



Artículo original

Actividades lúdicas deportivas para mejorar el uso del tiempo libre en adolescentes del colegio Modesto Carbo Noboa

Sport and Ludic Activities to Make Better Use of Leisure by Adolescents from the Modesto Carbo Noboa School

Atividades esportivas recreativas para melhorar o uso do tempo livre em adolescentes da escola Modesto Carbo Noboa

William Cicerón Palacios Sarmiento¹  <https://orcid.org/0000-0002-7972-6853>

Yury Douglas Barrios Palacios^{2*}  <https://orcid.org/0000-0001-6759-8076>

¹Universidad de Guayaquil. Guayaquil, Ecuador

*Autor para la correspondencia: william47cps@hotmail.com

Recibido: 30/04/2022.

Aceptado: 20/05/2022

DOI: <https://doi.org/10.34982/2223.1773.2022.V7.No3.006>

Este documento posee una licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial

Compartir igual 4.0 Internacional



RESUMEN

Introducción: La presente investigación se ocupa de una problemática actual relacionada con el uso del tiempo libre de adolescentes, a partir de constatarse falta de orientación hacia la práctica de actividades lúdicas y deportivas en adolescentes de 15-17 años del colegio Modesto Carbo Noboa.

Objetivo: elaborar un conjunto de actividades lúdicas deportivas que favorezca el uso del tiempo libre en adolescentes del colegio Modesto Carbo Noboa de Guayaquil.

Materiales y métodos: se diseñó un conjunto de actividades las que fueron corroboradas a través del método criterio de expertos con la utilización de la técnica Delphi.

Resultados: en los tres indicadores valorados por los expertos existe una alta





concordancia en valorarlos como bastante adecuados, al tener resultados de (-0.20; -0.74 y -0.22), lo que los ubica entre los puntos de cohorte de 0.18 y -1.02.

Conclusiones: lo que hace pertinente la propuesta y factible su aplicación práctica, y la propuesta de actividades lúdicas deportivas favorece el desarrollo de la dimensión ambiental en el proceso de la actividad física-deportiva-recreativa.

Palabras clave: actividad lúdica deportiva, tiempo libre, adolescentes

ABSTRACT

Introduction: This paper deals with the issue of free time utilization by teenagers, arising from the lack of guidance into ludic and sport practice by 15-17-year-old adolescents at the Modesto Carbo Noboa School.

Aim: To design a set of sport and ludic activities that foster better use of leisure by the adolescents at the Modesto Carbo Noboa School in Guayaquil.

Materials and methods: The Delphi technique was used to design and evaluate a set of activities through the expert opinion method (adequate).

Results: A high consensus was found on the pertinence of the three indicators, with favorable assessments (-0.20, -0.74, -0.22), between the 0.18 and -1.02 cohorts.

Conclusions: The pertinence of the proposal and its practical application, and the proposal of sport and ludic activities, favored the development of the environmental dimension associated with the physical-sport-recreational activity.

Keywords: sport-ludic activity, free time, adolescents

RESUMO

Introdução: Esta pesquisa trata de um problema atual relacionado ao uso do tempo livre por adolescentes, baseado na falta de orientação para a prática de atividades recreativas e esportivas em adolescentes de 15 a 17 anos da escola Modesto Carbo Noboa.

Objetivo: desenvolver um conjunto de atividades esportivas recreativas que favoreçam o uso do tempo livre em adolescentes da escola Modesto Carbo Noboa em Guayaquil.

Materiais e métodos: foi elaborado um conjunto de atividades, as quais foram corroboradas pelo método dos critérios de especialistas com o uso da técnica Delphi.

Resultados: nos três indicadores avaliados pelos especialistas há uma alta concordância em valorizá-los como bastante adequados, tendo resultados de (-0,20; -0,74 e -0,22), o que os coloca entre os pontos da coorte de 0,18 e -1,02.





Conclusões: o que torna a proposta pertinente e viável sua aplicação prática, e a proposta de atividades esportivas recreativas favorece o desenvolvimento da dimensão ambiental no processo de atividade físico-esportiva-recreativa.

