



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA**  
**EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

**Modalidad: Semipresencial**

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Cultura Física

**TEMA:**

**“LA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES LÚDICAS CON LAS MUJERES PRIVADAS DE SU LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”**

**AUTORA:** Tania Jimena Manzano Paredes

**TUTORA:** Ph.D. Laura Martín Casado

**Ambato – Ecuador**

**2015**

**APROBACIÓN DEL TUTOR  
DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

**CERTIFICA:**

Yo, Ph.D. Laura Martín Casado, en mi calidad de Tutora del Trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: “LA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES LÚDICAS CON LAS MUJERES PRIVADAS DE SU LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, presentado por la señora Tania Jimena Manzano Paredes, Egresada de la Carrera de Cultura Física Modalidad Semipresencial de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por H. Consejo Directivo.

Ambato, 28 de mayo del 2015

.....  
Ph.D. Laura Martín Casado  
Pasaporte N° AAG041855  
TUTORA DE TESIS.

## **AUTORÍA DE LA TESIS**

Las opiniones, ideas, análisis, interpretaciones, comentarios y demás aspectos relacionados con el tema que se investiga: “LA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES LÚDICAS CON LAS MUJERES PRIVADAS DE SU LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA” son de exclusiva responsabilidad de la autora.

### **LA AUTORA**

.....  
Tania Jimena Manzano Paredes

1802175859

## **CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Cedo los Derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: “LA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES LÚDICAS CON LAS MUJERES PRIVADAS DE SU LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

LA AUTORA

.....  
Tania Jimena Manzano Paredes  
1802175859

## **APROBACIÓN DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL DE GRADO**

### **Al Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación**

La comisión de estudios y calificación del informe de trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES LÚDICAS CON LAS MUJERES PRIVADAS DE SU LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA.”

Presentado por la Señora Tania Jimena Manzano Paredes, egresada de la carrera de Cultura Física, promoción marzo- agosto 2013, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante los Organismos pertinentes.

### **LA COMISIÓN**

.....  
**Mg. Silvia Beatriz Acosta Bones**  
**180218899-3**  
**MIEMBRO**

.....  
**Mg. Joffre Washington Venegas Jiménez**  
**180152141-8**  
**MIEMBRO**

## **DEDICATORIA**

Este trabajo lo dedico a mi esposo e hijas pues ellos han sido, quien con su ejemplo y palabras de ánimo, me han motivado cada día a luchar por mis sueños.

Tania Jimena Manzano Paredes

## **AGRADECIMIENTO**

Primeramente quiero agradecer a Dios por ser el motor principal de mi vida y cada amigo y familiar que con palabras de aliento me han motivado a seguir.

A la Universidad Técnica de Ambato con sus Autoridades, docentes y personal administrativo, por abrirme sus puertas y permitirme superarme profesionalmente.

Tania Jimena Manzano Paredes

## ÍNDICE GENERAL

<b>CONTENIDO</b>	<b>Pág.</b>
Portada .....	i
Aprobación del Tutor .....	ii
Autoría de la Tesis .....	iii
Cesión de Derechos de Autor.....	iv
Aprobación de los Miembros del Tribunal de Grado .....	v
Dedicatoria .....	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice General .....	viii
Índice de Cuadros.....	xi
Índice de Gráficos .....	xii
Resumen Ejecutivo .....	xiii
Summary Abstract.....	xiv
Introducción .....	1

### **CAPÍTULO I EL PROBLEMA**

1.1 Tema de Investigación .....	3
1.2. Planteamiento del Problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Análisis Crítico .....	7
1.2.3 Prognosis .....	8
1.2.4 Formulación del Problema .....	8
1.2.5 Interrogantes de la Investigación .....	8
1.2.6 Delimitación del Objeto de la Investigación.....	9
1.3 Justificación .....	9
1.4 Objetivos .....	10
1.4.1 General:.....	10
1.4.2 Específicos: .....	10



## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

2.1 Antecedentes de la Investigación .....	11
2.2 Fundamentaciones.....	13
2.2.1 Fundamentación Filosófica .....	13
2.3 Fundamentación Legal .....	15
2.4 Categorización de Variables. ....	18
2.4.1 Fundamentación Teórica.....	21
2.4.1.1 Conceptualización de la Variable Independiente.....	21
2.4.1.2 Conceptualización de la Variable Dependiente .....	32
2.5 Hipótesis.....	48
2.6 Señalamiento de Variables.....	48

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

3.1 Enfoque de la Investigación.....	49
3.2 Modalidad Básica de la Investigación. ....	50
3.3 Nivel o Tipo de Investigación.....	50
3.4 Población y Muestra.....	51
3.5 Operacionalización de Variables. ....	52
3.5.1 Variable Independiente.- Rehabilitación Psico- Social.....	52
3.5.2 Variable dependiente: Actividades Lúdicas.....	53
3.6 Plan de Recolección de Información. ....	54
3.7 Procesamiento de la Información.....	54

## **CAPÍTULO IV**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1 Análisis de los Resultados.....	56
4.2 Interpretación de datos General .....	66
4.3 Verificación de la Hipótesis.....	66

**CAPÍTULO V**  
**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1 Conclusiones .....	72
5.2 Recomendaciones.....	73

**CAPÍTULO VI**  
**PROPUESTA**

6.1 Tema de Propuesta: .....	74
6.2 Datos Informativos:.....	74
6.3 Antecedentes de la Propuesta.....	74
6.4 Análisis de Factibilidad.....	75
6.5 Justificación .....	76
6.6 Objetivos .....	76
6.7 Fundamentación .....	77
6.8 Modelo de la Propuesta.....	81
6.9 Modelo Operativo .....	121
6.10 Administración.....	122
6.11 Plan de Evaluación.....	122
Bibliografía .....	123
Linkografía.....	124
Anexos .....	125

## ÍNDICE DE CUADROS

	<b>Pág.</b>
Cuadro No. 1 Muestra.....	51
Cuadro No. 2 Variable Independiente.....	52
Cuadro No. 3 Variables Dependiente.....	53
Cuadro No. 4 Plan de Recolección de Información.....	54
Cuadro No. 5 Actividades Lúdicas .....	56
Cuadro No. 6 Práctica de Juego. ....	57
Cuadro No. 7 Actividades de Aprendizaje y superación. ....	58
Cuadro No. 8 Ejercicio para distraerse. ....	59
Cuadro No. 9 Juegos para mantenerse ocupada.....	60
Cuadro No. 10 Juegos como recreación.....	61
Cuadro No. 11 Apoyo de profesionales. ....	62
Cuadro No. 12 Actitud de vida. ....	63
Cuadro No. 13 Practicar más a menudo juegos. ....	64
Cuadro No. 14 Necesidad de practicar actividades lúdicas. ....	65
Cuadro No. 15 Tabla de Verificación del Chi-Cuadrado. ....	68
Cuadro No. 16 Juegos como recreación.....	68
Cuadro No. 17 Apoyo de profesionales. ....	69
Cuadro No. 18 Practicar más a menudo juegos. ....	69
Cuadro No. 19 Necesidad de practicar actividades lúdicas. ....	69
Cuadro No. 20 Frecuencias observadas. ....	70
Cuadro No. 21 Frecuencias esperadas. ....	70
Cuadro No. 22 Cálculo Chi-Cuadrado.....	70
Cuadro No. 23 Modelo Operativo.....	121
Cuadro No. 24 Plan de Evaluación .....	122

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	<b>Pág.</b>
Gráfico No. 1 Árbol de Problema. ....	6
Gráfico No. 2 Categorización de Variables. ....	18
Gráfico No. 3 Variable Independiente. ....	19
Gráfico No. 4 Variable Dependiente.....	20
Gráfico No. 5 Actividades Lúdicas .....	56
Gráfico No. 6 Practica de Juego.....	57
Gráfico No. 7 Actividades de Aprendizaje y superación.....	58
Gráfico No. 8 Ejercicio para Distraerse. ....	59
Gráfico No. 9 Juegos para mantenerse ocupada. ....	60
Gráfico No. 10 Juegos como recreación. ....	61
Gráfico No. 11 Apoyo de profesionales.....	62
Gráfico No. 12 Actitud de vida. ....	63
Gráfico No. 13 Practicar más a menudo juegos. ....	64
Gráfico No. 14 Necesidad de practicar actividades lúdicas.....	65
Gráfico No. 15 Representación Gráfica .....	71

## RESUMEN EJECUTIVO

**TEMA:** “LA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES LÚDICAS CON LAS MUJERES PRIVADAS DE SU LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”.

**AUTORA:** Tania Jimena Manzano Paredes

**DESCRIPTORES:** Rehabilitación –Psicología –Social –Mujeres –Libertad – Actividades –Lúdicas –Penitenciario –Reinserción –Relaciones –Juegos.

Establecer con esta investigación, una rehabilitación psico-social para las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social Ambato, a través de actividades lúdicas, una alternativa para que mejoren las relaciones interpersonales con las autoridades carcelarias, guías penitenciarios, compañeras y familiares, teniendo la convicción de que al jugar ellas encontrarán motivación para vivir cotidianamente en comunidad, armonía, esperanza y optimismo, dejando a un lado los vicios, la agresividad y el estrés negativo del cual son víctimas por el encierro.

Hemos visto la necesidad imperiosa de ayudarlas para su futura reinserción a sus hogares y a la sociedad, con un autoestima alta, que puedan transmitir a sus familiares ánimo y deseo de salir adelante pese a las circunstancias adversas, porque el jugar beneficia el estado de ánimo y fomenta los valores implícitos en la sociedad.

Diseñaremos un trabajo donde se dé mayor importancia al aspecto lúdico que al competitivo, fortaleciendo el desarrollo psico-social de las internas, valorando la gran influencia que tienen los juegos en los adultos, porque canalizan la energía y los valores del ser humano, siendo el medio para rehabilitar en todo sentido.

Pretendemos que la integración entre las internas a través de las actividades lúdicas, sean un aporte para el Departamento de Educación del Centro de Rehabilitación Ambato, como parte de los talleres que mantienen, y como ayuda al crecimiento y al desarrollo del carácter individual, siendo el resultado positivo para la convivencia diaria. Implementaremos charlas que concienticen a las autoridades y guías penitenciarios de Ambato, sobre la importancia de la inclusión de las actividades lúdicas, para el desarrollo psico-social de las internas. Motivaremos a las internas por medio de videos, conferencias y una guía práctica de las actividades lúdicas para que en el tiempo libre puedan incluir y compartir entre sí la práctica de juegos.

## SUMMARY ABSTRACT

**TOPIC:** "THE PSYCHO-SOCIAL REHABILITATION THROUGH LEISURE ACTIVITIES WITH WOMEN DEPRIVED OF THEIR FREEDOM OF SOCIAL REHABILITATION CENTER Ambato Tungurahua province."

**AUTHOR:** Tania Paredes Manzano Jimena

**WORDS:** Rehabilitation -Psychology -Social -Women -Freedom -Activities - Lúdicas -Penitenciario -Reinserción -Relations -Games.

Set this research, a psycho-social rehabilitation for women deprived of their freedom of Ambato Social Rehabilitation Center, through recreational activities, an alternative to improve relationships with the prison authorities, prison guards, companions and family, having the conviction that they will find the motivation to play every day in community living, harmony, hope and optimism, leaving aside the vices, aggressiveness and negative stress which they are subjected by the closure.

We have seen the urgent need for help for their future reintegration into their homes and society, with high self-esteem, which may pass on to their family spirit and desire to succeed despite the odds, because the play benefits mood and It promotes the values implicit in society.

We design a more important job where the fun aspect that competitive, strengthening the psychosocial development of internal, valuing the great influence of the games adults because channel energy and human values, is being given the means to rehabilitate in every way.

We expect that the integration between internal through play activities, as a contribution to the Education Department Ambato Rehabilitation Center, as part of the workshops held, and to assist the growth and development of individual character, being the positive for daily living. Talks implement platform to enlighten the authorities and prison guards from Ambato, about the importance of including recreational activities for the psychosocial development of the internal.

Motivate internal through videos, lectures and a practical guide for recreational leisure time can include and share each other practice games activities.

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación tiene el propósito de integrar absolutamente a todas las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Ambato, sin excepción de edades, costumbres sociales o del estado físico que mantengan, a través de las actividades lúdicas, queriendo encontrar una alternativa para ayudarles en su rehabilitación psico-social y a mejorar su calidad de vida.

En los últimos años, se han realizado grandes cambios en el sistema carcelario del Ecuador, enmarcados en el área ocupacional, fomentando el trabajo y la educación.

Sin embargo no se ha logrado el desarrollo físico y personal de las internas, porque no se ha aprovechado el tiempo libre para la integración, cooperación, distracción, entretenimiento y convivencia social.

Esta calidad de vida nos proporciona el juego, creando lazos de consideración y respeto mutuo, fortaleciendo la convivencia diaria entre sí.

La tesis consta de seis capítulos, con distintos tópicos, según su importancia.

CAPÍTULO I; en éste encontraremos lo relacionado con el tema de investigación, el contexto en el cual se desarrolla el problema planteado, los objetivos y justificación de esta investigación; sin esto, la investigación no tendría una base para su construcción y desarrollo.

CAPÍTULO II; en esta parte de la investigación se desarrolla la fundamentación del problema propuesto, la forma teórica, legal y filosófica en la que se sustenta cada variable hallada para que se convierta en un problema a resolver factible y con la información necesaria para su desarrollo, además es aquí donde se plantea la hipótesis conforme a lo investigado.

CAPÍTULO III; aquí se enfoca la metodología que se va a emplear para comprobar la existencia del problema planteado, se estudia la población en la cual se aplicarán técnicas de investigación para luego analizarlas y tener una conclusión real de los hechos.

CAPÍTULO IV; en este capítulo se analizará los resultados de las encuestas realizadas a la muestra del total de población y se verificará si la hipótesis que se planteó coincide con la estadística del medio empleado.

CAPÍTULO V; aquí se desarrolla las conclusiones y recomendaciones del tema que se investigó para que se pueda llegar a plantear la mejor solución para resolver la problemática hallada.

CAPÍTULO VI; esta parte de la investigación contiene una propuesta de solución al problema hallado, es una parte esencial pues de lo investigado se confronta el problema con la mejor alternativa de solución, este capítulo contiene las bases para construir y aplicar la propuesta planteada.



