



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física y Deportes

**Las actividades lúdicas y su relación con las competencias del área de
educación física en los niños del nivel primario de la Institución Educativa N°
20325 San José de Manzanares - Huacho**

Tesis

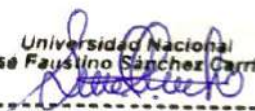
Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física y Deportes

Autor

Jaime Ricapa Ramirez

Asesora

Dra. Silvia Cristiana Torres Guizado

Universidad Nacional
José Faustino Sánchez Carrión

Mg. SILVIA CRISTINA TORRES GUIZADO
DOCENTE

Huacho - Perú

2026



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Física
Especialidad: Educación Física y Deportes

METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Jaime Ricapa Ramirez	40369804	03/12 /2025
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Silvia Cristina Torres Guizado	40694176	https://orcid.org/0000-0003-4753-2891
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CODIGO ORCID
Dra. Julia Marina Bravo Montoya	15724272	https://orcid.org/0000-0002-0783-8792
Dr. Robert Sandro Natividad Muñoz	15726124	https://orcid.org/0000-0003-3054-0027
Dra. Vilma Rosario Cabillas Oropeza	15615596	https://orcid.org/0000-0001-7119-8227

Jaime Ricapa Ramírez 2025-093111

LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS N...

 Quick Submit
 Quick Submit
 Facultad de Educación

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3406899639

Fecha de entrega

11 nov 2025, 12:03 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

13 nov 2025, 8:56 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

TESIS_RICAPA_RAMIREZ_-_UI.pdf

Tamaño del archivo

2.1 MB

68 páginas

14.461 palabras

85.114 caracteres



Página 1 de 73 - Portada

Identificador de la entrega trn:oid::1:3406899639



Página 2 de 73 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3406899639

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 12%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A mi familia por su apoyo incondicional.

Ricapa Ramírez Jaime

AGRADECIMIENTO

A mis maestros por sus enseñanzas.

Ricapa Ramírez Jaime

ÍNDICE

Dedicatoria.....	III
Agradecimiento.....	IV
Índice.....	V
Resumen.....	VI
Abstrac.....	VII
Introducción.....	VIII

CAPÍTULO I:

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática	15
1.2. Formulación del problema	16
1.2.1. Problema general	16
1.2.2. Problemas específicos	16
1.3. Objetivos de la investigación	16
1.3.1. Objetivo general	16
1.3.2. Objetivos específicos.....	16
1.4. Justificación de la investigación	17
1.5 Delimitaciones del estudio	18
1.6. Viabilidad del estudio	18

CAPÍTULO II:

MARCO TEÓRICO

2.1	Antecedentes de la investigación	19
2.1.1.	Investigaciones internacionales	19
2.1.2.	Investigaciones nacionales	21
2.2	Bases teóricas	23
2.3	Definición de términos básicos	38
2.4	Hipótesis de la investigación.....	38
2.4.1	Hipótesis general	38
2.4.2	Hipótesis específicas	38
2.5	Operacionalización de las variables	39

CAPÍTULO III:

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1	Diseño metodológico	42
3.2	Población y muestra	42
3.2.1	Población.....	42
3.2.2	Muestra.....	42
3.3	Técnica de recolección de datos.....	42
3.4	Técnicas para el Proceso de la Información.....	42

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1	Análisis de los Resultados.....	45
4.2	Contrastación de Hipótesis.....	51

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

5.1	Discusión de los Resultados.....	54
-----	----------------------------------	----

CAPITULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1	Conclusiones.....	55
6.2	Recomendaciones.....	56

CAPITULO VII REFERENCIAS

5.1.	Fuentes bibliográficas.....	57
5.2.	Fuentes Hemerográficas	58
5.3.	Fuentes electrónicas.....	48

ANEXOS

	Anexos.....	62
3.4	Matriz de consistencia	67

RESUMEN

Las investigaciones descriptivas correlacionales son fundamentales para entender la complejidad de los fenómenos estudiados, ya que permiten identificar patrones, relaciones y tendencias entre variables, proporcionando una visión detallada y objetiva de la realidad. Al describir y analizar estas relaciones, los investigadores pueden generar hipótesis, detectar campos de avance y elegir alternativas sustentadas para abordar problemas o desafíos en diversas disciplinas.

Población

Una población bien definida y caracterizada permite a los investigadores identificar las características y tendencias relevantes, asegurando que los hallazgos sean significativos y aplicables a la realidad estudiada, considerando a 180 niños del nivel primario.

Muestra

La muestra es la parte representativa que es de tipo no probabilística donde el autor ha referido a criterios de selección considerando a los niños del 5 to grado de primaria con un total de 26 estudiantes.

Técnicas de recolección de Datos.

Se elaboraron guías de observación, como instrumentos para recolectar información.

Palabras Claves: Actividades lúdicas, educación física y psicomotricidad

ABSTRACT

Descriptive correlational research is essential for understanding the complexity of the phenomena studied, as it allows for the identification of patterns, relationships, and trends between variables, providing a detailed and objective view of reality. By describing and analyzing these relationships, researchers can generate hypotheses, identify areas for improvement, and make informed decisions to address problems and challenges in various disciplines.

Population

A well-defined and characterized population allows researchers to identify relevant characteristics and trends, ensuring that the findings are meaningful and applicable to the reality studied, considering 180 primary school children.

Sample

The sample is the representative, non-probabilistic sample. The author has referred to the selection criteria for 5th grade primary school children, with a total of 26 students.

Data Collection Techniques

Observation guides were developed as instruments for collecting data.

Keywords: Recreational activities, physical education, and psychomotor skills

INTRODUCCION

La ludo motricidad es un concepto que concibe la actividad lúdica no solo como un medio para el desarrollo de habilidades motrices, sino como un sistema pedagógico que integra de forma simultánea y significativa la educación física con otras áreas del currículo. Este enfoque trasciende la idea de que el juego es solo para "moverse y divertirse", y lo eleva a la categoría de puente de saberes, donde el movimiento se convierte en el vehículo para comprender conceptos matemáticos, científicos, lingüísticos y artísticos. En la práctica, un juego de persecución puede convertirse en una lección de geometría si los niños deben formar figuras con sus cuerpos, o una carrera de relevos puede ser una actividad para practicar la resolución de problemas matemáticos al tener que sumar puntos para su equipo. Este concepto promueve una educación holística donde el niño aprende con todo su cuerpo, fortaleciendo la conexión entre mente y movimiento. No se trata de eliminar las clases de educación física, sino de enriquecerlas, demostrando que el aprendizaje no está confinado a un escritorio. Este concepto que va más allá de la mera actividad individual o de equipo, y se centra en el potencial del juego para fortalecer lazos comunitarios y fomentar la inclusión dentro del contexto escolar.

A diferencia de la educación física tradicional, que a menudo se enfoca en el rendimiento individual, las actividades lúdicas promueven el éxito colectivo. Los juegos se diseñan para que cada niño, independientemente de sus habilidades, pueda contribuir al logro de un objetivo común. Por ejemplo, en un juego, el objetivo podría ser que todos los niños logren cruzar un obstáculo, en lugar de que el más rápido gane. Esto fomenta la empatía y la solidaridad, ya que los niños aprenden a apoyarse mutuamente, a reconocer las fortalezas de sus compañeros y a superar los desafíos juntos. Este concepto transforma la cancha o el patio de juegos en un laboratorio social, donde se construyen las bases de una comunidad escolar más cohesionada y respetuosa.

CAPÍTULO I:

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Descripción de la realidad problemática

La realidad problemática de las actividades lúdicas en relación con las competencias del área de Educación Física se caracteriza por una serie de desafíos y oportunidades que impactan en el modo en que se consolidan y se implementan estas dinámicas dentro de diferentes contextos educativos. Por un lado, las actividades lúdicas son reconocidas por su potencial para promover la evolución corporal, social y emocional de los sujetos, del mismo modo para fomentar la creatividad, la imaginación y la resolución de problemas. Sin embargo, también existen barreras y limitaciones que impiden que estas actividades se desarrollen de manera efectiva, como la falta de recursos, la priorización de otras áreas curriculares y la necesidad de adaptarlas a las necesidades e intereses de los estudiantes. En esta óptica, es imprescindible que los facilitadores y los dirigentes de la estructura instructiva cooperen juntos para producir oportunidades para que las actividades lúdicas se integren de manera efectiva en el currículum de Educación Física.

En el Perú, la realidad problemática de las actividades lúdicas en relación con las competencias del área de Educación Física se caracteriza por una serie de desafíos que impactan dentro de la forma en que se desarrollan y se implementan estas dinámicas bajo las instituciones educativas. A pesar de la trascendencia de las dinámicas recreativas para el progreso corporal, convivencial y afectivo de los estudiantes, existen limitaciones incluyendo la deficiencia de infraestructura óptima, la falta de recursos y la necesidad de adaptarlas a las necesidades y contextos culturales y sociales de las diferentes regiones del país. Además, la priorización de otras áreas curriculares y la falta de capacitación docente en el uso efectivo de las actividades lúdicas en el aula también representan un reto.

Este trabajo va a ser valorado como realizable por la trascendencia que interviene en la evolución estructural de la educación física siendo un instrumento hacia los maestros que permitirá involucrar de una manera activa a los estudiantes mientras van desarrollando sus diferentes áreas tanto cognitivas, motoras y sociales.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo se relacionan las actividades lúdicas con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cómo se relaciona la dimensión física con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?

¿Cómo se relaciona la dimensión cognitiva con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?

¿Cómo se relaciona la dimensión emocional con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación de las actividades lúdicas con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar la relación de la dimensión física con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

Determinar la relación de la dimensión cognitiva con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

Determinar la relación de la dimensión emocional con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

1.4 Justificación de la Investigación

Justificación Teórica

Las actividades lúdicas se fundamentan son inherentes a la naturaleza humana y esencial para la maduración completa de los participantes, en el escenario de la dinámica somática, las actividades lúdicas se convierten en un medio privilegiado para el desarrollo de competencias como la coordinación motora, la resolución de problemas, la comunicación efectiva y la cooperación, por otro lado se sugiere que a través del juego y la actividad lúdica, los estudiantes pueden experimentar y aprender de manera significativa, desarrollando habilidades y competencias que les permiten interactuar de manera efectiva con su entorno físico y social.

Justificación Práctica

Las actividades lúdicas ofrecen una oportunidad práctica y efectiva para desarrollar competencias en la esfera de la práctica somática, ya que capacita a los sujetos experimentar y aprender bajo la modalidad activa y significativa. A través de dinámicas y prácticas recreativas, los aprendices pueden cultivar destrezas motoras, semejante a la coordinación y el equilibrio, mientras que también mejoran su destreza para laborar en conjunto, transmitir ideas eficazmente y atender conflictos de modo creativo. Además, las actividades lúdicas pueden adaptarse a diferentes edades y niveles de habilidad, lo que las hace accesibles y beneficiosas para todos los estudiantes

Justificación social

Las actividades lúdicas tienen un impacto social significativo en la evolución de destrezas en el campo de la actividad corporal, puesto que promueven la interacción y la colaboración entre los estudiantes, fomentando la construcción de relaciones sociales positivas y saludables. A través de juegos y actividades lúdicas, los integrantes pueden potenciar facultades comunitarias análogas a la comunicación efectiva, la percepción afectiva y la atención a conflictos, lo que les capacita interactuar de manera efectiva con sus pares y con el conglomerado general.

1.5 Delimitaciones del estudio

La indagación se llevó a cabo en el presente año lectivo sin contratiempos ni limitaciones.

1.6 Viabilidad del Problema

La viabilidad de implementar prácticas recreativas dentro del ámbito de la motricidad es alta, ya que estas actividades pueden ser adaptadas a diferentes contextos y niveles de

habilidad, lo que las hace accesibles y beneficiosas para todos los estudiantes. Además, las actividades lúdicas pueden ser implementadas con recursos mínimos, lo que las hace una opción viable para instituciones educativas con presupuestos limitados. La flexibilidad y la creatividad inherentes a las actividades lúdicas también permiten a los orientadores diseñar y ajustar las dinámicas conforme a las prerrogativas e intereses de sus educandos, lo que puede aumentar la motivación y la participación.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

Nivel Internacional

Rodríguez A, Tascón F (2020) "Juegos y diversión en Educación Física: una iniciativa para promover la disciplina y la rutina de aprendizaje", se considera en esta investigación el diseñar e implementar una serie de juegos y dinámicas recreativas en el campo de la motricidad funcional que fomenten la disciplina y la rutina de aprendizaje en los estudiantes, promoviendo la adquisición de hábitos saludables y productivos que puedan ser transferidos a otros ámbitos de su vida académica y personal. A través de esta iniciativa, se busca que los estudiantes desarrollen una mayor conciencia sobre la importancia de la planificación, la organización y la perseverancia en el logro de sus objetivos, y que puedan aplicar estas habilidades en su vida diaria. Se anticipa que esta iniciativa favorezca incrementar el desempeño cognitivo y la motivación de los estudiantes, así como a promover un ambiente de aprendizaje más positivo y productivo permitiendo concluir: Los resultados del diagnóstico revelaron una conexión significativa entre los dinámicas de interiorización y el desempeño formativo, evidenciando que los estudiantes mostraban un logro intermedio en el área examinada, con una disposición hacia resultados aceptables. Sin embargo, se destacó una preocupante falta de hábitos de estudio efectivos, lo que limitaba su capacidad para aprovechar sus habilidades intelectuales y alcanzar logros académicos destacados, reflejándose en calificaciones bajas y un progreso educativo limitado, en consecuencia, se confirmó que las actividades lúdicas tuvieron un impacto positivo en el aprendizaje, lo que coincide con las observaciones de docentes de diversas disciplinas.

