

**Manual of recreational physical activities for the prevention of negative behaviors in first-year high school students, technical specialty in hospitality and tourism, daytime section of the Muey educational unit, La Libertad canton, province of Santa Elena, year 2023**

**Manual de actividades físicas recreativas para la prevención de conductas negativas en los estudiantes de primero de bachillerato especialidad técnico en hotelería y turismo sección diurna de la unidad educativa Muey, cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, año 2023**

**Autores:**

Sotomayor-Reyes, Andrés Marcelo  
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR  
Licenciatura en Ciencias de la Educación  
Durán – Ecuador

 [amsotomatorr@ube.edu.ec](mailto:amsotomatorr@ube.edu.ec)

 <https://orcid.org/0009-0008-9650-5244>

Dra. Zúñiga- Delgado, Mireya Stefania, Ph.D.  
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR  
Docente Tutor del área  
Duran – Ecuador

 [mszuñigad@ube.edu.ec](mailto:mszuñigad@ube.edu.ec)

 <https://orcid.org/0000-0002-4458-5771>

Fechas de recepción: 02-JUN-2024 aceptación: 05-JUN-2024 publicación: 15-JUN-2024

 <https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>  
<http://mqrinvestigar.com/>



## Resumen

La Actividad Física Recreativa refiere a todos los movimientos naturales que realiza el ser humano obteniendo como resultado un desgaste de energía, con fines estéticos, deportivos, de diversión o rehabilitadores, por eso buscamos que estas sesiones vayan dirigidas especialmente para los estudiantes de primero de bachillerato especialidad técnico en hotelería y turismo sección diurna de la unidad educativa Muey, ya que buscamos disminuir las conductas inadecuadas aprovechando sus aptitudes naturales para ser adolescentes más aseguibles en su jornada de estudios y tiempo libre, ya que es allí donde se enfoca el problema con la influencia de los amigos que buscan ganar espacios en una sociedad que los observa. Para el desarrollo de esta investigación científica, la metodología empleada la constituyen los métodos de investigación científica, se ejecutó la recolección de datos mediante la encuesta, entrevista y guía de observación, las cuales arrojaron datos importantes, que realzan como emplear las actividades físicas recreativas dirigidas para estas edades en su adolescencia, los métodos utilizados dentro de este proyecto fueron el Histórico-Lógico, Análisis-Síntesis, Inducción-Deducción y el método de Modelación que nos sirvieron para realizar las actividades recreativas ya que se tuvo en cuenta las adaptaciones pedagógicas como los diferentes niveles de apoyo en la enseñanza. Con la aplicación de esta propuesta los estudiantes van a tener un grado de socialización con el resto de sus compañeros y una oportunidad que tienen de relajarse a través de actividades propias de sus gustos logrando los adolescentes lleven un nivel de vida mejor, que los mantenga activos, con energía y lo más importante, que contribuya a mantener su salud.

**Palabras clave:** Actividades físicas; recreativas; prevención; conductas inadecuadas; estudiantes

## Abstract



Recreational Physical Activity refers to all the natural movements that human beings perform, resulting in a waste of energy, for aesthetic, sporting, fun or rehabilitative purposes, which is why we seek to ensure that these sessions are aimed especially at first-year high school students. technical specialty in hospitality and tourism daytime section of the Muey educational unit, since we seek to reduce inappropriate behaviors by taking advantage of their natural aptitudes to be more affordable adolescents in their study day and free time, since that is where the problem with influence of friends who seek to gain space in a society that observes them. For the development of this scientific research, the methodology used is the scientific research methods, the data collection was carried out through the survey, interview and observation guide, which yielded important data, which highlights how to use directed recreational physical activities. For these ages in their adolescence, the methods used within this project were the Historical-Logical, Analysis-Synthesis, Induction-Deduction and the Modeling method that helped us carry out the recreational activities since the pedagogical adaptations such as the different levels of support in teaching. With the application of this proposal, students will have a degree of socialization with the rest of their classmates and an opportunity to relax through activities that suit their tastes, achieving a better standard of living for adolescents that keeps them active. , with energy and most importantly, that contributes to maintaining your health.

**Keywords:** Physical activities; recreational; prevention; inappropriate behaviors; students

## Introducción



Como se refiere (Emberley, 2009) “Hay que aprender a sobrevivir con la adolescencia. Los padres no entienden a los hijos y los hijos tampoco entienden a los padres. La adolescencia es un fenómeno reciente. Tanto los abuelos como los padres, tuvieron una adolescencia muy distinta a la de hoy, porque la adolescencia es de extensión progresiva, antes era más tardía y duraba menos tiempo, esto es debido a muchos factores que han cambiado dentro la sociedad”.

Otro factor a destacar es la incorporación de la mujer al mundo laboral, tanto la madre como el padre están tan cansados que no discuten con los hijos, esto nos lleva a pensar que para educar a los hijos no hay que enfrentarse a ellos.

Las drogas también constituyen un factor importantísimo en la adolescencia, así como la permisividad social. En el Ecuador existe muchas instituciones educativas que han enfrentado éste mal de las conductas inadecuadas que viene acosando al entorno en el que los alumnos están sumergidos, como ejemplo a nivel del país se puede evidenciar por vía telefónica o por medios de comunicación visual como lo es la televisión, en la que tantos adolescentes son encontrados fuera de sus planteles educativos, ya sea estos dedicándose a ingerir bebidas alcohólicas o drogas que es lo que más predomina en la actualidad.

Existe un problema que se ha generado por muchos factores como son las conductas inadecuadas de los hijos o algún familiar, en la mayoría de los hogares se han desencadenado estos problemas que en pocas ocasiones son tratarlos a tiempo y en otras ya es demasiado tarde.

En la provincia de Santa Elena en especial en la Unidad Educativa Muey ha evidenciado mediante los docentes de las diferentes aulas, los cuales manifiestas que este mal aqueja a la institución desde hace varios años atrás, tomando un fiel ejemplo que incluso han existido pandillas juveniles dentro del mismo.

