionamos con otros, sin más gratificación que la gratitud que generan estos sucesos. (Rodríguez & Waldemar, 2013).

De acuerdo con Espinoza, et al, (2017) "La actividad recreativa es uno de los recursos más esenciales para el crecimiento integral del alumno, pues no solo potenciará su componente motor, sino que también potenciará su habilidad intelectual, social, moral y creativa", (p. 15).

Por otro lado, para Torres (2004), lo lúdico no se limita a la edad, tanto en su sentido recreativo como pedagógico. Lo importante es adaptarlo a las necesidades, intereses y propósitos del nivel educativo. En ese sentido el docente de educación inicial debe desarrollar la actividad lúdica como estrategias pedagógicas respondiendo satisfactoriamente a la formación integral del niño y la niña (Romero, Escorihuela, & Ramos, 2009).

### **2.2.3 Juego**

Según, (Espinoza,2022) el juego es un aspecto del desarrollo humano que apoya el desarrollo psicosocial. Es una forma de vida que fomenta el crecimiento de las relaciones interpersonales, las habilidades y el sentido del humor, así como el valor de lo que sucede al percibirlo como un acto de placer físico, mental y espiritual. En otras palabras, incluye una serie de actividades donde convergen el placer, la creatividad y el conocimiento.

Zapata (1990) acota que el juego es “un elemento primordial en la educación escolar”. Los niños aprenden más mientras juegan, por lo que esta actividad debe convertirse en el eje central del programa. Es un hecho bien conocido que los niños aprenden mejor cuando juegan. Son capaces de absorber nueva información y retenerla mejor cuando se divierten. Los juegos son una excelente manera de enseñar a los niños cosas nuevas y, al mismo tiempo, mantenerlos entretenidos. Sea cual sea el juego, siempre hay algunos elementos educativos que el niño puede sacar de él.

A menudo se piensa que el juego es simplemente una actividad para divertirse y pasar el tiempo, pero en realidad es mucho más que eso. Los juegos son una excelente forma de aprendizaje para los niños. A través del juego, los niños pueden desarrollar habilidades importantes, como el razonamiento, el pensamiento crítico, la creatividad y la resolución de problemas. Además, el juego también les permite a los niños experimentar el mundo de manera segura y sin consecuencias. Los niños aprenden sobre las reglas y límites a través del juego, lo que les ayuda a prepararse para el mundo real.

#### **2.2.4 Juegos tradicionales**

Los juegos clásicos se pasan de una generación a otra, ya que en estos pueden participar tanto niños como adultos. Por lo tanto, es imprescindible que todos los niños sean incluidos en los jardines escolares. En este contexto, al mencionar la educación primaria, nos estamos refiriendo a que los niños de primero de primaria interactúen con niños de sexto, lo que provoca que les transmitan sus reglas o normas. (García, 2011).

Autores como Lara (2006) muestran que los juegos tradicionales y populares potencian la formación de vínculos personales entre niños y niñas o individuos de edad avanzada. Garantiza

que los juegos tradicionales promueven el descubrimiento del patrimonio lúdico, incitándoles a explorar e investigar sobre su entorno. Esto implica que se genera una aproximación de los niños y niñas hacia su propio contexto cultural. Los juegos tradicionales constituyen un componente esencial de la cultura y el legado cultural de una nación. Han demostrado ser una herramienta efectiva para el aprendizaje, el desarrollo de la habilidad y la socialización de los niños. Además, los juegos tradicionales fomentan el desarrollo de la creatividad, la imaginación y la motora fina. Los niños aprenden a tomar decisiones, a resolver problemas y trabajar en equipo mientras se divierten jugando.

#### Características de los juegos tradicionales

Ya sean tradicionales o no, todos los juegos poseen una serie de atributos. (González, 2011).

- Los niños son los protagonistas del juego, son ellos quienes determinan cuándo se juega.
- Estos juegos tienen como objetivo satisfacer las necesidades fundamentales de los niños.
- Los juegos tradicionales deben contar con reglas simples, de fácil entendimiento y memorización para los niños. A menudo, estas reglas pueden ser negociables, es decir, los niños tienen la capacidad de modificar las mismas.
- Generalmente no necesitan material y cuando lo necesitan suelen ser muy económicos.
- Estos juegos son muy simples y pueden involucrarse numerosos niños, dado que se pueden compartir y ejercitar en cualquier instante y sitio.

### **2.2.5 Tiempo libre**

A lo largo de la historia, este término ha sido mal utilizado y confundido con otros (Molina, 1991). En la actualidad, se entiende como tiempo libre a la cantidad de tiempo que no se dedica al trabajo, a obligaciones vinculadas al trabajo, a métodos de cuidado personal, o a responsabilidades familiares y sociales. (Salazar Salas, 1995). Cuando estamos constantemente ocupados con el trabajo y las obligaciones, no nos queda tiempo para descansar y relajarnos. Esto puede conducir a un aumento en el estrés y la ansiedad, así como a problemas de salud física. El tiempo libre nos permite hacer las cosas que disfrutamos y nos ayuda a mantener un buen equilibrio entre el trabajo y la vida personal. También nos ayuda a mantener un buen nivel de energía y a reducir el estrés. Es importante planificar el tiempo libre de manera efectiva para poder sacar el máximo provecho de él Juego.

### **2.2.6 Recreación**

Si una persona experimenta el ocio durante su tiempo libre, necesita de la recreación para poder satisfacer tal ocio. La recreación comprende actividades y vivencias divertidas de educación no formal que favorecen el crecimiento integral del individuo involucrado, llevadas a cabo durante el tiempo de ocio, y cuya elección y implicación son voluntarias (Salazar Salas, 1995). La recreación es tan crucial y esencial en la vida de las personas que se reconoce en el mundo como un derecho. La recreación nos permite escapar de la rutina diaria y del estrés.

### **2.2.7 Ocio**

Es un momento de ocio que se emplea con discreción. Es distinto al tiempo destinado a actividades obligatorias como alimentarse, acostarse y realizar tareas de cierto comportamiento. (Beckhard, 2020).

Para poder utilizar el tiempo libre de una forma provechosa, una persona tiene que experimentar el ocio. Para las personas no conocedoras del campo, ocio es sinónimo de vagabundería: connotación adquirida por esta palabra a lo largo de la historia humana. Sin embargo, ocio es percibido actualmente como el sentimiento que posibilita a un individuo llevar a cabo acciones positivas durante su tiempo de ocio, distinguiéndose por su libertad de elección y la auto-satisfacción. (Salazar Salas, 1995). El ocio es algo espontaneo que decide realizar cada persona lo cual le contribuye de gran manera en su tiempo libre, es muy cierto que es confundido con perder el tiempo, pero es todo lo contrario es una inversión que se realiza para beneficio propio.

### **2.3 Marco Legal**

A raíz de la relevancia de estas actividades, el artículo 52 de la Constitución Política de Colombia establece que "Se reconoce el derecho de todos los individuos a la recreación, al ejercicio físico y al uso del tiempo libre".

La comprensión y práctica del propio cuerpo, a través de la práctica de la educación física, el ocio y los deportes apropiados para su edad y que promuevan un crecimiento físico y armónico.

Ley 0181 de enero 18 de 1995

Actualizado: 11 de febrero de 2019

Se establecen normativas para promover el deporte, la recreación, el uso del tiempo libre y la Educación Física, y se establece el Sistema Nacional del Deporte.

Anexo 52. El deporte, en sus formas recreativas, competitivas y locales, tiene como objetivo la formación integral de los individuos, mantener y potenciar una salud óptima en el ser

humano. El deporte y el ocio, son componentes de la educación y representan un desembolso público social. Se reconoce el derecho de todos los individuos a la recreación, al ejercicio físico y al uso del tiempo de ocio. El Estado promoverá estas actividades y supervisará, supervisará y regulará las entidades deportivas y recreativas cuya organización y propiedad deberán ser democráticas.

### **3. Marco Metodológico**

Se trata de una investigación cualitativa, ya que se producen y se analizan los datos descriptivos, teniendo en cuenta palabras y frases expresadas en forma escrita y verbal, de igual forma se indaga el comportamiento observable de los individuos.

Se identifican las causas y consecuencias de la problemática estudiada en un contexto; se indaga a través de la recopilación de documentos, actos, entre otros, para así llegar a una aproximación comparativa, la cual se apoya en el registro de datos y la observación.

Al observar la situación objeto de estudio, que son los Juegos tradicionales y aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de cuarto 01 de la Institución Educativa San Joaquín, Valledupar Cesar, resultó imprescindible el uso de métodos y técnicas metodológicas que llevaron a la obtención de nuevos descubrimientos y a la posterior comprensión de la realidad estudiada. la escogencia de esta población en particular se debe a los siguientes aspectos;

Los estudiantes del grado cuarto de la institución reseñada, tienen un rango de edad entre los 9 y 10 años, por consiguiente, según estudios realizados, ya manipulan y tienen conocimiento de redes sociales y plataformas tecnológicas, en las cuales le dan mal uso a su tiempo libre.

### **3.2 Tipo de Investigación**

Para la elaboración de este se consideró la investigación descriptiva, que según Hernández, Fernández y Baptista (2014), es la que busca examinar situaciones, sucesos y conductas de la forma en que estos se expresan. Teniendo en cuenta este criterio, el propósito principal de esta investigación fue examinar el efecto de la utilización de los juegos tradicionales en la utilización del tiempo libre de los alumnos de cuarto grado de la Institución Educativa San Joaquín.

Los mismos autores indican que las investigaciones descriptivas se enfocan en detallar características relevantes de individuos, colectivos, comunidades o cualquier fenómeno que sea objeto de estudio, sin alterar su condición presente. En relación con los propósitos de la investigación, Bavaresco (2008) señala que el tipo de investigación se determina teniendo en cuenta el problema a tratar y el objetivo del autor en él. En este contexto, se estableció esta investigación como una investigación descriptiva, llevando a cabo observaciones a través de la encuesta como herramienta, donde el investigador no se permitió alterar la realidad existente.

#### **3.2.1 Diseño de la Investigación**

La investigación se llevó a cabo utilizando un diseño de investigación descriptivo transeccional en su dimensión temporal. Se recopilaron datos en un único instante específico, se detallaron las variables de estudio y se analizó su impacto en ese instante específico. Se llevó a cabo una única vez durante el desarrollo de la investigación, utilizando el micro estructurado como método de recolección de datos. Concretamente, se utilizó un instrumento genérico para recolectar información de la población.

### **3.3 Población Y Muestra**

Según Bavaresco (2008), la población se percibe como un grupo de personas de la misma categoría, restringida por el estudio. Según esta escritora, la población se refiere al conjunto del fenómeno a analizar, en el que las unidades de población tienen una característica compartida que, tras ser estudiada, da lugar a los datos del estudio.

En la misma línea, autores como Hernández, Fernández y Baptista (2014), perciben a la población como un grupo de individuos u objetos susceptibles de ser observados, que poseen rasgos compartidos vinculados al fenómeno que se está estudiando. Cuando el investigador ha determinado la cantidad de población que la conforma, se denomina población finita, mientras que, si no se sabe su número, se denomina población infinita.

De allí que, para llevar a cabo la presente investigación se seleccionó como población universo de estudio los estudiantes de primaria del grado cuarto 01 de la institución educativa san Joaquín de Valledupar Cesar, el total para la aplicación del estudio fueron 40 estudiantes que oscilan entre las edades de 8 y 10 años, teniendo en cuenta que la población es pequeña no es necesario calcular una muestra.

### **3.4 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

En relación a los métodos e instrumentos de recopilación de datos, Landeau (2007) sostiene que este procedimiento comienza cuando se selecciona la muestra correcta y se lleva a cabo según las variables de estudio, el tipo de investigación y el investigador. Esta fase incluye la observación, evaluación, categorización y documentación del fenómeno. La escritora sostiene que cualquier estudio necesita el uso de un instrumento para recopilar los datos relevantes. La

observación, el cuestionario, las escalas para evaluar actitudes, el análisis de contenido y la simulación son instrumentos muy utilizados.

Bajo esta misma línea de pensamiento, Hurtado (2010) señala que la recopilación de datos conlleva la elección o creación de un instrumento o procedimiento de recolección de datos, la utilización del mismo y la preparación de datos, observaciones, registros y mediciones efectuadas para su análisis. Igualmente, indica que un instrumento de medición apropiado es aquel que registra datos perceptibles, que verdaderamente representen los conceptos o variables que el investigador tiene la intención de analizar.

En este contexto, Yuni y Urbano (2006) sostienen que el término de técnicas de recolección de datos está vinculado a procesos mediante los cuales se producen datos fiables y válidos, para ser utilizados como información científica. El papel fundamental de los métodos de recopilación de datos es la observación y el registro de sucesos empíricos. Las medidas metodológicas relacionadas con este tema exigen que el investigador sea innovador en la utilización de las técnicas, pero siguiendo los procedimientos establecidos por cada una de ellas.