Mier E (2021) "La Gamificación como Enfoque Didáctico en la Educación Física: Un Estudio sobre su Impacto en el Aprendizaje de Estudiantes de Formación Secundaria en la entidad instruccional "República del Ecuador" en Otavalo", la finalidad fue escrutar el impacto de la gamificación dentro de la adquisición de conocimiento de los aprendices de Educación Básica Media en la asignatura de Educación Física, con el fin de determinar si este enfoque didáctico puede mejorar la motivación, la participación y el rendimiento académico de los estudiantes. Se busca analizar cómo la gamificación puede influir mediante el proceso en que los sujetos se integran en las actividades físicas y deportivas, y cómo puede contribuir a desarrollar habilidades y competencias relevantes para su desarrollo integral permitiendo obtener las siguientes concluyentes: Es notable que el juego sea la actividad que más atrae y motiva a los estudiantes durante sus clases de Educación Física, quienes expresan interés en aprender y practicar nuevas modalidades de juego. Esto se debe a que cada tipo de la práctica lúdica fortalece la progresión global de los participantes, comprendiendo dimensiones físicas, emocionales e intelectuales. Además, los docentes reconocen el valor del juego como un componente esencial dentro del ciclo de instrucción-aprehensión de la motricidad, destacando su importancia en la formación de los estudiantes, finalmente se ha comprobado que las estrategias metodológicas que integran juegos y actividades lúdicas son las más exitosas bajo el procedimiento de formación-adquisición de la actividad corporal, al autorizar a los integrantes comprender y aplicar conocimientos de manera significativa.

Alonso N (2021) "La Lúdica como Recurso Didáctico: Teorías y Autores que Renovaron la Pedagogía", se considera en esta investigación el diseñar y proponer un modelo de integración de la lúdica en la práctica educativa que se fundamenta en las teorías y enfoques pedagógicos analizados, con el fin de proporcionar a los docentes una herramienta práctica y efectiva para mejorar la calidad de la educación. Se busca construir

un patrón que atienda las demandas y características de los educandos, y que promueva la participación activa, la creatividad y la consolidación de habilidades y destrezas relevantes de cara al siglo veintiuno. A través de este objetivo, se pretende contribuir al desarrollo de prácticas educativas innovadoras y efectivas que aprovechen el potencial de la lúdica para mejorar el aprendizaje y la formación del estudiante permitiendo concluir: En síntesis, la incorporación de la lúdica como recurso didáctico en la educación tiene el potencial de revolucionar las prácticas pedagógicas tradicionales, al promover un aprendizaje más activo, creativo y significativo. A través del análisis de las teorías y enfoques pedagógicos que sustentan el uso de la lúdica, se ha podido constatar que esta estrategia didáctica puede contribuir significativamente a la formación integral de los estudiantes, en este sentido, se recomienda que los docentes y educadores consideren la lúdica en calidad de herramienta valiosa para mejorar la calidad de la educación y promover la aprehensión de contenidos innovador, finalmente el estudio de las teorías y autores que han renovado la pedagogía a través de la lúdica nos ha permitido comprender la importancia de esta estrategia didáctica en la educación contemporánea.

Antecedentes Nacionales

Chuqui G (2022) “La Recreación Cognitiva en la Promoción de la Convivencia Colectiva: Un Análisis en el Centro Formativo Local, Región Costera”, en esta investigación se considera como objetivo el Investigar la influencia de los ejercicios lúdicos en la progresión relacional de los pequeños, con el fin de comprender cómo estas actividades pueden influir en la formación de habilidades sociales, emocionales y comunicativas en la infancia. Se busca analizar cómo las dinámicas recreativas pueden fomentar la colaboración, la consideración, la sensibilidad y la resolución de conflictos en los niños, y explorar cómo estas habilidades pueden ser transferidas a otros contextos

de la vida cotidiana. A través de este objetivo, se pretende contribuir al desarrollo de estrategias efectivas para fomentar el desarrollo social de los niños a través de la lúdica, por tanto, se concluye que: En síntesis, la investigación sobre la lúdica en el fomento del desarrollo social en niños ha demostrado que las acciones lúdicas configuran un implemento pertinente para desarrollar competencias interpersonales, emocionales y comunicativas en la infancia. A través de la participación en actividades lúdicas, los niños pueden potenciar facultades equivalentes a la sinergia, el respeto la comprensión emocional y la atención a controversias, lo que les faculta, interactuar de manera efectiva con sus pares y adultos. Además, la lúdica puede ser un medio para fomentar la ingeniosidad, la imaginación y la exteriorización emocional en los niños, lo que es esencial para su desarrollo integral, siendo en tal sentido se recomienda que los educadores y padres de familia incorporen actividades lúdicas.

Limpe A, Aramburu E (2022) "Estrategias de Enseñanza Efectivas para la Educación Física en la Educación a Distancia: Un Enfoque en la Adquisición de Competencias en el Contexto del COVID-19 en una Institución Adventista", se busca investigar y analizar las estrategias de enseñanza más efectivas para la educación física en la modalidad a distancia, con la intención de localizar los métodos superiores y recomendaciones para la adquisición de competencias en los estudiantes en el contexto del COVID-19. Se busca explorar cómo las tecnologías digitales, las metodologías activas y las estrategias de enseñanza personalizadas pueden ser utilizadas para promover la motivación, la participación y el aprendizaje en la educación física a distancia. A través de este objetivo, se pretende proporcionar a los educadores y diseñadores de programas de educación física a distancia las herramientas y conocimientos necesarios para desarrollar programas de notable jerarquía que cubran las prerrogativas de los estudiantes logrando obtener las conclusiones: El estudio sobre estrategias de enseñanza efectivas para la educación física

en la modalidad a distancia ha permitido comprender la importancia de la flexibilidad, la personalización y la interacción en la educación física a distancia. La adquisición de competencias en la educación física a distancia requiere de una planificación y diseño cuidadoso de los métodos de instrucción, que consideren los imperativos y características de los discentes. La tecnología digital puede ser una herramienta valiosa para promover la interacción, la participación y el aprendizaje activo en la educación física a distancia, siempre y cuando se utilice de manera efectiva y se combine con metodologías.

Palomino R (2021) “La Educación Física Centrada en el Logro de Competencias”, se considera como objetivo el Investigar y evaluar el impacto de la educación física centrada en el logro de competencias bajo la progresión de habilidades y pericias en los participantes, con el fin de localizar los procedimientos destacados y consejos para la aplicación de este enfoque pedagógico. Se busca explorar cómo la educación física centrada en competencias puede promover la motivación, la participación y el aprendizaje activo en los estudiantes, y cómo puede contribuir al desarrollo de habilidades transferibles y relevantes para la vida cotidiana. A través de este objetivo, se pretende proporcionar a los educadores y diseñadores de programas de educación física las herramientas y conocimientos necesarios para desarrollar programas de notable preeminencia que satisfagan las prerrogativas de los estudiantes logrando llegar a las concluyentes: El estudio sobre la educación física centrada en el logro de competencias ha permitido reconocer la preeminencia de este enfoque pedagógico bajo la consolidación de aptitudes y competencias en los estudiantes. La educación física centrada en competencias puede ser un medio para promover la autonomía, la responsabilidad y la toma de decisiones informadas en los estudiantes, y puede contribuir al desarrollo de ciudadanos competentes y capaces de enfrentar los desafíos del mundo actual. En este sentido, se sugiere que los educadores y diseñadores de programas de educación física

trabajen juntos para desarrollar programas de alta calidad que promuevan el logro de competencias en los estudiantes.

1.2 Bases Teóricas

Variable Actividades Lúdicas

La Lúdica

Lo lúdico se refiere a cualquier actividad que implique juego, recreación y diversión, generando placer y satisfacción en quienes la practican. Con raíces en el latín "ludus", que significa juego, lo lúdico se caracteriza por ser una experiencia voluntaria y placentera que permite a las personas disfrutar de su tiempo libre de manera autónoma y gratificante. En esencia, lo lúdico es sinónimo de libertad y disfrute, donde la persona puede elegir cómo quiere pasar su tiempo de ocio sin presiones externas, simplemente dejándose llevar por el placer y la diversión. La esencia lúdica se revela como un catalizador de la creatividad y la imaginación, ofreciendo un espacio para la expresión libre y el desarrollo de habilidades. Al mismo tiempo, proporciona un oasis de relajación y desconexión del estrés diario, permitiendo a las personas recargar energías y renovar su bienestar físico y mental. Como herramienta pedagógica, lo lúdico se destaca por su capacidad para convertir la internalización de saberes en una experiencia lúdica y atractiva, tanto para niños como para adultos. En última instancia, la dimensión lúdica de la vida abarca un surtido variado de dinámicas que no exclusivamente enriquecen la existencia, además, fomentan el crecimiento intrínseco y el bienestar en todas las etapas de la vida. (Antonio, Ruiz, Gutiérrez, Marqués, Román, Sámper, 2010).

En la sociedad contemporánea, el término 'lúdico' se ha extendido a diversos ámbitos, siempre asociado con la noción de juego, diversión o entretenimiento. Por ejemplo, la

'ludopatía' se refiere a una dependencia compulsiva hacia el juego, especialmente aquellos que involucran azar y riesgo. De manera similar, el 'uso lúdico' de ciertas sustancias alude a su consumo con fines recreativos y no necesariamente adictivos. Además, el concepto de 'actividades lúdicas' se utiliza como sinónimo de juegos y experiencias diseñadas para divertir y entretener, abarcando una amplia gama de posibilidades (Bergen, 2018).

La lúdica es un enfoque integral que abarca un conjunto de actividades y experiencias que promueven el desarrollo personal y social a través del juego, la recreación y el entretenimiento. Se caracteriza por ser un espacio de libertad y creatividad, donde las personas pueden expresarse de manera auténtica y desarrollar habilidades y competencias de manera divertida y atractiva. La lúdica puede ser un medio con el fin de estimular la imaginación, la creación inédita y la superación de desafíos, y puede ser aplicada en diferentes contextos, desde la educación hasta el trabajo y la vida cotidiana, finalmente se menciona que es una dimensión fundamental de la experiencia humana que se refiere a la capacidad de disfrutar y aprovechar el tiempo libre de manera creativa y significativa. Se trata de un enfoque que valora la diversión, el juego y la recreación como medios para promover el bienestar, la salud y el desarrollo personal. La lúdica puede ser un catalizador para la creatividad, la innovación y la expresión artística, y puede ser utilizada para fomentar la cohesión social, la comunicación y la colaboración entre las personas. En esencia, la lúdica se concibe como un modo de desenvolverse en la existencia de manera plena y satisfactoria. (Chamorro, 2010).

La Lúdica dentro del proceso de Aprendizaje

En el contexto educativo, el método lúdico se destaca como un enfoque innovador que busca transformar el aprendizaje en una experiencia atractiva y emocionante, capaz de capturar la atención de los estudiantes de manera natural y espontánea. Lejos de sustituir la educación por el entretenimiento, este método se centra en diseñar estrategias pedagógicas que combinen diversión y aprendizaje, adaptándose a las necesidades específicas de los estudiantes, los contenidos curriculares y los entornos de aprendizaje disponibles. De esta manera, se busca fomentar un ambiente de incorporación de destrezas intelectuales dinámico y participativo que refuerce la maduración cognitiva y psicoafectiva de los estudiantes, se debe resaltar que los métodos lúdicos han demostrado ser altamente efectivos, especialmente en las etapas iniciales de la educación (la primera infancia, hasta los 8 años), en los cuales la lúdica y la indagación resultan fundamentales con miras al fortalecimiento mental y psicoafectivo. Sin embargo, su implementación exitosa requiere de docentes capacitados en estrategias de aprendizaje lúdico, así como de recursos materiales y un entorno social que apoyen y faciliten la aplicación de estas dinámicas de manera segura y efectiva, lo que implica un enfoque innovador y flexible en la práctica educativa. (Baquix, 2014).