Palavras-chave: atividade esportiva recreativa, tempo livre, adolescentes

INTRODUCCIÓN

En las actividades lúdicas deportivas se desarrollan las sensaciones motrices del equilibrio, las sensaciones ópticas y las sensaciones táctiles. Las actividades lúdicas deportivas desarrollan las percepciones, las representaciones, el pensamiento, la memoria, los intereses, los sentimientos y las convicciones; las cuales deben tener un tratamiento debidamente organizado e individualizado, en el trabajo con las embarazadas. Del mismo modo; se puede apreciar que con las lúdicas deportivas se desarrollan las representaciones ópticas, acústicas y quinesísticas, que propician el desarrollo de la memoria motriz.

Por otra parte, Según Báez y Leyva (2022, p. 454) "el desarrollo de las habilidades motrices está estrechamente unido al pensamiento". La formación de estas habilidades y las acciones de los componentes de cada objetivo y tarea sólo son posibles por la repetición sistemática de cada uno de los movimientos dados por el ejercicio físico. El más simple de cada uno de estos movimientos transcurre a través de la unión del pensamiento y las sensaciones de la forma de ese movimiento, es decir, entre las representaciones y las sensaciones propioceptivas.

La actividad lúdica posee una naturaleza y unas funciones lo suficientemente complejas, como para que en la actualidad no sea posible una única explicación teórica sobre la misma. Bien porque se aborda desde diferentes marcos teóricos, bien porque los autores se centran en distintos aspectos de su realidad, lo cierto es que a través de la historia aparecen muy diversas explicaciones sobre la naturaleza del juego y el papel que ha desempeñado y puede seguir desempeñando en la vida humana. Lúdica proviene del latín ludus; dicese de lo perteneciente o relativo al juego. El juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego, la lúdica se proyecta como una dimensión del desarrollo del ser humano.

El juego, como método de enseñanza, es muy antiguo, ya que en la Comunidad Primitiva era utilizado de manera empírica en el desarrollo de habilidades en los niños y jóvenes que aprendían de los mayores la forma de cazar, pescar, cultivar, y otras actividades que se transmitían de generación en generación. Por otra parte, según Almeida, A., & Cerezo, J. (2020), el juego está vinculado a la existencia humana, por tanto, que, desde distintos ámbitos de conocimiento, especialmente desde la historia, la antropología y la sociología, se hayan interesado en las distintas manifestaciones físicas del ser humano, y especialmente en el juego.





Según Vigotsky (1989), el juego no es la actividad predominante de la infancia, puesto que el niño dedica más tiempo a resolver situaciones reales que ficticias. No obstante, la actividad lúdica constituye el motor del desarrollo en la medida en que crea continuamente zonas de desarrollo próximo y plantea además que en esta interacción el lenguaje es el principal instrumento de transmisión de cultural y de educación, pero evidentemente existen otros medios que facilitan la interacción niño-adulto.

Pero no sólo es importante el papel del juego porque desarrolla la capacidad intelectual, sino también porque potencia otros valores humanos como son la afectividad, sociabilidad, motricidad, entre otros. El conocimiento no puede adquirirse realmente si no es a partir de una vivencia global en la que se comprometa toda la personalidad del que aprende. Sobre esta concepción destacan los trabajos de (Bermejo, R. & Blázquez, T., 2016; Castro, L., Robles, K. 2018; Lucas, R., Berges, J., Villalva, G., Martin, F. 2019 & Payà, A., 2020).

Está vinculado a la creatividad, a la solución de problemas, al desarrollo del lenguaje o de papeles sociales; es decir, con numerosos fenómenos cognoscitivos y sociales. Tiene, entre otras, una clara función educativa, en cuanto que ayuda a desarrollar capacidades motoras, mentales, sociales, afectivas y emocionales; además de estimular interés y espíritu de observación y exploración para conocer lo que le rodea.