De la misma manera, Hurtado (2010), finalmente, detalla que los métodos de recopilación de datos cuantitativos más utilizados son el experimento y la encuesta. Por lo tanto, el experimento se define como la observación del fenómeno y la encuesta como un conjunto de métodos que recolectan información sistemática sobre una situación específica.

Para obtener información, se utilizó una encuesta modificada de otros instrumentos validados y utilizados en investigaciones anteriores. La orientación de las preguntas estaba relacionada con el tema de investigación y se enfocó en verificar el conocimiento de los juegos tradicionales y el uso adecuado del tiempo libre de los participantes seleccionados, como se

evidencia en esta investigación. La encuesta fue adaptada de (Torres, 2014) donde aplicó juegos tradicionales en los estudiantes del centro Educativo Integral Cerit de Latacunga, así mismo (Bula, De la Espriella, Guerra, & Vergara, 2015) aplicó “Los juegos tradicionales como estrategia lúdica para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de grado 4° de la Institución Educativa Los Galanes”. Se aplicaron dos encuestas, la primera constó de 8 preguntas para identificar el conocimiento que tenían los estudiantes sobre los juegos tradicionales y en que usaban su tiempo libre. La segunda encuesta constó de 6 preguntas para conocer el impacto de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre aplicado en los estudiantes. Las encuestas se distribuyeron en preguntas con las opciones de “sí y “no”, preguntas de frecuencia y preguntas de opción múltiple, que fueron aplicadas a los estudiantes para obtener información que permitió cumplir con los objetivos planteados.

### **3.5 Técnicas y Análisis de Los Datos**

En este estudio, el procedimiento de análisis se estableció mediante el método estadístico descriptivo con medidas de tendencia central, con el objetivo de realizar el procesamiento de la información. Hernández, Fernández y Baptista (2014) sostienen que, concretamente mediante el empleo de técnicas de tendencia central, media, promedio, así como frecuencias relativas y absolutas de los indicadores y la variable en estudio, que se examina bajo el enfoque general de investigar las variables en estudio.

Para llevar a cabo el análisis de los resultados obtenidos mediante el uso de la encuesta, se empleó el método de estadística descriptiva. Este método posibilitó la obtención de resultados que posibilitaron la medición de los objetivos del estudio, mediante el cálculo de frecuencias absolutas y relativas, empleando la herramienta de computación Microsoft Excel 2010. Esta herramienta facilitó la comparación de factores (indicadores) de cada dimensión con otros.

### 3.6 Sistema de Variables

#### 3.6.1 Operacionalización de la Variable

**Tabla No.1**

#### Operacionalización de la Variable

Objetivo General: Analizar el impacto del uso de los juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa San Joaquín.			
Objetivos Específicos	Variable	Dimensiones	Indicadores
Desarrollar un diagnóstico de cómo hacen uso los estudiantes del grado cuarto 01 de la Institución Educativa San Joaquín del tiempo libre.	Aprovechamiento del tiempo libre	Diagnostico	Observación Directa. Caracterización Estudiantes. Plan de Aula. Identificación de Actividades Institucionales.
Evaluar si las actividades recreativas y lúdicas dirigidas a los alumnos del nivel promuevan el uso adecuado del tiempo libre y el fortalecimiento de habilidades y capacidades físicas.		Actividades lúdicas	Tipo de Juegos Existentes en La Institución. Clasificación Juegos tradicionales. Actividades Desarrolladas que impulsen la recreación sana y utilización del tiempo libre.

Elaborar tácticas recreativas de intervención educativa, fundamentadas en la utilización de juegos clásicos para promover el uso adecuado del tiempo de ocio.	Juegos tradicionales	Estrategias	Este objetivo se alcanzará con los resultados de la investigación
---	----------------------	-------------	---

Fuente: los proponentes

### 3.7 6. Validez y Confiabilidad

#### 3.7.6.1 Validez

Según Navarro (2009), los instrumentos de medición deben poseer dos atributos fundamentales: validez y fiabilidad. La primera se refiere a la exactitud con la que un instrumento busca realizar una investigación, mientras que la segunda se refiere al nivel de seguridad que ofrece al medir. En la misma línea, Bernal (2009, p. 218), indica que la validez se relaciona con lo que evalúa el cuestionario y su eficacia, por lo que incluye el nivel al que se pueden extraer conclusiones, basándose en los resultados logrados.

Para llevar a cabo la fase de validez de contenido de los instrumentos creados por el investigador (encuestas), se recurrirá a la asistencia de un experto en el campo del saber de la investigación. Se le proporcionará un manual para revisar y dar sus recomendaciones respecto a la elaboración de los ítems, contenido, medición en relación a la variable, dimensiones e indicadores, así como la relevancia con los objetivos de investigación, facilitando él.

Además de añadir Navarro (2009), afirma que la validez de contenido se enfoca en evaluar el nivel de la variable en relación con el contenido y los objetivos pertinentes. Bernal (2009) indica que la validez de contenido es la evaluación del nivel en que el instrumento simboliza la variable objeto de medición, o sea, el nivel en que simboliza el universo de la

En estas circunstancias, el procedimiento de validación de este estudio se fundamentó en la visión de expertos en el fenómeno en cuestión, ubicados en la Universidad Popular de Cesar, que tenían conocimiento del contexto y, especialmente, el problema que se trataba.

### **3.7.6.2 Confiabilidad**

La fiabilidad de los instrumentos utilizados para recopilar datos, en este caso encuestas, está vinculada a la congruencia de su medición mediante métodos estadísticos. Este puede ser calculado manualmente o mediante el uso de paquetes informáticos.

La confiabilidad del instrumento, según Hernández, Fernández y Baptista (2010), se refiere al nivel en el que la aplicación de un instrumento reiterado al mismo individuo u objeto genera resultados idénticos; el valor residual del cálculo del coeficiente puede variar entre 0 y 1, lo que permite a este método evaluar ítems de más de dos opciones. Bernal (2009) sostiene que la fiabilidad de un cuestionario se basa en la consistencia de las calificaciones obtenidas por las mismas personas, cuando se le analiza en diferentes ocasiones, utilizando los mismos cuestionarios.

Se llevará a cabo la comprobación de la confiabilidad del cuestionario creado por el investigador para evaluar la situación de estudio con apoyo de la aplicación de encuestas a la población reseñada y posteriormente se analizará a través de esquemas circulares.

## **3.8 Consideraciones Éticas**

Teniendo en cuenta la temática y problemática presentada en la investigación, las consideraciones éticas se argumentan con base en el artículo 52 de la Constitución Política De Colombia plantea que “Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre, también la Ley 1581 de 2012 de Protección de Datos Personales, conocida como Ley 1581. Identifica y resguarda el derecho de todos los individuos a conocer, actualizar y rectificar los datos que se hayan recopilado sobre ellos en bases de datos o archivos que sean susceptibles de ser tratados por organismos de carácter público o privado. y finalmente la Resolución 304/2007 el cual se conceptualiza al maltrato infantil como cualquier daño físico o psicológico no accidental contra un menor, dé anotar que el presente estudio cuenta con el consentimiento informado, lo que garantiza la transparencia del proceso donde se vislumbra la participación de los menores de forma voluntaria sin ninguna presión, así mismo el consentimiento firmado por sus padres para la aplicación de la encuesta y recolección de información. (Ver Anexo).

Es preciso aclarar que según el art. 6 inc. a de la Ley 11044, esta investigación se ubica dentro de esta categoría los estudios analíticos que utilicen expedientes e información referidos a experiencias previas de los sujetos de estudio, por tanto, este proyecto no implica recomendaciones ni requisitos especiales de protección. De acuerdo con la Resolución 1480 no representan ningún riesgo y no requieren de ningún mecanismo de control, el tratamiento de los datos de los menores encuestados fue utilizado solo para fines académicos, los formatos de recolección de información contenían preguntas sencillas estructuradas con base al manejo del tiempo libre en la institución educativa a la cual pertenecen.

## **4. Resultados**

### **4.1 Desarrollo de los Objetivos Específicos.**

#### **4.1.1. Desarrollar un diagnóstico de cómo hacen uso los estudiantes del grado cuarto 01 de la Institución Educativa San Joaquín del tiempo libre.**

Para el desarrollo de este capítulo se aplicó una encuesta con respuestas tipo cerradas y algunas dicotómicas a los estudiantes del grado Cuarto de la Institución reseñada con el fin de conocer la ocupación de su tiempo libre, teniendo en cuenta si practica cualquier tipo de juego y su articulación con el campo educativo.

#### **4.1.2 Aplicación y Análisis del Instrumento de Recolección de Información**

Teniendo en cuenta la aplicación de una encuesta estructurada a los estudiantes del grado cuarto del salón y de la institución reseñada, se procede a continuación a la identificación y análisis de los hallazgos:

Pregunta: N°1.

**Figura N°1. Ocupación del Tiempo libre**



La respuesta por parte de los estudiantes a la pregunta ¿Qué suele hacer usted en sus tiempos libres? el 33% se inclina más por jugar videojuegos, 27% jugar futbol, 17% otras actividades variadas, 10% ver televisión, 7% manipular el celular, 6% juegan en el parque. Se puede notar una mayor inclinación por los aparatos tecnológicos siendo la mayor el mayor porcentaje para los videojuegos con un 33%, sumándole ver televisión con un 10% y el 7% usando el celular para un total del 50 % de los estudiantes dedicando su tiempo en los aparatos tecnológicos.

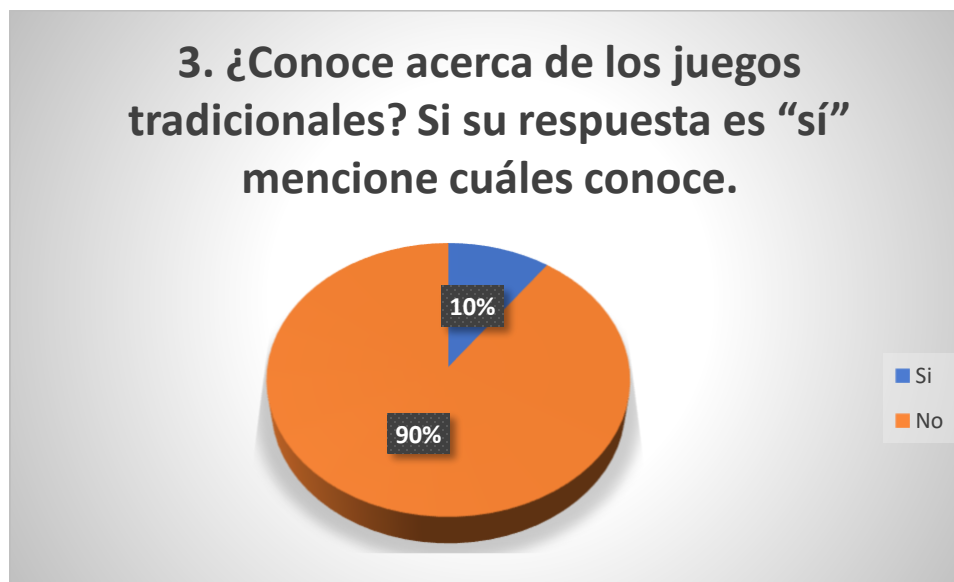
Pregunta: N°2.

**Figura N°2. Practica algún juego**

La respuesta de los estudiantes a la pregunta ¿Juega usted en sus tiempos libres? 87% dijeron que si, pero por la versión dada por ellos mismos, sus padres, profesores y teniendo en cuenta la pregunta anterior, los juegos de los cuales participan mayormente son los videojuegos, queriendo decir que están participando de una actividad poco saludable y beneficioso para su desarrollo integral. Y el 13% dijeron que no juegan en sus tiempos libres dedican el tiempo a actividades escolares o dormir.