La lúdica a lo largo del ciclo de internalización cognitiva se refiere a la integración de estrategias y dinámicas lúdicas y atractivas que buscan fomentar la motivación, la creatividad y a involucración consciente de los individuos en la evolución de adquisición de conocimientos. Mediante la dimensión lúdica, los estudiantes pueden desarrollar habilidades y competencias de manera natural y espontánea, lo que puede mejorar su comprensión y retención de la información. La lúdica puede ser un enfoque valioso para abordar temas complejos o abstractos, puesto que brinda a los participantes la capacidad de experimentar y explorar nociones de forma tangible y relevante, se establece como un enfoque pedagógico que busca aprovechar el potencial del juego y la recreación para

promover el desarrollo cognitivo, afectivo y relacional de los aprendices. Al integrar tareas de carácter divertido en el currículum, los instructores pueden articular un escenario de asimilación cognitiva enérgico y participativo que estimule la curiosidad, la creatividad y la innovación. La lúdica puede ser especialmente efectiva en la educación inicial y primaria, donde los estudiantes están comenzando a desarrollar sus habilidades y competencias básicas. Sin embargo, también puede ser aplicada en niveles educativos más avanzados, donde puede ser utilizada para abordar temas complejos o para fomentar la resolución de problemas y el pensamiento crítico. (Betancourt, Guazaquillo, Millan, 2016).

Beneficios de la lúdica dentro del Aprendizaje

Los beneficios de la lúdica dentro del aprendizaje son múltiples y variados, y pueden generar una repercusión significativo en el desarrollo cognitivo, emocional y relacional de los aprendices. Al incorporar actividades lúdicas en el proceso de aprendizaje, los estudiantes pueden experimentar un aumento en su motivación y entusiasmo por aprender, lo que se traduce en una mayor participación y compromiso con el material de estudio. Además, la lúdica puede ayudar a fomentar la creatividad, la imaginación y la descodificación de obstáculos, competencias cruciales para la prosperidad en el siglo XXI. La lúdica también puede promover la articulación mancomunada y la labor sinérgica, lo que habilita a los participantes a robustecer competencias relacionales y psicoafectivas importantes. (Caiza, 2016).

La incorporación de la lúdica en el aprendizaje puede tener una incidencia marcada en el modo en que los estudiantes gestionan el conocimiento y el aprendizaje. Al hacer que el aprendizaje sea divertido y atractivo, la lúdica puede ayudar a aminorar la inquietud y la tensión vinculadas a la adquisición de saberes, instaurando un entorno más sosegado y

favorable para la absorción de conocimientos. Además, la lúdica puede fomentar la curiosidad y la exploración, lo que puede llevar a los estudiantes a descubrir nuevos intereses y pasiones. La lúdica también puede habilitar a los agentes a desarrollar una mayor autonomía y confianza en su destreza para absorber conocimientos, lo que propicia una resonancia prolongada en su itinerario de internalización de saberes y personal. En última instancia, la lúdica puede ser un catalizador para un aprendizaje más efectivo y significativo, vamos a mencionar una lista de los beneficios más resaltantes:

- Resulta cautivador y sumamente envolvente para el estudiante, ya que le propone desafíos emocionantes que superar.
- Su naturaleza interactiva promueve la comunicación efectiva entre compañeros y fomenta la construcción de relaciones sociales significativas.
- Fomenta la implicación activa de los estudiantes, liberándolos del papel pasivo que tradicionalmente se les ha asignado en el ámbito educativo.
- Su flexibilidad y versatilidad permiten diseñar experiencias lúdicas diversas y personalizadas, ajustadas a las necesidades específicas del curso y aprovechando al máximo los recursos y espacios disponibles en el entorno escolar. (Echeverri, Gómez, 2009).

Actividades Lúdicas

Sin las actividades lúdicas, el aprendizaje puede convertirse en una experiencia monótona y desmotivadora para los estudiantes. La ausencia de elementos lúdicos puede llevar a una falta de interés y participación, lo que puede afectar negativamente la retención de conocimientos y la comprensión de conceptos. Además, sin la oportunidad de explorar y experimentar de manera divertida, los estudiantes pueden perder la posibilidad de cultivar destrezas importantes como la creatividad, la descodificación de

problemas y el pensamiento crítico. En última instancia, la falta de actividades lúdicas puede hacer que el aprendizaje sea una experiencia aburrida y poco significativa, el proceso de aprendizaje puede carecer de dinamismo y energía, lo que puede afectar la motivación y el entusiasmo de los estudiantes. La ausencia de elementos lúdicos puede llevar a una enseñanza más tradicional y rígida, que no se ajuste a las demandas y preferencias de los participantes. Además, sin la oportunidad de interactuar y colaborar con sus pares de manera divertida, los estudiantes pueden perder la coyuntura de cultivar destrezas sociales importantes tales como la interacción clara y la coordinación colectiva. En resumen, la falta de actividades lúdicas puede hacer que el aprendizaje sea una experiencia poco atractiva y poco efectiva. (Bermúdez, Sáenz, 2019).

Las actividades lúdicas son experiencias enriquecedoras que nos permiten escapar de la dinámica habitual y sumergirnos en un mundo de lúdica y disfrute. Al interactuar con otros en un entorno lúdico, no solo liberamos tensiones y nos relajamos, sino que también aprendemos a relacionarnos de manera significativa y gratificante. Según Jiménez (2002), estas actividades fomentan la gratitud por lo que se aprende y se convierten en una herramienta valiosa para el crecimiento personal. Además, el juego es considerado un método efectivo para impartir educación, ya que permite desarrollar todas las áreas de un individuo de manera placentera y divertida, según especialistas en psicología y pedagogía, se destaca la importancia de las actividades lúdicas radica en su capacidad para transformar la experiencia de aprendizaje en algo significativo y divertido. Al integrar elementos lúdicos en la educación, se puede fomentar la motivación y el entusiasmo de los estudiantes, lo que puede llevar a una mayor retención de conocimientos y una mejor comprensión de conceptos. Además, las actividades lúdicas pueden ayudar a desarrollar habilidades importantes tales como la inventiva, la descodificación de desafíos y la coordinación colectiva esenciales para el éxito en la

sociedad actual. En última instancia, la importancia de las actividades lúdicas se refleja en su capacidad para hacer que el aprendizaje sea una experiencia disfrutable y significativa, finalmente se menciona que la trascendencia de las actividades lúdicas reside en su capacidad para promover el desarrollo integral de los individuos y hacer que el aprendizaje sea una experiencia enriquecedora y significativa. (Cortes, 2013).

Las Actividades Lúdicas dentro del Territorio de motricidad y ejercicio

Las actividades lúdicas dentro del campo de desarrollo corporal constituyen un enfoque innovador que busca fusionar el juego y la recreación con la progresión cinética y motor de los sujetos en formación. A través de juegos y actividades divertidas, los estudiantes pueden mejorar su coordinación, equilibrio y habilidades motoras, mientras que también desarrollan habilidades sociales y emocionales importantes. La integración de actividades lúdicas en la Educación Física puede ayudar a configurar un entorno más ágil y colaborativo, en el que los aprendices se perciban incentivados y vinculados con su propio desarrollo físico. Además, las actividades lúdicas pueden ser adaptadas a diferentes edades y habilidades, lo que las hace accesibles y beneficiosas para todos los estudiantes, se consideran como un instrumento significativo para impulsar la vitalidad y el equilibrio psico-físico en los estudiantes. Al incorporar juegos y actividades divertidas en la clase de Educación Física, los estudiantes pueden desarrollar hábitos saludables y una mayor conciencia sobre la importancia de la actividad física regular. Las actividades lúdicas también pueden contribuir a aminorar la tensión y la inquietud psicoafectiva, promoviendo un contexto más sereno y pertinente para el aprendizaje. Además, la integración de actividades lúdicas en la Educación Física puede fomentar la creatividad y la imaginación, lo que puede llevar a la creación de nuevas formas de movimiento y expresión corporal. En última instancia, las actividades lúdicas en la Educación Física

pueden ser un catalizador para un estilo de vida más activo y saludable. (García, Llull, 2009).

Dimensiones de la Variable Actividades Lúdicas

Dimensión Física

La dimensión física en las actividades lúdicas se refiere a la experiencia corporal y motora que se vive durante el juego o la actividad recreativa. Esta dimensión abarca desde la simple movilidad y coordinación motora hasta la complejidad de los movimientos y acciones físicas que requieren habilidades específicas, como la velocidad, la agilidad y la fuerza. La dimensión física en las actividades lúdicas no solo se enfoca en la evolución de destrezas motoras, sino igualmente en el fomento de la vitalidad y el bienestar físico, ya que la praxis motriz habitual puede optimizar la aptitud corporal y atenuar la probabilidad de patologías crónicas. Además, la dimensión física en las actividades lúdicas puede ser un factor clave para fomentar la confianza y la autoestima en los participantes, ya que les permite experimentar y superar desafíos físicos de manera segura y divertida, finalmente se destaca como un componente esencial que puede influir en la experiencia y el disfrute del juego o la actividad recreativa. Esta dimensión se manifiesta en la forma en que los participantes utilizan su cuerpo para interactuar con el entorno y con otros jugadores, ya sea a través de movimientos rápidos y precisos, o mediante la expresión corporal y la creatividad. La dimensión física en las actividades lúdicas también puede ser un medio para desarrollar habilidades importantes como la coordinación, el equilibrio y la resistencia lo que posibilita una influencia favorable en el devenir vital diaria y en la salud general de los participantes. Además, la dimensión física en las actividades lúdicas puede ser un espacio para la experimentación y la innovación, donde

los participantes pueden probar nuevas habilidades y movimientos, y desarrollar una mayor conciencia corporal y una mejor relación con su propio cuerpo. (León, 2010).

Indicadores de Logro

- Demuestra destreza durante el desarrollo de las actividades lúdicas.
- Cumple con los movimientos propios de la actividad.
- Demuestra confianza durante las actividades lúdicas.

Dimensión Cognitiva

Dentro del aspecto cognitivo se resalta la forma en que los participantes asimilan y aplican los datos para adoptar determinaciones, descodificar desafíos y consolidar nuevas competencias durante el juego o la actividad recreativa. Esta dimensión abarca desde la atención y la concentración hasta la memoria y el razonamiento, y se manifiesta en la forma en que los participantes analizan y evalúan la información, identifican patrones y relaciones, y desarrollan estrategias para alcanzar sus objetivos. La dimensión cognitiva en las actividades lúdicas podría servir como un catalizador vital para fomentar la consolidación cognitivo y la resolución de problemas en los participantes, ya que les permite practicar y mejorar sus habilidades cognitivas de manera divertida y desafiante. Además, la dimensión cognitiva en las actividades lúdicas puede ser un espacio para la creatividad y la innovación, donde los participantes pueden desarrollar nuevas ideas y soluciones. Dentro de la lúdica se destaca como un componente esencial que puede influir en la experiencia y el disfrute del juego o la actividad recreativa. Esta dimensión se manifiesta en la forma en que los participantes piensan y razonan sobre el juego o la actividad, ya sea a través de la planificación y la estrategia, o mediante la descodificación de desafíos y la adopción de determinaciones. La dimensión cognitiva en las actividades

lúdicas también puede ser un medio para desarrollar habilidades importantes como la atención, la memoria y el razonamiento, lo que propicia una incidencia ventajosa en la que propicia una incidencia ventajosa en la vida diaria y en la productividad académico y profesional de los participantes. Además, la dimensión cognitiva en las actividades lúdicas puede ser un espacio para la reflexión y la metacognición, donde los participantes pueden evaluar su propio pensamiento y aprendizaje, y desarrollar una mayor conciencia de sus propias habilidades y limitaciones cognitivas. (Nan, 2019).

Indicadores de Logro

- Resuelve las dificultades establecidas por las mismas actividades.
- Establece estrategias al momento de realizar los juegos.
- Trabaja de forma cooperativa con sus compañeros.