# **CAPÍTULO I**

## **EL PROBLEMA**

### **1.1 Tema de Investigación**

“LA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES LÚDICAS CON LAS MUJERES PRIVADAS DE SU LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

### **1.2. Planteamiento del Problema**

#### **1.2.1 Contextualización**

En el **Ecuador** el carácter conservador de los métodos de rehabilitación para personas privadas de la libertad ha quedado atrás, ahora el Gobierno Nacional a través del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos ha puesto más interés y énfasis en dar la atención necesaria a las internas de los Centros de Rehabilitación del país, en lo que se refiere a trabajo, educación, cursos, talleres y actividades deportivas.

Sin embargo, dentro de estas actividades deportivas no está considerada ni tomada en cuenta la práctica de actividades lúdicas. Siendo estas actividades parte fundamental en la integración total de mujeres jóvenes, adultas y adultas mayores, dejando fluir las niñas que llevan dentro y permitiendo mejorar la convivencia diaria, la integración colectiva y despertando el interés de participación.

Se considera que grandes cambios se han realizado en el sistema carcelario desde el ingreso del gobierno actual del economista Rafael Correa, lo que también

supone la mejoría de la calidad de vida e incursión a la participación en actividades que las liberen del estrés y logren que su tiempo de rehabilitación sea ocupado de mejor manera.

En **Tungurahua** la Rehabilitación Psico-social mediante las actividades lúdicas tiene la intención de motivar a las internas provocando en ellas bienestar.

Nuevos eventos y una organización innovadora les proporcionará a las mujeres privadas de su libertad la oportunidad de lograr el máximo beneficio de la práctica del deporte, en términos de salud, sociabilidad y autorrealización.

En la Provincia ya se han desarrollado actividades lúdicas en diferentes sectores de la población, es así como: “Varios niños junto con sus padres, disfrutaron de las actividades que el Ministerio de Justicia, Derechos Humanos y Cultos realizó durante la Feria Ciudadana y Gabinete Itinerante que se llevó a cabo el sábado 08 de marzo del 2014, en Tisaleo”. Encontrado en: <http://www.justicia.gob.ec/con-actividades-ludicas-tisaleo-recordo-sus-derechos/> Fecha: 11/06/2014. Por medio de este tipo de eventos se busca difundir el trabajo artesanal que realizan los internos dentro de los Centros de Rehabilitación, haciéndolos competitivos.

Se conoce que dentro de la provincia se tiene nada más un Centro de Rehabilitación Social para adultos, por lo que el trabajo investigativo se realiza en la ciudad de Ambato donde se localiza el mencionado centro, tomando en cuenta la situación de cada una de las reas y haciéndoles cambiar su modo de vida a través de la aplicación de actividades lúdicas, recreativas y terapéuticas.

En el Cantón **Ambato**, especialmente en el Centro de Rehabilitación Social, se ha dado más importancia al desarrollo de campeonatos deportivos internos poniendo énfasis a la competición y dejando a un lado las actividades cooperativas como son las actividades lúdicas.

En los campeonatos deportivos participan sólo las mujeres que creen estar preparadas y aptas para desempeñar cualquier disciplina deportiva, mientras que en las actividades lúdicas pueden participar absolutamente todas las mujeres sin excepción de edades, de costumbres sociales o de sus estados físicos, sobre todo como tema de rehabilitación.

Esto se evidencia en el bajo desarrollo físico y cultural de las Personas Privadas de su Libertad del Centro. Contando únicamente con un departamento de educación que es quien se encarga de la realización de actividades como rumbaterapia; más, no cuentan con un licenciado de cultura física por falta de partida o gestión de las autoridades, agravando esto en la problemática que se investiga, originando un crecimiento, desarrollo y rehabilitación inadecuado, sumando a esto la falta de actividad física de todas las internas dentro del Centro de Rehabilitación Social Ambato.

Es por esto que surge la necesidad de dar una pronta solución al problema planteado en este proyecto de investigación.

## ÁRBOL DE PROBLEMAS



Gráfico No. 1 ÁRBOL DE PROBLEMA.  
ELABORADO POR: MANZANO PAREDES TANIA JIMENA

### **1.2.2 Análisis Crítico**

Las mujeres privadas de su libertad pueden sufrir de estrés debido a su situación actual. El estrés es producido por hechos acumulados que provocan tensión y preocupación pudiendo desencadenar en estrés positivo y estrés negativo. En el primero la persona puede utilizar la tensión para convertirlo en una experiencia y generar resultados convenientes para su futuro; mientras que en el segundo, genera un cúmulo de sentimientos reprimidos que hacen que el ser humano se vuelva vulnerable en la vida cotidiana, este tipo de estrés es el que más afecta a las internas del Centro de Rehabilitación Social. El estrés negativo es una de las causas que hace que se catalogue de deficiente a la rehabilitación de las personas privadas de su libertad, lo que causará un efecto masivo en ellas como es la depresión, los problemas en la convivencia social.

La Rehabilitación Psico-social con limitadas actividades lúdicas de las mujeres privadas de su libertad, generalmente puede ser uno de los motivos para que aparezca en ellas la agresividad y el deseo de vivir aisladas en su mundo, debido a las limitaciones por el espacio físico en la que están forzadas a vivir, tales como la escasa atención que reciben, el poco tiempo que comparten con sus familiares y otros factores que ellas mantienen; por lo que provoca en este grupo social el aumento de agresividad y aislamiento, haciendo que la rehabilitación sea conflictiva y empeorando el estado en el que entran causando un daño a la sociedad.

El desinterés por la práctica de actividades lúdicas por parte de las autoridades y miembros de las políticas penitenciarias del cantón Ambato, ha causado una Rehabilitación Psico-social deficiente en las personas privadas de su libertad, tal vez por desconocer los beneficios que estas actividades proporcionan. Es decir el juego como parte fundamental en el desarrollo del ser humano, causando especialmente en las mujeres una baja autoestima que a la larga desencadenará adicciones que pueden ir agravándose, sin llegar a cumplir el objetivo y con una dificultad de reinserción en la sociedad.

### **1.2.3 Prognosis**

Al no dar solución a la problemática planteada se estaría generando problemas sociales a futuro como mala conducta, escasa conciencia social, malas funciones fisiológicas, el desinterés por la práctica deportiva, el crecimiento del sedentarismo, mal uso del tiempo libre y ocio, el incremento de obesidad adulta, la apatía por la actividad física, depresión, estrés, promiscuidad, baja autoestima, entre otras, lo que conlleva a una calidad de vida deteriorada; además se estaría incrementando adeptos a los vicios como el alcoholismo y drogadicción y se daría lugar a que las consecuencias de este encierro temporal afecte en la vida personal, familiar y social, acarreando un sin número de problemas como la culpabilidad, la soledad, la impotencia, el dolor de haber dejado a su familia, la pérdida de identidad y la pérdida de autonomía.

### **1.2.4 Formulación del problema**

¿Cómo podría ayudar a la rehabilitación psico-social la práctica de actividades lúdicas con las mujeres privadas de su libertad dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato?

### **1.2.5 Interrogantes de la Investigación**

- 1 ¿En qué consiste la Rehabilitación Psico-social de las mujeres privadas de su libertad dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato?
- 2 ¿Qué son las actividades lúdicas y cómo incide en la rehabilitación de las mujeres privadas de su libertad dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato?
- 3 ¿Cuál es la mejor alternativa de solución al problema planteado?

## **1.2.6 Delimitación del Objeto de la Investigación**

### **Delimitación de contenido**

**Campo:** Educativo.

**Área:** Deportiva.

**Aspecto:** Rehabilitación Psico-social.

### **Delimitación espacial**

La investigación se desarrollará en el Centro de Rehabilitación Social del Cantón Ambato provincia de Tungurahua a las mujeres privadas de la libertad.

### **Delimitación temporal**

El trabajo investigativo será estudiado en el año segundo semestre del año 2014 y en el primer semestre del año 2015.

### **Unidades de observación**

Centro de Rehabilitación Social Ambato

## **1.3 Justificación**

La presente investigación es importante, pues se dará solución a un problema de conmoción social que afecta directamente a las mujeres que por diversas circunstancias se encuentran privadas de su libertad y que no han recibido una rehabilitación adecuada para su futura reinserción en la sociedad; por ende también se verán afectados sus familiares y también la sociedad donde se desenvuelven pues no se está cumpliendo con el propósito de su privación.

El tema propuesto dará una solución efectiva a la rehabilitación de las mujeres privadas de su libertad siendo ellas las beneficiarias directas de este proyecto, es viable para su ejecución, pues; se cuenta con el apoyo de autoridades y actores principales de la investigación, además de poseer los recursos humanos, económicos y materiales suficientes para la presentación del proyecto. La

investigación es totalmente original y novedosa pues no se ha encontrado indicios de una investigación similar dentro del Cantón y de la Provincia; y, es de total autoría e ingenio de la autora.

Esta investigación buscará conocer si la aceptación de las actividades lúdicas podrían ayudar a la Rehabilitación Psicosocial de las mujeres privadas de su libertad en el Centro de Rehabilitación Social de Ambato, para plantear una alternativa de solución que pondrá fin a la problemática planteada, ayudando a la sociedad y autoridades penitenciarias a mejorar la calidad de vida y de aceptación social que mantendrán en un futuro las personas que se hallen en estos centros, creando un precedente para ser aplicado en la provincia y el país.

## **1.4 Objetivos**

### **1.4.1 General:**

Analizar cómo podría ayudar a la rehabilitación psico-social la práctica de actividades lúdicas con las mujeres privadas de su libertad dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato

### **1.4.2 Específicos:**

1. Identificar en qué consiste la Rehabilitación Psico-social de las mujeres privadas de su libertad dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato.
2. Determinar qué son las actividades lúdicas y su incidencia en la rehabilitación de las mujeres privadas de su libertad dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato.
3. Proponer una alternativa de solución al problema planteado de la rehabilitación psico-social a través de actividades lúdicas con las mujeres privadas de su libertad dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato.



## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes de la Investigación**

Para desarrollar la presente investigación hemos considerado importante tomar en cuenta proyectos realizados anteriormente que han tenido concordante contenido con nuestro tema propuesto; los mismos que se describe a continuación:

Universidad Técnica de Ambato: Carrera de Cultura Física.

AUTOR: PAREDES, Raúl (2013).

TEMA: La cultura física en el proceso de rehabilitación de las personas privadas de la libertad en el centro de rehabilitación social de la ciudad de Riobamba provincia de Chimborazo (tesis de pregrado).

#### **CONCLUSIONES:**

- Según los resultados de la encuesta realizada se puede determinar que las personas privadas de la libertad si consideran a la Práctica de la Cultura Física como ayuda en su proceso de rehabilitación.
- Las personas privadas de la libertad creen que efectuar actividad física mejoraría su capacidad y aptitud hacia un nuevo estilo de vida.
- Con la práctica de la Cultura Física mejorará el desarrollo psicomotriz de los movimientos de las personas privadas de la libertad.
- No hay suficiente motivación en el Centro de Rehabilitación para que las personas privadas de la libertad realicen actividad física en su tiempo libre. En la gran mayoría de las personas privadas de la libertad que se encuentran en el

Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Riobamba se pudo evidenciar que existe predisposición por recibir clases de Cultura Física como parte de su proceso de rehabilitación.

Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.

AUTOR: REVELO, Mirian (2014).

TEMA: Proyecto de implementación de actividades recreativas en el mejoramiento de la autoestima y los estados depresivos en los internos del ex penal García Moreno.

#### CONCLUSIONES:

- La implementación de las actividades recreativas incidió positivamente en la autoestima y disminuyó los niveles de depresión en las personas privadas de la libertad que participaron en el desarrollo de este estudio.
- La práctica de actividades recreativas permite la buena utilización del tiempo libre de las personas privadas de la libertad, contribuyendo con su rehabilitación.
- Las actividades recreativas generan un ambiente de ocio productivo, lo cual ayuda a que las personas privadas de la libertad no incurran en actos de violencia.
- La salud mental y física de las personas privadas de la libertad se ven mejoradas a través de la práctica de las actividades recreativas, debido a que su autoestima se fortalece a través de la interrelación grupal, generando en sí mismos mayor seguridad en sus actos, rescatando los valores de solidaridad, compañerismo y trabajo en equipo.
- La implementación de actividades recreativas contribuye al cumplimiento del artículo 51 parte 4 y 5 de la constitución, que ampara a las personas privadas de la libertad, dando la atención a sus necesidades recreativas, entre otras.
- La práctica de actividades recreativas mejora la calidad de vida de las personas privadas de la libertad, por cuanto, mantiene el equilibrio entre la rutina diaria y las actividades recreativas que escogen libremente.
- La Hipótesis planteada en el estudio comprueba que: la correlación es alta, esto

refleja que una vez aplicado el proyecto genera un gran impacto positivo en la autoestima y la depresión de las personas privadas de la libertad.

- La implementación de este proyecto, tiene un impacto social positivo, ya que origina cambios no sólo a nivel físico, sino también a nivel mental y conductual, reflejados en el desarrollo de la vida diaria en el centro a través del mejoramiento de aspectos tan relevantes como la convivencia. Así mismo, dichos cambios conductuales les permitirán a las personas privadas de la libertad adaptarse de una manera más adecuada a la resocialización.

## **2.2 Fundamentaciones**

### **2.2.1 Fundamentación Filosófica**

La investigación se fundamenta en el paradigma crítico propositivo, calificado como una alternativa a la problemática social que se considera crítico ya que estudia todas las características y situaciones dentro de las cuales se envuelve el problema investigado, a su vez que se considera propositivo ya que busca una solución valedera para poder aplicarla a la realidad.

En el caso de la investigación se considera que el estudio de las causas de la no realización de actividades lúdicas y su incidencia en el proceso de rehabilitación dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato, es la parte crítica que cumple con el paradigma y posteriormente la propuesta es la solución propositiva que tendrá que sustentar la investigadora con el fin de mejorar o dar alternativas para su aplicación dentro de la institución.

La fundamentación axiológica busca el respeto a la existencia de valores propios de cada grupo social o cultural, definiendo la propia identidad, enmarcan la vía del respeto desde el investigador hacia el objeto de investigación (mujeres internas en el Centro de Rehabilitación Social), siempre que no se contraríen los mencionados valores la investigación es valedera y mantiene el respeto por los valores ajenos adoptando una postura de relativismo cultural. Encontrando así a la

ciencia como la primordial aplicación del estudio de valores, estableciendo así un Constructivismo Social que busca la formación y creación de nuevos valores en personas que lo necesitan, aumentando así su capacidad crítica, reflexiva y autonomía de pensamiento.