La práctica de actividades lúdicas y deportivas en el tiempo libre constituye una problemática tratado sistemáticamente por investigadores en el área de la educación física y el deporte, Hernández Aguilar, B., Chávez Cevallos, E., de la Concepción Torres Marín, J., Torres Ramírez, A., & Fleitas Díaz, I. M. (2017).; Casquete, M. (2021), lo abordan en contextos tanto comunitarios como en centros educativos, el cual va dirigido no solo para evaluar los efectos psíquicos que posee una propuesta determinada, si no para delimitar los alcances y falencias que posea dicha propuesta en sí, pudiendo corregir los problemas detectados, y potenciar las variables positivas implícitas.

Si de desarrollo cognitivo se trata, se ha comprobado en diversos estudios actuales realizados sobre la actividad lúdica que el juego es una de las bases del desarrollo cognitivo de los adolescentes, ya que estos construyen el conocimiento por sí mismo mediante la propia experiencia, experiencia que esencialmente es actividad, y esta fundamentalmente juego en las edades más tempranas.

Como herramienta trascendente de aprendizaje de y para la vida resulta un importante instrumento de educación, y para obtener un máximo rendimiento de su potencial educativo, será necesaria una intervención didáctica consciente y reflexiva, que debe ir encaminada a:





Permitir el crecimiento y desarrollo global mientras viven situaciones de placer y diversión. Constituir una vía de aprendizaje del comportamiento cooperativo, propiciando situaciones de responsabilidad personal, solidaridad y respeto hacia los demás.

- Propiciar situaciones que supongan un reto, pero un reto superable.
- Evitar que en actividades lúdicas deportivas siempre destaquen, por su habilidad, las mismas personas, diversificando los juegos y dando más importancia al proceso que al resultado final.
- Proporcionar experiencias que amplíen y profundicen lo que ya conocen y lo que ya pueden hacer.
- Propiciar oportunidades para jugar en parejas, en pequeños grupos, con adultos o individualmente.
- Compañeros de juego, espacios o áreas lúdicas, materiales de juego, tiempo para jugar y un juego que sea valorado por quienes tienen en su entorno.

Las actividades lúdicas deportivas que sirve de medio para desarrollar capacidades mediante una participación activa y afectiva de los estudiantes, por lo que en este sentido el aprendizaje creativo se transforma en una experiencia feliz. Los juegos didácticos deben corresponderse con los objetivos, contenidos, y métodos de enseñanza y adecuarse a las indicaciones, acerca de la evaluación y la organización escolar.

Características de los juegos didácticos según Valverde, R. J. (2016):

- Despiertan el interés hacia las asignaturas.
- Provocan la necesidad de adoptar decisiones.
- Crean en los estudiantes las habilidades del trabajo interrelacionado de colaboración mutua en el cumplimiento conjunto de tareas.
- Exigen la aplicación de los conocimientos adquiridos en las diferentes temáticas o asignaturas relacionadas con éste.
- Se utilizan para fortalecer y comprobar los conocimientos adquiridos en clases demostrativas y para el desarrollo de habilidades.
- Constituyen actividades pedagógicas dinámicas, con limitación en el tiempo y conjugación de variantes.
- Aceleran la adaptación de los estudiantes a los procesos sociales dinámicos de su vida.
- Rompen con los esquemas del aula, del papel autoritario e informador del profesor, ya que se liberan las potencialidades creativas de los estudiantes.

Los preceptos valorados anteriormente permiten a los investigadores determinar como objetivo: elaborar un conjunto de actividades lúdicas deportivas que favorezca el uso del tiempo libre en adolescentes del colegio Modesto Carbo Noboa





de Guayaquil.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación es de tipo descriptivo y se aplicó una encuesta sobre la utilización del tiempo libre en los adolescentes de 15-17 años del colegio Modesto Carbo Noboa de Guayaquil. Como población se establece los 165 estudiantes de la edad abordada y como muestra se seleccionaron 18 estudiantes utilizando un tipo de selección de muestra no probabilística por criterios de intencionalidad del investigador. Los criterios de intencionalidad fueron:

- Estudiantes dispuestos a participar en la investigación.
- Estudiantes de la sesión mañana de clases.
- Estudiantes con bajo rendimiento académico en la asignatura de educación física.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados de la encuesta aplicada a los adolescentes se refieren en la tabla que aparece a continuación:

Tabla 1. - Resultados de la encuesta a adolescentes de 15-17 años

Dimensión	Indicadores	Valoración
Ocupación durante el tiempo libre.	Jugar en casa.	2 (11,1%)
	Practicar actividades físicas y recreativas.	2 (11,1%)
	Estudiar.	3 (16,6%)
	Reunirme con amigos.	1 (5,6%)
	Trabajo.	2 (11,1%)
	Ver TV.	8 (44,4%)
	Otra actividad.	0 (0%)
Preferencia de actividades físicas y recreativas durante el tiempo libre.	Fútbol.	8 (44,4%)
	Baloncesto.	6 (33,3%)
	Juegos recreativos y motrices.	4 (22,2%)
Sistematicidad con que practica las actividades físicas y recreativas durante el tiempo libre.	Muy sistemático.	1 (5,6%)
	Sistemático.	1 (5,6%)
	Poco sistemático.	4 (22,2%)
	No las practica.	12 (66,6%)
Nivel de motivación que tiene para formar parte del proyecto y comenzar la práctica de actividades física y recreativas durante el tiempo libre.	Muy motivado (a)	12 (66,6%)
	Motivado (a)	4 (22,2%)
	Poco motivado (a)	1 (5,6%)
	No motivado (a)	1 (5,6%)

Elaborado por: Palacios (2022)





Los resultados generales de la encuesta muestran que más del 50 % de los sujetos estudiados no muestran alta motivación hacia la práctica de actividades físicas durante el tiempo libre y la ejecución de otras actividades que no favorecen el desarrollo integral de los futuros jóvenes, por lo que amerita diseñar un conjunto de actividades físico deportivas para conducir la solución de la problemática estudiada.

Reflexionar y profundizar en las características de los estudiantes con el cual se ha propuesto trabajar las actividades es tarea de primer orden antes de la elaboración y puesta en práctica del mismo, según especialistas del Instituto Central de Ciencias Pedagógicas, los adolescentes comprendidos entre 15-17 años se clasifican entre la adolescencia tardía y la juventud o edad juvenil por cuanto los estudiantes del colegio Modesto Carbo Noboa se inician en esta enseñanza siendo aún adolescentes, y la terminan cuando comienzan a ser jóvenes.

Para Santiesteban (2021, p. 43) "(...) la adolescencia es un período de elaboración y reestructuración en diferentes aspectos y esferas de la personalidad. Las contradicciones entre los rasgos personales de la niñez y los que se avecinan en la adolescencia se ponen de manifiesto y en esta segunda etapa ya se evidencian particularidades, intereses y relaciones diferentes a la etapa anterior. Es un momento de autoafirmación de la personalidad".

El adolescente, aunque vive en el presente, ya comienza a soñar con el futuro, dedica la mayor parte del tiempo a la actividad escolar y el estudio, pero siente necesidad de relacionarse con sus coetáneos. Aprecia cómo se producen en el cuerpo una serie de transformaciones anatómo fisiológicas, arriba a nuevas cualidades de los procesos cognoscitivos, a una mayor definición y estabilidad de los componentes de su esfera moral, y a un nivel superior en el desarrollo de la autoconciencia, formación psicológica central en este grupo etario.

La posición del profesor de educación física no es de frenar o prohibir, sino de facilitar la realización y creación de actividades por los estudiantes, que contribuyan a la colectivización y socialización. Naturalmente en otros grupos el adolescente encuentra acercamiento e influencia positiva y este es el grupo familiar y el grupo de profesores y en cada uno es necesario analizar las actividades que realizan los adolescentes, las exigencias que se le plantean y el tipo de relación que caracteriza su vida, ya a esta edad se tienen opiniones sobre las exigencias de los adultos, a veces no se aceptan estas exigencias y se critican a los adultos, por tanto se deben atender, respetar y escuchar sus criterios, analizar su nueva posición social y actuar de acuerdo con ella.