Dimensión Emocional

La dimensión emocional dentro de las actividades lúdicas se refiere a la forma en que los participantes experimentan y expresan sus emociones durante el juego o la actividad recreativa. Esta dimensión abarca desde la alegría y la emoción hasta la frustración y la decepción, y se manifiesta en la forma en que los participantes se sienten y reaccionan ante los desafíos y los logros en el juego. La dimensión emocional en las actividades lúdicas puede ser un factor clave para fomentar la motivación y el disfrute en los participantes, dado que les faculta experimentar y proyectar sus vivencias emocionales de manera segura y saludable. Además, la dimensión emocional en las dinámicas recreativas puede constituir un ámbito para la evolución de destrezas emocionales importantes, como la regulación emocional, la empatía y la resiliencia, lo que podría

generar una repercusión beneficiosa en la existencia diaria y en las relaciones interpersonales de los participantes, dentro de las actividades lúdicas es un componente esencial que puede influir en la experiencia y el disfrute del juego o la actividad recreativa. Esta dimensión se manifiesta en la forma en que los participantes conectan con sus propias emociones y las de los demás durante el juego, ya sea a través de la cooperación y la colaboración, o mediante la competencia y el desafío. La dimensión emocional en las actividades lúdicas también puede ser un medio para desarrollar una mayor conciencia emocional y una mejor comprensión de las propias necesidades y deseos, lo que puede tener una repercusión favorable en la autoimagen y la seguridad de los aprendices. Además, la dimensión emocional en las actividades lúdicas puede ser un espacio para la catarsis y la liberación emocional, donde los participantes pueden expresar y procesar sus emociones de manera saludable y constructiva. (Posada, 2014).

Indicadores de Logro

- Respetar las emociones de sus compañeros.
- Demuestra empatía durante el desarrollo de los juegos.
- Trabaja en equipo para cumplir con el objetivo del juego.

Variable Competencias del Área de Educación Física

La Educación Física

La educación física constituye una especialidad integral que se enfoca en el desarrollo y perfeccionamiento de los movimientos corporales, con el objetivo de promover la salud física y mental del individuo. Esta esfera académica engloba una variada serie de actividades, a partir de la terapia sumado a la educación extendido hasta la recreación y la competencia, fomentando la vinculación relacional, el placer y la camaradería en medio

de los participantes. Por intermedio de la práctica del ámbito de desarrollo corporal, se pretende no únicamente optimizar la condición corporal, sino igualmente fomentar principios y destrezas que beneficien la vida personal y social de los individuos, se destaca que es una materia fundamental en la educación primaria y secundaria, respaldada por instituciones reguladoras que establecen currículos específicos para su implementación en el aula. Esta disciplina es liderada por profesionales capacitados en educación física, con conocimientos sólidos en ciencias biológicas, salud y anatomía humana. Más allá de la instrucción física, la educación física abarca un espectro de actividades lúdicas que fomentan la conexión del individuo con su entorno social, promoviendo la conciencia y la interacción comunitaria. A través de prácticas como la danza, el entrenamiento funcional y el yoga, se pretende optimizar la expresión corporal y incentivar la involucración activa de los individuos en su comunidad, contribuyendo así a su desarrollo integral. (Contreras, 2004).

La educación física es una disciplina integral que abarca un amplio espectro de actividades físicas y recreativas diseñadas para promover la maduración física psicoactivo y comunitario de los individuos. Mediante la práctica de diversas modalidades deportivas, juegos y ejercicios, la educación física busca mejorar la condición física, desarrollar habilidades motoras y fomentar hábitos saludables en los estudiantes. Además, esta disciplina se enfoca en la formación de valores y actitudes positivas hacia la actividad física, la salud y el bienestar, lo que posibilita una incidencia duradero en el ámbito privado y ocupacional de los individuos. Esta educación física también se preocupa por crear un espacio de integración y respetuoso, donde los sujetos tengan la oportunidad de consolidar su autoestima y confianza en sí mismos, se debe resaltar que es una herramienta poderosa para el desarrollo integral de los individuos, que va más allá de la mera práctica deportiva o física. A través de la educación física, los estudiantes pueden

desarrollar habilidades importantes como la articulación asertiva, la coordinación colectiva y la gestión de discrepancias, esenciales para el éxito en la vida personal y profesional. Además, esta disciplina se enfoca en la promoción de la salud y el bienestar, lo que puede provocar una incidencia positivo individuos. La educación física también puede ser un catalizador para la creatividad y la imaginación, lo que puede llevar a la creación de nuevas formas de movimiento y expresión corporal. En última instancia, la educación física es una disciplina que busca formar individuos saludables, felices y comprometidos con su propio desarrollo y bienestar. (Díaz, 2011).

Importancia de la Educación Física

Los objetivos de la educación física se alinean con los de la educación en general, enfocándose en la formación de individuos integrales que puedan desarrollar y aprovechar sus habilidades físicas, sociales y mentales. Sin embargo, la educación física tiene un enfoque específico en la salud física y corporal, lo que implica no solo el desarrollo de habilidades deportivas, sino también la detección de talentos innatos y la promoción de un estilo de vida activo. Al mismo tiempo, esta disciplina juega un papel crucial en la lucha contra el sedentarismo, un factor de riesgo importante para diversas enfermedades metabólicas y debilitantes que pueden afectar a personas de todas las edades. En última instancia, la educación física busca fortalecer la autonomía de los individuos con el propósito de que regulen la dirección de su estado y vitalidad física. La educación física desempeña un papel crucial en la integridad integral pertenecientes a los individuos, abarcando no únicamente la integridad somática, sino igualmente la psicoafectiva y anímica. Por medio de la práctica periódica de dinámica corporal, se puede gestionar eficazmente el estrés y canalizar de manera saludable las emociones y la competitividad. De esta forma, la educación física se convierte en una herramienta fundamental para que

los individuos desarrollen una relación positiva con su cuerpo, aprendiendo a cuidar y ejercitar su organismo de manera segura y efectiva. Además, esta disciplina fomenta la conciencia sobre las propias limitaciones y capacidades, y promueve la colaboración y la sinergia cooperativa a través de tareas compartidas deportivas que requieren cooperación y comunicación efectiva. (Dirección de Educación Física y Deporte, 2019).

La importancia del ámbito motriz se fundamenta en su potencial para impactar favorablemente en la salud y el bienestar de los individuos, desde la infancia hasta la edad adulta. Por medio de la práctica periódica de dinámica corporal, se pueden prevenir enfermedades crónicas, mejorar la función cardiovascular y aumentar la resistencia y la flexibilidad. Además, el ámbito motriz cumple un rol esencial en la consolidación de prácticas salutíferas y en la promoción de un estilo de vida activo, lo que permite producir una incidencia duradera en el bienestar existencial de los individuos. La educación física también fomenta la certeza interna y la estima propia, lo que puede generar un efecto positivo en la salud mental y emocional de los estudiantes, se extiende más allá de la mera práctica deportiva, ya que abarca un amplio espectro de beneficios físicos, emocionales y sociales. Por medio de la educación física, los individuos logran cultivar destrezas esenciales tales como la disciplina, la perseverancia y el trabajo en equipo, imprescindibles para la consecución en la experiencia subjetiva y profesional. Además, la educación física puede ser un catalizador para la creatividad y la imaginación, lo que puede llevar a la creación de nuevas formas de movimiento y expresión corporal. La educación física también puede desempeñar un papel crucial en la inclusión y la integración social, al proporcionar un espacio para que los individuos de diferentes orígenes y habilidades puedan interactuar y aprender juntos. En última instancia, la significancia de la instrucción física radica en su facultad para impulsar la consolidación completa de los individuos y mejorar su calidad de vida. (Flores, 2012).

La Educación Física como medio de Aprendizaje

Al reflexionar sobre la palabra 'Educación', es inevitable recordar el impacto profundo que ha tenido en nuestras vidas, ya que ha moldeado nuestra manera de reflexionar, percibir y conducirse en la realidad. Aunque comúnmente se asocia con el entorno escolar formal, la Educación trasciende estos límites y se manifiesta de manera informal en diversos contextos y entornos, como la familia, la comunidad y la sociedad en general. En esencia, la Educación conlleva una gran responsabilidad, especialmente ante la sociedad, ya que es considerada por muchos expertos y científicos como un instrumento fundamental para el progreso y el avance de las personas y las comunidades. Esto se debe a que la Educación no solo transmite conocimientos y habilidades, sino que también forma valores, actitudes y comportamientos que pueden influir en la calidad de vida y el bienestar de los individuos y las sociedades. Dentro de los sistemas educativos globales, existe una disciplina didáctico-pedagógica que fusiona el concepto de Educación con el de Física, enfocándose en la corporeidad como eje central. Aunque la Educación Física no se considera una ciencia en sí misma, cuenta con un sólido respaldo científico que la sustenta, ya que en años recientes ha experimentado avances significativos en el ámbito del Aprendizaje Escolar. Estos avances han permitido una mejor comprensión de cómo el movimiento y la actividad física pueden influir en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los estudiantes, lo que a su vez ha llevado a la implementación de prácticas educativas más efectivas y personalizadas. En este sentido, la Educación Física se ha convertido en un componente esencial de la educación integral, que busca desarrollar no solo las capacidades cinéticas, sino asimismo las capacidades intelectuales y afectivas de los individuos. (Fabre, 2015).

La educación física es un medio de aprendizaje que trasciende la mera práctica deportiva, ya que se enfoca en la evolución holística de los individuos a partir del movimiento y la actividad física. A través de la educación física, los instruidos pueden fortalecer competencias relevantes como la solución de contratiempos, la determinación racional y la interacción expresiva, lo que les permite abordar desafíos y situaciones complejas de manera más efectiva. Además, la educación física puede ser un catalizador para la creatividad y la imaginación, lo que puede llevar a la creación de nuevas formas de movimiento y expresión corporal. Al integrar la educación física en el currículum escolar, se puede fomentar un enfoque más holístico y completo de la educación, que tenga en cuenta las necesidades físicas, emocionales y cognitivas de los estudiantes, se sustenta en el principio de que la corporalidad y la mente resultan estrechamente relacionados, y que la actividad física puede tener un impacto profundo en la expansión racional y sentimental de los individuos. Por intermedio de la educación física, los estudiantes consiguen fortalecer una mayor conciencia corporal y una mejor comprensión de sus propias capacidades y limitaciones, lo que les posibilita concretar juicios más certeros y saludables concerniente a su propio cuerpo y bienestar. Además, la educación física puede ser un espacio para la experimentación y la exploración, donde los estudiantes pueden probar nuevas habilidades y actividades, y desarrollar una mayor confianza y autoestima. Al utilizar la educación física como medio de aprendizaje, se puede crear un entorno de aprendizaje más dinámico y atractivo, que fomente la curiosidad y la creatividad en los estudiantes. (Troya, 2018).

Competencias del Área de Educación Física

Las competencias dentro de la educación física denotan la facultad de los estudiantes para demostrar habilidades y conocimientos distintivos en diversas áreas de la actividad física, como la gimnasia, el deporte, la danza y la recreación. Estas competencias pueden incluir la capacidad para realizar movimientos y acciones físicas con precisión y control, la comprensión de los códigos y planes de variados ejercicios atléticos y juegos, y la idoneidad para trabajar en equipo y comunicarse efectivamente con los demás. Al desarrollar estas competencias, los estudiantes pueden mejorar su condición física, su confianza y su autoestima, y pueden también desarrollar habilidades importantes en la esfera vital, como la constancia, la persistencia y la coordinación grupal. Además, las competencias en educación física pueden ser un factor clave para fomentar la incitación y el entusiasmo de los sujetos en la actividad física y el deporte, dentro de la educación física abarcan un espectro amplio de habilidades y conocimientos que los estudiantes pueden desarrollar a través de la práctica y la experiencia. Estas competencias pueden incluir la capacidad para analizar y mejorar el rendimiento físico, la comprensión de los principios biomecánicos y fisiológicos que subyacen a la actividad física, y la capacidad para diseñar y implementar programas de entrenamiento y acondicionamiento físico personalizados. Al desarrollar estas competencias, los estudiantes pueden tomar el control de su propio desarrollo físico y mejorar su salud y bienestar general. Además, las competencias en educación física pueden ser un factor clave para fomentar la inclusión y la diversidad en la actividad somática y la práctica deportiva, ya que permiten a los integrantes de diferentes habilidades y necesidades participar y contribuir de manera significativa. En última instancia, las competencias en educación física pueden ser un catalizador para el desarrollo personal y social de los estudiantes. (Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía, 2010).