Este trabajo se basa en el positivismo que deriva de la fundamentación epistemológica que surge en Francia a inicios del siglo XIX de la mano del pensador francés Saint-Simón primero, de Augusto Comte segundo, y del británico John Stuart Mill y se extiende y desarrolla por el resto de Europa en la segunda mitad de dicho siglo. Según esta escuela, todas las actividades filosóficas y científicas deben efectuarse únicamente en el marco del análisis de los hechos reales verificados por la experiencia (Perez, 2005; p.89)

La fundamentación psicológica de esta investigación se base en teorías de diferentes autores en la que indican que la capacidad de jugar del ser humano se desarrolla a lo largo de su vida y a la práctica de diferentes actividades lúdicas se logra construir nuevas habilidades psicológicas en la parte del conocimiento o cognitiva, las emocionales y sentimentales o afectivas del individuo. Con respecto a esto Vygotsky, establece en sus estudios que la teoría del proceso cognitivo tiene sus inicios en la interacción del individuo dentro de la sociedad y la cultura en la que se educó con la que dogmatiza funciones psicológicas sociales y también individuales.

La fundamentación social en concordancia a la fundamentación axiológica se relaciona en especial al enfoque de reinserción después de la rehabilitación de una persona privada de su libertad en el medio social en el que se desenvolvía y la importancia de este tema para la civilización en cuanto al manejo de las relaciones socio afectivas de los individuos.

***La educación en valores, con un enfoque sociológico, comprende la educación como un proceso a escala de toda la sociedad en el marco del sistema de influencias y de la interacción del individuo con la sociedad con el fin de su socialización como sujeto activo y transformador, en los que los valores históricos-culturales tienen un***

*papel esencial. (Nancy Chacón Arteaga, 2006, encontrado en: <http://www.eumed.net/18/06/2016>)*

## **2.3 Fundamentación Legal**

### Constitución de la República del Ecuador del 2008.

#### Capítulo segundo

#### Derechos del buen vivir

#### Sección cuarta

Art. 24.- Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre.

#### Capítulo tercero

#### Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria

Art. 35.- Las personas adultas mayores, niñas, niños y adolescentes, mujeres embarazadas, personas con discapacidad, personas privadas de libertad y quienes adolezcan de enfermedades catastróficas o de alta complejidad, recibirán atención prioritaria y especializada en los ámbitos público y privado. La misma atención prioritaria recibirán las personas en situación de riesgo, las víctimas de violencia doméstica y sexual, maltrato infantil, desastres naturales o antropogénicos. El Estado prestará especial protección a las personas en condición de doble vulnerabilidad.

#### Sección octava

#### Personas privadas de libertad

Art. 51.- Se reconoce a las personas privadas de la libertad los siguientes derechos: 5. La atención de sus necesidades educativas, laborales, productivas, culturales, alimenticias y recreativas.

#### Capítulo cuarto

#### Sección decimotercera

#### Rehabilitación social

Art. 201.- El sistema de rehabilitación social tendrá como finalidad la rehabilitación integral de las personas sentenciadas penalmente para reinsertarlas en la sociedad, así como la protección de las personas privadas de libertad y la

garantía de sus derechos. El sistema tendrá como prioridad el desarrollo de las capacidades de las personas sentenciadas penalmente para ejercer sus derechos y cumplir sus responsabilidades al recuperar la libertad.

Art. 203.- El sistema se regirá por las siguientes directrices: 2. En los centros de rehabilitación social y en los de detención provisional se promoverán y ejecutarán planes educativos, de capacitación laboral, de producción agrícola, artesanal, industrial o cualquier otra forma ocupacional, de salud mental y física, y de cultura y recreación.

### Código Orgánico Integral Penal

#### Capítulo segundo

##### Derechos y garantías de las personas privadas de libertad

Art. 12.- Derechos y garantías de las personas privadas de libertad.- Las personas privadas de libertad gozarán de los derechos y garantías reconocidos en la Constitución de la República y los instrumentos internacionales de derechos humanos: 4. Trabajo, educación, cultura y recreación: el Estado reconoce el derecho al trabajo, educación, cultura y recreación de las personas privadas de libertad y garantiza las condiciones para su ejercicio. El trabajo podrá desarrollarse mediante asociaciones con fines productivos y comerciales.

### Código de Ejecución de Penas y Rehabilitación Social

#### Capítulo II

##### Asistencia para liberados

Art. 48.- La asistencia para liberados es una función estatal que se cumplirá a través del departamento correspondiente, cuyo objetivo será procurar que los liberados puedan reintegrarse a la sociedad, y hacerlo en condiciones que les permitan un desenvolvimiento armónico en la misma. Este objetivo se cumplirá mediante la asistencia médico-siquiátrica, laboral y comunitaria, y por medio de la garantía que se establece en el artículo siguiente.

## Ley Orgánica de Educación Intercultural

### Capítulo sexto

#### De las necesidades educativas específicas

Art. 51.- Educación en situaciones excepcionales.- El Estado garantiza el acceso y permanencia a la educación básica y bachillerato a todas las personas que por, cualquier motivo, se encuentren en situaciones tales como privación de libertad, enfermedades prolongadas, necesidad de protección y otras que no les permitan acudir a instituciones educativas.

## Ley del Deporte, Educación Física Y Recreación

### Título I

#### Preceptos fundamentales

Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado.

## 2.4 CATEGORIZACIÓN DE VARIABLES.

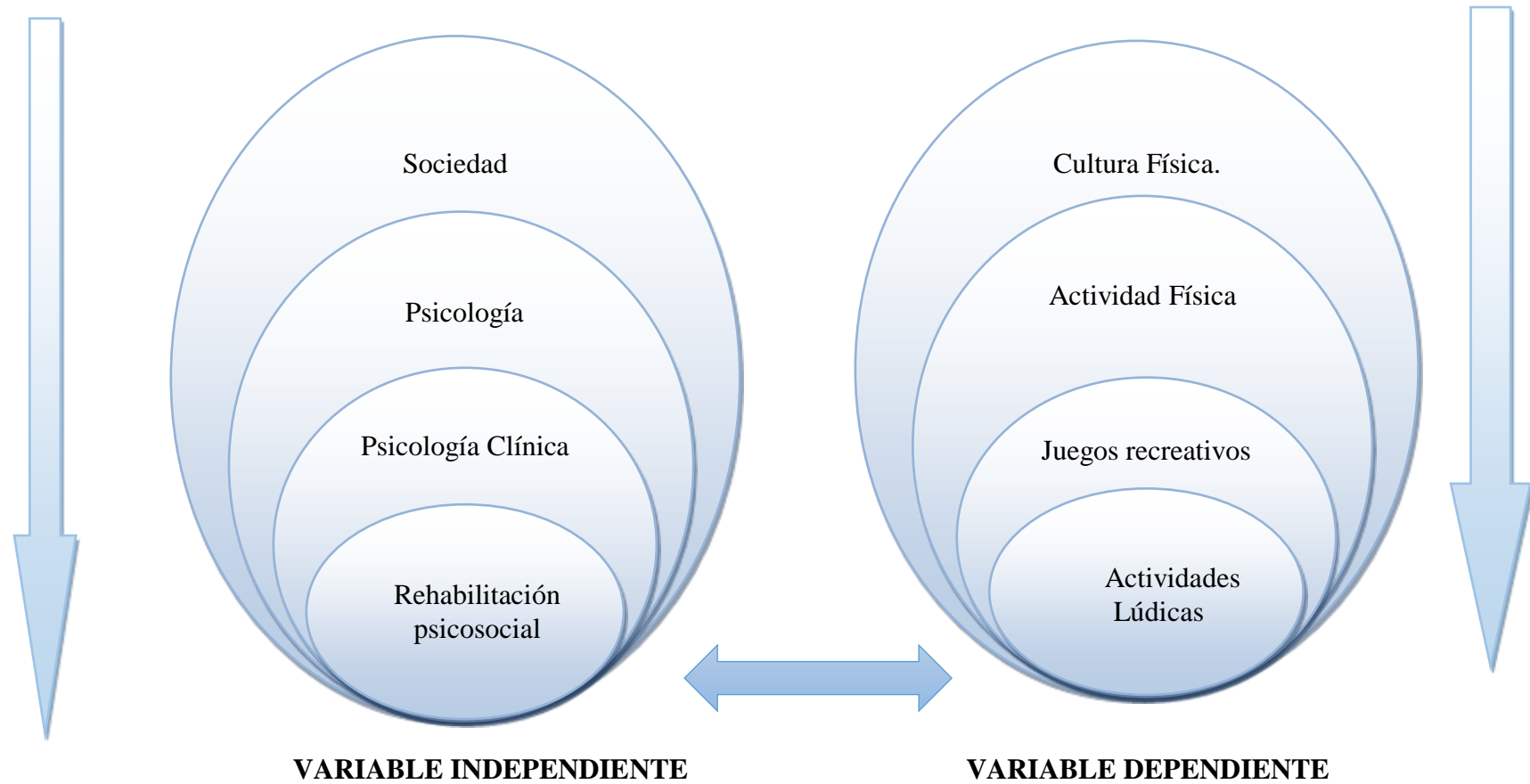
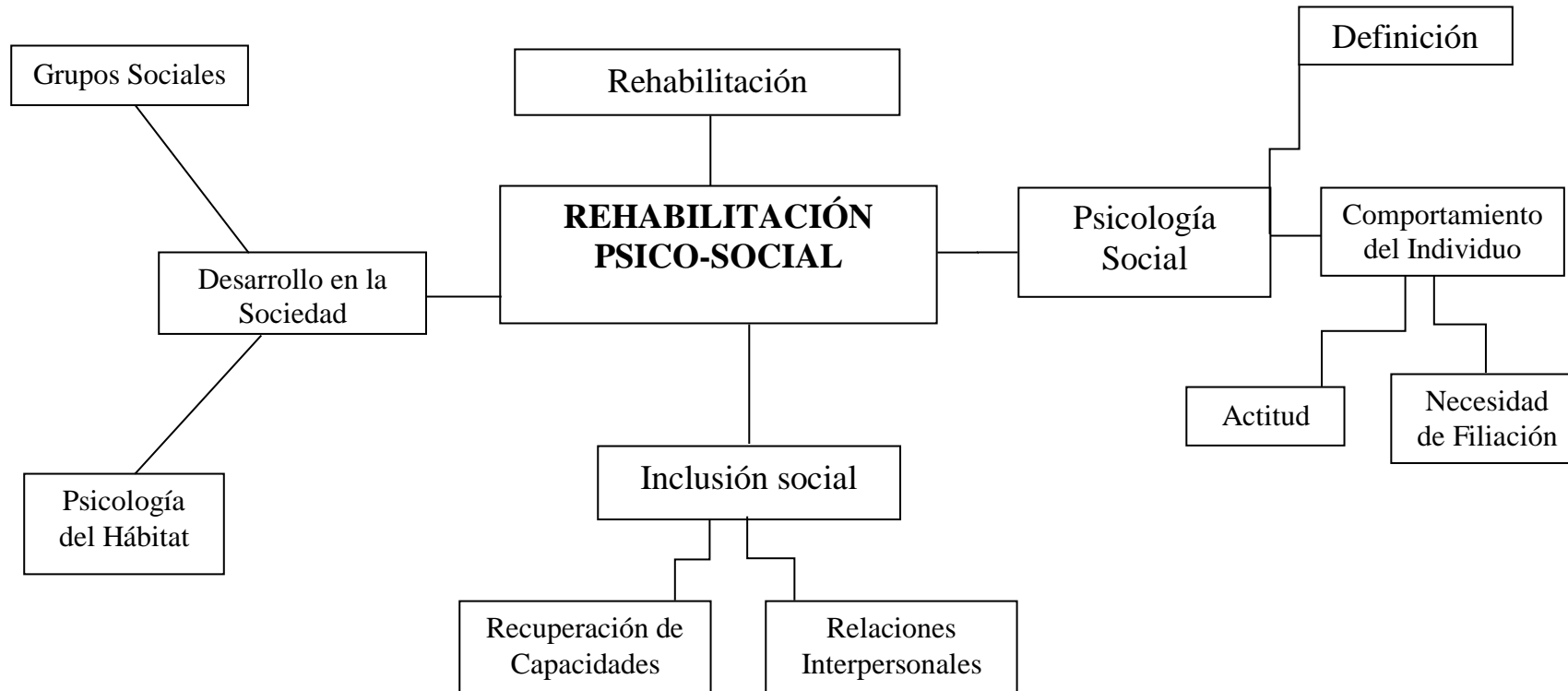