Es por esta razón que se ha escogido esta problemática, la cual se la detalla a continuación mediante su planteamiento de problema, en donde se establece que, si bien es cierto la etapa de la adolescencia está llena de cambios, están descubriendo nuevas sensaciones, sentimientos, quieren experimentar libertad, en esta etapa los adolescentes consideran que siempre tienen la razón, en la mayoría de las familias se vuelve complicado la relación de padres e hijos y estos problemas se ven reflejados en su rendimiento escolar y en la conducta que llegan a tener dentro de las instituciones educativas donde se encuentran estudiando. Y es que es muy común escuchar que las personas relacionan el término rebeldía con la adolescencia, y es que la rebeldía es un comportamiento común en la fase de la adolescencia, común en el sentido de frecuente y no propio de esta fase.

Lo que sí es propio de la fase de adolescencia y que es universal y que inevitablemente ocurre en todos los jóvenes normales, son los cambios corporales, el apareamiento del interés sexual, los cambios de otros tipos de intereses y una nueva forma de relacionarse con el

mundo que no es más infantil, es decir, es una etapa de transición muy importante en la vida del ser humano.

Así que se quiere hacer conocer que la falta de actividades físicas recreativas en los adolescentes es un factor primordial, y que en todas las instituciones educativas están abandonándolas, sin darse cuenta que este es un medio fundamental para poder enrolar al adolescente a dichas actividades y así poder despejar su mente y entorno social en el cual está vinculado.

A nivel internacional se puede evidenciar de cómo se estimula a los niños y adolescente cuando están cursando sus estudios, los mismos que tratan de acoplarlos a sistemas de juegos o actividades recreativas antes, durante o después de su período académico, ya que de esta manera el joven se sienta activo y se aleje de todos los vicios que están asechando a los estudiantes.

En el Ecuador, el gobierno está dando prioridad a las actividades recreativas, especialmente para que sean practicadas por los niños, adolescentes y jóvenes en horas de Educación Física, y esto se puede observar a través de los currículos escolares para los diferentes cursos en las instituciones educativas. Ya que a través de estudios se han comprobado que un estudiante que este inmerso en el deporte o actividades físicas tendrá menos posibilidades de caer en vicios, y malos hábitos, ya que a través de la práctica de actividades físicas recreativas también se fomenta la disciplina, organización, se fortalece la personalidad del individuo, entre otros aspectos positivos.

En la Unidad Educativa Muey se pudo evidenciar a través de la observación que en horas de Educación Física no se estimula la práctica de actividades físicas recreativas, mucho menos se transmite a los estudiantes la importancia de practicarlas, y es que los docentes no tienen los suficientes conocimientos de como optimizar su aplicación para direccionar toda la energía que tienen sus estudiantes para la realización de cosas positivas como son los juegos y el deporte en vez de canalizarlas a hacer cosas negativas.

La conducta negativa en los adolescentes se presenta como un problema difícil de controlar, se puede observar que en Ecuador las actividades recreativas ya no tienen un buen auge como en años pasado ahora los adolescentes le brindan mayor importancia a los juegos de video, televisión internet, así también se puede asociar con la famosa conducta de riesgo en las cuales se ven incluidas adolescentes consumiendo bebidas alcohólicas, tabaco, drogas ilegales y conductas violentas, las cuales han causado problemas educativos, de salud, mentales y familiares.

A nivel internacional se ha realizado muchos programas para controlar las conductas inadecuadas en adolescentes mediante programas ya sean culturales, deportivos o familiares, en muchos de los casos ha disminuido este tipo de comportamientos ya que es un mal que asecha a las familias en todo el mundo.



En escuelas y colegios en el Ecuador se han detectado muchos problemas como son las conductas negativas, los que pueden ser: malas influencias en el entorno, familias disfuncionales, problemas de alcohol, drogas, videos juegos, pandillas juveniles etc.

Actualmente en la Unidad Educativa Muey se ha podido hacer una encuesta la que ayudó a plantear esta investigación, en la cual se obtuvo muchas respuestas tanto de padres de familia, docentes y los mismos estudiantes que son diariamente acosados por las malas actitudes de sus compañeros. Son los colegiales del último año de bachillerato que no han tenido significativo tipo de afecto o apoyo por parte de la Institución o familia, es por ellos que se plantean una serie de actividades físicas recreativas para tratar de mejorar y de esta manera poder controlar estos malos comportamientos de los alumnos, especialmente del tercer año de bachillerato especialidad Comercialización.

Un manual de actividades físicas recreativas adecuado en los estudiantes de Primer año de bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey, se evidenciará que en ellos mismos se irán alejando de los vicios que le brinda esta sociedad, es lograr que estos jóvenes se alejen totalmente de estas conductas negativas y puedan concentrarse en sus estudios como en su diario vivir de estudiante y adolescente, por esos es necesario realizar dichas actividades físicas con estas juventudes noveles.

Por medio de todo lo mencionado, es que se ha desarrollado la siguiente interrogante dentro de la investigación: ¿Cómo influyen las actividades físicas recreativas para la prevención de conductas negativas en los estudiantes de primer año de bachillerato, de la unidad educativa Muey, sección vespertina, del cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, año 2023?, para el correcto desarrollo de la investigación y poder dar respuesta a nuestra interrogante hemos delimitado nuestro campo de trabajo a estudiantes de primer año de bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey, específicamente en el área de Actividad Física y recreación enfocándonos en estudiar estudiantes comprendidos de edades entre 16 – 19 años, así como el rector, inspector y profesores de Cultura Física.

En relación a la delimitación espacial, la presente investigación se desarrolló en la ciudad de La libertad, en el “Unidad Educativa Muey” y respecto a su delimitación temporal la investigación se desarrolló durante los meses de mayo, junio y julio del año 2023, por último su delimitación poblacional recae respecto a 43 estudiantes de la Unidad Educativa Muey, sección diurna, del cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, año 2023.

Este trabajo investigativo está basado en las líneas de investigación de la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación como lo es: entrenamiento deportivo. Con la finalidad mejorar el problema de conductas negativas con los jóvenes de primero de bachillerato especialidad en hotelería y turismo de la Unidad Educativa Muey del cantón La Libertad, se presenta el siguiente proyecto investigativo, el cual se espera tenga favorable acogida ya que el interés de implementar de manera apropiada la práctica de actividades físicas recreativas con los estudiantes y mejorar su nivel de actividad física en el que se ven envueltos, tomando en cuenta las observaciones que han hecho los docentes y autoridades



principales de dicha institución, en las que piden colaborar en el control de este tipo de conductas en los estudiantes próximos a salir de la institución educativa, ya que es lo único que ha causado en dañar el prestigio de la institución.