Pregunta: N°3

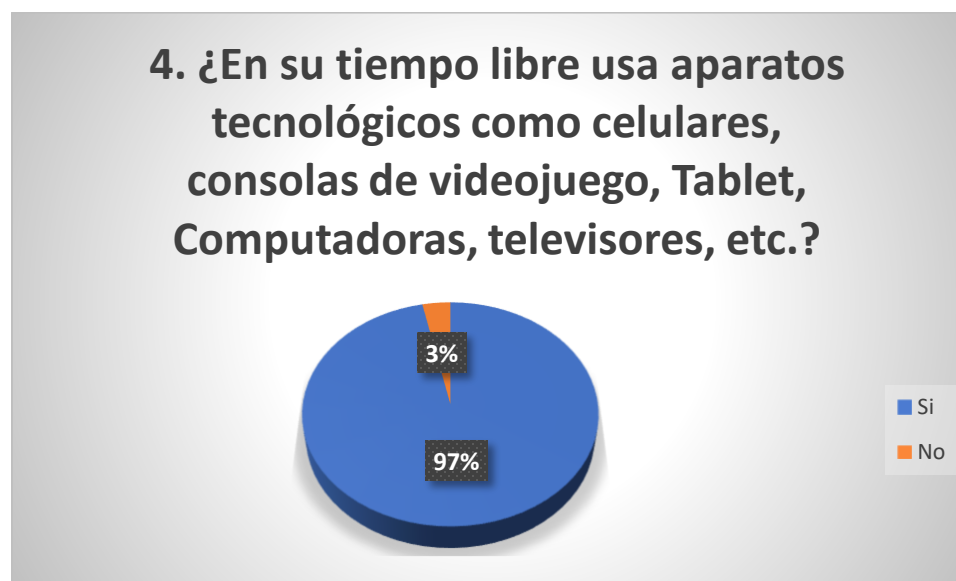
**Figura N°3. Conocimiento de los juegos tradicionales**



El 90% de los estudiantes dicen que no conocen sobre los juegos tradicionales, lo cual permite identificar que esta es una tradición que con el tiempo se ha venido quedando porque ya no se está transmitiendo de generación en generación, esto también se debe al avance de los aparatos tecnológicos que están haciendo que los niños y niñas pierdan la motivación y la costumbre por los juegos de tradición. Y el 10% si tienen conocimiento de los juegos tradicionales y de los que más participan son salto de la cuerda y el teléfono roto.

Pregunta: N°4

**Figura N°4. Utilización de equipos electrónicos**



¿En su tiempo libre usa aparatos tecnológicos como celulares, consolas de videojuegos, Tablet, computadoras, televisores, etc.? El 97 % dijeron que si lo cual confirma porque los estudiantes juegan poco al aire libre y porque desconocen tanto de lo que son los juegos tradicionales, 3% no usan aparatos tecnológicos.

Pregunta: N°5

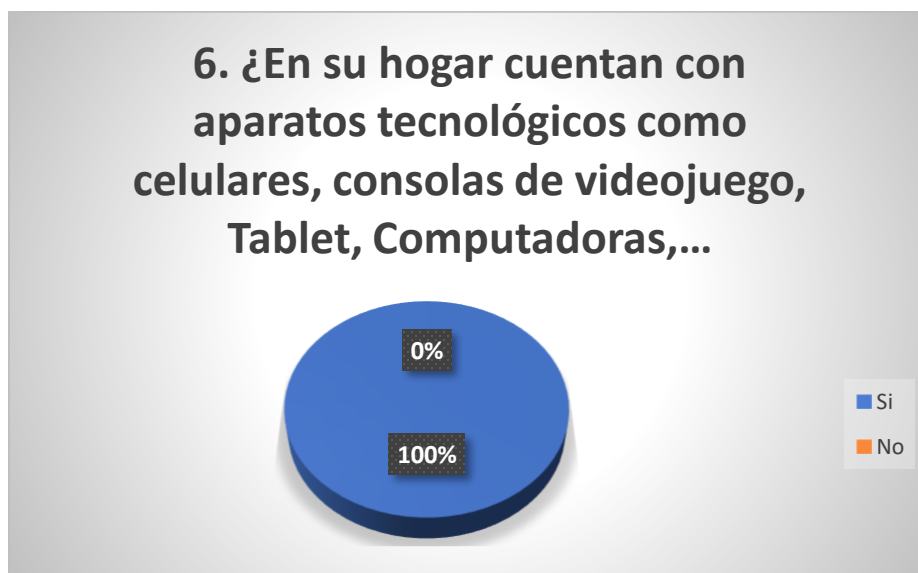
**Figura N°5. Duración manipulando equipos electrónicos**



La respuesta por parte de los estudiantes a la pregunta ¿Cuánto tiempo pasa usted frente a un aparato tecnológico? (menos de dos horas / más de dos horas), el 57% pasa más de dos horas a un aparato tecnológico lo cual representa un peligro para esta población, ya que cuando los niños entre los 7 y 14 años pasan más de dos horas frente aparatos tecnológicos es considerado por la OMS como algo excesivo. 43% pasan menos de dos horas frente aparatos tecnológicos.

Pregunta: N°6

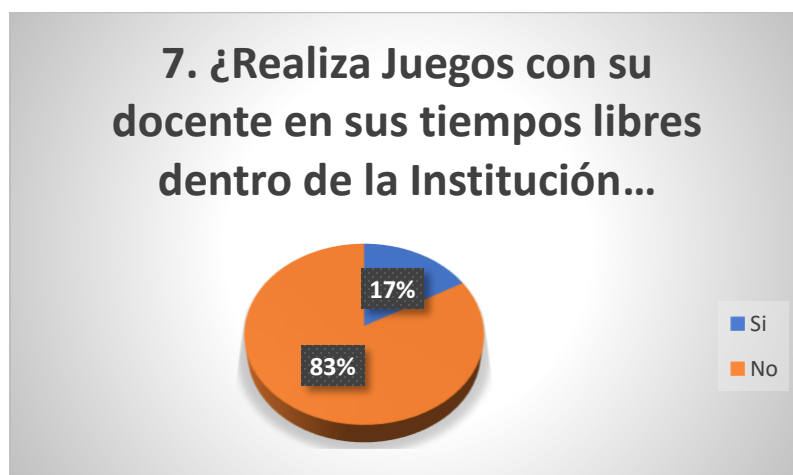
**Figura N°6. Disponibilidad en el hogar de equipos electrónicos**



¿En su hogar cuentan con aparatos tecnológicos como celulares, consolas de videojuegos, Tablet, computadoras, televisores, etc.? El 100% de los estudiantes dijeron que si y que hacen uso de estos aparatos tecnológicos sin ningún control o restricción ya que la gran mayoría de los padres de los alumnos entrevistados trabajan y sus hijos quedan solos en casa, en otros casos los padres prestan poca atención a lo que hagan sus hijos.

Pregunta: N°7

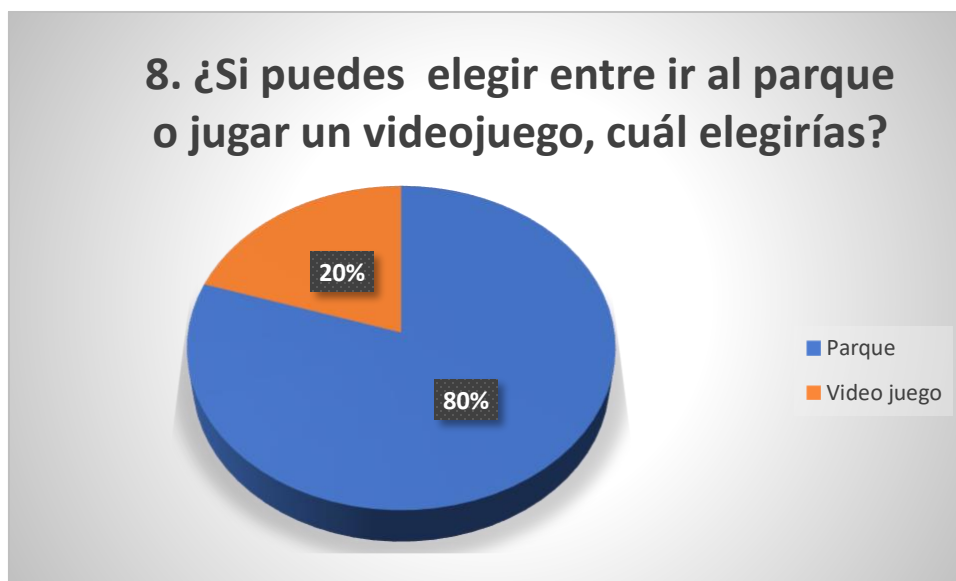
**Figura N°7. Juegos ofrecidos en la Institución**



¿Realiza juegos con su docente en sus tiempos libres dentro de la institución? El 83% dijeron que no, ya que su maestra se enfoca mucho más en áreas como matemática y español dejando la práctica de los juegos y la actividad física a un lado, esto es algo que representa la realidad en la educación básica primaria en Colombia donde no se cuenta con docentes de educación física que brinden esta clase de espacios donde se practiquen tales actividades como los juegos tradicionales, el 17% dijeron que si jugaban pero de una forma no guiada sin ningún un docente, sino que lo hacían por su propia cuenta cuando tenían un espacio libre.

Pregunta: N°8

**Figura N°8. Preferencias de Juegos**



¿Si puedes elegir entre ir al parque o jugar un videojuego, cual elegirías? El 80% eligieron ir al parque, con el intercambio de palabras con los estudiantes entrevistados se puede evidenciar que aun esta en ellos ese espíritu de juego, el problema está en que los padres e instituciones educativas están incentivando muy poco el juego en los niños y niñas, el 20% eligieron jugar videojuegos son niños que necesitan más de una motivación familiar y un acompañamiento ya que este uso excesivo de videojuegos puede traer consigo aspectos negativos para su desarrollo físico, mental y social.

Teniendo en cuenta las respuestas impartidas por los educandos, sé pudo identificar que su tiempo libre no es aprovechado al máximo en situaciones constructivas y de formación, es

basado principalmente en la manipulación de juegos electrónicos, que pueden conllevar al bajo rendimiento escolar y como consecuencia de esto a la deserción escolar, es importante que la Institución educativa reseñada tome medidas en pro del aprovechamiento del tiempo libre de los educandos. En la institución reseñada no existe un planeamiento basado en la realización de actividades lúdicas recreativas en pro del tiempo libre.

Se pudo evidenciar que los educandos realizan algunos juegos tradicionales en el espacio de los recreos o descanso, pero no de forma frecuente

Se identificó que casi el 80% del tiempo que a los educandos les queda libre es utilizado en la manipulación de juegos electrónicos.

#### **4.2 Evaluar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes del grado cuarto 01 conllevan al buen uso del tiempo libre.**

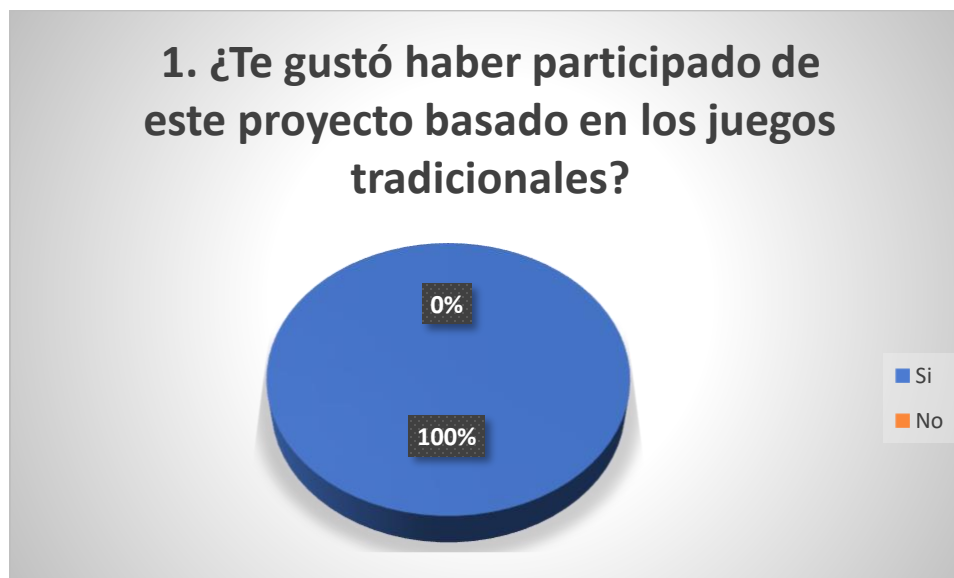
Este objetivo se logró con la aplicación de una encuesta a los estudiantes de la Institución y el grado escolar reseñado, con preguntas cerradas y múltiples alternativas, donde se quiso medir el grado de conocimiento del mismo referente a las actividades lúdicas que desarrolla el plantel para su población educativa.

##### **42.1 Aplicación y Análisis del Instrumento de Recolección de Información**

Con la finalidad de medir el impacto de las actividades lúdicas recreativas que desarrollan los estudiantes del grado 4 de la Institución reseñada, se aplicó una encuesta que consta de 6 preguntas cerradas donde se evalúa el conocimiento, la eficacia y eficiencia de las mismas y de igual manera su pertinencia y ocupación del tiempo libre.