Gráfico No. 2 CATEGORIZACIÓN DE VARIABLES.  
ELABORADO POR: Autora

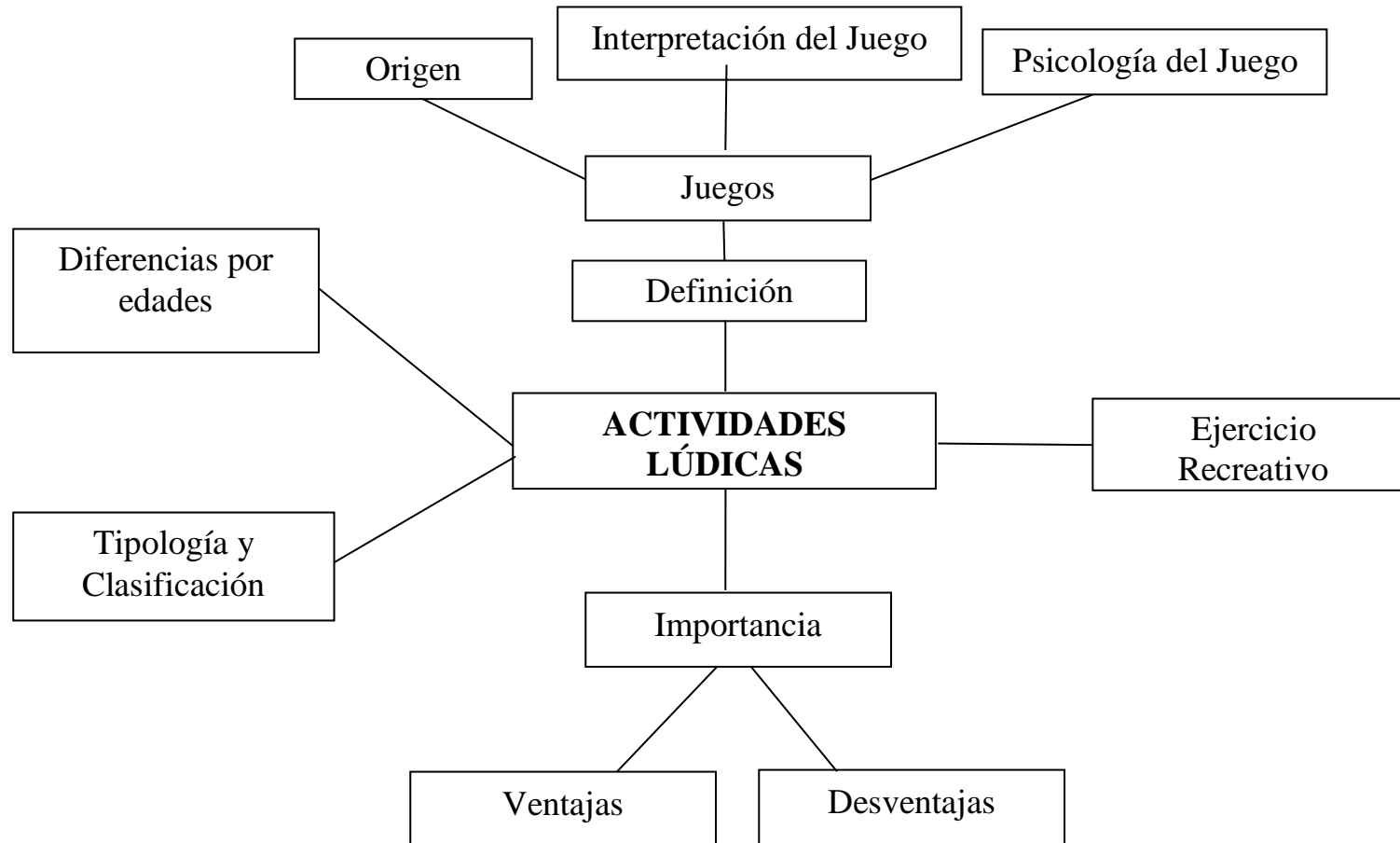


**Constelación de ideas de la Variable Independiente**



**Gráfico No. 3 VARIABLE INDEPENDIENTE.**  
**ELABORADO POR:** Autora

**Constelación de ideas Variable Dependiente**



**Gráfico No. 4 VARIABLE DEPENDIENTE.**  
**ELABORADO POR:** Autora

## 2.4.1 Fundamentación Teórica

### 2.4.1.1 Conceptualización de la Variable Independiente

#### **SOCIEDAD**

Consideramos a la sociedad como individuos que intercambia actividades y pensamientos en un mismo lugar físico, la sociedad esta conformada por personas radicadas en el mismo punto geográfico y ser igen por leyes de convivencia básicas.

*El término sociología es un neologismo conformado por el término de origen latino socialis, que hace referencia a la sociedad y el término griego logos, que significa estudio. Augusto Comte es quien por primera vez utiliza el término sociología en el siglo XIX, aludiendo a la ciencia que estudia los fenómenos y hechos sociales(...) Desde las etapas más remotas de la antigüedad, se ha buscado explicar el origen de la humanidad y el comportamiento de los hombres viviendo en sociedad(...). (López, R. 2013 Pg. 1.)*

A una sociedad la marca su cultura y sus funciones puede existir sociedades de todo tipos de seres aún se utiliza este término para reflejar la sociedad con personas jurídicas las cuales no existen en materia únicamente subjetivamente y también se encuentran las de seres vivos no humanos, si hablamos de sociedad humana se recalca que estas se encuentran divididas en pueblos y según los lazos culturales que las unen.

#### **PSICOLOGÍA**

##### Psicología como Salud

Se dice que las ciencias de la salud son interdisciplinarias por el hecho de entrelazar o combinar varias ciencias para el estudio de un mismo caso clínico

desconocido; o para profundizar el estudio de una forma más especializada. Las ciencias de la salud son aquellas que permiten obtener los conocimientos necesarios para ayudar a prevenir enfermedades y a desarrollar iniciativas que promuevan la salud y el bienestar tanto de una persona en particular como de la comunidad en general.

En cuanto a la práctica de deporte existen muchas disciplinas que contribuyen a que el individuo goce de una buena forma. No obstante, es cierto que en los últimos años las disciplinas deportivas que han experimentado un mayor crecimiento son aquellas que no sólo permiten mantener una buena forma física sino también un equilibrio psíquico.

La salud mental, por su parte, apunta a aglutinar todos los factores emocionales y psicológicos que pueden condicionar a todo ser humano y obligarlo a emplear sus aptitudes cognitivas y su sensibilidad para desenvolverse dentro de una comunidad y resolver las eventuales demandas surgidas en el marco de la vida cotidiana.

### Psicología

Es una rama de la medicina la cual estudia el comportamiento de los seres humanos, dando una explicación a los fenómenos que surgen en relación al entorno donde se desenvuelven y las actividades que realizan. Psicología, “es un método especial de investigación de los fenómenos subjetivos del ser humano, como ser biológico y como ser social” (Székely, 2000, p.15).

En sus inicios la psicología surge como el estudio al comportamiento de los animales; sin embargo por actuaciones y estudios científicos, se logra situar al estudio de la mente como un tratamiento ajeno al cuerpo y sus diferentes órganos, pues era necesario dar un diferente tratamiento a enfermedades mentales que a otras; con este principio se accede a llamarse psicología a la ciencias que estudia el comportamiento, el pensamiento y la mente humana, pues se consideró que la

mente y el cuerpo no están aislados, pero su estudio es diferente.

## **PSICOLOGÍA CLÍNICA**

La psicología clínica es el campo que dirige el estudio, diagnóstico o tratamiento de problemas o trastornos psicológicos o conducta anormal. Se dedica al bienestar humano y se enfatiza en la búsqueda del conocimiento.

### Historia

No se podría establecer un determinado periodo o época en la que se relate a un individuo como el padre o quien inculcó la psicología clínica; más, desde los filósofos griegos, como Tales, Hipócrates o Aristóteles, que datan desde antes del nacimiento de Cristo fueron quienes especularon sobre la naturaleza del pensamiento, la sensación y la enfermedad como parte del ser humano.

Los datos históricos señalan desde remotas épocas el surgimiento de las ciencias humanas y entre ellas a la psicología y otras basadas en descubrir a la sociedad. Así pues, es en el contexto en el que el saber científico se vuelve sobre los propios sujetos y la sociedad, en el que surgen las ciencias sociales o humanas, entre ellas la Psicología.

No está de más recordar que estas ciencias, y muy característicamente la Psicología, tienen una doble vocación, por un lado, constituir un conocimiento básico, de carácter empírico y experimental, y, por otro, ofrecer un conocimiento aplicado que sirva a la mejora práctica de los asuntos humanos.

## **REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL**

La rehabilitación psicosocial es el conjunto de intervenciones y apoyos cuyo objetivo esencial es ayudar al enfermo mental a recuperar o adquirir las capacidades y habilidades necesarias para el desarrollo de una vida cotidiana en

comunidad de la manera más autónoma y digna, así como en el desempeño y manejo de las diferentes funciones sociales y demandas que supone vivir, trabajar y relacionarse.

La rehabilitación psicosocial no es un centro ni una unidad, sino una determinada forma de entender la atención a las personas afectadas de una enfermedad mental e implica tanto un conjunto de procedimientos específicos como una red de recursos orientados a proporcionar una mayor calidad de vida en unas condiciones lo más normalizadas e independientes posibles.

Este modelo de atención y basado en la comunidad, se ha empezado a consolidar desde hace relativamente muy poco tiempo, desde la desinstitucionalización psiquiátrica.

Ha supuesto un cambio integral, pasando de un contexto de atención basado en el internamiento a otro que es el de la comunidad y de una atención meramente asistencial y médica a una atención integral donde se tienen en cuenta todos los problemas y necesidades de la persona.

**REHABILITACIÓN.-** Székely (2000) afirma sobre el concepto de rehabilitación lo siguiente: “Aplicarse a toda recuperación de un estatus físico mental, profesional o social satisfactorio que tiene lugar con posterioridad a una perturbación o enfermedad” (p.686).

Es un estado de salud del ser humano en el que se encuentra en rehabilitación por alguna causa extraña a la cual se vio afectado, es necesario que quienes hayan pasado una patología de larga duración siga una rehabilitación adecuada para llegar a su perfecto estado de salud; es decir, la rehabilitación busca adaptar o reinsertar al individuo dentro de sus actividades diarias de una forma útil. Según la Gran Enciclopedia de Larousse Rehabilitar es “Habilitar de nuevo o restituir una persona o cosa a su antiguo estado” (p. 1019).

## PSICOLOGÍA SOCIAL

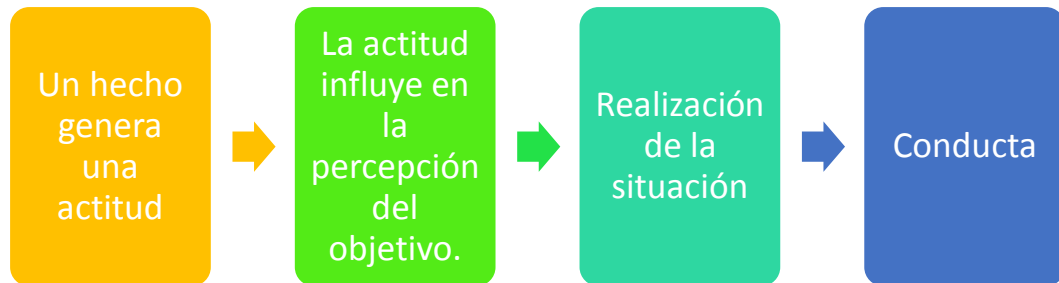
Definición.- El ser humano por naturaleza es un ser social y de convivencia, cada actividad que realiza está basada en la relación que mantenga con su entorno y sus decisiones van en relación a un tercero y a sí mismo. De esta idea del ser humano como ente social, nace la psicología social, que es una rama derivada de la psicología pero que su estudio está basado en las relaciones humanas que mantenga un individuo y el comportamiento de este en ese medio; es decir, estudia al ser humano y su comportamiento colectivo y el desenvolvimiento de grupos y la formación psicológica de los mismo, adhiriéndose un poco más a la sociología (Székely, 2000).

Algunos científicos y psicólogos, mencionan que es paradójico hablar del estudio de grupos y sociedades cuando la psicología estudia el comportamiento del individuo; más, es necesario que se entienda el comportamiento de la mente y las acciones que desencadenan en una población, pues el ser humano es un ser social y siempre estará en permanente socialización, y la psicología social estudia el modo de pensar de sociedades y organismos diferentes, así como la conducta del ser humano dentro de estas.

*La PSICOLOGÍA SOCIAL busca conocer y explicar el desenvolvimiento del ser humano desde sus orígenes biológicos como parte de una especie integrada desde sus más primitivas formas de organización que comparte objetivos y responsabilidades dentro de la HORDA, la TRIBU o el CLAN hasta el desarrollo de su racionalidad como producto de las sucesivas transformaciones de su organismo adaptado a las condiciones del medio. (Jimenez, 2003, p. 22).*

Comportamiento del Individuo.- Dentro de la psicología social se estudia el comportamiento de los individuos, pues una organización influye en la toma de decisiones y actitudes del individuo inmerso en ella, tratando con esta rama de la

psicología entender el comportamiento y el pensamiento social y las causas que la originaron, analizando los procesos cognitivos de los individuos y su confrontamiento en la organización. Dentro del proceso del comportamiento hay que reflejar que las acciones y actitudes son lo que se evalúa dentro de la psicología pues estas son las que originan un comportamiento (Baron y Byrne, 1998).



*Actitud.*- La actitud es la manera en que los individuos resuelven diferentes circunstancias o su enfrentamiento ante un hecho sea o no relevante. Las actitudes de los seres humanos dependen de su personalidad o de experiencias adquiridas; es decir, es el resultado de un constante aprendizaje social, cultural y patrimonial, sin dejar a un lado que la actitud de una persona depende también de la formación recibida en su hogar. Jones y Gerard (1992) define a la actitud como “...la resultante de la combinación de una creencia y un valor importante” (p. 171).

Las personas demuestran sus actitudes en la vida cotidiana sea en integración con sus estudios, trabajo o aún en vanas conversaciones, y estas casi siempre estarán ligadas a emociones, pensamientos y estado de ánimo; las actitudes que los individuos tengan desarrollan una buena o una mala convivencia social, pues están se forman por las experiencias y las mismas experiencias hacen que esa actitud se revierta.

*Necesidad de Filiación.*- Los seres humanos pasan la mayoría de su tiempo en un constante dialogo e interacción con otras personas, por naturaleza los humanos necesitamos rodearnos y socializarnos con personas de nuestro entorno, pues desde la concepción nacimos como seres sociales.



Existen tipo de personalidades que como característica sean menos sociables que otras, siendo introvertidos y que prefieran mantenerse al margen de las relaciones sociales; y, por lo contrario aquellos que necesitan estar en constante acercamiento con otras personas, que son extrovertidos y no podría vivir alejados de la sociedad; sin embargo, cada personalidad sea la que fuere no es un indicador de que el ser humano no es un ser social, al contrario, todas las personas en un estado de salud óptimo necesita en mayor o menos cantidad de filiación con otros seres.

La necesidad de filiación de los seres humanos van de acuerdo a las necesidades que cada uno posea, estas necesidades son de tipo cultural, educativo, deportivo, ideológico, político, entre otras, dependiendo de las metas y objetivos que cada individuo se hay propuesto y conforme la personalidad de cada uno.

La falta de filiación y acercamiento con otros seres causa sentimientos negativos en los individuos, y estos sentimientos se ven reflejados en el comportamiento que presentan ante la sociedad; uno de estos sentimientos es la Soledad y Depresión que puedan presentar y que pude conllevar hasta al suicidio.

*La soledad es un problema importante en nuestra sociedad. Algunos de los primeros estudios realizados sobre la soledad en Estados Unidos mostraban que alrededor del 25 por ciento de la población se había sentido solos en el período previo al estudio. En nuestro país, investigaciones realizadas con personas mayores han señalado que alrededor de una tercera parte de la población mayor de 65 años se siente sola con frecuencia a lo largo del día. También ha podido contestarse que la necesidad de intimidad ha aumentado en los últimos años; esto es, las personas cada vez presentan una mayor necesidad de relaciones afectivas características por la comunicación, la comprensión y el apoyo mutuo. (Baron y Byrne, 1998, p. 290- 291).*

## INCLUSIÓN SOCIAL

Recuperación de Capacidades.- La capacidad es las habilidades que cada persona posee para desenvolverlas en sus actividades diarias dando en cada una de ellas lo mejor de sí y destacándose en su realización. Al respecto del concepto de capacidad Székely (2000) dice:

*Es la potencialidad de mejoramiento de una función determinada (habilidad, entendimiento y gusto) bajo condiciones óptimas de entrenamiento. La capacidad es deducida de medidas de habilidad; los individuos cuyos scores son usados en la determinación de su capacidad, deben haber tenido montos de entrenamiento y oportunidades iguales, con lo cual pueden ser establecidas las comparaciones. (p. 135)*

Relaciones Interpersonales.- El ser humano como tal es un ser individualista pero que tiene que establecerse en una sociedad desarrollando capacidades en diferentes agrupaciones de individuos, por ende se le considera como un ser colectivo pues no puede y no debe permanecer aislado.