Nosotros aplicaremos la investigación con el fin de que todos los jóvenes se motiven en ocupar su tiempo libre en realizar ejercicios que mejoren su salud, nivel cognitivo y su calidad de vida. En la mayoría instituciones educativas de la provincia no existe una orientación planificada y dedicada exclusivamente a la práctica de actividades recreativas con el fin de incentivar a los alumnos eviten participar en actos perjudiciales para su educación y cultura por eso se ha notado el gran interés que existe entre los docentes y autoridades de la institución para ser partícipes en el desarrollo del proyecto investigativo que nos hemos propuesto, dando así una pauta a los estudiantes brindando el apoyo necesario en sus horas clase y colaborando con 15 minutos de su jornada laboral, para que de esta manera se ponga en práctica lo que nos hemos propuesto.

Como futuros profesionales de la Educación Básica, se debe tener la convicción de ayudar a los jóvenes a realizar actividad física todos los días factor muy importante que se ha desplegado en la vida de todo ser humano, con el fin de alcanzar resultados útiles para la sociedad, caracterizándose por la búsqueda permanente por parte de los docentes que buscan la excelencia académica de estos jóvenes que estar inmiscuidos en conducta inadecuadas dejando a un lado los valores que han adquirido dentro de sus hogares, o a su vez dando a conocer que vienen de hogares disfuncionales, razón se ha podido constatar que es uno de los muchos factores que acontecen dentro del comportamiento de estas conductas.

Dentro de la presente investigación se ha planteado como objetivo general el crear un manual de actividades físicas recreativas para la prevención de conductas negativas en los estudiantes de Primer año de bachillerato especialidad en Hotelería y Turismo sección Diurna de la Unidad Educativa Muey, cantón La Libertad provincia de Santa Elena, año 2023.

### **Aspecto teórico**

Respecto a los antecedentes de la investigación encontramos que en la revista digital de deportes EFDeportes.com se pudo encontrar una investigación realizada en la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte de Cuba, en donde se ha realizado un estudio similar al propuesto en esta investigación, teniendo como objetivo general el elaborar y proponer actividades físicas recreativas que ayuden a la prevención de conductas negativas en los adolescentes de una Secundaria en Santiago de Cuba.

Después de desarrollar la investigación los autores se dieron cuenta que si era posible utilizar las actividades físicas recreativas y lograr un mejor comportamiento en los adolescentes y se llegó a las conclusiones de que no existen en los colegios tratamientos que se puedan aplicar para ayudar a eliminar conductas negativas en los adolescentes, así como también la buena acogida que tuvo las actividades físicas en ellos, y como su aplicación dará buenos resultados. (Padilla, 2013)



En la península de Santa Elena, especialmente en la Unidad Educativa Muey se evidencian que los estudiantes del Primer año de bachillerato de la especialidad Hotelería y Turismo son jóvenes que están en constante rebeldía con el docente en el aula y que no desean estudiar ni participar de alguna actividad a ellos encomendada.

Ahora bien, La conducta es la forma como los hombres se comportan en su vida y en sus acciones. Por lo tanto, la palabra puede ser usada como sinónimo de comportamiento. En este sentido, la conducta se refiere a las acciones de las personas en relación a las acciones de las personas en relación con su entorno y estímulos.

Se puede decir que la conducta es el conjunto de comportamientos observables en una persona. Se divide en tres áreas: la mente (que incluye actividades como; pensar, soñar, entre otras), el cuerpo (comer, hablar) y en el mundo externo (se presenta en reuniones / consultas, conversar con amigos).

Se tiene que destacar que la conducta humana es considerada formal cuando el comportamiento del sujeto respeta una serie de reglas valiosas en una sociedad o comunidad. Para los países occidentales, la conducta formal requiere seriedad, puntualidad, determinación y precisión, por ejemplo. (BITTAR, 2009)

Por otro lado, según Reale (2009), la palabra conducta tiene el siguiente significado “Acto o efecto de conducir, conducción de personas para algún lugar; la conducta también hace referencia al procedimiento y al comportamiento”.

La característica esencial de las conductas negativas es “un patrón repetitivo y persistente del comportamiento en el cual son violados los derechos básicos de los otros, las normas y reglas sociales importantes y apropiadas a la edad” (Americana, 2009; 84). Tal conducta negativa tiene que ver con cuatro áreas importantes; 1) agresión contra personas y animales, 2) destrucción deliberada de propiedad ajena, 3) fraude o hurto, 4) serias violaciones de reglas. Por otro lado, los adolescentes rebeldes Según Guará (2009); muestran sobretodo un deseo de transformación, y una necesidad de apoderarse del presente, reconociendo el pasado y anticipando el futuro sobre el cual proyecta los sueños y esperanzas. (pág. 65)

Rebelde es un adjetivo para calificar a alguien que no obedece a nadie y que no escucha consejos. Generalmente el término es usado para jóvenes y adolescentes, cuando llegan al pre – adolescencia, antes o al final de la adolescencia. (Barcelos, 2008)

Los adolescentes tienen una mente más abierta, y comienzan a despertar diversos y nuevos impulsos en su mundo interior, el inconsciente profundo: el instinto sexual, los deseos amorosos, las tendencias para determinado vicio o para alguna actividad, los sentimientos de vivir cada vez más la libertad, los complejos y las frustraciones, entre otros. Si el adolescente normal es un gran desafío para los padres y docentes, que pensar de los adolescentes rebeldes. Sin duda, para lidiar con los adolescentes rebeldes, los padres necesitan formar la mente y el corazón con cierta dosis de fortaleza moral, clara visión sobre la familia además de usar mecanismos que les permita a los hijos encaminar sus energías a cosas positivas, como en este caso es la actividad física recreativa y el deporte. (Barcelos, 2008)

Sin embargo, el hecho de que la rebeldía se dé en la mayoría de los adolescentes no quiere decir que sin un adecuado control y en dosis grandes puede convertirse en un conflicto con efectos negativos en sus vidas. Actualmente en la Unidad Educativa Muey que es el lugar donde se aplica la presente investigación, existe un gran número de estudiantes que tienen conductas negativas y que están irrumpiendo en el proceso académico de su propio aprendizaje.