Pregunta: N°1

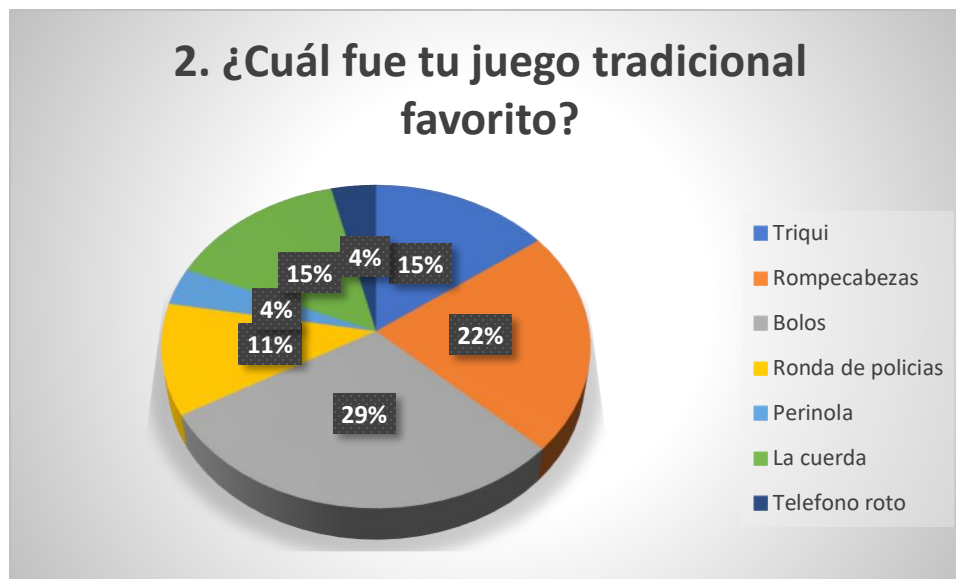
**Figura N°9. Participación en proyecto**



¿Te gusto haber participado de este proyecto basado en los juegos tradicionales? El 100% de los estudiantes dijeron si, ya que esto fue algo muy novedoso para ellos, que un grupo de persona les diera las herramientas para realizar estos juegos tradicionales. Ellos manifestaban que fue algo inolvidable ya que les permitió vivir una experiencia nueva por lo que tenían poco conocimiento de los juegos tradicionales debido a la perdida de la práctica en varias partes de Colombia y el mundo.

Pregunta: N°2

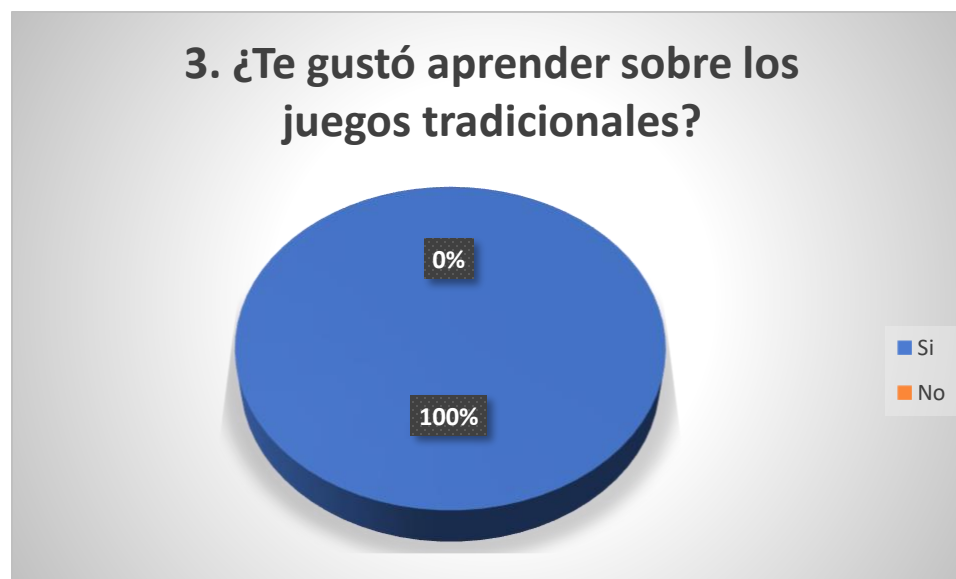
Figura N°10. Juego tradicional de preferencia



¿Cuál fue tu juego tradicional favorito? Cada uno de los estudiantes con los que se trabajó en este proyecto eligieron sus juegos favoritos el orden quedó de la siguiente forma: 29% bolos, 22% rompe cabezas, 15% triqui, 15% la cuerda, 11% ronda de los policías, 4% perinola, 4% teléfono roto.

Pregunta: N°3

**Figura N°11. Aprendizaje Juego tradicional**



¿Te gustó aprender sobre los juegos tradicionales? El 100% de los estudiantes entrevistados dijeron sí. Se pudo evidenciar que los juegos tradicionales realizados si fueron de su agrado.

Pregunta: N°4

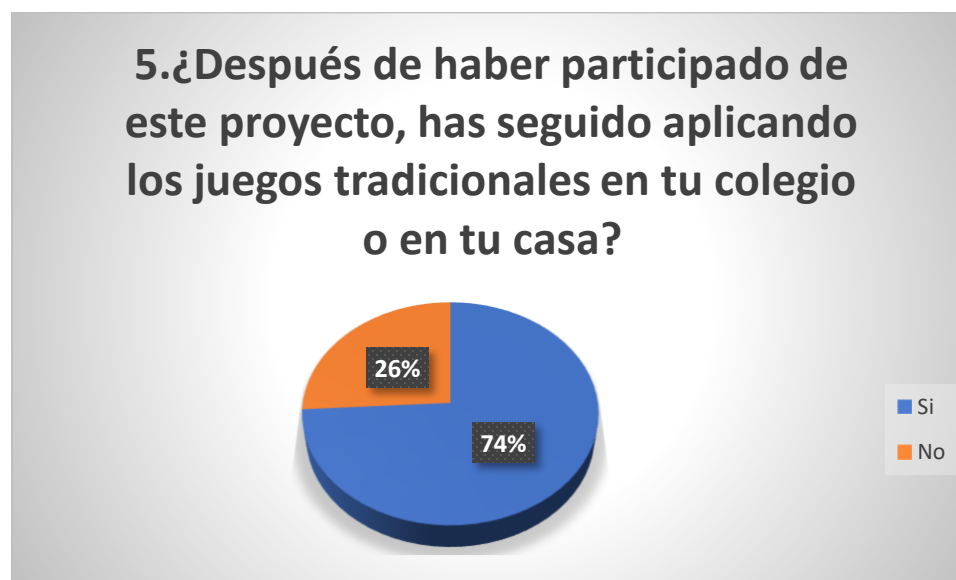
Figura N°12. Prácticas Juegos tradicionales



¿Realizarías los juegos tradicionales en tus tiempos libres? El 11% respondieron que no realizarían los juegos tradicionales mientras el 89% afirmaron que, si realizarían los juegos tradicionales en sus tiempos libres, ya que en los juegos tradicionales encontraron una nueva forma de aprovechar su tiempo libre de una forma sana y divertida.

**Pregunta: N°5**

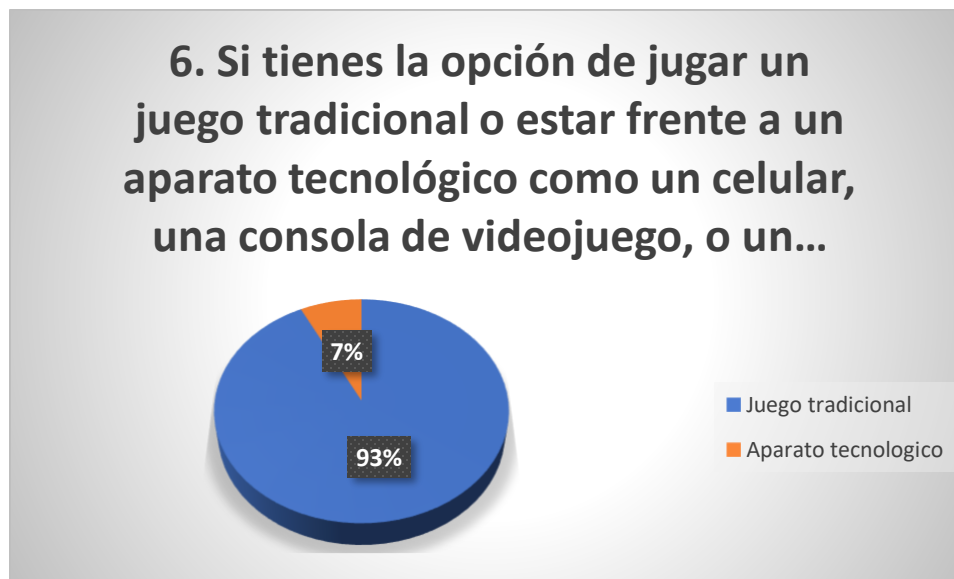
**Figura N°13. Juegos tradicionales en la Institución**



¿Después de haber participado de este proyecto, has seguido aplicando los juegos tradicionales en tu colegio o en tu casa? Los resultados mostraron que el 74% si ha seguido aplicando los juegos tradicionales y el 26% dijeron que no.

**Pregunta: N°6**

**Figura N°14. Escogencia entre los Juegos tradicionales**



En esta pregunta se les dio a los estudiantes elegir entre los juegos tradicionales o pasar su tiempo libre frente a aparatos tecnológicos y los resultados mostraron que el 93% eligió los juegos tradicionales por encima de pasar su tiempo frente a los aparatos tecnológicos, mientras el 7% prefieren los aparatos tecnológicos.

Teniendo en cuenta las respuestas de los estudiantes basadas en las preguntas de la encuesta aplicada la evaluación de las actividades lúdicas recreativas o juegos tradicionales arroja los siguientes aspectos:

Los juegos tradicionales fueron de gran agrado para los estudiantes, siendo un porcentaje del 100% afirmando de que si les gusta conocer y aprender de estos juegos.

La gran mayoría de los educandos eligieron realizar los juegos tradicionales en sus tiempos libres dentro de la institución y fuera en sus hogares por encima de los videojuegos y demás aparatos tecnológicos.



### **4.3 Diseñar estrategias lúdicas de intervención formativa, basada en el uso de los juegos tradicionales para fomentar el buen uso del tiempo libre.**

Para el desarrollo de este objetivo fue preciso tener en cuenta los resultados de las encuestas aplicadas a los educandos, entrevistas con docentes y directivos para poder evaluar las necesidades presentes en cuanto a estrategias que permitan contribuir al buen uso del tiempo libre de los estudiantes del grado cuarto de la institución reseñada.

#### **4.2.1 Título de la Propuesta**

Buen Uso del Tiempo Libre Estudiantes del Grado 401 de la Institución Educativa San Joaquín de la Ciudad de Valledupar Cesar.

#### **4.2.2 Fundamentación de la Propuesta**

Teniendo en cuenta la problemática identificada se pretende impulsar:

- Utilizar de forma productiva y efectiva el tiempo libre de los educandos.
- Concientizar a las nuevas generaciones sobre el buen uso del tiempo libre y la importancia de este para una educación integral.

#### **4.2.3 Justificación**

La importancia de esta propuesta radica en fomentar actividades recreativas que tengan como base el aprovechamiento del tiempo libre por medio de la lúdica articulada con los juegos tradicionales, el proyecto está dirigido a los estudiantes de básica primaria de la institución educativa San Joaquín en el grado 4.

Con la implementación de estas estrategias se pretende fortalecer la estructura educativa de los educandos así mismo su personalidad y brindarles la posibilidad de que por medio de los juegos tradicionales, puedan aprender y disfrutar.

#### **4.2.4 Objetivos**

##### **❖ Objetivo General:**

Implementar por medio de esta propuesta actividades lúdicas recreativas para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes utilizando los juegos tradicionales.

##### **❖ Objetivos Específicos**

- Analizar la propuesta y los beneficios que la misma puede generar para los educandos.
- Implementar la propuesta y ejecutarla como primer paso y a nivel de experimento en el grado 4 de la institución reseñada.
- Extender la propuesta a todos los grados de la institución.

#### **4.2.5 Actividades y estrategias propuestas**

Con el fin del fortalecimiento de la propuesta es indispensable tener en cuenta las siguientes actividades:

- Desarrollar jornadas pedagógicas con el rector de la institución, docentes, padres de familia y estudiantes con el fin de dar a conocer la propuesta.
- Socializar los tipos de juegos tradicionales que se implementarían en la Institución, teniendo en cuenta sugerencia de los actores.

- Articular las actividades culturales y deportivas teniendo en cuenta la lúdica y los juegos tradicionales.

#### **4.2.5.1 Responsables de la Implementación**

Directivos y docentes de la Institución San Joaquín de la Ciudad de Valledupar-Cesar.

#### **4.2.6 Actores Beneficiados en la Implementación de la Propuesta**

Los actores que recibirían beneficios sería inicialmente los estudiantes del grado 4 de la Institución Reseñada, ya que se podría dar buen uso de su tiempo libre.

#### **4.2.7 Recursos Disponibles y Necesarios**

- Recursos Humanos: Directivos, Docentes, Estudiantes y padres de Familia.
- Recursos Técnicos: Diseño de proyecto.
- Recursos Didácticos: Música, Libros y videos

#### **4.2.8 Evaluación y Seguimiento**

El seguimiento estaría a cargo de las directivas de la Institución, especialmente la coordinación académica y disciplinaria quienes deben de evaluar diariamente sin los docentes están aplicando la propuesta en los descansos y si los estudiantes utilizan su tiempo libre adecuadamente en sus espacios requeridos.