Dimensiones de la Variable Competencias del Área de Educación Física

Asume una Vida Saludable

Asumir una vida saludable implica adoptar un enfoque integral y holístico hacia la salud y el bienestar, que engloba no únicamente la dieta y la práctica motriz, sino además la gestión del estrés, la calidad del sueño y la conexión con la naturaleza y la comunidad. Esto requiere una transfiguración marcada en la forma en que se vive y se interactúa con el mundo, y puede involucrar cambios significativos en la rutina diaria, como la incorporación de prácticas de meditación y mindfulness, la priorización de la actividad física al aire libre y la elección de alimentos nutritivos y sostenibles. Al asumir una vida saludable, se puede experimentar una mejora significativa en la calidad de vida, una mayor energía y vitalidad, y una reducción del riesgo de enfermedades crónicas. Además, esta forma de vida puede ser un catalizador para la inspiración y la creatividad, ya que se abre la puerta a nuevas experiencias y posibilidades, un proceso de autoconocimiento y autodescubrimiento que implica escuchar al cuerpo y honrar sus necesidades, y encontrar un equilibrio saludable entre la actividad y el descanso, la alimentación y la indulgencia, y la conexión con los demás y la soledad. Esto requiere una gran cantidad de autoconciencia y autoaceptación, y puede involucrar la superación de hábitos y patrones limitantes que han sido arraigados a lo largo del tiempo. Al asumir una vida saludable, se puede desarrollar una mayor confianza y autoestima, y se puede experimentar una sensación de libertad y empoderamiento que puede inducir una repercusión favorable en cada área de la existencia. Asimismo, este patrón de existencia puede ser un faro de inspiración para los demás, ya que se muestra que es posible vivir de manera saludable y feliz, y que se puede encontrar la belleza y la alegría en la vida cotidiana. (Garzón, Pinto, 2017).

Indicadores de Logro

- Se lava las manos luego de terminar con las actividades lúdicas.
- Utiliza una toalla para secarse luego de lavarse las manos.
- Conoce la importancia de un aseo adecuado.

Interactúa a través de sus Habilidades Socio Motrices

Interactuar a través de habilidades socio motriz en la educación física implica desarrollar la capacidad de operar en conjunto, transmitir ideas claramente y dirimir inconvenientes de manera cooperativa, todo ello mientras se realiza actividad física y se desarrollan habilidades motoras. Esto requiere una combinación de destrezas interpersonales, como la receptividad, la conexión y la cooperación, con habilidades motoras, como la coordinación, el equilibrio y la velocidad. Al interactuar a través de habilidades socio motriz, los estudiantes pueden desarrollar una mayor conciencia de su propio cuerpo y de los demás, y pueden aprender a trabajar juntos de manera efectiva para alcanzar objetivos comunes. Además, esta forma de interacción puede ser un catalizador para el consolidación de facultades fundamentales para la vida, como la dirimimiento de conflictos, a gestión de decisiones y el liderazgo, a través de habilidades socio motrices en la alfabetización física constituye un procedimiento dinámico y complejo que implica la integración de habilidades motoras y sociales para lograr objetivos comunes en un entorno de actividad física. Esto requiere una gran cantidad de coordinación y comunicación entre los estudiantes, y puede involucrar la resolución de problemas y la adaptación a situaciones cambiantes. Al interactuar a través de habilidades socio motriz, los estudiantes pueden promover un incremento en la percepción sobre la trascendencia del trabajo realizado en equipo y la colaboración, y pueden aprender a valorar las contribuciones de los demás. Además, esta forma de interacción puede ser un espacio

para la creatividad y la innovación, ya que los estudiantes pueden desarrollar nuevas estrategias y soluciones para alcanzar sus objetivos, y pueden experimentar con diferentes formas de movimiento y expresión corporal. (Garzón, Pinto, 2017).

Indicadores de Logro

- Trabaja de forma cooperativa con sus compañeros.
- Se relaciona de manera activa durante las actividades.
- Domina sus movimientos durante los juegos.

Se desenvuelve de Manera autónoma a través de su motricidad

Desenvolverse de forma independiente mediante la actividad motriz dentro de la educación física implica que los estudiantes puedan tomar decisiones y actuar de manera independiente en situaciones de movimiento y actividad física, utilizando sus habilidades motoras y cognitivas para resolver problemas y alcanzar objetivos. Esto requiere una gran cantidad de autoconfianza y autoestima, ya que los estudiantes deben ser capaces de confiar en sus propias habilidades y tomar riesgos para explorar y aprender. Al desenvolverse de manera autónoma, los estudiantes pueden desarrollar una mayor conciencia de su propio cuerpo y de sus capacidades, y pueden aprender a tomar decisiones informadas sobre su propia salud y bienestar. Además, esta forma de desenvolvimiento puede ser un catalizador para la creatividad y la innovación, ya que los estudiantes pueden experimentar con diferentes formas de movimiento y expresión corporal, de manera autónoma a través de la motricidad en la educación física es un proceso de empoderamiento y autodeterminación que implica que los estudiantes puedan controlar y dirigir su propio movimiento y actividad física, utilizando sus habilidades motoras y cognitivas para alcanzar sus objetivos y satisfacer sus necesidades. Esto

requiere una gran cantidad de autonomía y responsabilidad, ya que los estudiantes deben ser capaces de planificar, ejecutar y evaluar sus propias acciones y decisiones. Al desenvolverse de manera autónoma, los integrantes pueden fortalecer una más elevada certeza en sus individuales habilidades y facultades, y pueden aprender a ser más independientes y autosuficientes en su práctica de la actividad física. Además, esta forma de desenvolvimiento puede ser un espacio para la reflexión y la metacognición, ya que los estudiantes pueden evaluar su propio aprendizaje y desarrollo, y pueden identificar áreas para mejorar y crecer. (Troya, 2018).

Indicadores de Logro

- Demuestra autonomía en sus movimientos.
- Muestra confianza en sí mismo.
- Incentiva a sus compañeros a cumplir con las actividades.

2.3 Bases Conceptuales

La Lúdica

Lo lúdico se refiere a cualquier actividad que implique juego, recreación y diversión, generando placer y satisfacción en quienes la practican. Con raíces en el latín "ludus", que significa juego, lo lúdico se caracteriza por ser una experiencia voluntaria y placentera que permite a las personas disfrutar de su tiempo libre de manera autónoma y gratificante. En esencia, lo lúdico es sinónimo de libertad y disfrute, donde la persona puede elegir cómo quiere pasar su tiempo de ocio sin presiones externas, simplemente dejándose llevar por el placer y la diversión. La esencia lúdica se revela como un catalizador de la creatividad y la imaginación, ofreciendo un espacio para la expresión libre y el desarrollo de habilidades. Al mismo tiempo, proporciona un oasis de relajación

y desconexión del estrés diario, permitiendo a las personas recargar energías y renovar su bienestar físico y mental. Como herramienta pedagógica, lo lúdico se destaca por su capacidad para convertir la internalización de saberes en una experiencia lúdica y atractiva, tanto para niños como para adultos. (Antonio, Ruiz, Gutiérrez, Marqués, Román, Sámper, 2010).

La Lúdica dentro del proceso de Aprendizaje

En el contexto educativo, el método lúdico se destaca como un enfoque innovador que busca transformar el aprendizaje en una experiencia atractiva y emocionante, capaz de capturar la atención de los estudiantes de manera natural y espontánea. Lejos de sustituir la educación por el entretenimiento, este método se centra en diseñar estrategias pedagógicas que combinen diversión y aprendizaje, adaptándose a las necesidades específicas de los estudiantes, los contenidos curriculares y los entornos de aprendizaje disponibles. De esta manera, se busca fomentar un ambiente de incorporación de destrezas intelectuales dinámico y participativo que refuerce la maduración cognitiva y psicoafectiva de los estudiantes, se debe resaltar que los métodos lúdicos han demostrado ser altamente efectivos, especialmente en las etapas iniciales de la educación (la primera infancia, hasta los 8 años), en los cuales la lúdica y la indagación resultan fundamentales con miras al fortalecimiento mental y psicoafectivo. Sin embargo, su implementación exitosa requiere de docentes capacitados en estrategias de aprendizaje lúdico, así como de recursos materiales y un entorno social que apoyen y faciliten la aplicación de estas dinámicas de manera segura y efectiva, lo que implica un enfoque innovador y flexible en la práctica educativa. (Baquix, 2014).

Actividades Lúdicas

Sin las actividades lúdicas, el aprendizaje puede convertirse en una experiencia monótona y desmotivadora para los estudiantes. La ausencia de elementos lúdicos puede llevar a una falta de interés y participación, lo que puede afectar negativamente la retención de conocimientos y la comprensión de conceptos. Además, sin la oportunidad de explorar y experimentar de manera divertida, los estudiantes pueden perder la posibilidad de cultivar destrezas importantes como la creatividad, la descodificación de problemas y el pensamiento crítico. En última instancia, la falta de actividades lúdicas puede hacer que el aprendizaje sea una experiencia aburrida y poco significativa, el proceso de aprendizaje puede carecer de dinamismo y energía, lo que puede afectar la motivación y el entusiasmo de los estudiantes. (Bermúdez, Sáenz, 2019).

La Educación Física

La educación física constituye una especialidad integral que se enfoca en el desarrollo y perfeccionamiento de los movimientos corporales, con el objetivo de promover la salud física y mental del individuo. Esta esfera académica engloba una variada serie de actividades, a partir de la terapia sumado a la educación extendido hasta la recreación y la competencia, fomentando la vinculación relacional, el placer y la camaradería en medio de los participantes. Por intermedio de la práctica del ámbito de desarrollo corporal, se pretende no únicamente optimizar la condición corporal, sino igualmente fomentar principios y destrezas que beneficien la vida personal y social de los individuos, se destaca que es una materia fundamental en la educación primaria y secundaria, respaldada por instituciones reguladoras que establecen currículos específicos para su implementación en el aula. Esta disciplina es liderada por profesionales capacitados en educación física,

con conocimientos sólidos en ciencias biológicas, salud y anatomía humana. (Contreras, 2004).

Competencias del Área de Educación Física

Las competencias dentro de la educación física denotan la facultad de los estudiantes para demostrar habilidades y conocimientos distintivos en diversas áreas de la actividad física, como la gimnasia, el deporte, la danza y la recreación. Estas competencias pueden incluir la capacidad para realizar movimientos y acciones físicas con precisión y control, la comprensión de los códigos y planes de variados ejercicios atléticos y juegos, y la idoneidad para trabajar en equipo y comunicarse efectivamente con los demás. Al desarrollar estas competencias, los estudiantes pueden mejorar su condición física, su confianza y su autoestima, y pueden también desarrollar habilidades importantes en la esfera vital, como la constancia, la persistencia y la coordinación grupal. Además, las competencias en educación física pueden ser un factor clave para fomentar la incitación y el entusiasmo de los sujetos en la actividad física y el deporte, dentro de la educación física abarcan un espectro amplio de habilidades y conocimientos que los estudiantes pueden desarrollar a través de la práctica y la experiencia. (Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía, 2010).

2.4 Formulación de las hipótesis

2.4.1 Hipótesis general

Las actividades lúdicas se relacionan con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

2.4.2 Hipótesis Específicas

La dimensión física se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

La dimensión cognitiva se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

La dimensión emocional se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

2.5 Operalización de variable

Variable	Concepto	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Las Actividades Lúdicas.	Sin las actividades lúdicas, el aprendizaje puede convertirse en una experiencia monótona y desmotivadora para los estudiantes. La ausencia de elementos lúdicos puede llevar a una falta de interés y participación, lo que puede afectar negativamente la retención de conocimientos y la comprensión de conceptos. Además, sin la oportunidad de explorar y experimentar de manera divertida, los estudiantes pueden perder la posibilidad de cultivar destrezas importantes como	- Dimensión Física. - Dimensión Cognitiva.	Demuestra destreza durante el desarrollo de las actividades lúdicas. Cumple con los movimientos propios de la actividad. Demuestra confianza durante las actividades lúdicas. Resuelve las dificultades establecidas por las mismas actividades. Establece estrategias al momento de realizar los juegos.	Observación

Competencias del área de educación física.	la creatividad, la decodificación de problemas y el pensamiento crítico. En última instancia, la falta de actividades lúdicas puede hacer que el aprendizaje sea una experiencia aburrida y poco significativa, el proceso de aprendizaje puede carecer de dinamismo y energía, lo que puede afectar la motivación y el entusiasmo de los estudiantes. (Bermúdez, Sáenz, 2019).		Trabaja de forma cooperativa con sus compañeros.	Observación
		- Dimensión Emocional.	Respeto las emociones de sus compañeros. Demuestra empatía durante el desarrollo de los juegos. Trabaja en equipo para cumplir con el objetivo del juego.	
	Las competencias dentro de la educación física denotan la facultad de los estudiantes para demostrar habilidades y conocimientos distintivos en diversas áreas de la actividad física, como la gimnasia, el deporte, la danza y la recreación. Estas competencias pueden incluir la capacidad para realizar movimientos y acciones físicas con precisión y control, la comprensión de los códigos y planes de variados ejercicios atléticos y juegos, y la idoneidad para trabajar en equipo y comunicarse efectivamente con los demás. Al desarrollar estas competencias, los estudiantes pueden mejorar su condición física, su confianza y su autoestima, y pueden también desarrollar habilidades importantes en la esfera vital, como la constancia, la	- Asume una vida Saludable.	Se lava las manos luego de terminar con las actividades lúdicas. Utiliza una toalla para secarse luego de lavarse las manos. Conoce la importancia de un aseo adecuado.	
		- Interactúa a través de sus Habilidades Socio Motrices	Trabaja de forma cooperativa con sus compañeros. Se relaciona de manera activa durante las actividades. Domina sus movimientos durante los juegos.	Observación

	persistencia y la coordinación grupal. Además, las competencias en educación física pueden ser un factor clave para fomentar la incitación y el entusiasmo de los sujetos en la actividad física y el deporte, dentro de la educación física abarcan un espectro amplio de habilidades y conocimientos que los estudiantes pueden desarrollar a través de la práctica y la experiencia. (Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía, 2010).	- Se desenvuelve de Manera autónoma a través de su motricidad	Demuestra autonomía en sus movimientos. Muestra confianza en sí mismo. Incentiva a sus compañeros a cumplir con las actividades.	
--	---	---	---	--

CAPÍTULO III:

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Diseño metodológico

Las investigaciones descriptivas correlacionales son fundamentales para entender la complejidad de los fenómenos estudiados, ya que permiten identificar patrones, relaciones y tendencias entre variables, proporcionando una visión detallada y objetiva de la realidad. Al describir y analizar estas relaciones, los investigadores pueden generar hipótesis, reconocer aspectos de progreso y adoptar determinaciones fundamentadas para abordar problemas y desafíos en diversas disciplinas.