Las autoridades principales de la Unidad Educativa Muey, no han realizado ningún tipo de acción para evitar que se den problemas relacionados con conductas negativas por parte de los estudiantes, y que se puedan ver afectados, los compañeros, docentes y padres de familia. En muchas ocasiones los docentes de la Unidad Educativa Muey se han visto en la obligación de llamar a los padres de familia de aquellos estudiantes con conductas negativas, para poder hablar con ellos sobre este tipo de comportamientos, este problema es tan común en las instituciones educativas, que los psicólogos educativos comentan que sus oficinas siempre están llenas desde las primeras horas en la mañana al comenzar sus labores diarias, ya que existen muchos casos de estudiantes con este tipo de conductas, pero con factores diferentes, los cuales deben ser atendidos.

Las estrategias para mejorar problemas de conductas negativas deben ser implementadas con integridad, consistencia y precisión, los profesores y padres pueden controlar el comportamiento de sus hijos y estudiantes a través de observación sistemática, así como también a través de estrategias de comportamiento que resultan en alteraciones positivas del mismo. Es importante que los docentes realicen ciertas acciones con estudiantes que frecuentemente tienen conductas negativas, estas son; (Alves, 2011)

Además, es de vital importancia para los adolescentes que los padres de familia les presten atención, afecto y reconocimiento, ya que de esta manera se podrá anular un determinado tipo de comportamiento, y una de las mejores técnicas es ignorarlo. Si un comportamiento no llama la atención de los demás probablemente terminarán anulándolo. (Partel, 2011)

Es recomendable que los adolescentes realicen tres tipos de actividad física: Actividad Aeróbica, la cual debe ser realizada por un tiempo mayor de 60 o más minutos de actividad física diaria, esto puede incluir actividades de intensidad moderada e intensa, tal como la caminata rápida o correr y se debe incluir la actividad intensa en la actividad aeróbica por lo menos tres días por semana. Fortalecimiento muscular, Actividades con gimnasia o musculación que promueven el fortalecimiento muscular, deben ser incluidas por lo menos tres días por semana como parte de los 60 o más minutos diarios recomendados. Fortalecimiento Óseo, Actividades como saltar la cuerda o correr promueven el fortalecimiento óseo, deben ser incluidos por lo menos tres días por semana como parte de los 60 o más minutos diarios recomendados.

Para Cavallari (2008), las actividades que las personas practican y a través de las cuales ellos consiguen recrearse se llaman, actividades lúdicas o actividades recreativas. Las actividades

recreativas tienen una importancia en la formación de todo ser humano, y que comprende su desarrollo integral (motor, social y cognitivo).

De acuerdo con Rousseau (1712 - 1771) recreación es la “libertad total del niño, no se debe obligar al alumno. Él debe ser educado por y para la libertad. Es necesario que salten, corran, griten siempre que lo deseen.” El concepto de recreación dado por Valente (1994), se percibe que tiene una relación al ocio y al juego, pues la recreación como actividad y comportamiento típico de juego, está contenida en el ocio. La recreación ha sido un elemento estudiado y entendido predominantemente como un compuesto del ocio.

Para Toseti nombrado en Concalves (1997), la recreación es muy importante para el ser humano no solo para el niño. Todas las personas necesitan momentos de ocio y placer. La palabra recreación viene del latín recreare, cuyo significado es recrear. Por lo tanto, las actividades recreativas deben ser espontáneas, creativas y que den placer, deben ser practicadas de manera espontánea, disminuyendo las tensiones y preocupaciones.

En conclusión, se puede decir que la recreación es toda actividad espontánea, divertida y creadora que las personas buscan para promover su participación individual, colectiva en acciones que mejoran la calidad de vida y para satisfacer las necesidades de orden físico, psíquico o mental y cuya realización le proporciona placer.

## Material y métodos

Para realizar la presente investigación se utilizó como metodología la investigación de campo y descriptiva para poder conocer las principales dificultades que atraviesan los adolescentes de la Unidad Educativa Muey en sus aulas de clase y de esta manera evaluar las destrezas y habilidades de los mismos.

Por la relevancia en la investigación se consideró el tipo de investigación:

**Campo:** que sirvió de base para descubrir la necesidad, las falencias y la factibilidad de formulación de soluciones a ser aplicadas con los estudiantes del colegio. Permitiendo también la recolección de información directamente del entorno estudiantil con el propósito de detallar, explicar y analizar las causas de problemas y las posibles soluciones.

**Documental:** la que permitió recolectar información de fuentes bibliográficas como el internet, libros, revistas e investigaciones previas a fin de ampliar y profundizar el conocimiento sobre el problema para establecer conclusiones, recomendaciones.

### Material

**Guía de Observación:** Se utilizó para las actividades que se realizan con los estudiantes del Primer año de bachillerato de la especialidad Hotelería y Turismo cuando estén dentro y fuera del aula de clase tratando de observar los comportamientos y actitudes que ellos evidencian.

**Entrevista:** Esta técnica fue empleada al Rector del colegio y docentes del área para hacer una relación sobre las conductas negativas que existen en los estudiantes.



**Encuesta:** Esta técnica estuvo dirigida a la población estudiada pues mediante esta se a obtener datos e información y determinar la situación actual que presentan los alumnos de Primer año de bachillerato de la especialidad Hotelería y Turismo.

### **Población y Muestra.**

#### **Población.**

Está constituido por dos cursos con un total de 43 alumnos de Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey del cantón La Libertad en la provincia de Santa Elena.

#### **Muestra.**

Se trabajará con la totalidad de 43 que conforman la población ya que es un grupo pequeño.

#### **Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

La investigación se desarrolló aplicando las encuestas a los 43 alumnos de primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey para poder entender la percepción sobre aquellos criterios importantes para evaluar a los mismos y de esta manera lograr obtener información relacionada sobre su comportamiento y acerca de lo que hacen dentro y fuera del Colegio, de igual manera se aplicó la observación directa a los adolescentes que son parte de la muestra y que cumplen con los requisitos.

#### **Plan de recolección de información**

Después que se obtuvo toda la información mediante los instrumentos de recolección de datos, se procedió a contestar aquellas interrogantes presentadas que pretenden dar solución al problema. Esta información se procesó utilizando Microsoft Excel y se la representó mediante gráficas y cuadros para una mejor comprensión.

#### **Métodos**

**Histórico Lógico:** Se utilizó para realizar el estudio de las actividades físicas recreativas en esta población, enfocándose en propuestas realizadas anteriormente ya que no existe en la historia de este cantón peninsular algún programa de este tipo de actividades que haya sido tomado en cuenta, que en los colegios son pocos los docentes que tienen conocimiento de este tipo de actividades físicas recreativas pero que no han sido aplicadas.