#### **4.2.9 Etapas de Implementación de la Propuesta**

##### **4.2.9.1 Primera Etapa la Sensibilización**

En esta etapa se requiere hacer una socialización y sensibilización de la importancia que tiene el aprovechamiento adecuado del tiempo libre, identificando beneficios, es importante que

esta jornada Pedagógica asistan los actores que son los estudiantes y de igual forma, los padres de familia y directivas de la institución también deben recibir capacitación del tema reseñado.

#### 4.2.9.2 Segunda Etapa la Ejecución

Se plantea un cronograma de actividades teniendo en cuenta jornada contraria de las clases y tiempo de descanso para la puesta en marcha de las actividades proyectadas en la propuesta.

#### 4.9.3 Tercera Etapa Proyección Social o Comunitaria

Se pretende extender la actividad en la comunidad, las actividades lúdicas y recreativas, con el fin de que todos participen.

#### 4.9.4 Planeamientos Aplicación de Juegos Tradicionales

Cuadro No. 2 Proyección Juegos Tradicionales.

<b>JUEGA ,APRENDE Y APROVECHA EL TIEMPO LIBRE</b>		
<b>CURSO:</b>	<b>PERIODO:</b>	<b>SESIÓN: 1</b>
Primer Ciclo: Aprende Jugando Iniciando el juego	Descripción de la actividad  Saludo de Bienvenida y explicación de la consistencia del juego	
Segundo Ciclo: Aspectos fundamentales	Movilidad de articulación  Activación Cardiovascular: divertido juego de policías y ladrones  Cuyo mensaje principal es la justicia y honestidad.	

Desarrollo y finalización del juego, con recursos lúdicos	Sección de estiramientos	
	Sección para hidratarse	
	Sección de retroalimentación y aclaración de inquietudes	
	<b>Recursos Necesarios:</b> Petos de diferentes colores Envases de gaseosas en lata Bolas o pelotas El espacio de la cancha deportiva o patio del Colegio.	<b>Objetivo:</b> Fortalecer el reconocimiento de los valores del respeto, tolerancia por medio del juego.
	<b>Temática:</b> La coordinación dinámica general.	<b>Temas alternos:</b> Los desplazamientos, correr, lanzar y atrapar.

Fuente: Los Proponentes (2024).

Cuadro No. 3 Proyección Juegos Tradicionales.

<b>JUEGA ,APRENDE Y APROVECHA EL TIEMPO LIBRE</b>		
<b>CURSO:</b>	<b>PERIODO:</b>	<b>SESIÓN: 2</b>
Primer Ciclo: Aprende Jugando Iniciando el juego	Descripción de la actividad  Saludo al grupo. Bienvenida. Explicación de la temática los juegos tradicionales.	
Segundo Ciclo: Aspectos fundamentales	Sección de estiramientos Sección para hidratarse Sección de retroalimentación y aclaración de inquietudes Salto con costales, peregrina o golosa.	
Desarrollo y finalización del juego, con recursos lúdicos	Sección de estiramientos Sección para hidratarse Sección de retroalimentación y aclaración de inquietudes	
	Recursos Necesarios: Petos de diferentes colores peregrina o golosa. Piedras, pelotas y balones.  El espacio de la cancha deportiva o patio del Colegio	Objetivo: fortalecer algunos valores como la tolerancia y el aprovechamiento del tiempo libre a través del juego.
	<b>Temática:</b> La coordinación dinámica general.	<b>Temas alternos:</b> Los desplazamientos, correr, lanzar y atrapar

Fuente: Los Proponentes (2024).

Cuadro No. 4 Proyección Juegos Tradicionales.

<b>JUEGA ,APRENDE Y APROVECHA EL TIEMPO LIBRE</b>		
<b>CURSO:</b>	<b>PERIODO:</b>	<b>SESIÓN: 3</b>
Primer Ciclo: Aprende Jugando Iniciando el juego	Descripción de la actividad  Saludo al grupo. Bienvenida. Explicación de la temática los juegos tradicionales.	
Segundo Ciclo: Aspectos fundamentales	Ejercicios de articulación Actividad de Cardio: Jugar al soldado. Practicar los juegos: la Gallina Ciega y la Rueda en las llantas recicladas de automóviles.	
Desarrollo y finalización del juego, con recursos lúdicos.	Estiramientos Hidratación Retroalimentación, aclaración de dudas e inquietudes	
	Recursos Necesarios: Se requieren Bufandas Se requieren llantas Usadas de diferentes vehículos.	Objetivo: Analizar la importancia de los juegos tradicionales en la estructuración de las nuevas generaciones.
	El espacio de la cancha deportiva o patio del Colegio	
	<b>Temática:</b> La coordinación dinámica general.	<b>Temas alternos:</b> Los desplazamientos, correr, e identificar y reconocer.

Fuente: Los Proponentes (2024).

Cuadro No. 5 Proyección Juegos Tradicionales.

<b>JUEGA ,APRENDE Y APROVECHA EL TIEMPO LIBRE</b>		
<b>CURSO:</b>	<b>PERIODO:</b>	<b>SESIÓN: 4</b>
Primer Ciclo: Aprende Jugando Iniciando el juego	Descripción de la actividad Saludo al grupo. Bienvenida. Explicación de la temática los juegos tradicionales.	
Segundo Ciclo: Aspectos fundamentales	Ejercicios de articulación Actividad de Cardio: Jugar al soldado: Juego tradicional el Congelado Práctica de juego: la ronda, la lleva y el escondido.	
Desarrollo y finalización del juego, con recursos lúdicos.	Estiramientos Hidratación Retroalimentación, aclaración de dudas e inquietudes.	
	<b>Recursos Necesarios:</b> Se requieren Cauchos anchos y extensos. El espacio de la cancha deportiva o patio del Colegio	<b>Objetivo:</b> fundamentar la cultura del juego sano donde los estudiantes aprovechan de forma efectiva el tiempo libre y aprenden divirtiéndose.
	<b>Temática:</b> La coordinación dinámica general.	<b>Temas alternos:</b> Los desplazamientos, correr, e identificar bailar y adivinar. reconocer.

Fuente: Los Proponentes (2024).

Para sintetizar, se puede decir que con la implementación y puesta en marcha de esta propuesta se pudo armonizar lo siguiente: se realizó un análisis exhaustivo de la fundamentación teórica y metodológica que le dieran sustento a los juegos tradicionales como herramienta efectiva en el aprovechamiento del tiempo libre para los estudiantes del grado cuarto de la institución reseñada, además de esto el impacto que pueden generar estas buenas prácticas para el desarrollo sicomotor de estos adolescentes.

## 5. Discusión de Resultados

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se analizan aspectos fundamentales que tienen que ver con el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa San Joaquín, identificando su desempeño académico y el aprendizaje a través del juego.

Los resultados de la encuesta permitieron analizar una serie de situaciones que son fundamentales para dar más claridad a lo investigado, se pudo determinar que el 90% de los estudiantes de la Institución reseñada, no hacen buen uso de su tiempo libre ya que buscan distracción en actividades cibernéticas, las cuales debilitan su proceso de aprendizaje cuando no son utilizadas de forma adecuada, puesto que la interacción de la misma, según los resultados arrojados por el presente estudio, solo está sujeta a la manipulación de redes sociales y juegos que generan violencia, convirtiéndose este tipo de actividades como las más utilizadas por los estudiantes del grado 4 de primaria, estas consideraciones muestran similitud con estudios realizados por Acevedo (2020), el cual determinó en su investigación, que los adolescentes de básica primaria no vislumbran la importancia de la sana recreación en sus horas de descanso, estas situaciones son contraproducentes para su formación, ya que dejan de lado la práctica de juegos tradicionales donde en su mayoría se genera un aprendizaje, mientras que Iguaran (2023), afirma que la interacción y manipulación de la tecnología en los adolescentes no se puede plantear como algo negativo, afirma que los seres humanos deben ser vanguardista, precisa la importancia de la utilización responsable de la tecnología, por tanto debe existir un monitoreo constante por los padres de familia y docentes para con estos jóvenes, sin embargo esa apreciación guarda mucha relación con la propuesta planteada en la actual investigación, donde

se explica al detalle la responsabilidad de los padres y directivos en cuanto a la buen uso del tiempo libre de los educandos.

En la aplicación de la encuesta también se pudo conocer que los educandos en un 95% desconocen los juegos tradicionales, su tiempo libre es utilizado para la manipulación de video juegos, algunos afirman que la institución no brinda alternativas y estrategias, aunque en un 15% de estos adolescentes practican algún deporte, es claro que en un mayor porcentaje se responsabiliza a la institución, sin embargo en estudios realizados por ; Díaz y Valerio 2009, admiten que el aprovechamiento del tiempo libre en los adolescentes no es solo responsabilidad de las instituciones donde reciben clases, también es algo cultural que viene de los hogares, sin embargo las instituciones en sus manuales de convivencia deben hacer prohibiciones y regulaciones de la manipulación de aparatos electrónicos y por medio de estrategias rescatar la práctica de los juegos tradicionales en beneficio de la academia y fortalecimiento del aprendizaje.

Si bien con el avance tecnológico los niños y adolescentes han disminuido la práctica del juego en su tiempo libre y en especial los juegos tradicionales que anteriormente se practicaban y que poco a poco han sido reemplazados por otras actividades, el estudio demostró que la mayoría de estudiantes encuestados (90 %) aceptó no conocer los juegos tradicionales y el 10% de estudiantes conoce los juegos tradicionales siendo saltar la cuerda y el teléfono roto los más conocidos. En el estudio “Juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato.” como resultado de una encuesta aplicada a estudiantes se obtuvo que el 65,71% no tienen conocimiento de los juegos tradicionales (Tenezaca, 2023). En otro estudio realizado en una Institución educativa de Ambato, el autor reporta como resultado de una

encuesta que el 80% de estudiantes conoce y ha jugado algún juego tradicional siendo el más practicado “la rayuela” (Bonilla, 2019).

Los resultados obtenidos respecto a las actividades que realizaban los estudiantes durante su tiempo libre fue que la mitad de los estudiantes encuestados respondieron que dedicaban su tiempo libre en aparatos tecnológicos como jugando videojuegos en consolas (33%), viendo televisión (10%) y en el celular (7%). La otra mitad de estudiantes prefería jugar en el parque (6%) o jugar fútbol (27%). Sin embargo, varias investigaciones han evidenciado que el juego no figura entre las actividades favoritas de los adolescentes en su tiempo libre. Una investigación llevada a cabo en Colombia muestra que el 92,7% de los estudiantes entrevistados disfrutaban del ocio digital y el 87,6% de ver televisión. De igual manera televisión (Calderon & Tovar, 2019); así también, otro estudio en España evidenció que el 85% de encuestados escucha música en su tiempo libre, el 66% juega video juegos y un 66% realiza labores del hogar (de Valenzuela Bandín, Martínez García, & Escobar Arias, 2021). respecto a la motivación por parte de los docentes para que el alumnado practique el juego en sus ratos libres se obtuvo que el 83% de estudiantes dice que no realiza juegos con su docente. Por otro lado, el 17% opina que si realizan juegos con su docente. Camino-Herrera (2020), Examinó las actividades de los alumnos de bachillerato durante el recreo, esto a través de la observación y la entrevista a profesores y directivos. La información recolectada evidenció que los alumnos no juegan en este lugar libre y que los profesores han implementado algunas tácticas como la prohibición del uso del móvil para fomentar una mayor convivencia, a pesar de la inactividad constante. Los profesores tampoco participan en actividades como el juego con los estudiantes debido a ciertas limitaciones presentes en la actualidad, observándose incluso una elevada inactividad por parte de los maestros (p. 29).

Definitivamente el compromiso del aprovechamiento del tiempo libre en los menores pertenecientes a la Institución reseñada es una responsabilidad compartida, dónde deben participar padres de familia, docentes, directivos y por su puesto estudiante lo importante es el rescate de los valores y de las buenas practicas.

## 6. Conclusiones

Teniendo en cuenta el desarrollo de la investigación, se pudieron establecer e identificar los siguientes aspectos:

En el Capítulo Numero I, lo que corresponde al Diagnostico referente al uso del tiempo libre de los educandos, se pudo determinar lo siguiente:

Los estudiantes del grado cuarto de la Institución reseñada según las encuesta aplicadas un 90% de los mismos no le dan un buen uso a su tiempo libre la dedicación porcentual en su tiempo libre consiste en la manipulación de juegos electrónicos en línea y la interacción en las redes sociales, el tiempo libre no lo utilizan de forma responsable y constructiva ,generando bajo rendimiento en su nivel académico, a pesar que la institución brinda algunas estrategias estructuradas, sé evidencia la falta de interés de estos adolescentes en su implementación.