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población

Una cohorte claramente establecida y caracterizada permite a los investigadores identificar las características y tendencias relevantes, asegurando que los hallazgos sean significativos y aplicables a la realidad estudiada, considerando a 180 niños del nivel primario.

3.2.2 Muestra

El segmento funciona como la porción representativa que es de tipo no probabilística donde el autor ha referido a criterios de selección considerando a los niños del 5 to grado de primaria con un total de 26 estudiantes.

3.3 Técnicas de recolección de Datos.

Se elaboraron guías de observación, como instrumentos para recolectar información.

3.4 Técnicas para el Procesamiento de Información

Se aplicó el SPSS en su última versión. (25.0).

Operacionalizacion de variables

Tabla 1

Variable X

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Dimensión física		4		
Dimensión cognitiva		4	Bajo	4 -6
Dimensión emocional		4	Moderado	7 -9
			Alto	10 -12
Actividades ludicas		12		12 -19
				20 -27
				28 -36

Tabla 2

Variable Y

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Asume una vida saludable		4		
Interactúa a través de sus Habilidades Socio Motrices		4	Bajo	4 -6
Se desenvuelve de manera Autónoma a través de su Motricidad		4	Moderado	7 -9
			Alto	10 -12
Competencias del área de Educación física		12		12 -19
				20 -27
				28 -36

Confiabilidad

La variable Actividades ludicas

Alfa de Cronb.	Items
0,912	12

La variable Competencias del area de Educación fisica

Alfa de Cronb.	Items
0,923	12

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

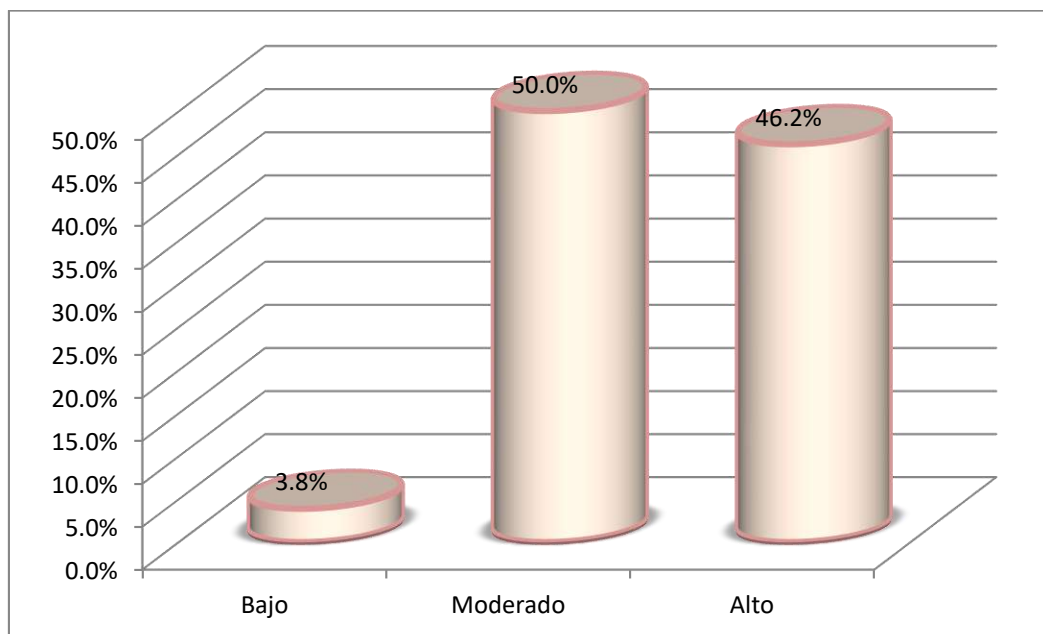
4.1. Análisis descriptivo por variables y dimensiones

Tabla 3

Actividades lúdicas

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	3.8%
Moderado	13	50.0%
Alto	12	46.2%
Total	26	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.



Fig

En la tabla y figura los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho evidencian un 50,0% de nivel moderado en la variable actividades lúdicas, el 46,2% muestran un nivel alto y un 3,8% exponen un nivel bajo.

Tabla 4

Dimensión física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	3	11.5%
Moderado	8	30.8%
Alto	15	57.7%
Total	26	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

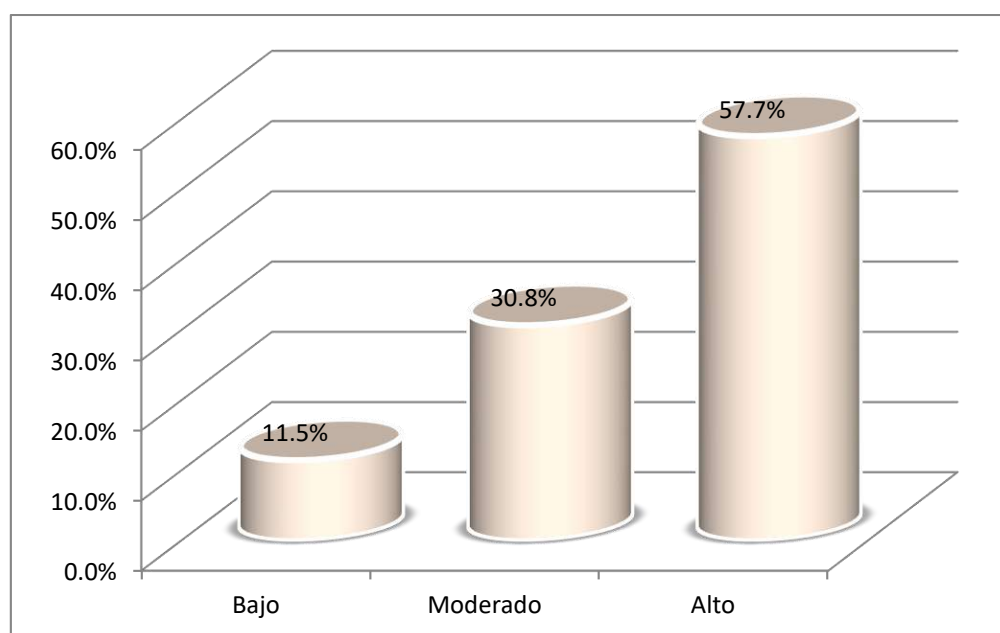


Fig. 2

En la tabla y figura los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho evidencian un 57,7% de nivel alto en la dimensión física dentro las actividades lúdicas, el 30,8% muestran un nivel moderado y un 11,5% exponen un nivel bajo.

Tabla 5

Dimensión cognitiva

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	3.8%
Moderado	15	57.7%
Alto	10	38.5%
Total	26	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

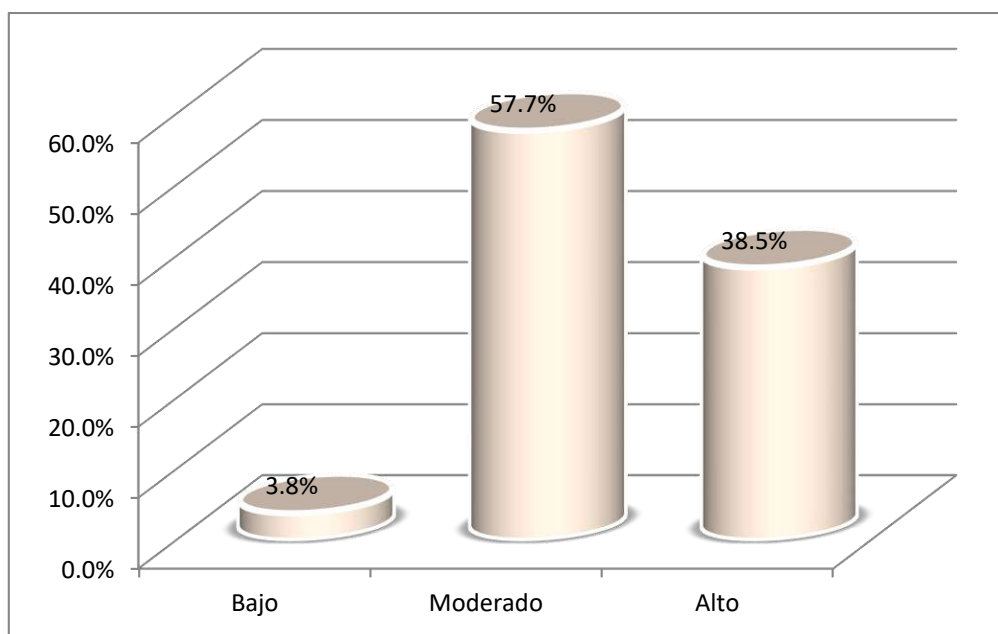


Fig. 3

En la tabla y figura los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho evidencian un 57,7% de nivel moderado en la dimensión cognitiva dentro las actividades lúdicas, el 38,5% muestran un nivel alto y un 3,8% exponen un nivel bajo.

Tabla 5

Dimensión emocional

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	15.4%
Moderado	12	46.2%
Alto	10	38.5%
Total	26	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

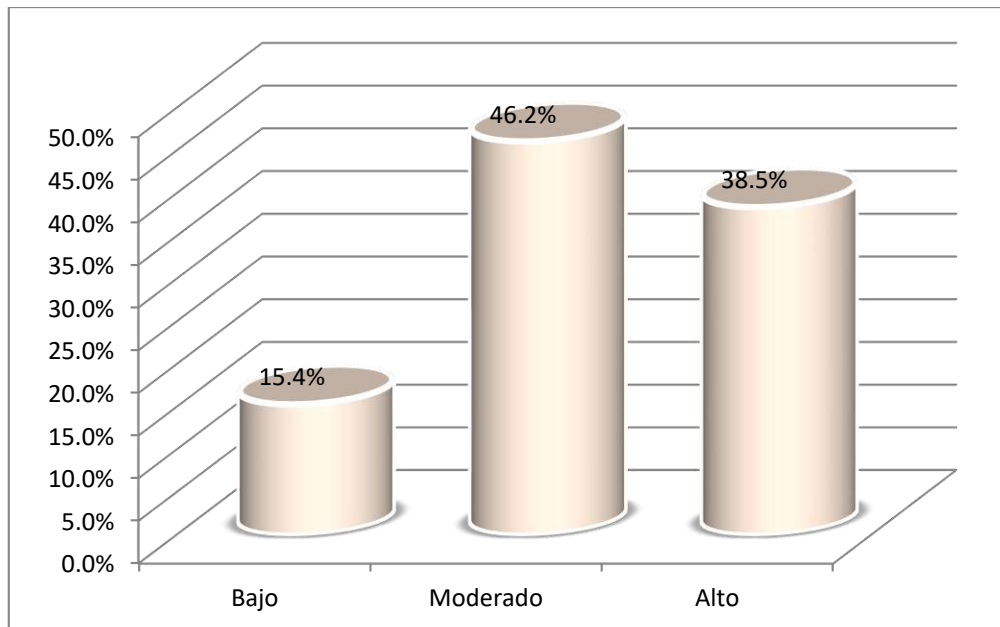


Fig. 4

En la tabla y figura los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho evidencian un 46,2% de nivel moderado en la dimensión emocional dentro las actividades lúdicas, el 38,5% muestran un nivel alto y un 15,4% exponen un nivel bajo.