**Inducción Deducción:** este método se empleó para obtener información relevante revisando bibliografías en todo aspecto de las actividades físicas recreativas, y en lo deductivo se proyecta desde lo general de estas actividades a un nivel de particularidad, lo cual constituye un punto de partida para inferir o confirmar las formulaciones teóricas de la investigación.

**Análisis - Síntesis:** Se utilizó para fragmentar sus partes fundamentales de la investigación ya que permite abordar el estudio crítico de las fuentes bibliográficas para poder interpretar los resultados obtenidos mediante los instrumentos utilizados dentro de la investigación.



## Resultados

La entrevista se la realizó al Rector de La Unidad Educativa Muey el Msc. Milton Quimi y a 5 docentes de la institución.

### Objetivo:

Conocer los factores importantes de las conductas negativas que existen en La Unidad Educativa Muey.

### 1.- ¿Conoce Usted que son la Actividades Físicas Recreativas?

**Análisis:** Mediante esta pregunta se pudo evidenciar que de los entrevistados tienen conocimiento de este tipo de actividades, haciendo conocer a los investigadores que en el Colegio los únicos que realizan este tipo de actividades son los estudiantes de la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación cuando realizan sus prácticas docentes en el Colegio.

### 2.- ¿Cree conveniente la elaboración de un manual de actividades físicas recreativas para disminuir las conductas negativas en su Institución?

**Análisis:** según las respuestas obtenidas por parte del Rector y su personal entrevistado nos manifestaron que aportar con este tipo de actividades le ayudaría de manera positiva para disminuir este tipo de conductas que se evidencia todos los días y en la mayoría de cursos, es tal el caso que a todos los alumnos deben de acompañarlo a la salida de clases un docente para cada curso.

### 3.- ¿Conoce Usted sí en el cantón Santa Elena, existe una institución educativa que haya implantado actividades físicas recreativas?

**Análisis:** Según los entrevistados llegaron a la conclusión de que en el cantón Santa Elena, no existen instituciones que hayan realizado este tipo de actividades para evitar conductas negativas en las cuales todas las instituciones se han visto en problemas con sus estudiantes porque no se puede controlar su comportamiento.

### Guía de observación

#### Objetivo:

Analizar el comportamiento de los estudiantes de Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey y el nivel socio afectivo que ellos presentan en su entorno.



## GUÍA DE OBSERVACIÓN

**Tabla 1**

| N° | CARACTERÍSTICAS   | SÍ | No | OBSERVACIONES  |
|----|---|----|----|--|
| 1  | Se realizan actividades físicas en la Unidad Educativa Muey.                          |    | x  | Porque se desconocen métodos y medios para llevar a efecto estas actividades   |
| 2  | Los estudiantes realizan actividades recreativas en la Unidad Educativa Muey.         |    | x  | Se puede observar que no realizan actividades recreativas y que muchas de las ocasiones no realizan la clase de educación física |
| 3  | Realizan actividades de deportivas  | x  |    | Porque la mayoría de los estudiantes cuando salen al receso lo primero que desean jugar es futbol y baloncesto                   |
| 4  | Realizan las actividades deportivas con ayuda de los profesores                       |    | x  | Porque la mayoría de los profesores no están con los estudiantes en la hora del receso   |
| 5  | Las personas con las que realizan este tipo de actividades son profesionales del área |    | x  | Son estudiantes de la Carrera de Educación física que están preparados para hacerlos aprender las disciplinas que sea necesario  |

|    |  |   |   |   |
|----|--|---|---|---|
| 6  | Los estudiantes demuestran conductas diferentes o malos comportamientos            | x |   | Se puede observar en su mayoría que apenas salen al receso es a jugar por apuestas o por rivalidades de grupo o género  |
| 7  | Que hacen la autoridades para eliminar la conductas inadecuadas en su Institución  |   | x | No hacen absolutamente nada solo hablarlos y castigarlos mediante tareas escritas o investigaciones                     |
| 8  | Realizan competencias dentro de los deportes que ustedes practican                 |   | x | Porque no saben cómo se desarrolla un evento deportivo  |
| 9  | Realizan en el Colegio Actividades físicas recreativas en algún tiempo determinado | x |   | Solo cuando son las olimpiadas del colegio se puede evidenciar parte de estas actividades pero solo es una vez cada año |
| 10 | Las actividades las realizan junto con los padres de familia                       |   | x | Sólo las realizan en presencia de los docentes del colegio  |

Fuente: Guía de Observación

Autor: Andrés Marcelo Sotomayor Reyes

## Análisis de los Resultados

### Análisis de las preguntas realizadas en la encuesta.

#### 1.- ¿Sabe Usted que son las actividades físicas?

##### Tabla 2



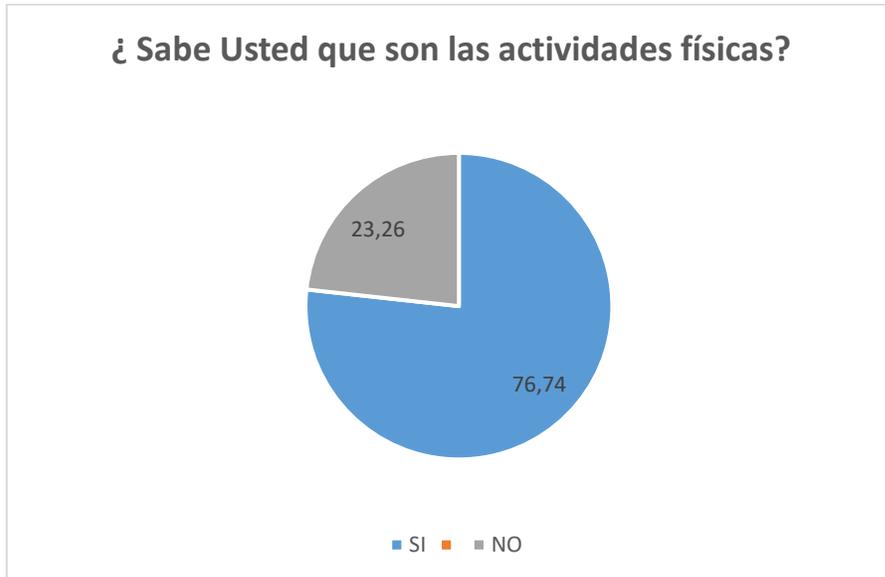
| VARIABLE | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| SI       | 33         | 76,74%     |
| NO       | 10         | 23,26%     |
| TOTAL    | 43         | 100%       |

**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

### Gráfico 1



**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Análisis e Interpretación de resultados:** Como podemos evidenciar que el 23,26% de los estudiantes encuestados no saben que son las actividades físicas por lo tanto hay que hacer un esfuerzo en enseñarle y hacerles conocer a que se refiere la pregunta, tomando en cuenta que el 76,74% de los jóvenes dicen que si conocen que son las actividades físicas.