Es importante tener en cuenta que los docentes no monitorean las actividades que realizan los estudiantes en sus descanso, sé evidencia falta de control, sé evidencia que existen planes de acción, estos no se implementan y no son efectivos, ya que se les permite a los estudiantes la manipulación de sus teléfonos celulares en el espacio de los dos recreos y esto genera una interacción constante con diversos juegos electrónicos, dejando de lado la práctica de cualquier juego tradicional, que les permita la armonización de sus conocimientos y aprendizaje.

Haciendo referencia de los resultantes del Capítulo II, que tiene que ver con la evaluación de las actividades Lúdicas Existente en la institución se observa que:

Se evidencia el interés de los estudiantes en la aplicación de actividades diferentes, qué conllevan aprender por medio de la aplicación de los juegos tradicionales, es importante tener en cuenta que en las actividades que se desarrollaron en la puesta en práctica de las estrategias

propuestas, se logró un avance significativo, ya que observa el interés de los adolescentes y el disfrute de su tiempo libre con los diferentes juegos propuestos, donde se evidencia alegría y motivación, captando la atención de educandos y padres de familia y por consiguiente la utilización efectiva del tiempo libre.

Teniendo en cuenta el diseño de la Propuesta como Capítulo III, fue recibida de gran agrado por parte de la institución y los docentes ya que con esta propuesta se busca fomentar el buen uso del tiempo libre de los estudiantes. Por otro lado, los docentes de la institución podrán hacer uso de esta propuesta basada en los juegos tradicionales dentro del planeamiento de sus clases como una estrategia lúdica para el aprendizaje y desarrollo integral de los estudiantes.

Finalmente se pudo evidenciar que los educandos y toda la comunidad educativa de la Institución reseñada, específicamente los del grado cuarto mostraron aceptación y motivación en la utilización del tiempo libre por medio de la práctica de juegos tradicionales, la Institución se compromete con recursos y espacios en apoyo de la propuesta presentada.

## 7. Recomendaciones

Teniendo en cuenta la implementación de las estrategias planteadas en la propuesta se recomienda:

- Realizar las actividades recreativas con juegos tradicionales acudiendo a lo lúdico con los estudiantes del grado cuarto de primaria ya que conectaron de forma positiva y buscaron una forma sana y didáctica de aprovechar el tiempo libre.
- Con el diseño de la propuesta se busca desarrollar aspectos fundamentales en los menores como son; la personalidad, los valores y el aprendizaje por medio del juego.
- Que las directivas de la institución realicen monitoreos en el tiempo de descanso, con el fin de reorientar el uso del tiempo libre.
- Estar en contacto con los padres de familia e informar el uso excesivo de los educandos de sistemas y aparatos electrónicos.
- Que la institución realice jornadas pedagógicas donde se socialice y se implemente la propuesta y si es preciso involucrar otros grados académicos.

## 8. Referencias Bibliográficas

Uribe, C. (2022) Niños y tecnología: los efectos del exceso, El Heraldo. Available at: <https://www.elheraldo.co/sociedad/ninos-y-tecnologia-los-efectos-del-exceso-887448> (Accessed: March 17, 2023).

Pereira, J., & Sánchez, N. (2016). Uso y abuso de las nuevas tecnologías y su relación con factores de personalidad en estudiantes de la universidad de Cádiz. *Anda lucia: Universidad de Cádiz. Facultad de Educación*. Obtenido de <https://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/17707/TFGcomision%20.pdf?sequence=5>

Berenguel, B. (2019). El uso de las TIC en un aula de primaria: una investigación biográfica. 4,2, 185–192. [http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7074/TFM\\_BERENGUEL\\_HERNANDEZ,\\_BEATRIZ.pdf?sequence=1](http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7074/TFM_BERENGUEL_HERNANDEZ,_BEATRIZ.pdf?sequence=1)

Aumaitre, A. et al. (2022) Adiós a la dieta mediterránea, Save the Children. Available at: [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2022-04/Informe\\_STC\\_Adios\\_a\\_la\\_dieta\\_mediterranea.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2022-04/Informe_STC_Adios_a_la_dieta_mediterranea.pdf) (Accessed: March 24, 2023).

eama, & Sarmiento. (2010). Tesina previa a la obtención del título de licenciada en psicología educativa en la especialización de educación temprana. <Http://dspace.ucuenca.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/2333/1/tps633.pdffile:///C:/Users/HP245G6/Downloads/Dialnet-LudicaComoFactorPotenciadorDeLaCreatividadEnLosNin-7390783.pdf>

Espinoza, J. E. P., García, W. T. C., & Vivas, B. G. V. (2017). Incidencia de las actividades lúdicas en el desarrollo del pensamiento creativo en estudiantes de educación general básica. *Revista Dominio de las Ciencias*, 3(3), 1020-1052.

Rodríguez, f., & Waldemar, R. (13 de septiembre de 2013). Pedagogía de la expresión y su aplicación metodológica en campamentos educativos. Recuperado el 3 de mayo de 2018, de En: Hacia la construcción del concepto de lúdica. Jiménez, C.

A.: [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.3086/ev.3086.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.3086/ev.3086.pdf)

Jiménez, B. (2002) Lúdica y recreación. Colombia: Magisterio.

Torres, L. (2004) Tres enfoques teórico-práctico. México: Trillas.

Romero, L., Escorihuela, Z., & Ramos, A. (abril de 2009). La actividad lúdica como estrategia pedagógica en educación inicial. Recuperado el 3 de mayo de 2018, de <http://www.efdeportes.com/efd131/la-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm>

Molina Espinoza, S. Conceptualización del turismo. Méjico: LIMUSA, S.A. 1991.

Salazar Salas, C.G. Apuntes acerca de la educación física y la recreación. Manuscrito sin publicar. 1995.

Zapata, O. El Aprendizaje por el Juego en la Etapa Maternal y Pre-Escolar. México: Editorial Pax. 1990

Lara, J.M. (2006). El juego como elemento cultural educativo. Los juegos tradicionales. En Ministerio de Educación y Ciencia (Ed.), Juego y deporte en el ámbito escolar: aspectos curriculares y actuaciones prácticas (pp. 53-66). Castilla-La Mancha: Secretaria General Técnica. Recuperado de <http://books.google.es/books?id=JTpNnoVby3AC&pg=PA53&dq=>

Salazar Salas, C.G. Folleto teoría del curso "Juegos Organizados, Recreativos y Adaptados". Manuscrito sin publicar. 1995b.

González, M. C. P. (2011). El patio de recreo y los juegos tradicionales en la educación infantil. *Pedagogía magna*, (11), 347-353.

Tenezaca Guamán, J. (2023) Juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato. [Trabajo de grado, Universidad Nacional de Chimborazo].  
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/10646/1/UNACH-EC-FCEHT-PAFD-0007-2023.pdf>

RIBEIRO FRANÇA, F. G.; DE FREITAS GOMES, L. Educação Física escolar em tempos de pandemia: O trabalho em uma escola com jogos e brincadeiras tradicionais durante o Regime Especial de Atividades não Presenciais na rede estadual de ensino de Minas Gerais. *Revista Ponto de Vista*, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 01–09, 2021. DOI: 10.47328/rpv.v10i1.11508.  
Disponível em: <https://periodicos.ufv.br/RPV/article/view/11508/6564>

Marfan, N (2019) Giochi tradizionali e giochi elettronici. [Tesis de grado, Università Juraj Dobrila - Pola]. [file:///C:/Users/HP245G6/Downloads/tesi\\_di\\_laurea\\_noelle\\_marfan.pdf](file:///C:/Users/HP245G6/Downloads/tesi_di_laurea_noelle_marfan.pdf)

Simões Raposo, A. (2019) Prática de Jogos Tradicionais em Portugal por crianças dos 3 aos 10 anos de idade. [Tesis de maestria, Instituto Politecnico de Coimbra].  
[https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/31108/1/ANA\\_RAPOSO.pdf](https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/31108/1/ANA_RAPOSO.pdf)

Guimarães, M. (2020). ESCOLA E CULTURA: O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA VALORIZAÇÃO DOS SABERES CULTURAIS LÚDICOS POR MEIO DOS JOGOS TRADICIONAIS. Secretaria Municipal de Educação de Anápolis, Anápolis, Goiás, Brasil.  
<https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/8684/6862>

Aumaitre, A. Blanco, C. Costas, E. Sánchez, M. Taberner, P. Vall, J. (2022) Adiós a la dieta mediterránea. Save the children. [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2022-04/Informe\\_STC\\_Adios\\_a\\_la\\_dieta\\_mediterranea.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2022-04/Informe_STC_Adios_a_la_dieta_mediterranea.pdf)

Kenanoğlu, D, Duran, M, (2021) The Effect of Traditional Games on the Language Development of Pre-School Children in Pre-School Education. [Revista, Dirección Nacional de Educación, Escuela Primaria Kalkan, Turquía.] <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1287650.pdf>

Mendoza Carrera, J. (2018) Documental Educomunicativo De Los Juegos Tradicionales Motores De La Comunidad Shuar. [Tesis de maestría, Universidad Estatal De Milagro]. <https://repositorio.unemi.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/123456789/3889/Mendoza%20Cabrera%2c%20Jefferson.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martinez Uribe, B. (2023) Los Juegos Tradicionales en el desarrollo de la Expresión Corporal en los niños del subnivel Inicial del proyecto SAFPI de la Parroquia Poaló, en el año lectivo 2022-2023. [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Cotopaxi]. <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/9949/1/MUTC-001384.pdf>

Molina cumplido, s. (2018) El tiempo es oro [Trabajo de grado] <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/9316>

Arias,M, Gómez,M, Nova,R, Pinto,L. (2020) Los juegos tradicionales una estrategia que favorece la convivencia escolar y el uso productivo del tiempo libre [Tesis de grado, Fundación universitaria los libertadores]. [https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/3414/Arias\\_Gomez\\_Mendoza\\_Pinto\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/3414/Arias_Gomez_Mendoza_Pinto_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Polo, A., Acosta, C., & Osorio, M. (2019) Los juegos tradicionales como estrategia para fomentar el uso adecuado del tiempo libre en los estudiantes de la vereda Boca de Catabre del municipio de Chimá Córdoba. [Tesis de grado, Universidad Católica de Oriente].

<https://repositorio.uco.edu.co/bitstream/20.500.13064/460/1/Tesis%20de%20grado.pdf>

Arias Zuluaga, H. (2019) Los juegos tradicionales una estrategia didáctica para el desarrollo de la autonomía en niños de 6 a 8 años en el colegio Vista Bella sede c. [Tesis de grado, Universidad Libre de Colombia].

<https://repositorio.uco.edu.co/bitstream/20.500.13064/460/1/Tesis%20de%20grado.pdf>

Hernández, C., Coronado, I., & Chicangana, L. (2022) Juegos tradicionales: estrategia pedagógica para fortalecer los valores en estudiantes de grado tercero. [Trabajo de grado, Fundación Universitaria Los Libertadores].

[https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/4932/Cer%C3%B3n\\_Manchola\\_Hormiga\\_2022.pdf?sequence=1](https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/4932/Cer%C3%B3n_Manchola_Hormiga_2022.pdf?sequence=1)

Murillo Sosa, N. (2018) Proyecto de aprovechamiento del tiempo libre y recreación como medio del fortalecimiento de las destrezas motoras gruesas. [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios].

[https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7841/1/UVD.TEDI\\_MurilloSosaNohemy\\_2018.pdf](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7841/1/UVD.TEDI_MurilloSosaNohemy_2018.pdf)

Rodríguez, M. Pintor, D. Julio, K. (2021) Inteligencias múltiples y aprovechamiento del tiempo libre de los niños de la IE Arborizadora alta en Bogotá. [Trabajo de grado, Fundación Universitaria Los Libertadores].

[https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/4476/Julio\\_Rodriguez\\_Pintor\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/4476/Julio_Rodriguez_Pintor_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Bolivar Ortiz, V. (2019) Los juegos tradicionales como estrategia didáctica para fortalecer el desarrollo sociomotriz en estudiantes del grado tercero de la Institución Educativa Anza. [Trabajo de grado, Universidad Católica de Oriente].

<https://repositorio.uco.edu.co/bitstream/20.500.13064/201/1/Trabajo%20de%20grado.pdf>

John Edison Chaucanez-Erazo, & Richard Estacio-Gómez. (2019). Actividad física y tiempo libre en la Universidad Mariana: “Fortaleciendo la permanencia”. *Revista Biumar*, 3(1), 88–91. <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/RevistaBiumar/article/view/2056/2126>

Gomes Arce, R, (2019) El rescate de los juegos tradicionales en el resguardo Indígena La Salina. [Trabajo de grado, Fundación Universitaria Los Libertadores].