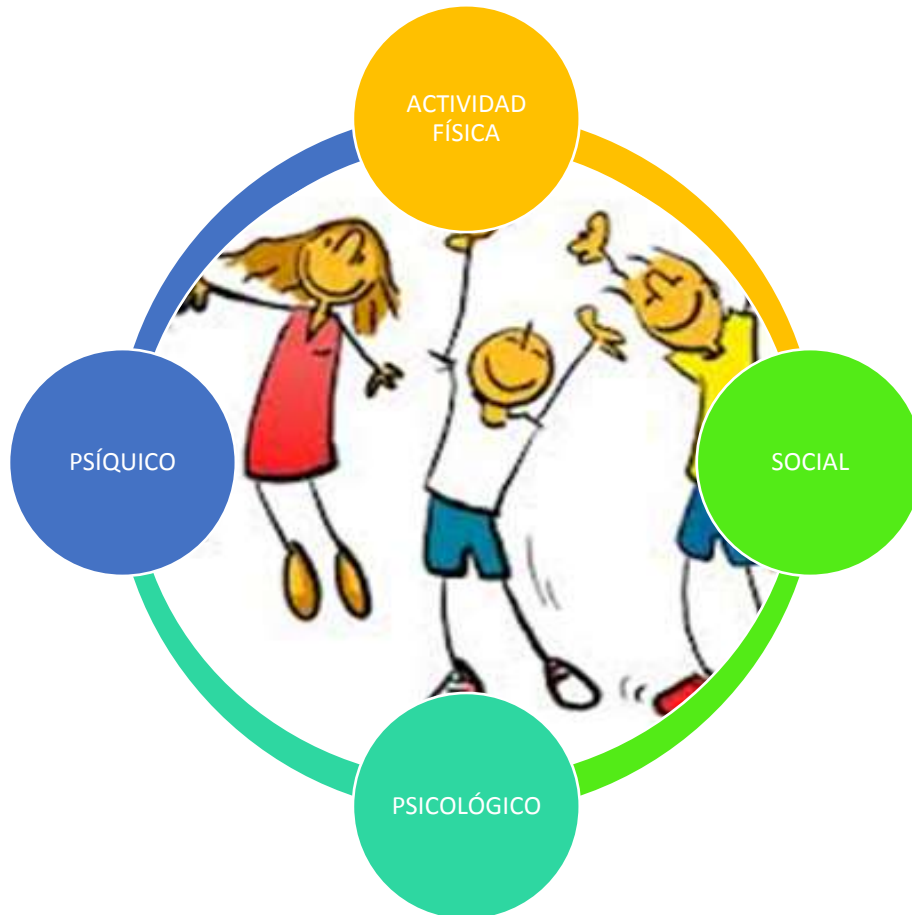
Las relaciones interpersonales son consideradas como parte fundamental en el desarrollo de las personas, precisamente, las relaciones humanas e interpersonales se encuentra dentro de la psicología social pues es necesario q se estudie el comportamiento de las personas dentro de grupos sociales.



Relaciones Humanas.- Es el estudio que se ha realizado a los seres humanos y su actitud frente a una civilización desenvolviéndose dentro de organizaciones de diferente índoles, es necesario conocer el comportamiento para lograr crear una sociedad justa con equilibrio y poder tratar los problemas situados dentro de una sociedad, se puede concluir que esta ciencia estudia al ser humano como individuo, familiar y profesional para recomendar acciones que mejoren su forma de vida; de igual manera, se considera a las relaciones humanas el arte de poder llevarse bien con las otras personas entrando en absoluto estado de paz al saber tratar con conflictos grupales teniendo una mejor relación social (Orejuela, 1990).

Es importante señalar que la convivencia va mucho más allá de vivir en conjunto con otros seres humanos, es el aprender valores y desarrollarlos en beneficio de otros para mejorar las relaciones sociales de un organismo social, forma parte de mantener una buena relación interpersonal el aprender a convivir con diferentes estereotipos humanos sin querer cambiar o mejorar la personalidad de otros seres humanos y aprender a cambiar situaciones de conflictos con nuestra actitud.

## DESARROLLO EN LA SOCIEDAD



Grupos Sociales.- Los grupos sociales son individuos agrupados conforme a características, sean estas físicas o de pensamiento e ideologías, semejantes los unos con los otros lo cual hace que compartan y frecuenten experiencias y sensaciones parecidas dando una satisfacción de realización y sociabilización.

Psicología Colectiva.- Es una rama que se encuentra inmersa en la sociología y antropología de igual forma pertenece a la psicología social, pues su estudio está basado en las formación de agrupaciones de individuos o las llamadas masas. Jiménez (2003) afirma que: “Psicología social también ha sido definida como Psicología Colectiva, por cuanto es el conjunto de pensamientos, ilusiones, costumbres, estados de ánimos, y otros rasgos de una sociedad...” (p.55).

Psicología del Hábitat.- Hábitat es el medio o el entorno en donde el ser humano se desenvuelve diariamente para cumplir con sus deberes, derechos y obligaciones, el hábitat o ecosistema es el conjunto de seres que conviven entre sí; siendo que la psicología del hábitat no es más que el estudio del comportamiento del ser humano dentro de su hábitat.

Habitar.- Es crear un mecanismo de defensa ante seres extraños, es decir habitar o morar es un refugio creado por el ser humano para protegerse de peligros manteniendo su sentido de cuidado y defensa propia, donde vaya el ser humano debe crear una habitación para poder subsistir dependiendo de este si en este mecanismo que ha creado se encuentra con felicidad plena o placentera (Shumann, 1977- 1978).

Dentro de un hábitat las relaciones humanas o interpersonales son fundamentales pues el individuo busca asociarse mediante la comunicación con otros seres y esta es la base de una sociedad moderna con una buena base en relaciones sociales.

*La función de la vivienda es la de satisfacer las necesidades de las personas que viven en ellas. Para sentirse a gusto, cada uno debe encontrar reposo, intimidad. Tiene que poder entregarse a sus actividades: trabajar, cocinar, educar a los hijos. La vivienda constituye el medio construido en el que se desarrolla la existencia de un grupo social. (Shumann, 1977- 1978, p. 34).*

#### **2.4.1.2 Conceptualización de la Variable Dependiente**

### **CULTURA FÍSICA**

Según la RAE (2011) “Se denomina cultura física a las maneras y hábitos de cuidado corporal, mediante la realización de actividades como deportes o ejercicios recreativos, que no sólo buscan la salud del cuerpo, otorgándole actividad que lo aleja del sedentarismo y sus consecuencias, si no también persigue la búsqueda de plenitud y bienestar integral del ser humano, del binomio cuerpo-mente.

Cada individuo puede dedicar a la cultura física una porción determinada de tiempo, en relación a sus posibilidades, aunque muchos hacen de esto una forma de vida, como los deportistas”

Parafraseando lo anteriormente mencionado se puede decir que la cultura física comprende un conjunto de buenos hábitos adquiridos por un ser humano para la realización de actividades que en su mayoría son buenas para el organismo y para el desarrollo muscular de la persona, haciendo que no sea sedentaria y busque su bienestar.

Se considera que la cultura física también incluye las recomendaciones que se deben seguir para realizar una actividad física, y el proceso metodológico de cada una de ellas en conjunto con la actividad que se desea realizar, teniendo un amplio espectro de aplicación debido a todas los deportes dentro de los cuales se puede aplicar e inmiscuirse.

Se puede decir que la cultura física se relaciona con el cuidado del cuerpo y la búsqueda del bienestar y buena figura física, complementándola con una vida equilibrada, buena alimentación y el debido cuidado a la salud.

## **ACTIVIDAD FÍSICA**

Existe una concepción generalizada de la relación directa entre la práctica de la actividad física y los efectos beneficiosos que proporciona para la salud. Desde diversos sectores como la medicina, educación física, fisioterapia, psicología, etc. Se destaca el papel esencial que el correcto ejercicio físico posee desde el punto de vista preventivo en la mayoría de las alteraciones que se producen con frecuencia en la sociedad sedentaria y altamente mecanizada en la que vivimos. Se considera que la actividad física trae consigo efectos beneficiosos para el ser humano, tratándose no solamente genéricamente de la salud sino también del área de educación corporal, la fisioterapia y en muchos de los casos ha sido considerada como una buena terapia psicológica que según estudios ha dado buenos resultados para los fines psicológicos en al menos un 75% de los casos se han podido corregir las patologías que se han pensado mejorar a través de la actividad física.

Sin embargo, la mayoría de las investigaciones sociológicas destacan unos índices muy bajos de participación en la práctica de actividad físico-deportiva que está siendo amortiguada por la emergencia de modelos de comportamiento social dirigidos al cuidado del cuerpo y la imagen física que, por otro lado, no están exentos de manipulación mercantilista. Por lo que es importante y destaca la presente investigación que la realización de actividades físicas, dentro del período de rehabilitación de las internas del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato por lo que se debe implementar jornadas de actividades físicas para que se puedan fortalecer estos procesos.

Pero hemos de señalar que, no solamente la investigación fisiológica se ha preocupado por el estudio de los efectos de la práctica de actividad física y, en los últimos años, encontramos otras disciplinas científicas como la Psicología o la Sociología que incluyen el ejercicio físico como elemento de análisis por los efectos que producen en el ser humano.

## **JUEGOS RECREATIVOS**

El juego en general es una actividad recreativa pues proporciona diversión y entretenimiento a quien lo practica pero al existir una variedad de juegos, reglados o no, podemos distinguir al juego exclusivamente recreativo cuando este minimiza el grado de competición, establece reglas sencillas o básicas y genera satisfacción inmediata en quien lo ejecuta.

Los juegos recreativos ayudan mucho en el desarrollo mental de la persona que los practica, comúnmente se creería que se aplican solo en niños pero es una creencia que no es cierta ya que se pueden aplicar en personas de todas las edades teniendo muy buenos resultados.

Estos juegos también llamados de salón, son aquellos que además de proporcionar placer exigen esfuerzo muscular para llegar a dominarlos; se les puede dividir en dos grupos: Corporales y Mentales y se pueden practicar al aire libre o bajo techo.

Mediante los juegos recreativos el individuo que lo practique, sin importar su edad, se traslada a otra realidad y mediante la práctica de este tipo de juegos se logra armonizar los niveles de preocupación y reducir el índice de estrés.

## **ACTIVIDADES LÚDICAS**

**DEFINICIÓN.-** Se suele asociar la actividad lúdica con las primeras edades; sin embargo, el adulto, en cambio, ha de ser una persona seria con el fin de poderse enfrentar con éxito a las responsabilidades que ha de adoptar en su vida como tal. Sostener esto implica negar la seriedad que comporta el juego; éste puede representar para el adulto un medio equilibrador de su vida y favorecer en gran manera su relación con los demás. De hecho, de una u otra forma, el juego está presente en la vida del individuo desde que nace hasta la muerte. De formas diferentes, en consonancia con las características evolutivas pero acompañando al



hombre en su evolución.

La palabra LÚDICA proviene del latín LUDUS, LÚDICA/O y se refiere o relaciona con el juego. El juego es lúdico pero no todo lo lúdico es juego.

Se entiende como actividades lúdicas a una dimensión del desarrollo de los individuos, siendo parte constitutiva del ser humano. El concepto de lúdica es tan amplio, como complejo, pues se refiere a la necesidad del ser humano, de comunicarse, de sentir, expresarse y producir en los seres humanos una serie de emociones orientadas hacia el entretenimiento, el esparcimiento que nos lleva a gozar, reír, gritar e inclusive llorar, en una verdadera fuente generadora de emociones.

La actividad lúdica fomenta el desarrollo psico-social, la conformación de la personalidad, evidencia valores, puede orientarse a la adquisición de saberes, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan, el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento. Ernesto Yturralde Tagle (2008) manifiesta que:

*Es impresionante lo amplio del concepto LÚDICO, sus campos de aplicación y espectro. Siempre hemos relacionado a los juegos, a la lúdica y sus entornos así como a las emociones que producen, con la de la infancia y hemos puesto ciertas barreras que han estigmatizado a los juegos en una aplicación que derive en aspecto serios y profesionales, y la verdad es que ello dista mucho de la realidad, pues que el juego trasciende la etapa de la infancia y sin darnos cuenta, se expresa en el diario vivir de las actividades tan simples como el agradable compartir en la mesa, en los aspectos culturales, en las competencias deportivas, en los juegos de video, en los juegos de mesa, en los espectáculos, en forma de rituales, en las manifestaciones folklóricas de los pueblos, en las expresiones artísticas, en las obras escritas y en la comunicación verbal, en la enseñanza, en el material didáctico,*

*en las terapias, etc. Lo lúdico crea ambientes mágicos, genera ambientes agradables, genera emociones, gozo y placer (p.2).*

Las actividades lúdicas pueden estar presentes inclusive en la edad adulta y ser muy constructivos si se los aplica bajo la metodología del aprendizaje experiencial conscientes de que los seres humanos nos mantenemos en un continuo proceso de aprendizaje desde que nacemos y permanentemente mientras tenemos vida. Para Carlos Alberto Jiménez (2003):

*La lúdica como experiencia cultural, es una dimensión transversal que atraviesa toda la vida, no son prácticas, no son actividades, no es una ciencia, ni una disciplina, ni mucho menos una nueva moda, sino que es un proceso inherente al desarrollo humano en toda su dimensionalidad psíquica, social, cultural y biológica. Desde esta perspectiva, la lúdica está ligada a la cotidianidad, en especial a la búsqueda del sentido de la vida y a la creatividad humana (p.178).*

Además la capacidad lúdica se desarrolla articulando las estructuras psicológicas globales tales como las cognitivas, afectivas y emocionales, abriendo candados mentales que han limitado el aprendizaje hasta hace muy poco en los diferentes niveles de edades.

## **Juegos**

El juego es una actividad recreativa que el ser humano realiza por lo general en momentos libres y en su mayoría mantiene fines educativos, “La psicología entiende al juego como la expresión de impresiones y vivencias, como catarsis de instintos que pueden ser nocivos para el individuo y para la sociedad en la que vive” (Fernández, 2006, p.33).

Dentro de la cultura física, los juegos son sumamente importantes porque a

través de ellos se deja la enseñanza y motivación para que el participante se interese en practicar actividad sea como recreación o profesional, además de ser el juego un mediador e interviniente entre los seres humanos y ayudan a desarrollar las relaciones sociales.