### 2.- ¿Sabe Usted que son las actividades físicas recreativas?

Tabla 3



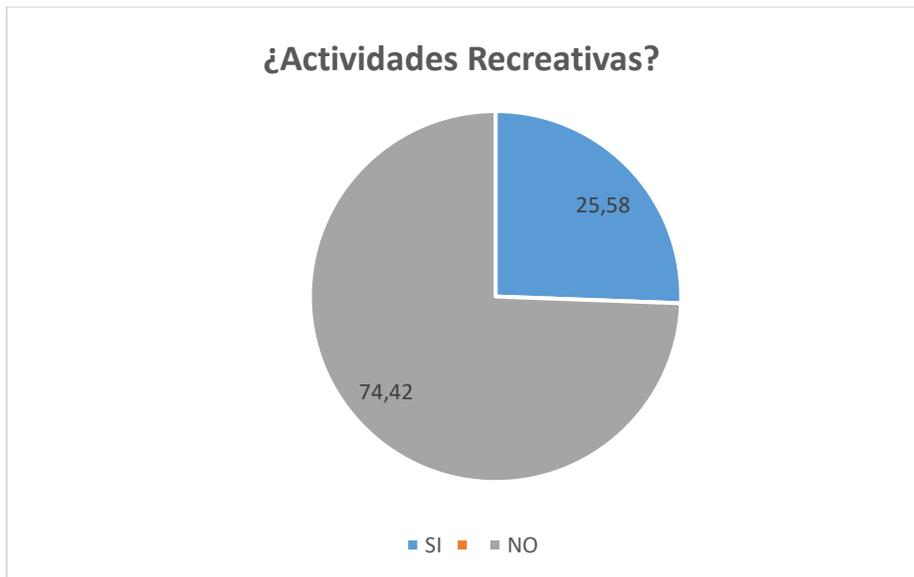
| VARIABLE | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| SI       | 11         | 25,58%     |
| NO       | 32         | 74,42%     |
| TOTAL    | 43         | 100%       |

**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

### Gráfico 2



**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Análisis de resultados:** Se puede observar en la gráfica que el 74,42% de la población encuestada no saben de qué se trata las actividades recreativas, para poder establecer un concepto claro a los estudiantes de lo que significa se dio una breve introducción de lo que trata dichas actividades y el 25,58% si sabes que es la actividad recreativas ya que han participado en juegos recreativos en sus horas libres.

### 3.- ¿Usted practica actividades físicas recreativas?

Tabla 4



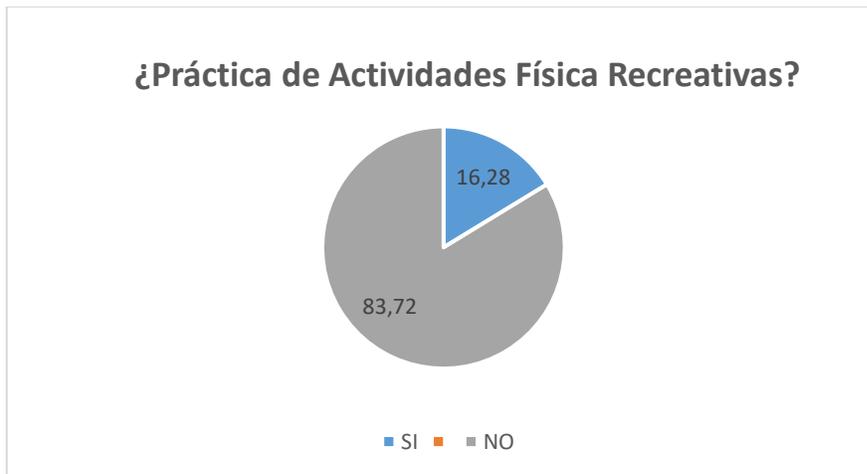
| VARIABLE | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| SI       | 7          | 16,28%     |
| NO       | 36         | 83,72%     |
| TOTAL    | 43         | 100%       |

**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Gráfico 3**



**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Análisis de resultados:** Como podemos observar el 83,72% de la población no practican este tipo de actividades, ya que expresan que tienen un solo docente que no tiene tiempo para realizar ese tipo de actividades, mientras 16,28% si lo practican, pero fuera del horario de clases

**4.- ¿Usted cree que puede prevenir conductas inadecuadas mediante las actividades físicas recreativas?**

**Tabla 5**



| VARIABLE | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| SI       | 35         | 81,40%     |
| NO       | 8          | 18,60%     |
| TOTAL    | 43         | 100%       |

**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

#### Gráfico 4



**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Análisis de Resultados:** El 81,40% de la población se han observado conductas inadecuadas tales como: la falta de respeto, bullicio, dentro de su aula o cursos de otras especialidades ya que dicen que existen estudiantes que viven en barrios peligrosos y que su comportamiento es pésimo, mientras que el 18,60% de los estudiantes no observan porque no comparten con la mayoría de compañeros.

### 5.- ¿Estarías dispuesto (a) a practicar actividades físicas recreativas?

**Tabla 6**

| VARIABLE | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| SI       | 29         | 67,45%     |
| NO       | 4          | 9,30%      |
| TAL VEZ  | 10         | 23,25%     |
| TOTAL    | 43         | 100%       |

**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey.  
**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Gráfico 5**



**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey.  
**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Análisis de resultados:** El 67,45% de los jóvenes se motivaron al realizar esta pregunta donde se evidencia que, si desean realizar estas actividades, mientras que el 23,25%

respondieron que tal vez desean realizar esta actividad, tomando en cuenta que el 9,30% de la población estudiada no desean participar de esta propuesta.