[https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/2690/Arce\\_Ricardo\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/2690/Arce_Ricardo_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Castro, L, Robles, K, (2018) Juegos tradicionales como estrategia para restablecer vínculos afectivos entre los infantes de grado transición del liceo la alegría de aprender. [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios].

[https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7302/1/UVDTPED\\_CastroVegaLeyneJudith\\_2018.pdf](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7302/1/UVDTPED_CastroVegaLeyneJudith_2018.pdf)

Smith Pomare, K, (2018) La didáctica lúdica, mediadora en el aprendizaje significativo. [Trabajo de grado, Universidad de la Costa]

<https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/2885/40990869%20-%2040988860.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Saucedo, E., León, N., & Cervantes, K. (2022) “Juguemos en el bosque”, estrategia educativa para la disminución de prácticas parentales asociadas al uso del celular en los niños del hogar bonda centro de Santa Marta, 2022. [Trabajo de grado, Fundación Universitaria Los Libertadores Bogotá D.C.].  
[https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/5554/Saucedo\\_Le%c3%b3n\\_Cervantes\\_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/5554/Saucedo_Le%c3%b3n_Cervantes_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Fabra Arrieta, R. (2019) Enseñanza de los sentidos y significados de la identidad cultural del pueblo Senú a través del juego tradicional del trompo de la comunidad indígena Boca de Palmitas, Municipio de Necoclí, Antioquia. [Trabajo de grado, Universidad de Antioquia].  
[https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/19148/1/FabraRudis\\_2019\\_EnsenanzaCulturalSenu.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/19148/1/FabraRudis_2019_EnsenanzaCulturalSenu.pdf)

Medina, S, Peña, M (2021) El juego y la lúdica como estrategia pedagógica, para el aprendizaje significativo en niños y niñas de 5 a 7 años del colegio Gimnasio Moderno Summerhill. [Tesis de grado, Fundación Universitaria los Libertadores].  
[https://scholar.google.es/scholar?as\\_ylo=2019&q=proyecto+sobre+el+juego+y+la+ludica&hl=es&as\\_sdt=0,5#d=gs\\_qabs&t=1682121051143&u=%23p%3DwoLg09PxOb8J](https://scholar.google.es/scholar?as_ylo=2019&q=proyecto+sobre+el+juego+y+la+ludica&hl=es&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1682121051143&u=%23p%3DwoLg09PxOb8J)

Pérez, S, Londoño, Y, Martínez, A, (2018) El juego como estrategia pedagógica para fortalecer el aprendizaje significativo en los niños y niñas de 5 a 6 años del grado preescolar de la institución educativa John F. Kennedy. [Trabajo de grado, Universidad Santo Tomás]  
<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/16190/2019yohemislondo%c3%bl%20osindyperezmariavalerio.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Iguaran Campo, C. (2023) Análisis de políticas públicas en deporte, recreación, actividad física y aprovechamiento del tiempo libre como estrategia para la incorporación del pueblo indígena Wayuu al sistema Nacional de Deportes. [Tesis de grado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD]. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/54497>

Acevedo, J. (2020). El juego y la recreación para el aprovechamiento del tiempo libre en tiempos de cuarentena. (Trabajo de Sistematización). Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá – Colombia.

[http://23.88.57.176/bitstream/10656/11446/1/UVD.T.EFIS\\_AcevedoMoraJorgeLuis\\_2020.pdf](http://23.88.57.176/bitstream/10656/11446/1/UVD.T.EFIS_AcevedoMoraJorgeLuis_2020.pdf)

Pinto Martínez, C. (2021) Diseño de una propuesta didáctica orientada desde los juegos tradicionales para mejorar los patrones básicos de locomoción en las estudiantes de segundo grado del colegio MAONA. [Trabajo de grado, Universidad Libre.].

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/19340/proyecto%20de%20grado%20Cristian%20Pinto.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Barrios, N, Gómez, Gutiérrez, D, Montenegro, Pineda, I, Barros, M, Barrios, N, Rivera, N, Olivares, O. (diciembre 2018) Formación en valores mediante juegos tradicionales usando la investigación como estrategia pedagógica.

<https://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionysociedad/article/view/2180/1980>

Verdooren, H., Hernández, Y., Borrero, B. y Páez, L. (2018). Juegos tradicionales como estrategia para desarrollar competencias artísticas-cognitivas en estudiantes. *Cultura. Educación y Sociedad* 9(3), 443-448.

# **ANEXOS**

**Anexo.: A.** Aplicación de la encuesta

**Anexo.: B. Juego de bolos**

**Anexo.: C. Juego de bolos**

Anexo.: D. Uno



Anexo: E. Perinola



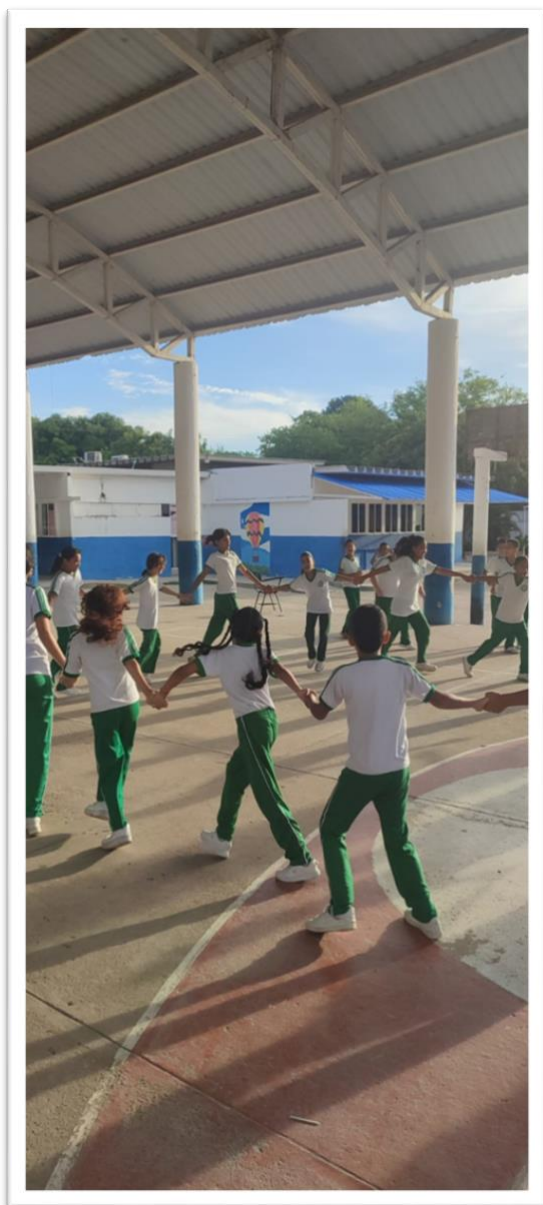
**Anexo: F. El Lobo**



**Anexo: G. Rompecabezas**

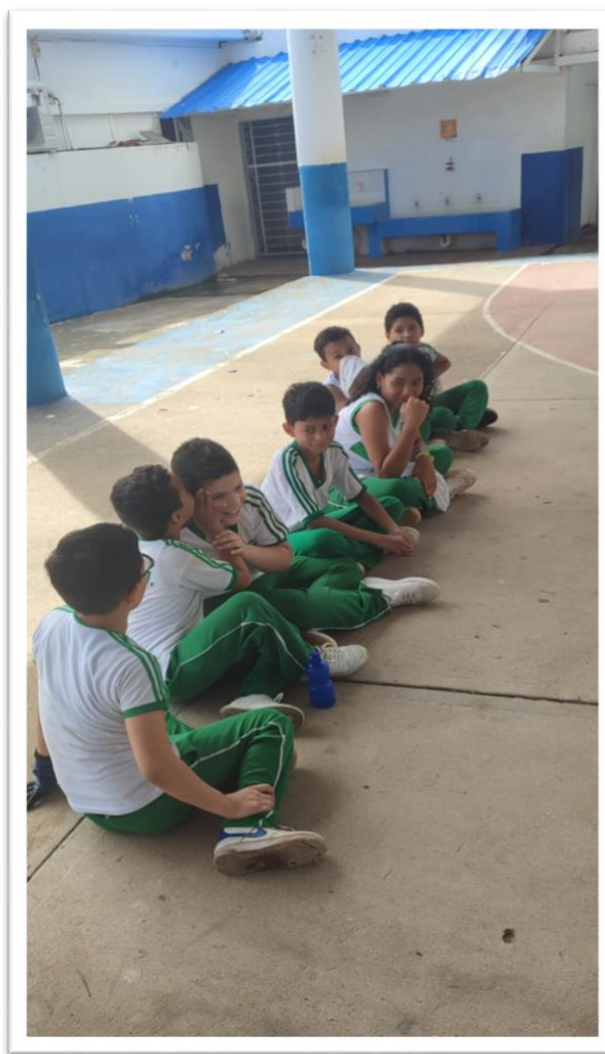
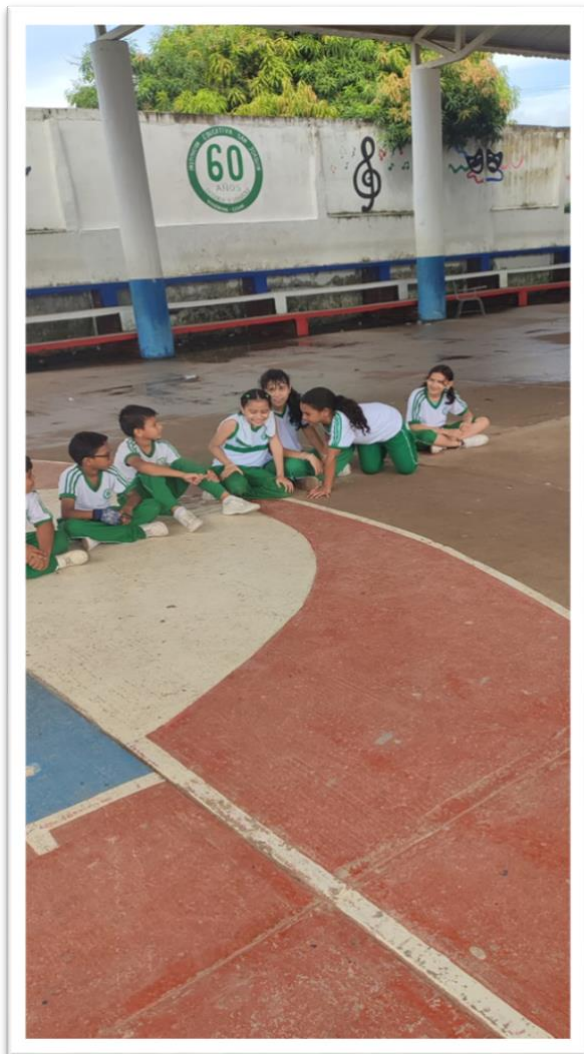


**Anexo: H. Rondas de Policías**

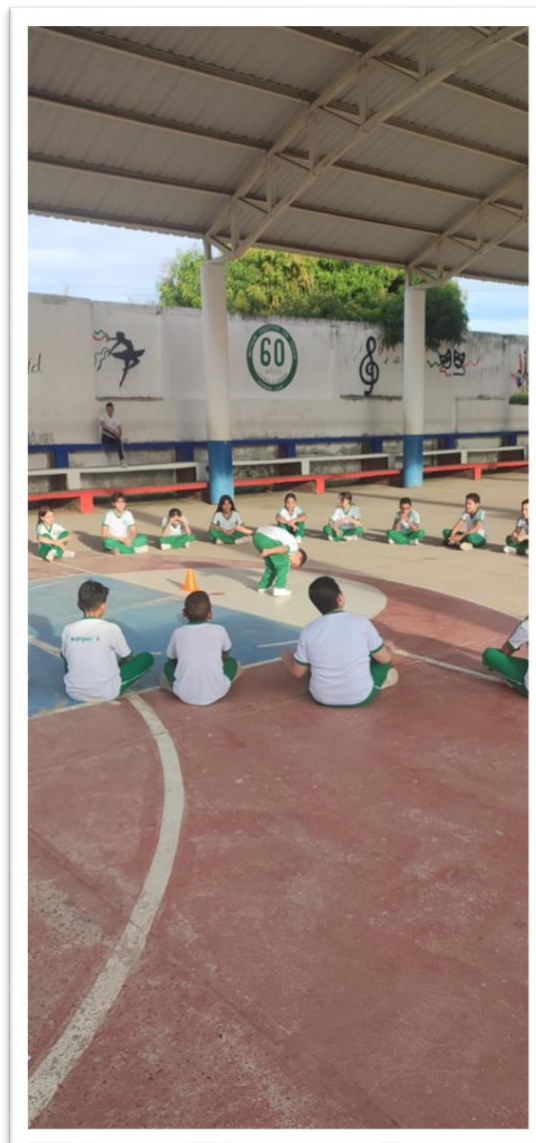
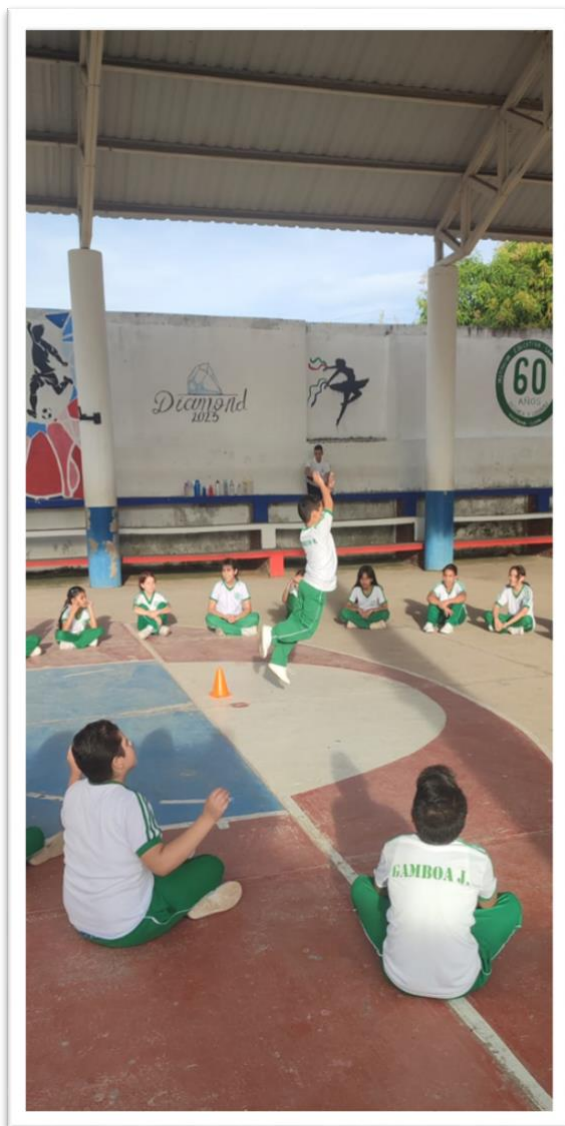