*El juego es una oportunidad importante de exponer, probar y ajustar la propia conducta social dentro de cierta seguridad; al mismo tiempo suele mejorar las propias capacidades físicas, lo que le permite al individuo integrarse más fácilmente a otras actividades. (Torbert, 1982, p. 152).*

### Origen

El juego nace con la aparición del tiempo libre en la vida del ser humano, este surgió como un fenómeno social que tuvo un gran impacto, al respecto Blásquez (2006) menciona lo siguiente: “...cada vez que disponemos de mayor tiempo de ocio que podemos utilizar en actividades que se suponen deben ser lúdicas, placenteras y reparadoras” (p.86).

El juego ha sido un factor fundamental en la vida del ser humano, y su existencia es desde la concepción o creación del individuo, aun sin llamarlo juego el ser humano hace actividades para distraerse a cada momento de su vida, desde las antiguas civilizaciones las personas realizaban actividades para fomentar una sana distracción y a su vez que sea de distracción para quienes lo practique y lo observen. Aún sin el uso de instrumento ni la creación de reglas, la humanidad adoptaba actividades simples que su ejecución no signifique un gran empleo de técnica para usarlos en su beneficio.

*Quizá en los comienzos del mundo el juego fue tan solo una forma del instinto de conservación de la especie; luego fue ejercicio necesario para afinar las primitivas técnicas de defensa y trabajo y en los niños expresión, como en las nacientes*

*manifestaciones artísticas, de la sociedad que se iba formando. Desde entonces y a lo largo de toda su historia, el hombre ha desarrollado con el juego el deseo de una libertad nunca alcanzada, de una liberación del estrés diario. Hoy en día las recientes conquistas de la ciencia, el progreso técnico, las nuevas fuentes de comunicación favorecen una cada vez mayor libertad, al menos física, del individuo y de la colectividad, lo cual permite recuperar el trabajo con la posibilidad de hacer creador nuestro tiempo libre. Si tal confianza es ignorada, se inicia entonces la edad de oro del juego, que no debe buscarse en un remoto pasado, sino preverse para un cercano futuro. (Montaner y Simón, s/a, p.1).*

De la práctica constante del juego en todas sus expresiones, nace el deporte que es únicamente un juego adaptado a reglas, técnicas e implementos. El juego es popular en la niñez y adolescencia; sin embargo, su práctica se ha difundido en la edad adulta como una forma de ejercitarse y mantenerse saludables.

#### Interpretación del Juego

Los juegos, a lo largo de la historia, se ha presentado con una estructura simple dentro de su organización pues mantienen un carácter tradicional y de reglas flexibles, dependerá del grupo que lo esté ejecutando para definir el sentido del mismo, existen actividades lúdicas que únicamente se ejecutan por el placer de interactuar con elementos como balones, palos, cintas, entre otras y su consecuencia de atraparlos, lanzarlos e invertirlos.

*Un juego, pues, no se define plenamente por el conjunto de sus reglas. Estas son reglas de acción. Jugar es hacer. La suma de las cosas a hacer (y a no hacer) se organiza bajo la forma de un escenario que provoca el nacimiento de una historia. Lo que cuenta ante todo en la estructura lúdica es su dimensión*

*temporal.*

*(Enciclopedia de Psicología y pedagogía, 1977- 1978, pg. 22).*

El juego cuando es con fines recreativos y educativos, es definido como Actividad Lúdica; más cuando adquiere reglas de estricto cumplimiento y se lo ejecuta en forma competitivo, es considerado el juego como Deporte.

### Psicología del Juego

Es necesario comprender que el juego en sí no existe si no se lo practica, es necesario que las reglas definidas sean estas flexibles o estrictas se las ejecute en medio de un grupo que busque distracción caso contrario no hablamos de juego de actividades lúdicas. El juego es consensuado y adquirido por sus participantes, no se define como una actividad obligatoria, únicamente como una opción de recreación.

Una actividad lúdica puede encerrar en sí un conjunto de juegos y otras actividades; ya que, el juego únicamente se basa en principios estipulados por quienes lo practican y donde todos adquieren un rol diferente para desempeñar.

J. Hemelryk citado por Rodríguez (2003) "...identifica tres características: el establecimiento intencional de reglas, la realización de juegos en grupos y la modalidad de juegos de interpretación o fantasía. Así juegos, reglas y fantasía identificarían los juegos del hombre." (pg. 66).

Hablar de psicología del juego es conceptualizar el comportamiento que causa en quienes lo practican, y esta depende del tipo de juego que realicen y los objetivos que se planteen para su comitiva. Existirán juegos donde se busque un rol salvaje y agresivo, otros donde únicamente la finalidad sea integrarse y compartir y otros que buscan dejar una enseñanza; pero, en todos ellos el sujeto que lo haga buscará ganar, pues esta es la naturaleza de los seres humanos.

**EJERCICIO RECREATIVO.-** Los ejercicios recreativos son aquellos que se practican en el tiempo libre o de ocio y que sirven para el desarrollo del individuo y una conexión con su entorno. El tiempo libre y el reposo son comunes desde la creación del ser humano, aún en la Biblia en el libro del Génesis dice que: en el Séptimo día Dios vio lo que había creado y he aquí que era bueno y descansó, de este principio se adaptó dar a la semana por lo menos un día de descanso del trabajo y estudio (García, 1982).

Es importante conocer los beneficios de realizar ejercicios recreativos durante nuestro tiempo libre, pues esto enriquecerá la productividad de una nación, y además se obtiene un alto nivel de desenvolvimiento en todas las tareas de quienes lo practican, una persona que sepa utilizar bien su tiempo libre, sabe alcanzar su estado óptimo de felicidad.

**IMPORTANCIA.-** El juego resulta ser un factor importante dentro de una sociedad, por medio del juego las personas desarrollan sentidos y destrezas, por medio de estas actividades un niño y adolescente puede aprender y entusiasmarse por un deporte para su práctica continua, un adulto puede corregir actitudes y aprender de otros y un adulto mayor puede recrearse y salir por un momento de su realidad, además se considera al juego de gran importancia pues se lo utiliza dentro de la educación como una herramienta.

### Ventajas

Una de las principales ventajas que el individuo obtiene con la práctica del juego y actividades lúdicas es la inserción en grupos y relación con otras personas, además que estas actividades desarrollan su formación orgánica funcional en lo que se refiere a sus estímulos, mejora la formación corporal o la postura de su cuerpo y forma el área perceptivo motriz haciendo que el ser humano tome conciencia de sus debilidades y fortalezas (Fernández, 2006).

Al momento que el individuo entra a ser parte de un juego, la principal ventaja que adquiere aún sin saberlo, es el desarrollo de su creatividad y el mantenimiento de su imaginación, sin importar la edad que tenga, pues la práctica de actividades lúdicas hace que el ser humano relaje su mente del estrés diario, gastando energía de una manera saludable y contribuyendo para su salud mental y física, pues ayuda al sistema y funcionamiento de su cuerpo y mente. “La práctica habitual de la actividad física es un modo privilegiado de mantener la salud... la creación de hábitos saludables en edades tempranas favorece en el desarrollo personal y ejerce función preventiva” (Blázquez, 2006, p. 85).

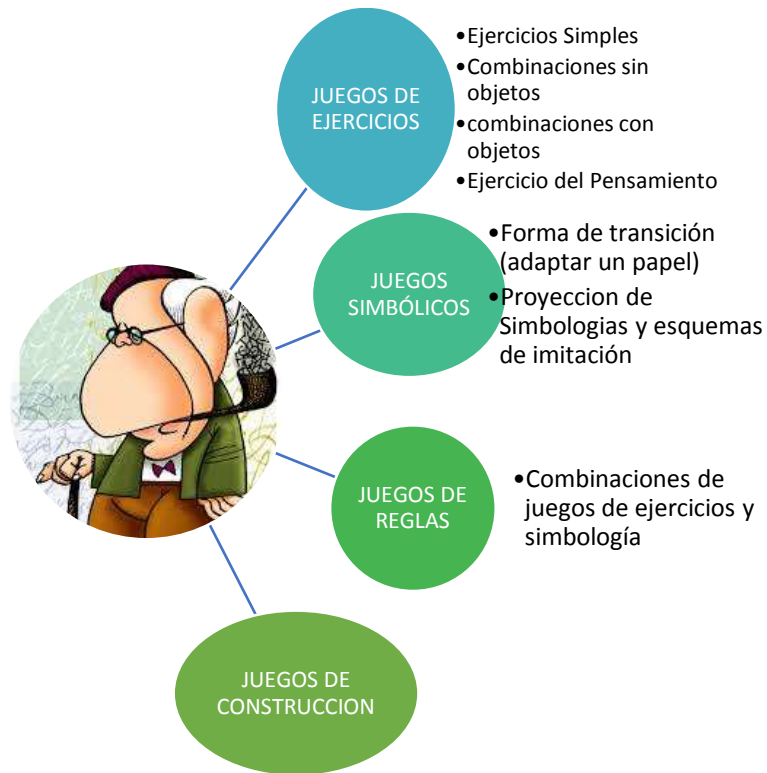
### Desventajas

El juego y las actividades lúdicas tiene ciertas desventajas que hay que situarlas importantemente en el desarrollo de estas actividades; pero se pueden definir de una mejor forma como límites que se deben trazar para evitar desventajas, uno de estos límites es el cuidar la esencia del juego como tal, es decir, practicarlo sin dejar de jugar; y por otro lado, otro de los límites es la indisciplina a la que se puede llegar, la Enciclopedia de Psicología y pedagogía (1977- 1978), al respecto menciona: “...el juego mismo, tomado como estructura, se pone en crisis a cada momento por la indisciplina de los jugadores. Estos últimos no sólo juegan todos al mismo tiempo, sino que además no aplican ninguna regla inteligible.” (pg.23).

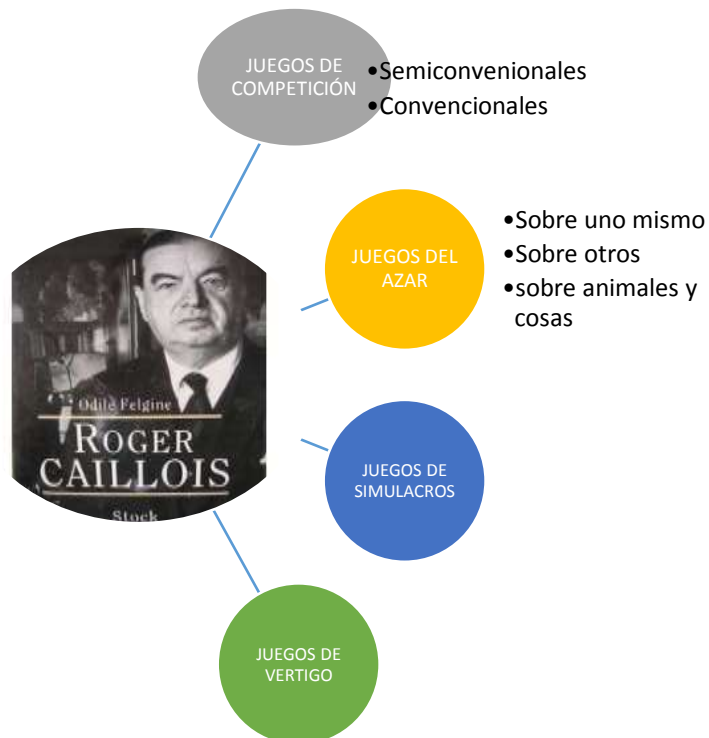
**TIPOLOGÍA Y CLASIFICACIÓN.-** Jean Piaget como se lo cita en la Enciclopedia de Psicología y pedagogía (1977- 1978) dice que:

*Apoyándose en los datos descubiertos a lo largo de su estudio genético sobre los diversos momentos de la aparición del juego, y sobre las formas sucesivas que reviste en el niño la conducta lúdica. Piaget distingue tres grados de tipos de estructura: el ejercicio, el símbolo y la regla. (pg. 25).*

A continuación esquematizaremos a la clasificación de los juegos según Piaget:



De la misma cita esquematizaremos también la clasificación de juegos según Roger Caillois:

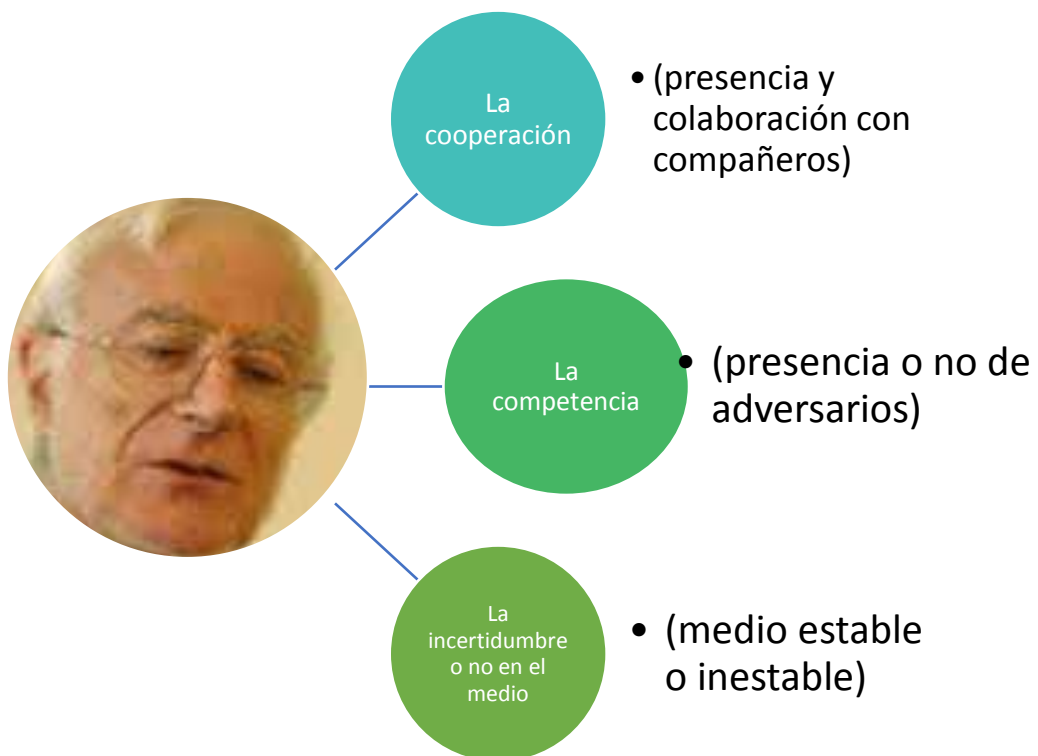




Y, finalmente esquematizaremos la clasificación de los juegos según Jean Chateau:



Según Pierre Parlebas (1989), el juego se basa en tres ejes fundamentales, que esquematizados a continuación son los siguientes:



Resultaría complejo y absurdo enunciar una clasificación de los diferentes tipos de juegos, al respecto la Enciclopedia de Psicología y pedagogía (1977-1978) dice lo siguiente: “Aunque en antropología es imposible construir el sistema completo y definitivo de todos los juegos reales, parece que al menos se podría intentar aislar y analizar las estructuras que forman la osamenta de los juegos más extendidos y tradicionales” (pg. 24).