**6.- ¿Cuántos días a la semana te gustaría realizar actividades físicas recreativas?**

**Tabla 7**

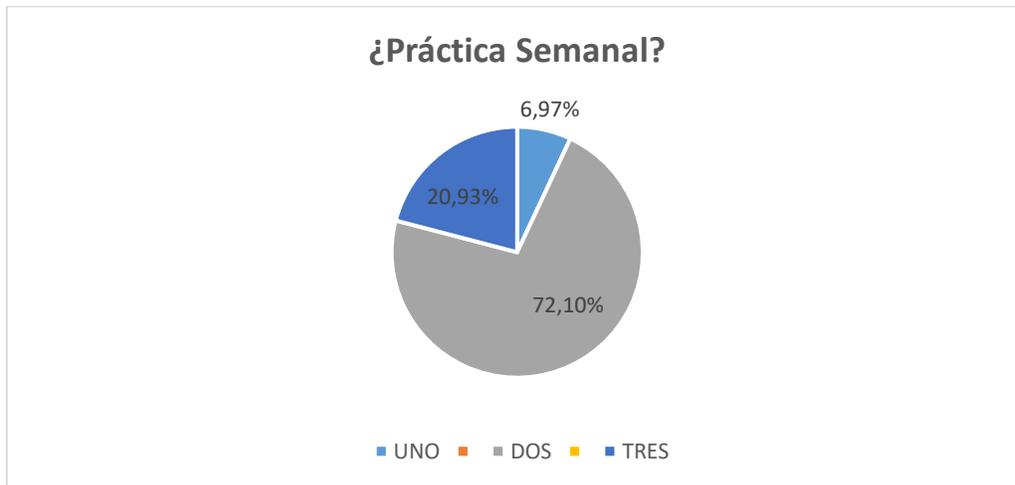
| VARIABLE | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| UNO      | 3          | 6,97%      |
| DOS      | 31         | 72,10%     |
| TRES     | 9          | 20,93%     |
| TOTAL    | 43         | 100%       |

**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Gráfico 6**



**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Análisis de resultados:** Se puede evidenciar que les gustaría utilizar dos días a la semana al 72,10%, a otro grupo les gustaría tres días que son el 20,93%, y a los que solo un día les gustaría son el 6,97%.

**7.- ¿Qué nivel de importancia les otorga a las actividades físicas recreativas para disminuir la conducta negativa?**

**Tabla 8**

| VARIABLE | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| SI       | 37         | 86,05%     |
| NO       | 6          | 13,95%     |
| TOTAL    | 43         | 100%       |

**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Gráfico 7**



**Fuente:** Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y

Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**Autor:** Andrés Marcelo Sotomayor Reyes.

**Análisis de resultados:** El 86,05% de los jóvenes responden que el practicar actividades físicas recreativas si disminuirá las conductas negativas en los estudiantes ya que será un medio de entretenimiento y de ocupar su tiempo libre, mientras que el 13,95% nos dicen que no están disponibles para practicar estas actividades ya que existen estudiantes que la mayoría de su tiempo pasan estudiando y leyendo en su tiempo libre.

## Conclusiones

Actualmente en la Unidad Educativa Muey. se ha podido evidenciar que existe alrededor de 2304 estudiantes tanto en la sección diurna y vespertina para lo cual la mayoría de docentes de cada una de las materias impartidas en la institución han narrado sus experiencias dentro y fuera del aula y en sus testimonios exponen que las conductas negativas presentan un 80% de los alumnos del colegio.

No existe un orden adecuado en las horas de receso que el colegio dispone con los estudiantes ya que ellos pueden realizar alguna actividad física o recreativa para aprovechar ese tiempo y evitar los altercados conductuales entre compañeros. Los grupos estudiantiles se evidencian notablemente es especial en los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y Turismo ya que existen grupos en los cuales se han presenciado enfrentamientos y problemas entre ellos y las pocas colaboraciones que los alumnos tienen para atender una clase dentro del aula.

Como posible recomendación se podría resaltar que es importante que se realicen reuniones y sesiones semanales con los alumnos que tienen problemas de conducta para que ellos puedan saber en el problema que están inmersos y puedan hacer conciencia del daño que se están haciendo.

Establecer en el Colegio un convenio con la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación para que por intermedio de los alumnos que realizan las prácticas pedagógicas se pueda ayudar a los estudiantes del colegio a disminuir este tipo de comportamiento o conductas inadecuadas con la realización de actividades encaminadas a las actividades físicas y recreativas. Planificar reuniones con los padres de familia para explicar los posibles problemas que los estudiantes del colegio están atravesando y que ellos puedan tener una visión clara de tratar de mejorar esta situación que está perjudicando a sus hijos tanto psicológicamente como intelectual.

## Referencias bibliográficas.

- Adela, G., & Bolea, E. (2012). Alumnado con dificultades de comportamiento. En A. Gallardo, Alumnos distintos pero no diferentes (pág. 5). Barcelona: Liberdúplex.
- Alejandro, C. (2011). la natación para niños. Técnicas de enseñanza aprendizaje que los docentes aplican en la natación, (pág. 19). Ibarra.