A continuación, se presenta la propuesta de actividades lúdicas deportivas para el mejoramiento del tiempo libre en adolescentes del colegio Modesto Carbo Noboa de Guayaquil la cual parte de concebir como estructura:

1. La determinación del objetivo general
2. Determinación de los objetivos específicos
3. La planificación de las actividades lúdicas y deportivas
4. Establecer el cronograma de aplicación de las actividades lúdicas y deportivas.

A continuación, se detallan las mismas:

1. Determinación del objetivo general: Incorporar a la práctica de actividades lúdicas y deportivas a los adolescentes del colegio Modesto Carbó Noboa de Guayaquil.

Determinación de los objetivos específicos:

2. Identificar las motivaciones hacia la práctica de actividades lúdicas de los adolescentes de 15-17 años.
3. Divulgar y sensibilizar a los adolescentes sobre los contenidos y oferta de las actividades lúdicas y deportivas.
4. Planificar actividades lúdicas y deportivas para los adolescentes de 15-17 años durante el tiempo libre.
5. Establecer un cronograma de actividades a realizar por semanas.

1. Planificación de las actividades lúdicas y deportivas: Las actividades que se proponen se detallan a continuación:

Actividad # 1. Palo encebado

Objetivo: desarrollar la perseverancia y el afán de triunfo. Valorar el alcance de los problemas ambientales actuales.

Desarrollo: este juego se ejecuta en áreas abiertas donde pueden estar muchas personas como ejecutoras o espectadores. Se propone desarrollar en un claro del bosque, producto a la tala indiscriminada de árboles. Antes de iniciar el juego se realizará un debate acerca de las funciones de los árboles en el medio ambiente y su importancia en la purificación del aire. Se valorará además las consecuencias que trae para el medio ambiente, la tala indiscriminada de árboles.

Al concluir la actividad se plantan los árboles recolectados.

Se colocará un palo en el centro del área encebado con miel de purga o cebo, debe tener de ocho a diez metros aproximadamente, se desarrollará de forma organizada registrando cada competidor, gana el que pueda llegar a la punta del palo.





Organización: se llamará uno a uno, cada competidor. Si nadie logra alcanzar al objetivo, se efectuará una segunda ronda y se unirán tres adolescentes hasta el objetivo, los jueces determinarán los ganadores en uno y otro sexo.

Reglamentación: no se permite usar guantes, ni cubrirse de polvo.

No se permite ayuda en la primera ronda. Variantes:

En el caso de que nadie logre subir, se permitirá el ascenso con ropas largas y guantes.

Actividad #2. Boxeo ciego

Objetivo: desarrollar la perseverancia y el afán de triunfo. Fomentar en los adolescentes la necesidad de proteger y preservar las aguas.

Desarrollo: visita a la potabilizadora materiales: pañoletas, cuerdas y guantes.

Organización: En un área libre de la potabilizadora, a la sombra con un ambiente agradable. El juego se desarrollará todos contra todos, al culminar la primera ronda se enfrentarán los ganadores, hasta que quede el campeón. Habrá un árbitro en cada pelea.

Reglamento: se permite golpear solo con los guantes. El que permita marcar a su adversario tres puntos está eliminado. Los puntos se otorgarán por golpear la cara y el abdomen del contrario.

Actividad #3 Arrancarle la cabeza al pato

Objetivo: desarrollar el trabajo en equipo. Fomentar en los adolescentes la necesidad de proteger y preservar la fauna.

Desarrollo: Visita a la granja avícola. Materiales: bicicleta, cuerda, pato y palo.

Organización: en un área libre, donde se pueda circular en bicicleta, en la granja avícola. Los quipos deben ser de cinco participantes. Atacarán la cabeza del pato un integrante de cada equipo y así sucesivamente. Si pasa la primera ronda y no se alcanza la meta, continuarán las rondas hasta que se desprenda la cabeza del pato. El que lo logre, su equipo es el ganador. Para comenzar el juego se hará un sorteo, el equipo que gane el sorteo comenzará el evento.