Tomando en cuenta lo enunciado, se puede citar a los juegos y su clasificación según sus utilidades y los beneficios que causen, de acuerdo a los implementos y elementos que se utilicen y de acuerdo a las destrezas que se desarrollen.

**Juegos Fisiológicos.-** Son actividades lúdicas tendientes a desarrollar sus capacidades físicas, tales como, la resistencia, la flexibilidad, la fuerza, la velocidad, la agilidad y otras, que deben ir direccionadas a que quien lo practique combine estas capacidades con su respiración, pensamiento y coordinación, al realizar estos juegos logramos una preparación para la práctica de un deporte.

**Juegos de Equilibrio.-** Son aquellos que desarrollan la capacidad para controlar la gravedad en relación con el plano de sustentación y la elevación del punto conservador de la gravedad.

**Juegos de Razonamiento.-** A través de estos juegos se desarrolla la velocidad de pensamiento y de reacción presentándolos a obstáculo y diversos estímulos, también en este tipo de juegos entran los de habilidades, destrezas y de ingenio estimulando en los participantes diferentes capacidades físicas y cognoscitivas de acuerdo a su edad y desarrollo.

**Juegos Inhibición.-** Son los juegos cuya finalidad es la agrupación, cooperación institucional, de igual manera en los juegos sociales.

**Juegos Activos.-** Son los juegos de actividad corporal que espontáneamente realiza el niño, interviniendo dinámicamente impulsado por su vitalidad. El

profesor frente a ellos tiene que observarlos, aconsejar su gradación para evitar los peligros, en este tipo de juegos se estimulan los sentidos.

Juegos Individuales.- Son los juegos que ejecuta un solo niño satisfaciendo así sus intereses muy personales. La personalidad no puede producirse dentro del estrecho marco del ambiente individual, además hay el peligro de formarse una personalidad egocéntrica y un tipo introvertido

Juegos de Reglas.- Son aplicados a partir de los 5 años o cuando la persona ha iniciado su etapa escolar, pues allí empiezan a formarse como ciudadanos entendiendo lo que se puede y no se puede realizar y este tipo de juegos se caracteriza por la competitividad y cooperación de las personas que lo realiza.

Juegos Colectivos.- Son los juegos que se realizan entre varias personas, responden al principio de la socialización y están estimulados por remuneración económica y la competencia.

Juegos Libres.-Son los juegos que se realizan en completa libertad, sin la intervención ni la vigilancia del profesor. Este juego fue propiciado por Friable, tiene sus inconvenientes porque el niño no está en condiciones de darse cuenta de los peligros que algunos juegos encierran. En la escuela antigua el juego libre se producía en todos los recreos y ahora se ha reemplazado por el juego vigilado.

Juegos Vigilados.-Son los juegos donde sin negar la espontaneidad y libertad al niño, se le vigila su desarrollo. El profesor deja al niño la iniciativa, pero observa y aprovecha del entusiasmo para evitar los peligros a impartir algunas reglas.

Juegos Sociales.- Se considera juegos sociales a aquellos que se practican en grupos sean estos mayores a dos integrantes, por tal motivo generan objetivos grupales y fortalece el trabajo en equipo. De este tipo de juegos se aíslan los juegos deportivos o que ejerzan actividades físicas fuertes o actividades motoras;

pues, se enfocan esencialmente en juegos de salón o de mesa y son aplicados con mayor facilidad en jóvenes adultos y adultos. Los juegos que integra este grupo son los cooperativos, los de estrategias, de azar, de habilidades y juegos de sociedades.

Juegos Cooperativos.- Son aquellos que busca la unión entre un grupo y edificar en quienes lo practiquen sentimientos de respeto, tolerancia y trabajo en equipo.

DIFERENCIAS POR EDADES.- Las actividades lúdicas o juegos comprenden actividades sensoriales que el ser humano realiza desde su concepción hasta su muerte, siendo la diferencia las actividades que realiza y la práctica del juego como tal, por tal motivo podemos entender que los juegos se los puede diferenciar según la etapa de desarrollo del ser humano.

De 0 a 2 años el ser humano desarrolla sus sentidos y experimenta sus primeras sensaciones en su vida, desarrolla su motricidad y realiza actividades sensoriales que le permitan conocimientos nuevos, “El niño va a ir construyendo las nociones de espacio, tiempo, objeto y causalidad. A este período el niño comienza a construir el mundo exterior” (Fernández, 2006, p.34).

De 2 a 7 años, en esta etapa los niños desarrollan su pensamiento, el infante a partir de esta edad tiene como su principal objetivo y actividad primordial el juego en cada momento de su día a día, y todo lo que aprenden lo hace por medio del juego.

De 7 a 12 años, el niño experimenta ya su vida escolar, ahora las actividades lúdicas son compartidas en su vida con el estudio, en esta etapa el niño conoce las reglas, sus deberes y obligaciones, así como sus derechos, y a través de juego se busca consolidar su aprendizaje y desarrollo.

De 13 a 18 años los adolescentes se considera al juego como un ejercicio de libertad en donde se puede asumir un rol diferente y se pierde contacto con la realidad y por ende con los problemas propios de esta edad. (Enciclopedia Todo el Universo, 1990).

De 19 hasta los 64 años en la juventud y adultez el ser humano experimenta un leve deseo por jugar, sus intereses personales no permiten que presten atención a la distracción y práctica de actividades lúdicas; sin embargo, "...para ellos el juego es también un actividad necesaria, una expansión del cuerpo y del espíritu" (Enciclopedia Todo el Universo, 1990, pg. 1446). Es importante la práctica del juego para lograr una vida activa, con confianza en sí mismos y generar seguridad en sus actos.

De 65 años en adelante para el adulto mayor se vuelve el juego como una actividad necesaria para el mejoramiento de sus condiciones, las actividades lúdicas son necesarias para mejorar su estilo de vida y para combatir enfermedades propias de la edad logrando un envejecimiento retardado y además de consolidar por medio del movimiento y del juego relaciones afectivas e interpersonales más sólidas que mejoren el estado anímico.

En jóvenes y adultos las actividades lúdicas y juegos que más llaman la atención son los juegos de azar y de mesa, desde tiempos remotos se tomó en cuenta a la diversa clasificación de los juegos de azar como dados y otros que era a base de instrumentos que tuviesen a la mano y con los que los más grandes se divertían, también se puede clasificar al juego por género pues a las niñas y mujeres se les apetece más optar por juegos de piruetas, acrobacias y bailes, mientras que la mayoría de chicos escogerán juegos de acción y bruscos (Rodríguez, 2003).

En la adolescencia, juventud y adultez, siempre se optará por la práctica de un deporte específico con sus técnicas y tácticas; más, el ser humano al regresar a la tercera edad se tratará de enfocarse en actividades que retroalimente sus sentidos y

capacidades, volviéndose a juegos de la infancia.

Es decir, los juegos tienen una gran influencia en niños, jóvenes y adultos y ancianos y únicamente variará la forma en la que se los practica y los objetivos que se pretendan alcanzar; sin embargo, los juegos no se basan en algo rígido y constante, estos siempre evolucionan y pueden ser practicados a cualquier edad y los beneficios serán los mismos siempre.

## **2.5 HIPÓTESIS.**

“Si es posible conseguir la rehabilitación psico-social con la práctica de actividades lúdicas con las mujeres privadas de su libertad del del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua”

## **2.6 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES.**

### **VARIABLE INDEPENDIENTE:**

Rehabilitación Psico-social

### **VARIABLE DEPENDIENTE:**

Actividades Lúdicas.

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1 Enfoque de la investigación.**

El trabajo de investigación se sustentó en un enfoque cuanti-cualitativo, por cuanto se recogerán datos numéricos y serán tabulados e interpretados estadísticamente.

El cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población.

El cualitativo por lo común, se utiliza primero para descubrir y refinar preguntas de investigación.

A veces, pero no necesariamente, se prueban hipótesis. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones.

También será Crítico- Propositivo, porque consideramos que es aplicable a la realidad social, realizaremos un diagnóstico situacional y en base a ello elaboraremos una propuesta alternativa, con el fin de contribuir en el mejoramiento de la rehabilitación de las mujeres privadas de su libertad, partiendo de la comprensión, del conocimiento y del compromiso para la ejecución de propuestas de acción, la evaluación de los resultados, la reflexión y la transformación de estas mujeres.

### **3.2 Modalidad básica de la investigación.**

Esta investigación será de **CAMPO**, pues se desarrollará en el lugar que surge el problema, será aplicada, según la situación y la necesidad, se elaborará en el ambiente natural de convivencia y se tendrá una relación directa, global e individual entre el investigador y las investigadas, para obtener datos relevantes para ser analizados y posteriormente resolver la situación. **DOCUMENTAL BIBLIOGRÁFICA** pues se hará uso de la información existen en las bibliotecas, repositorios informáticos y bibliotecas virtuales existentes en la Universidad técnica de Ambato y otros lugares.

### **3.3 Nivel o tipo de investigación.**

El trabajo presente es una Investigación Co-relacional, pues las variables de investigación se relacionarán, y comprobará sus efectos, pretendiendo observar cómo se vinculan diversos fenómenos entre sí.

Será una Investigación Analítica, ya que es un proceso complejo en donde se establece la comparación de las variables, refiriéndose a la proposición de la hipótesis que tratamos de probar; además, se realizará un análisis adecuado sobre una muestra y recopilaremos datos para dar una solución viable y rápida a la investigación, se seleccionará para luego determinar la población o muestra y se aplicará encuestas y entrevistas para obtener algunas conclusiones, así con esos resultados tomaremos algunas decisiones.

Se realizará una Investigación Descriptiva, porque conoceremos las características, situaciones, costumbres y actitudes que predominan en las personas investigadas, probaremos hipótesis específicas a través de encuestas para conocer las preferencias.



### 3.4 Población y muestra.

La población es el universo de individuos a investigar, con características comunes observables en un lugar, en la presente investigación se trabajará con una Población de: 64 PPL.

#### **Muestra.**

La muestra es un grupo representativo de la población con la que se quiere trabajar; en virtud de que la población es pequeña se trabajará con todo todas las Personas Privadas de su Libertad del Centro de Rehabilitación Social Ambato, es decir con 34 mujeres de 18 a 30 años, 22 mujeres de 31 a 45 años y 8 mujeres de 45 años en adelante, dando un total de 64 mujeres en total.

<b>Personas Privadas de su Libertad</b>		
<b>Mujeres</b>	<b>N</b>	<b>Porcentaje</b>
De 18 a 30 años	34	53,12%
De 31 a 45 años	22	34,38%
De 45 años en adelante	8	12,5%
<b>TOTAL.</b>	<b>64</b>	<b>100%</b>

**Cuadro No. 1 Muestra.**  
**ELABORADO POR:** Autora

### 3.5 Operacionalización de variables.

#### 3.5.1 VARIABLE INDEPENDIENTE.- Rehabilitación Psico- Social

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES.	INDICADORES.	ÍTEMS BÁSICOS.	TÉCNICAS.	INSTRUMENTOS
Es el conjunto de intervenciones y apoyos cuyo objetivo esencial es ayudar al enfermo mental a recuperar o adquirir las capacidades y habilidades necesarias para el desarrollo de una vida cotidiana en comunidad de la manera más autónoma y digna, así como en el desempeño y manejo de las diferentes funciones sociales y demandas que supone vivir, trabajar y relacionarse.	Intervenciones y apoyos  Recuperar capacidades  Funciones sociales	-Tipo de apoyo recibido  -Formas de mejorar las condiciones psico-sociales  -Nivel de ocupación  -Formas de relacionarse socialmente	1. ¿Recibe apoyo de profesionales para su rehabilitación? 2. ¿Cree necesario practicar actividades lúdicas como una forma de rehabilitarse? 3. ¿Practica actividades que sean de aprendizaje y superación para usted y que sirvan para mejorar su condición actual? 4. ¿Considera que ha mejorado su actitud de vida?	Encuesta.	Cuestionario.

**Cuadro No. 2 VARIABLE INDEPENDIENTE**  
ELABORADO POR: **Autora**

### 3.5.2 VARIABLE DEPENDIENTE: Actividades Lúdicas

CONCEPTUALIZACIÓN.	DIMENSIONES.	INDICADORES.	ÍTEMS BÁSICOS.	TÉCNICAS.	INSTRUMENTOS
Son ejercicios que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Es considerado como recreación pues pocas veces es sometido a reglas.	Ejercicios  Herramienta educativa  Recreación	-Tipos de ejercicios que realiza  -Porcentaje de actividades con un aprendizaje.  -Formas de recreación.	1. ¿Realiza algún tipo de ejercicio para distraerse? 2. ¿Conoce que son las actividades lúdicas? 3. ¿Ha practicado algún tipo de juego o actividad lúdica? 4. ¿Realiza Actividades Lúdicas o juegos para mantenerse ocupada? 5. ¿Practica los juegos como forma de recreación?	Encuesta.	Cuestionario.

**Cuadro No. 3 VARIABLES DEPENDIENTE.**  
**ELABORADO POR:** Autora

### 3.6 Plan de recolección de información.

<b>PREGUNTAS BÁSICAS.</b>	<b>EXPLICACIÓN.</b>
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación y comprobar las hipótesis.
¿De qué persona u objeto?	Personas Privadas de su Libertad del Centro de Rehabilitación Social Ambato
¿Sobre qué aspecto?	Sobre el aspecto emocional, de rehabilitación y recreacional
¿Quién? ¿Quiénes?	Las mujeres del centro de rehabilitación social Ambato
¿Cuándo?	Año 2015
¿Dónde?	Centro de Rehabilitación Social Ambato
¿Cuántas veces?	Una sola vez
¿Qué técnicas de recolección?	Mediante una encuesta dirigida a las mujeres internas en el Centro de Rehabilitación Social Ambato
¿Con qué?	Con un cuestionario.