Tabla 6

Competencias del área de Educación física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	3.8%
Moderado	13	50.0%
Alto	12	46.2%
Total	26	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

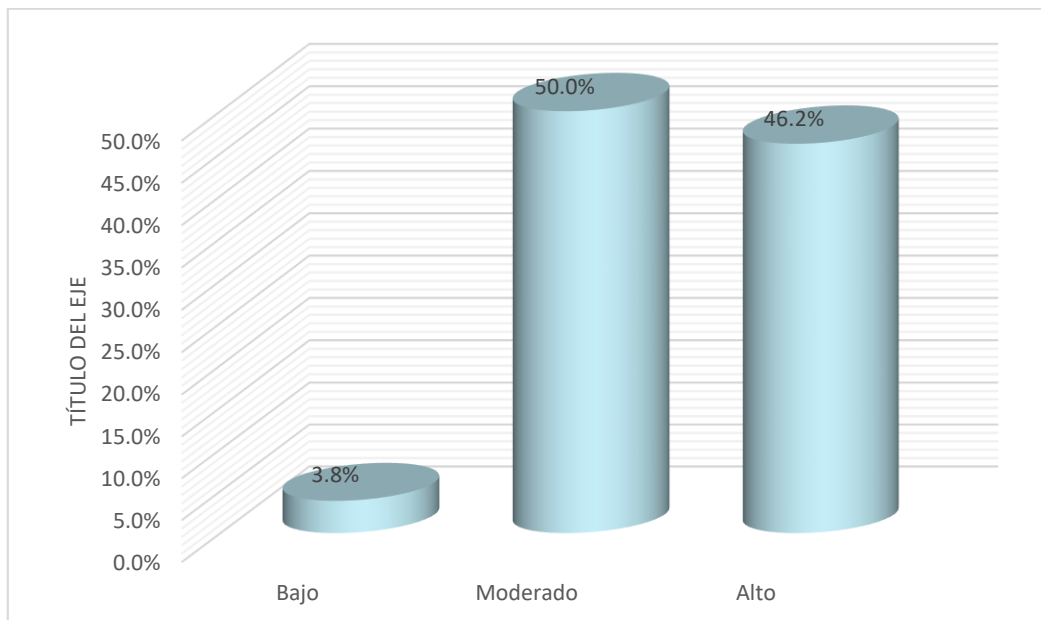


Fig. 4

En la tabla y figura los niños del nivel primario de la I.E. N° 20325 San José de Manzanares-Huacho evidencian un 50,0% de nivel moderado en la variable Competencias del área de Educación física, el 46,2% muestran un nivel alto y un 3,8% exponen un nivel bajo.

4.2. Contrastación de hipótesis

Hipótesis general

Ha: Las actividades lúdicas se relacionan con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

Tabla 9

Actividades lúdicas y competencias del área de educación física

Correlaciones			Actividades lúdicas	Competencias del área de Educación física
Rho de Spearman	Actividades lúdicas	Coef. Correlación	1	0.879
		Sig. (bilateral)	.	0.00
		N	26	26
	Competencias del área de Educación física	Coef. Correlación	0.879	1
		Sig. (bilateral)	0.00	.
		N	26	26

La tabla evidencia la correlación con un valor de 0,879 de intensidad buena entre las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

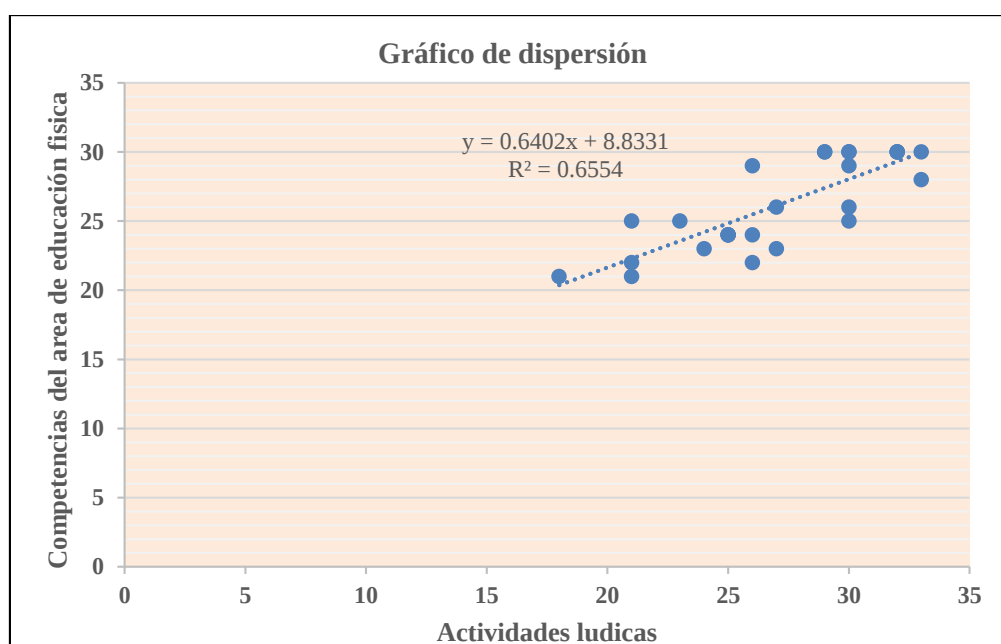


Figura 6.

Hipótesis específica 1

H1: La dimensión física se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

. **Tabla 10**

Dimensión física y competencias del área de educación física

Correlaciones			Dimensión física	Competencias del área de Educación física
Rho de Spearman	Dimensión física	Coef. Correlación	1	0.584
		Sig. (bilateral)	.	0.00
		N	26	26
	Competencias del área de Educación física	Coef. Correlación	0.584	1
		Sig. (bilateral)	0.00	.
		N	26	26

La tabla evidencia la correlación con un valor de 0,584 de intensidad moderada entre la dimensión física dentro de las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

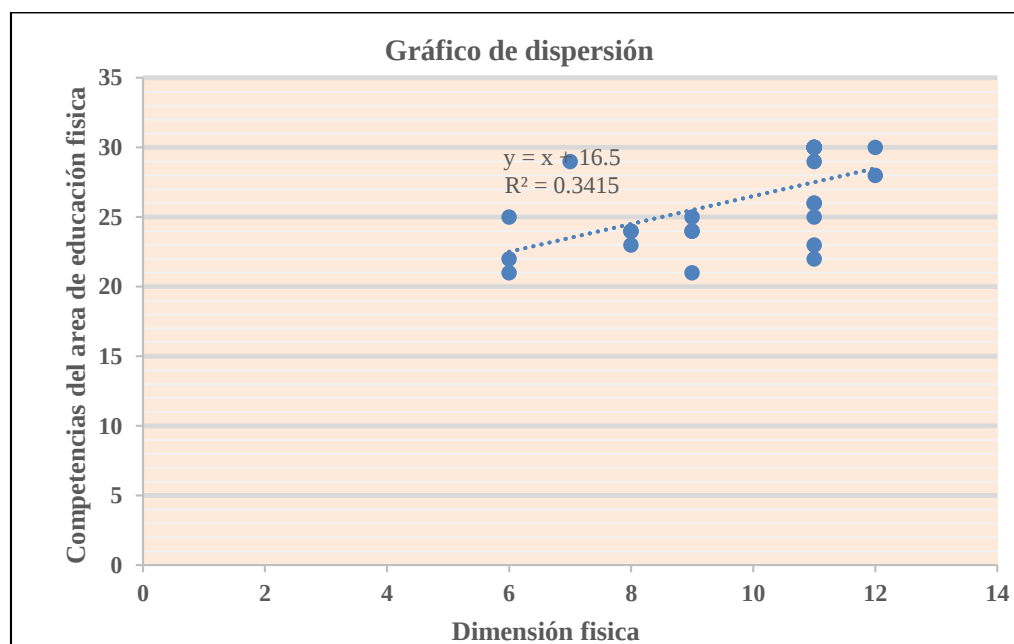


Figura 7.

Hipótesis específica 2

H2: La dimensión cognitiva se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

Tabla 11

Dimensión cognitiva y competencias del área de educación física

Correlaciones			Dimensión cognitiva	Competencias del área de Educación física
Rho de Spearman	Dimensión cognitiva	Coef. Correlación	1	0.556
		Sig. (bilateral)	.	0.00
		N	26	26
	Competencias del área de Educación física	Coef. Correlación	0.556	1
		Sig. (bilateral)	0.00	.
		N	26	26

La tabla evidencia la correlación con un valor de 0,556 de intensidad moderada entre la dimensión cognitiva dentro de las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

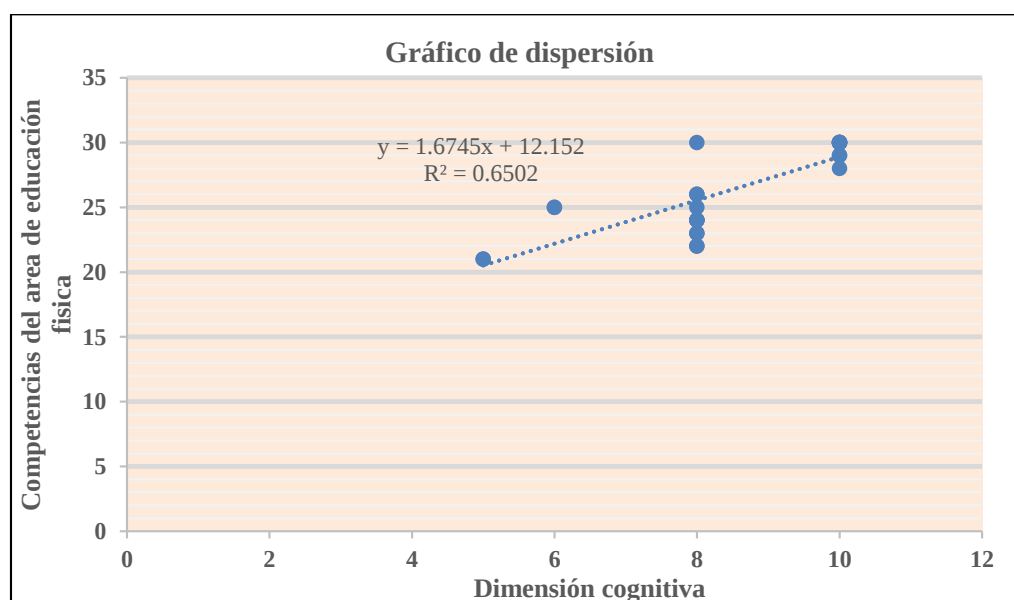


Figura 8

Hipótesis específica 3

H3: La dimensión emocional se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

Tabla 12

Dimensión emocional y competencias del área de educación física

Correlaciones			Dimensión emocional	Competencias del área de Educación física
Rho de Spearman	Dimensión emocional	Coef. Correlación	1	0.806
		Sig. (bilateral)	.	0.00
		N	26	26
	Competencias del área de Educación física	Coef. Correlación	0.806	1
		Sig. (bilateral)	0.00	.
		N	26	26

La tabla evidencia la correlación con un valor de 0,806 de intensidad muy buena entre la dimensión emocional dentro de las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