Reglamento: el ciclista debe hacer que su bicicleta pase por donde está el pato a la velocidad estimada por el jurado.

Las bicicletas deben ser del mismo tamaño.

Una vez se determine el ganador, se realizará un recorrido por granja avícola. Se valorará la importancia de la fauna para el medio ambiente y para el progreso humano.

Actividad #4. Práctica de fútbol.

Objetivo: proporcionar a través de la participación sistemática y activa en actividades deportivas el desarrollo de capacidades físicas y habilidades deportivas contribuyendo a la formación de una cultura deportiva.





Desarrollo: es un juego deportivo que consiste en dos equipos que se disputan un balón, el cual debe ser pateado por todos sus jugadores, buscando meterlo en una arquera contraria.

Organización: columnas, filas, círculos, bloques, grupos, entre otras formas organizativas.

Reglamento: cumplir con las reglas del fútbol.

Actividad # 5. Práctica de baloncesto.

Objetivo: fomentar la práctica del baloncesto a fin de contribuir al conocimiento de alternativas deportivas para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades.

Desarrollo: actividades comunes que se practican, es importante también inducir a estos deportes como alternativas que pueden ser beneficiosas para el desarrollo físico de los participantes.

Organización: columnas, filas, círculos, bloques, grupos, entre otras formas organizativas.

Formas o variantes de realización: concurso de lanzamiento a la canasta, juegos solo mitad de cancha.

Reglamentación: reglas del baloncesto

La evaluación de la estructura de las actividades lúdicas y deportivas se realizó aplicando el método Delphi según la concepción que permite someter a nivel de concordancia la propuesta después de la selección del coeficiente de competencias de los expertos. El mismo contó de dos rondas de aplicación, lo que contribuyó a su perfeccionamiento posterior.

La selección de los expertos se realizó a partir de determinar su coeficiente de competencia (K), el cual es un producto de la suma del Coeficiente de conocimientos (Kc) que representa una medida del nivel de conocimientos que posee el postulante a ser experto y el Coeficiente de argumentación (Ka) que expresa una medida de las fuentes de argumentación; quedando para su cálculo: $k = \frac{1}{2} (k_c + k_a)$.

La aplicación de la metodología anterior se aplicó a 43 posibles expertos, para valorar el coeficiente de competencia (k) de los mismos sobre la temática de las actividades físicas recreativas en niños y adolescentes. La escala de valoración de los resultados fue: Si $0.8 < K \leq 1.0$ competencia alta. Si $0.5 < K \leq 0.8$ competencia media. Si $K \leq 0.5$ competencia baja. Para la selección se consideraron principalmente los criterios siguientes:

1. La experiencia de trabajo de actividades lúdicas y deportivas en instituciones escolares.
2. La experiencia en proyectos o investigaciones en la educación física.
3. Participación y organización de actividades físicas y deportivas en centros





educacionales con estudiantes de edad similar a los implicados en la investigación.

Como resultados se seleccionaron 21 expertos cuyo Coeficiente de competencia K era igual o superior a 0.8, ósea competencia alta, a los que se le sometió a consideración en una primera ronda sobre las etapas, fases y acciones del programa físico recreativo, sus criterios iniciales permitieron realizar ajustes necesarios para una mejor propuesta.

Los 21 expertos seleccionados evaluaron los principales aspectos que integran el programa con la siguiente escala: C5 (Muy adecuado), C4 (Bastante adecuado), C3 (medianamente adecuado), C2 (Poco adecuado) y C1 (Inadecuado) (Tabla 2).