- Alfredo, L. (2000). La recreación Estudiantil. En A. Labarrese. Madrid: Luxus.
- Álvarez, G. (2 de Noviembre de 2008). monografías.com. Recuperado el 2 de Agosto de 2013, de <http://www.monografias.com/trabajos65/motivaciones/motivaciones2.shtml>
- Banús Llorca, S. (3 de Marzo de 2011). Psicología infantil y juvenil. Recuperado el 1 de Agosto de 2013, de <http://www.psicodiagnosis.es/areaescolar/tecnicasmodificacionconductaaula/index.php>
- Banús Llorca, S. (3 de MARzo de 2011). Psicología infantil y juvenil. Recuperado el 1 de Agosto de 2013, de <http://www.psicodiagnosis.es/areaescolar/tecnicasmodificacionconductaaula/index.php>
- Barzola, E. (3 de Junio de 2011). Economía, salud y deportes. Obtenido de <http://webcache.googleusercontent.com/search/natación/activo>
- Breve Tratado sobre el efecto del alcohol en el organismo. (s.f.). Recuperado el 11 de Junio de 2013, de <http://www.alcoholismo.galeon.com/index.htm>: <http://www.alcoholismo.galeon.com/asociaciones.htm>
- Candela, D., & Méndez Mollá, A. (11 de Junio de 2012). ADOLESCENTES. Obtenido de <http://adolescentes.euroresidentes.com/2012/07/adolescentes-rebeldes.html>
- Contreras Rodríguez, C. (Octubre de 2011). efdeportes.com. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd161/la-importancia-de-la-practica-de-la-natacion.htm>
- Emberley, E. (29 de Marzo de 2009). Entre pasillo y aulas. Obtenido de <http://entrepasillosyaulas.blogspot.com/2009/03/pf21-los-problemas-de-conducta-en-la.html>
- Escobar, C., & García M, G. (2012). actividades físicas recreativas para el tiempo libre. Instituto pedagógico Alberto Escobar Lara .
- Fierro Rojas, C. (2004). La importancia de la natación. efdeportes.com , 1.
- Gallegos Garay, C. (s.f.). TÉCNICAS PARA DISMINUIR CONDUCTAS INADECUADAS. MAESTRA KIDDY'S , 1.
- García Coto, M. A. (2008). Mnejo de Conductas inadecuadas. Nuevo mundo , 2.
- Gerza.com. (2012). Actividades Recreativas. Gerza.com , 1-2.
- Gutterman, T. (2011). La importancia de la práctica de la natación. efdeportes.com , 1.
- Hernández, A. (03 de Abril de 2013). i-Natación. Obtenido de <http://www.i-natacion.com/articulos/ensenanza/flotacion.html>
- I-Natación. (2013). Historia de la Natación. I-Natación , 4.
- Méndez Mollá, A. (11 de Julio de 2012). Recuperado el 1 de Agosto de 2013, de <http://adolescentes.euroresidentes.com/2012/07/adolescentes-rebeldes.html>
- National Heard, L. A. (2012). Que es la actividad Física. National Heard, Lung And Blood Institute , 1.
- OMS. (2013). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Organización Mundial de la Salud , 1.



Ruiz, M. L. (13 de Julio de 2013). [www.monografias.com](http://www.monografias.com). Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos42/natacion-preescolares/natacion-reescolares2.shtml>

Ruiz, S. (3 de Septiembre de 2011). Buenas Tareas. Obtenido de <http://www.buenastareas.com/ensayos/Principios-Basicos-De-La-Natacion/2787694.html>

Sánchez Acosta, M. E., & Gozález, M. (1999). Desarrollo afectivo y social. En M. E. Sánchez Acosta, & M. Gozález, *Psicología y el desarrollo del niño* (pág. 48). Madrid: Editorial Pirámide D.L. Madrid.

Soler, A. (10 de Junio de 2013). Wikipedia. Obtenido de <http://es.wikipedia.org/wiki/Nataci%C3%B3n>

Todonatación. (2011). *Figuras de la Nación Ecuatoriana*. Todos natación wordpress , 1.

Wikipedia. (1 de Julio de 2013). Wikipedia la enciclopedia libre. Obtenido de <http://es.wikipedia.org/wiki/Nataci%C3%B3n>



**Conflicto de intereses:**

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

**Financiamiento:**

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

**Agradecimiento:**

N/A



## **Anexos.**

**Anexo “A”.** - Encuesta realizada a los estudiantes Primer año de Bachillerato especialidad Hotelería y Turismo de la Unidad Educativa Muey.

**1.- ¿Sabe Usted que son las actividades físicas?**

SI

NO

**2.- ¿Sabe Usted que son las actividades recreativas?**

SI

NO

**3.- ¿En tu Colegio practican actividades físicas recreativas?**

SI

NO

**4.- ¿Has observado conductas inadecuadas en tu Colegio?**

SI

NO

**5.- ¿Estarías dispuesto (a) a practicar actividades físicas recreativas?**

SI

NO

TAL VEZ

**6.- ¿Crees que con la práctica de actividades físicas recreativas se**

**disminuirán las conductas inadecuadas?**



SI

NO

**7.- ¿Cuántos días a la semana te gustaría realizar actividades físicas recreativas?**

UNO

DOS

TRES

**Anexo “B”.** - La entrevista que se la realizó a directivos y docentes la Unidad Educativa Muey.

### **ENTREVISTA**

Datos Personales:

Nombres: \_\_\_\_\_

Apellidos: \_\_\_\_\_

Título: \_\_\_\_\_

Cargo En La Institución: \_\_\_\_\_

El objetivo de esta entrevista es conocer sobre posibles conductas negativas que podrían existir en su Institución y que me permitirán aplicar un estudio para implementar un manual de actividades físicas recreativas que sustentarán mi tesis para obtener el título de Licenciado en Educación Básica.

1. ¿Existen conductas inadecuadas y persistentes en estudiantes de su Institución?

---

---

---

---

2. ¿Conoce Usted sobre las actividades físicas recreativas?

---

---

---

---



3. ¿Considera Usted que un sistema de actividades físicas recreativas disminuirá las conductas inadecuadas en su Institución?

---



---



---

4. ¿Estaría dispuesto a incluir dentro de la asignatura de Educación Física la práctica de un sistema de actividades físicas recreativas?

---



---



---

**Anexo “C”. - Guía de Observación**

| Nº | CARACTERÍSTICAS   | SÍ | No | OBSERVACIONES |
|----|---|----|----|---------------|
| 1  | Se realizan actividades físicas en la Unidad Educativa Muey.                  |    |    |               |
| 2  | Los estudiantes realizan actividades recreativas en la Unidad Educativa Muey. |    |    |               |
| 3  | Realizan actividades de deportivas  |    |    |               |
| 4  | Realizan las actividades deportivas con ayuda de los profesores               |    |    |               |



|           |   |  |  |  |
|-----------|---|--|--|--|
| <b>5</b>  | Las personas con las que realizan este tipo de actividades son profesionales del área |  |  |  |
| <b>6</b>  | Los estudiantes demuestran conductas diferentes o malos comportamientos               |  |  |  |
| <b>7</b>  | Que hacen la autoridades para eliminar la conductas inadecuadas en su Institución     |  |  |  |
| <b>8</b>  | Realizan competencias dentro de los deportes que ustedes practican                    |  |  |  |
| <b>9</b>  | Realizan en el Colegio Actividades físicas recreativas en algún tiempo determinado    |  |  |  |
| <b>10</b> | Las actividades las realizan junto con los padres de familia                          |  |  |  |