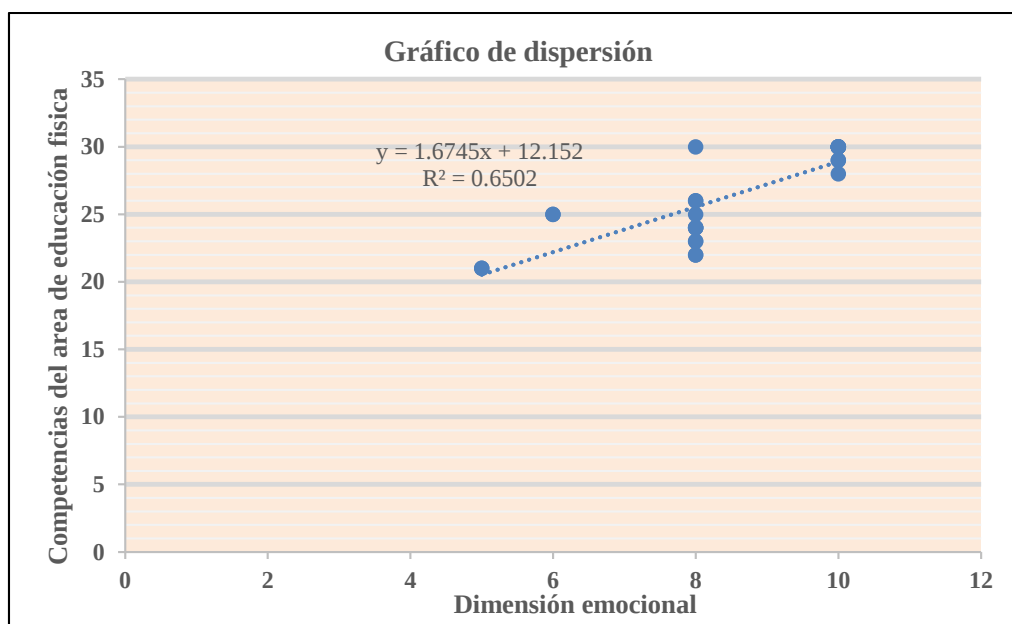


Figura 9

CAPITULO V

DISCUSION

5.1 Discusión

Rodríguez A, Tascón F (2020) Sin embargo, se destacó una preocupante falta de hábitos de estudio efectivos, lo que limitaba su capacidad para aprovechar sus habilidades intelectuales y alcanzar logros académicos destacados, reflejándose en calificaciones bajas y un progreso educativo limitado, en consecuencia, se confirmó que las actividades lúdicas tuvieron un impacto positivo en el aprendizaje, **Mier E (2021)** se ha comprobado que las estrategias metodológicas que integran juegos y actividades lúdicas son las más exitosas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física, al permitir a los estudiantes comprender y aplicar conocimientos de manera significativa, **Alonso N (2021)** se recomienda que los docentes y educadores consideren la lúdica como una herramienta valiosa para mejorar la calidad de la educación y promover el aprendizaje innovador, finalmente el estudio de las teorías y autores que han renovado la pedagogía a través de la lúdica nos ha permitido comprender la importancia de esta estrategia didáctica en la educación contemporánea, **Chuqui G (2022)** la lúdica puede ser un medio para fomentar la creatividad, la imaginación y la expresión emocional en los niños, lo que es esencial para su desarrollo integral, siendo en tal sentido se recomienda que los educadores y padres de familia incorporen actividades lúdicas, **Limpe A, Aramburu E (2022)** La tecnología digital puede ser una herramienta valiosa para promover la interacción, la participación y el aprendizaje activo en la educación física a distancia, siempre y cuando se utilice de manera efectiva y se combine con metodologías, **Palomino R (2021)** se sugiere que los educadores y diseñadores de programas de educación física trabajen juntos para desarrollar programas de alta calidad que promuevan el logro de competencias en los estudiantes.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

1. **Primera:** Existe relación de intensidad buena entre las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

2. **Segunda:** Existe relación de intensidad moderada entre la dimensión física dentro de las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

3. **Tercera:** Existe relación de intensidad moderada entre la dimensión cognitiva dentro de las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

4. **Cuarta:** Existe relación de intensidad muy buena entre la dimensión emocional dentro de las actividades lúdicas y las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.

6.2 Recomendaciones

Cada juego debe tener un propósito más allá de la simple diversión. Antes de iniciar la actividad, decide qué competencia quieres desarrollar y enfocarse en la coordinación motriz y la cooperación. Comunicar este objetivo de forma sencilla a los niños los ayuda a entender el "por qué" de la actividad, haciendo el aprendizaje más significativo.

Las reglas no deben ser rígidas; adáptalas para que todos los niños, independientemente de sus habilidades, puedan participar y sentirse exitosos, puedes permitir que los niños con menor velocidad tengan un "escudo" o un compañero que los ayude. Esto evita que los niños menos hábiles se sientan excluidos y promueve la participación activa de todo el grupo. La flexibilidad en las reglas es clave para crear un ambiente lúdico y equitativo.

Convierte la clase de educación física en un espacio interdisciplinario. Puedes integrar conceptos matemáticos pidiendo a los niños que cuenten sus pasos, sumen puntos o formen figuras geométricas con sus cuerpos. Para las ciencias, pueden simular movimientos de animales o recrear un ciclo natural. Esto no solo hace que la actividad sea más atractiva, sino que refuerza los aprendizajes de otras materias de forma dinámica y corporal.

Permite que los niños propongan sus propias reglas o variaciones a los juegos. Por ejemplo, al final de un juego, pregunta: "¿Qué cambiarían para que fuera más divertido o desafiante?" Este enfoque les da un sentido de propiedad sobre la actividad, mejorando su motivación y fomentando habilidades como el pensamiento crítico y la resolución de problemas.

CAPÍTULO VII:

FUENTES DE INFORMACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Fuentes Bibliográficas:

Antonio, G., Ruiz, F., Gutiérrez, F., Marqués, J., Román, R., & Sámper, M. (2010).

Los Juegos en la Educación Física de los 12 a los 14 años. Barcelona: INDE.

Chamorro, I. L. (2010). El Juego en la Educación infantil y primaria. Autodidacta, 1(3), 19-37

Baquiáx, J. (2014). Implementación de Actividades Lúdicas a través del baúl del juego. Quetzaltenango.

Betancourt, E., Guazaquillo, E., & Millan, L. (2016). La Lúdica: Herramienta para el fortalecimiento de valores. Universidad los Libertadores.

Caiza, Y. (2016). Actividades lúdicas en el desarrollo social de niños y niñas de primer año de educación general básica del jardín de infantes "Laura Barahona" de Quito. Quito: Universidad Central del Ecuador.

Echeverri, J., & Gómez, J. (2009). Lo Lúdico como Componente de lo Pedagógico, la cultura, el juego y la dimensión humana. Colombia.

García, A., & Llull, J. (2009). El Juego infantil y su Metodología. España: Editex

León, H. (2010). Actividades Lúdicas para Facilitar el uso de las operaciones básicas de las matemáticas. Distrito Federal, México: Universidad Pedagógica Nacional.

Nan, J. (2019). La lúdica en el Desarrollo social en niños de 4 a 5 años. Guía de Actividades Lúdicas. Guayaquil: Universidad de Guayaquil.

Posada, R. (2014). La lúdica como Estrategia didáctica. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.

Contreras, O. (2004). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Zaragoza: INDE.

Díaz, J. (2011). La Enseñanza y Aprendizaje de las Habilidades y Destrezas motrices básicas. Zaragoza: INDE Publicaciones.

Dirección de Educación Física y Deporte. (2019). Orientaciones para la planificación y evaluación curricular del área de Educación Física de primaria y secundaria. Lima: DEFD.

Flores, G. (2012). Diseño y Desarrollo curricular en la Educación Física. Chosica: UNE.

Fabre-Mestres, A. (2015). Pedagogía Waldorf: Trabajar la creatividad para fomentar la Educación Emocional en Educación Infantil (Bachelor's thesis).

Troya, Z. (2018). Actividades Lúdicas, para el Desarrollo de Habilidades Sociales, en estudiantes de 5 años de la Institución Educativa Inicial N° 17565 del Caserío San Pedro, Jaén 2018. Jaen: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo

Fuentes Hemerograficas

Rodríguez A, Tascón F (2020) “Actividades lúdicas en educación física: una propuesta para fomentar los hábitos de estudio”, Trabajo de grado presentado como requisito para optar por el título de Magister en Educación. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia-Colombia.

Mier E (2021) “El Juego como Estrategia metodológica en el Proceso Aprendizaje de la Educación física en niños y niñas de la Educación básica media de la unidad educativa “República del Ecuador” en Otavalo, año Lectivo 2020-2021”, Trabajo de titulación previo a la obtención del título de (Licenciatura en Educación Física). Universidad Técnica del Norte-Ecuador.

Alonso N (2021) “El Juego como Recurso Educativo: Teorías y Autores de Renovación pedagógica”, Trabajo fin de Grado en Educación Infantil. Universidad de Valladolid-España.

Chuqui G (2022) “Actividades Lúdicas en el Desarrollo social de los Estudiantes de la I.E.E. N° 20820 “Nuestra Señora de Fátima”- Huacho, durante el año escolar 2021”, para optar el título Profesional de Licenciada en Educación nivel Primaria Especialidad: Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Perú.

Limpe A, Aramburu E (2022) “Estrategias Didácticas para el logro de Competencias de Educación Física en la Educación a Distancia por el COVID 19 en una institución Educativa Adventista”, Tesis para obtener el del Título Profesional de Licenciado en Educación, Especialidad: Educación Física. Universidad Peruana Unión- Perú.

Palomino R (2021) “La Educación Física por competencias”, Para optar al Título Profesional de Licenciado en Educación Área Principal: Educación Física Área Secundaria: Deportes. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle-Perú.

Fuentes Electrónicas

Bergen, D. (Febrero de 2018). Desarrollo cognitivo por el aprendizaje basado en el juego. Obtenido de <https://www.encyclopediainfantes.com/sites/default/files/textes-experts/es/5033/desarrollo-cognitivo-porel-aprendizaje-basado-en-el-juego.pdf>

Bermúdez, C., & Sáenz, P. (2019). Emociones en Educación Física. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física, 597-603. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7260957.pdf>

Cortes, J. (2013). El Juego Aplicado Como Herramienta Didáctica En El Proceso De Fundamentación Del Pase En El Fútbol En Niños De 12 Años Del Club Deportivo Lanus-Colombia . Obtenido de

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/7634/CortesMorenoJoseFernando2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía. (11 de noviembre de 2010). Los Métodos de Enseñanza en Educación Física. Obtenido de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7619.pdf>

Garzón, D. y Pinto, J. (2017). Componentes Curriculares para el área de Educación Física a partir del deporte escolar para afectar las conductas agresivas de niños de cuarto grado (Tesis de pregrado). Universidad Libre de Colombia, Colombia. Recuperado de <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/11845/documento%20final%20completo.pdf?sequence=1&isAllowed>

ANEXOS

Guía de observación dirigida a los niños

Variable las Actividades Lúdicas

1- ¿Demuestra destreza durante el desarrollo de las actividades lúdicas?

SI

NO

2- ¿Cumple con los movimientos propios de la actividad?

SI

NO

3- ¿Demuestra confianza durante las actividades lúdicas

SI

NO

4- ¿Resuelve las dificultades establecidas por las mismas actividades?

SI

NO

5- ¿Establece estrategias al momento de realizar los juegos?

SI

NO

6- ¿Trabaja de forma cooperativa con sus compañeros?

SI

NO

7- ¿Respetar las emociones de sus compañeros?

SI

NO

8- ¿Demuestra empatía durante el desarrollo de los juegos?

SI

NO

9- ¿Trabaja en equipo para cumplir con el objetivo del juego?

SI

NO

Guía de observación dirigida a los niños

Variable las Competencias del Área de Educación Física

1- ¿Se lava las manos luego de terminar con las actividades lúdicas?

SI

NO

2- ¿Utiliza una toalla para secarse luego de lavarse las manos?

SI

NO

3- ¿Conoce la importancia de un aseo adecuado?

SI

NO

4- ¿Trabaja de forma cooperativa con sus compañeros?

SI

NO

5- ¿Se relaciona de manera activa durante las actividades?

SI

NO

6- ¿Domina sus movimientos durante los juegos?

SI

NO

7- ¿Demuestra autonomía en sus movimientos?

SI

NO

8- ¿Muestra confianza en sí mismo?

SI

NO

9- ¿Incentiva a sus compañeros a cumplir con las actividades?

SI

NO

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	MÉTODOS Y TÉCNICAS	POBLACIÓN Y MUESTRA
"LAS ACTIVIDADES LUDICAS Y SU RELACION CON LAS COMPETENCIAS DEL AREA DE EDUCACION FISICA EN LOS NIÑOS DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 20325 SAN JOSE DE MANZANARES - HUACHO"	PROBLEMA GENERAL ¿Cómo se relacionan las actividades lúdicas con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?	OBJETIVO GENERAL Determinar la relación de las actividades lúdicas con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.	HIPÓTESIS GENERAL Las actividades lúdicas se relacionan con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.	Las Actividades Lúdicas. -Dimensión Física. - Dimensión Cognitiva. - Dimensión Emocional.	INVESTIGACIÓN Descriptiva Correlacional DISEÑO No experimental	MÉTODO Científico TÉCNICAS Aplicación de encuestas a estudiantes Fichaje durante el estudio, análisis bibliográficos y documental INSTRUMENTOS: Formato de encuestas. Guía de Observación Cuadros estadísticos Libreta de notas	ALUMNOS Población: 180 estudiantes MUESTRA 26 del 5to grado de primaria
	PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿Cómo se relaciona la dimensión física con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?	OBJETIVOS ESPECÍFICOS Determinar la relación de la dimensión física con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.	HIPÓTESIS ESPECIFICAS La dimensión física se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.	Competencias del Área de Educación Física. -Asume una vida saludable. -Interactúa a través de sus Habilidades Socio Motrices. -Se desenvuelve de manera Autónoma a través de su Motricidad.			
	¿Cómo se relaciona la dimensión cognitiva con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?	Determinar la relación de la dimensión cognitiva con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.	La dimensión cognitiva se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.				
	¿Cómo se relaciona la dimensión emocional con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho?	Determinar la relación de la dimensión emocional con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.	La dimensión emocional se relaciona con las competencias del área de educación física en los niños del nivel primario de la institución educativa N° 20325 San José de Manzanares-Huacho.				