La consulta realizada ofreció los siguientes resultados:

Tabla 2. - Valoración de los expertos sobre la estructura de la propuesta de actividades lúdicas y deportivas

Puntos de corte:								
No	Características	C1	C2	C3	C4	Suma	P	N-P
1	Objetivo general	-0.88	0.30	1.07	1.67	-0.57	-0.29	
2	Objetivos específicos	-1.31	-0.18	0.88	0.88	-1.49	-0.74	
3	Actividades lúdicas y deportivas	-0.88	0.43	1.31	1.67	-0.45	-0.22	
Suma		-3.06	0.55	3.25	4.21	-2.51		
P.de corte		-1.02	0.18	1.08	1.40			-0.29

Los resultados demuestran que en los tres indicadores valorados por los expertos existe una alta concordancia en valorarlos como Bastante adecuados, ya que los resultados de (-0.20; -0.74 y -0.22) los ubica entre los puntos de cohorte de 0.18 y -1.02, demostrando la pertinencia de las actividades lúdicas y deportivas para su ulterior aplicación práctica.

El presente trabajo apertura con sujetos que concluyen la etapa de la adolescencia y se proponen actividades lúdicas y deportivas propias de las motivaciones para la edad, se recomienda dar seguimiento a los efectos positivos o no que a futuro tendrá la aplicación de las actividades que se sometieron a criterio de los expertos, además de incrementar los estímulos físico-recreativos, y su aplicación a otros grupos etarios dentro de la institución utilizada como unidad de análisis.





CONCLUSIONES

La actividad lúdica deportiva en su contribución a la formación integral de los adolescentes, lleva implícitas evidentes potencialidades para despertar sentimientos de justicia social, equidad y solidaridad sincrónica y diacrónica, orientados a la sostenibilidad y la calidad de vida.

La propuesta de actividades lúdicas deportivas favorece el desarrollo de la dimensión ambiental en el proceso de la actividad física-deportiva-recreativa, como contribución a la formación ambiental del adolescente.

La aplicación de la técnica Delphi pudo corroborar la pertinencia teórica de las actividades lúdicas y deportivas y su factibilidad de aplicación práctica, al obtener en sus puntos de cohorte los valores de (-0.20; -0.74 y -0.22), por lo que existe una alta concordancia entre los 21 expertos para valorar los objetivos generales, específicos y las actividades lúdicas como Bastante adecuados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, A., & Cerezo, J. (2020). "Presentación. Los Juegos Tradicionales: Una Aproximación Desde La Historia de La Educación." *Historia de La Educación* 38(0):27. https://redib.org/Record/oai_articulo3188968-las-actividades-l%C3%BAdicas-para-el-aprendizaje
- Báez, A. y Leyva, D. (2022). Acciones de preparación metodológica para estimular el desarrollo de la marcha independiente. *En* Ciencia y tecnociencia. Aproximaciones sucesivas desde diferentes disciplinas y perspectivas. Editorial Tecnocientífica Americana. Texas. EEUU.
- Bermejo, R. & T. Blázquez (2016). "E I Infantil Juego y Su Metodología." 59. <https://www.sintesis.com/data/indices/9788490773345.pdf>
- Castro, L., Robles, K. (2018). "Juegos tradicionales como estrategia para restablecer vínculos afectivos entre los infantes del grado de transición del liceo La alegría de aprender." 3(2):54-67. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/7302>
- Hernández Aguillar, B., Chávez Cevallos, E., de la Concepción Torres Marín, J., Torres Ramírez, A., & Fleitas Díaz, I. M. (2017). Evaluación de un programa de actividad físico-recreativa para el bienestar físico-mental del adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(4), 1-16.
- Lucas, R., Berges, J., Villalva, G., Martin, F. (2019). "Juegos Tradicionales En Las Comarcas de Jiloca y Campo de Daroca." Pp. 1-224 in *Psikologi Perkembangan*. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2615/html>





- Payà, A. (2020). "El Juego Popular y Tradicional En La Historia de La Educación Española Contemporánea." *Historia de La Educación* 38(0):39.
- Santiesteban, E. (2021). *Teach Reading*. Editorial Tecnocientífica Americana. Texas. EEUU. <https://etecam.com/wp-content/uploads/2021/03/Teach-Reading.pdf>
- Valverde, R. J. (2016). Elaboración y aplicación de una Guía Metodológica de Juegos Activos. Riobamba. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/3135>
- Vigotsky, S. L. (1989). El proceso de formación de la psicología marxista. Editorial Progreso, Moscú. <https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139994065.pdf>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

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