**Anexo: I. Salto de la Cuerda**

**Anexo: J. Teléfono Roto**



Anexo: K. Tingo-Tango

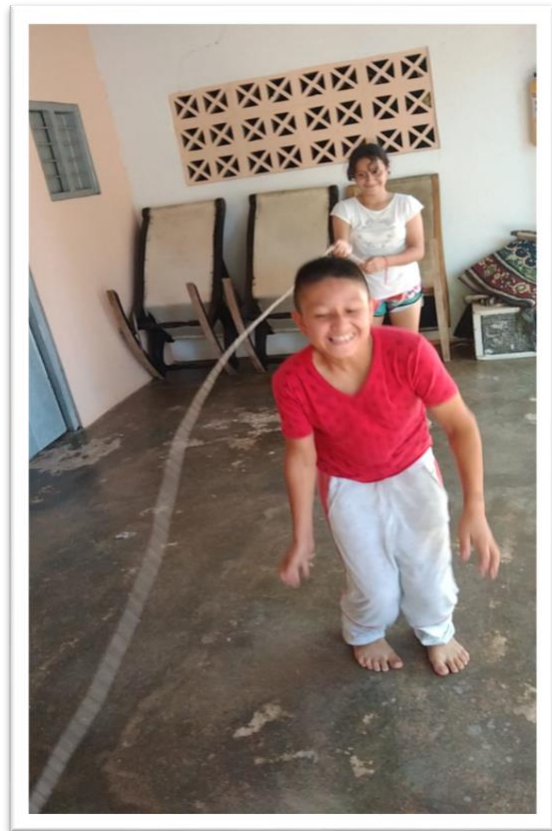


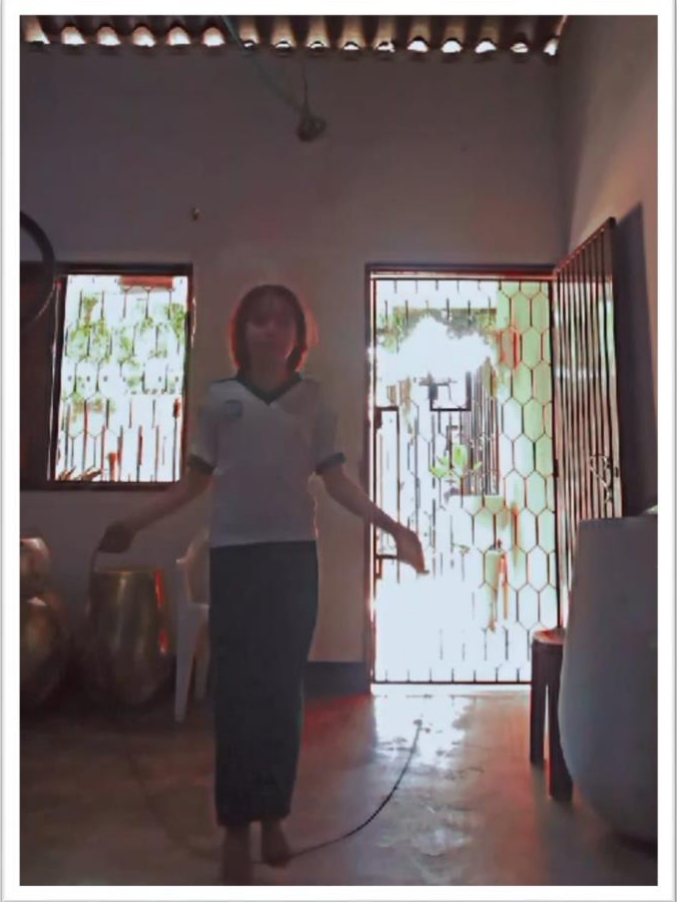
Anexo: L. Triqui-Triqui

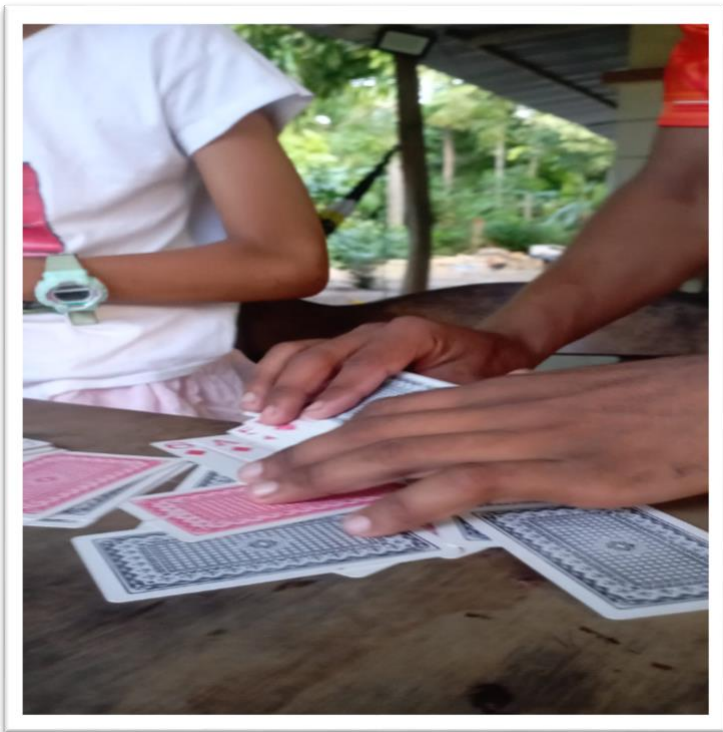


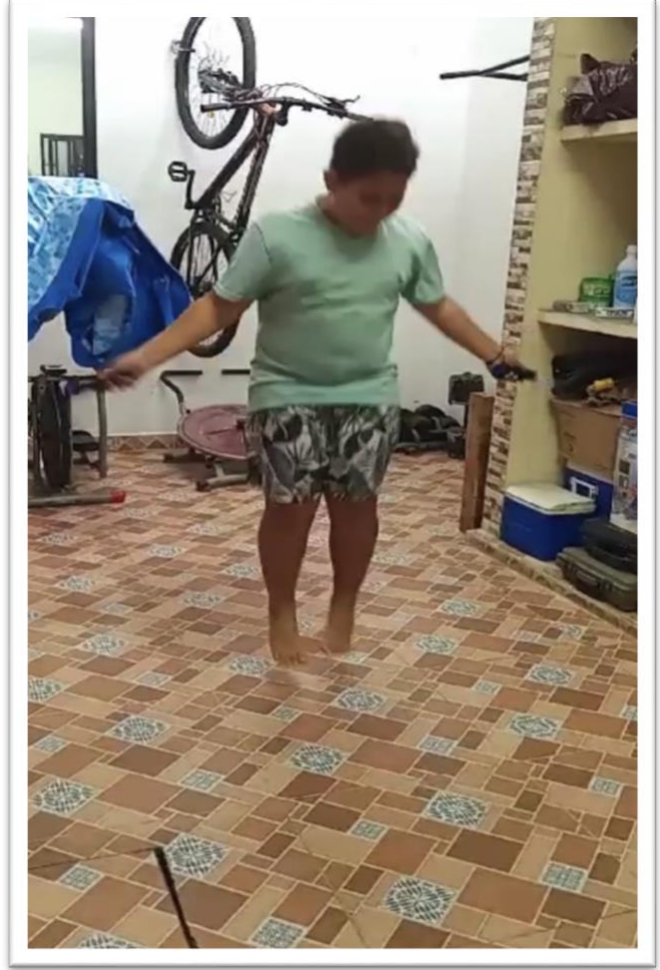
**Anexo: M. Aplicación Encuesta**

**Anexo: N.** Evidencia juegos tradicionales realizados por los estudiantes en casa con sus familiares.











Anexo Ñ. Solicitud de permiso.



**UNIVERSIDAD**  
Popular del Cesar

**SOLICITO: PERMISO PARA REALIZAR TRABAJO DE  
INVESTIGACIÓN DENTRO DE LA INSTITUCIÓN**

**SR. JESÚS MARÍA QUIÑONEZ SARABIA**  
**RECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUÍN**

Yo, **Leider Segundo Molineros Ospino**, identificado con el número de CC. **1082254178** y **Cristian David Vertel Ponton**, identificado con el número de CC. **1066864152**, respetuosamente nos presentamos y le exponemos lo siguiente:

Que somos un grupo de estudiantes de IX semestre de la carrera de **Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte** de la **Universidad Popular Del Cesar** y cursando la materia de **Seminario II**, le solicitamos a Ud. Su permiso para realizar nuestro trabajo de investigación que lleva como título: **"Juegos Tradicionales y Aprovechamiento del Tiempo Libre de los Estudiantes de Cuarto Grado de la Institución Educativa San Joaquín, Valledupar Cesar"**

**Valledupar, 02 de Octubre de 2023**

**JESUS MARÍA QUIÑONEZ SARABIA**  
**RECTOR DE LA INSTITUCIÓN**  
**EDUCATIVA SAN JOAQUÍN**

**BEATRIZ ELENA MESTRE MORÓN**  
**DIRECTORA DE DEPARTAMENTO**  
**LIC. EDUCACIÓN FÍSICA,**  
**RECREACIÓN Y DEPORTES**

## Anexo O. Consentimiento y Asentimiento Informado



### FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

#UPCRumboaAcreditaciónenCalidad

Señor padre de familia reciba usted un fraternal saludo, nos dirigimos a usted con el propósito de informarle acerca de un proyecto que realizaremos en la Institución Educativa San Joaquín, en Valledupar, Cesar.

Este proyecto se llama "Juegos Tradicionales y Aprovechamiento del Tiempo Libre de los Estudiantes de Cuarto 01 de la institución Educativa San Joaquín, Valledupar Cesar".

Le invitamos a permitir que su hijo participe en este emocionante proyecto. Estamos seguros de que esto enriquecerá su experiencia educativa y les brindará la oportunidad de aprender mientras se divierten, además del aprovechamiento de espacios libres. Esperamos contar con su apoyo y participación en este proyecto que beneficiará a su hijo y a la comunidad escolar.

Agradecemos de antemano su consideración y apoyo.

Atentamente,

**Leider Molinares** - Estudiante de licenciatura en educación física recreación y deportes, de la Universidad Popular Del Cesar.  
**Teléfono:** 3217393053

**Cristian Vertel** - Estudiante de licenciatura en educación física recreación y deportes, de la Universidad Popular Del Cesar.  
**Teléfono:** 3142793907

Rubielka Gomez

Firma padre o acudiente

Matias Simenez

Estudiante

Proyecto: Beatriz Elena Mestre Molina



[educacionfisica@unicesar.edu.co](mailto:educacionfisica@unicesar.edu.co)  
Campus Universitario - Sede Sabanas  
2º piso edificio nuevo Tel: 6055841000 Ext. 1120  
Valledupar- Cesar- Colombia