**Cuadro No. 4 PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.**  
**ELABORADO POR:** Autora

### 3.7 Procesamiento de la información.

La revisión crítica de la información recogida se la revisará para clasificar la misma, es decir se elimina la información defectuosa, contradictoria, incompleta, no pertinente, para volver a repetir la recolección de la información, en ciertos casos individuales para corregir fallas de contestación.

**Tabulación o cuadros según variables de cada hipótesis:**

Se realizarán cuadros de una sola variable y cuadros de cruce de variables, de acuerdo a las encuestas y cuestionarios aplicados.

**Análisis interpretación de resultados:**

Se analizará los resultados estadísticos, destacando tendencias o relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos e hipótesis.

Se interpretarán los resultados, con apoyo del marco teórico, en el aspecto pertinente, es decir atribución de significado científico a los resultados estadísticos manejando las categorías correspondientes al Marco Teórico.

Se comprobarán las hipótesis, siempre y cuando se requiera, en este caso si se requiere de comprobación, por cuanto los niveles de investigación son asociativos y de correlación.

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1 Análisis de los Resultados

Encuestas realizadas a las mujeres privadas de su libertad del centro de Rehabilitación Social Ambato.

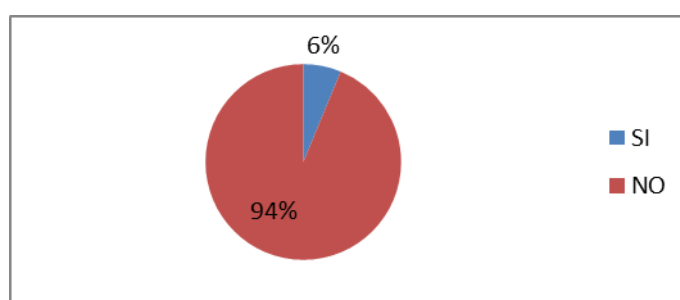
#### PREGUNTA 1

¿Conoce qué son las actividades lúdicas o los juegos?

**Cuadro No. 5 Actividades Lúdicas**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	4	6,25
NO	60	93,75
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 5 Actividades Lúdicas**  
ELABORADO POR: Autora

#### Análisis e interpretación

De la mayoría de los encuestados el 94% no saben lo que son juegos, mientras que el 6% si podía identificarlo; por lo que se puede observar que pese a que casi todas han practicado actividades lúdicas, no conocen lo que son y en qué consiste estas actividades.

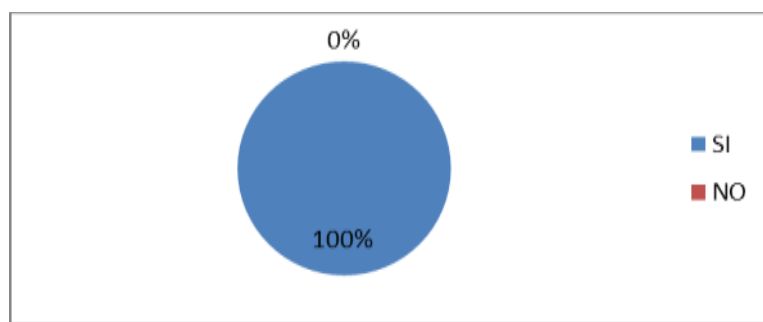
## PREGUNTA 2

¿Ha practicado algún tipo de juego o actividad lúdica?

**Cuadro No. 6 Práctica de Juego.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	64	100,00
NO	0	00
<b>TOTAL</b>	64	100

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 6 Practica de Juego.**

ELABORADO POR: Autora

### **Análisis e interpretación**

Conforme la encuesta aplicada podemos observar que del total de las mujeres que respondieron, el 100%, es decir las 64 han practicado un juego o alguna actividad lúdica y ninguna contestó que no lo ha hecho, lo que nos da una mayoría absoluta. De esto podemos interpretar que la mayoría de mujeres privadas de su libertad, pese a que no conocen la definición exacta de actividad lúdica o juego, ellas han practicado alguna vez en su vida. Sin embargo no pueden conceptualizarlo, lo han llevado a cabo sin conocerlo y con fines de recreación, incluso dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

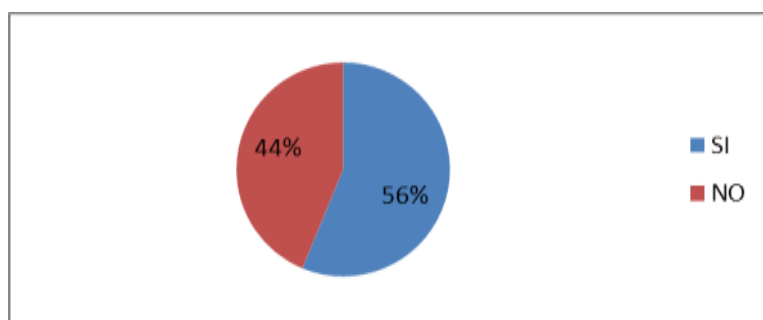
### PREGUNTA 3

¿Practica actividades que sean de aprendizaje y superación para Usted y que sirvan para mejorar su condición actual?

**Cuadro No. 7 Actividades de Aprendizaje y superación.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	36	56,25
NO	28	44,44
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 7 Actividades de Aprendizaje y superación**

ELABORADO POR: Autora

### Análisis e interpretación

De los resultados obtenidos podemos ver que el 56% de las encuestadas, esto es 36 de ellas si han realizado actividades de aprendizaje y superación; mientras que, 28 de ellas, esto es, el 44% no lo han realizado.

Conforme los resultados podemos ver que la mayoría de mujeres privadas de su libertad si realizan actividades que les conlleve a sus superación dentro del Centro de Rehabilitación en el que se encuentran, siendo estas actividades el estudiar, trabajar y auto-capacitarse sobre ciertos temas, que les permitan crecer pese a su condición actual.



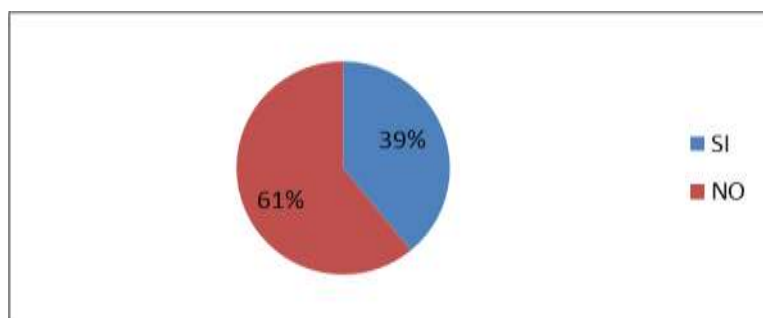
#### PREGUNTA 4

¿Realiza algún tipo de ejercicio para distraerse dentro del Centro de Rehabilitación Social Ambato?

**Cuadro No. 8 Ejercicio para distraerse.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	25	39,06
NO	39	60,94
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 8 Ejercicio para Distraerse.**

ELABORADO POR: Autora

#### Análisis e interpretación

Conforme las encuestas aplicadas, el 39% contestó que si realizan diferentes tipos de ejercicios para distraerse, mientras que el 60% es decir 39 de 64 encuestadas respondieron que no realizan ningún tipo de ejercicio.

Podemos interpretar que la mayoría de las mujeres del Centro de Rehabilitación Social Ambato no realizan ejercicios ni otro tipo de actividad física que les permita recrearse dentro de su actual entorno, pese a que alguna vez han practicado cualquier tipo de juegos dentro del Centro no lo han vuelto a poner en práctica, por lo que no buscan al ejercicio como una manera de recreación en ese lugar.

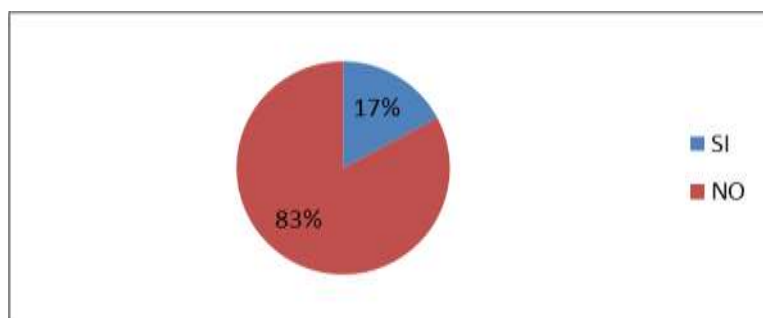
### PREGUNTA 5

¿Realiza actividades lúdicas o juegos para mantenerse ocupada dentro del Centro de Rehabilitación Social Ambato?

**Cuadro No. 9 Juegos para mantenerse ocupada.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	11	17,19
NO	53	82,81
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 9 Juegos para mantenerse ocupada.**

ELABORADO POR: Autora

### Análisis e interpretación

De las encuestadas el 83% es decir 53 de 64 respondieron que no realizan actividades lúdicas o juegos para mantenerse ocupadas, mientras que únicamente el 17% de ellas si lo hacen.

Las mujeres privadas de su libertad dedican su tiempo en ese lugar con otras actividades de ocupación dejando a un lado al deporte como forma de mantenerse activos y ocupados, evidentemente al no realizar ejercicios para recrearse, mucho menos se busca a la práctica de actividades lúdicas para ocuparse y así mantenerse activas. Al contrario es solo un porcentaje bajo que lo hacen siendo que la mayoría de ellas han practicado diversos tipos de juegos aun sin saberlos conceptualizar.

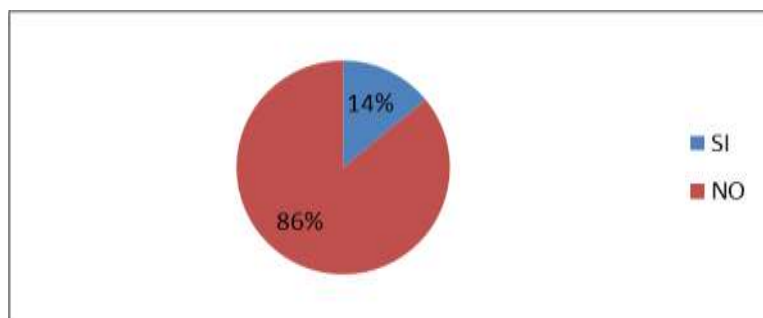
### PREGUNTA 6

¿Practica los juegos como forma de recreación dentro del Centro de Rehabilitación Social Ambato?

**Cuadro No. 10 Juegos como recreación.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	9	14,06
NO	55	85,94
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 10 Juegos como recreación.**

ELABORADO POR: Autora

### Análisis e interpretación

De los resultados obtenidos por medio de la aplicación de las encuestas observamos que el 86% de las respuestas aseguran no practicar los juegos como forma de recreación y únicamente el 14% si lo hacen.

Dentro del centro de Rehabilitación Social de Ambato en el pabellón de mujeres se desempeñan algunas actividades para mantenerlas ocupadas, pero al momento de recrearse la minoría busca hacerlo a través de juegos y la mayoría no lo hacen así ni como para mantenerse ocupadas ni para su recreación.

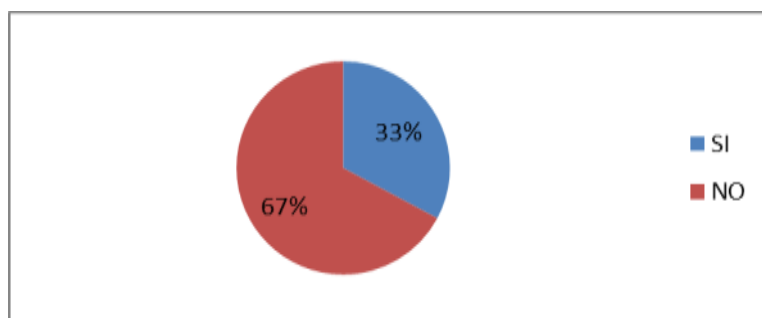
### PREGUNTA 7

¿Recibe apoyo de profesionales para su rehabilitación dentro de Centro de Rehabilitación Social Ambato?

**Cuadro No. 11 Apoyo de profesionales.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	21	32,81
NO	43	67,19
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 11 Apoyo de profesionales.**

ELABORADO POR: Autora

### Análisis e interpretación

Del instrumento aplicado da como respuesta que el 67% de las mujeres encuestadas piensan que no existen el apoyo necesario para la su rehabilitación y el 32% por ciento creen que si existe ese apoyo dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

La mayoría de las encuestadas creen que no existe un apoyo por parte de profesionales que les ayude a su rehabilitación correcta para su inserción en la sociedad, mientras que la minoría que cree que si existe, se refieren a la ayuda por parte de psicólogos, médicos y trabajadoras sociales que laboran en ese Centro, más no existe un profesional que les ayude a conllevar sus problemas en una manera acertada y por medio de estrategias accesibles.

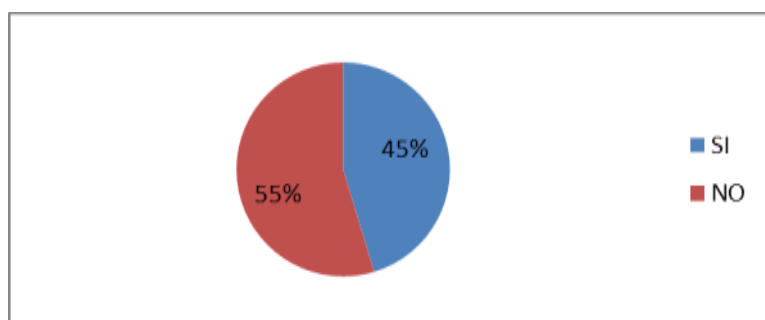
### PREGUNTA 8

¿Considera que ha mejorado su actitud de vida desde que se encuentra interna en el Centro de Rehabilitación Social Ambato?

**Cuadro No. 12 Actitud de vida.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	29	45,31
NO	35	54,69
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 12 Actitud de vida.**

ELABORADO POR: Autora

### Análisis e interpretación

Conforme los resultados podemos observar que el 55% de encuestadas aseguran que su actitud de vida no ha mejorado desde su permanencia en el Centro de Rehabilitación Social de Ambato, y el 45% de ellas creen que su actitud si ha mejorado.

Con estos resultados podemos decir que aproximadamente la mitad de mujeres del centro de Rehabilitación si ha cambiado su actitud frente a la vida por el mismo hecho de haber recibido una enseñanza ante una infracción cometida, más esta actitud no ha mejorado pues su estilo de vida al salir de ese lugar será en la mayoría de casos el mismo de siempre, por lo que es necesario que a través de una adaptación a su vida se busquen mecanismos para su aceptación en la sociedad.

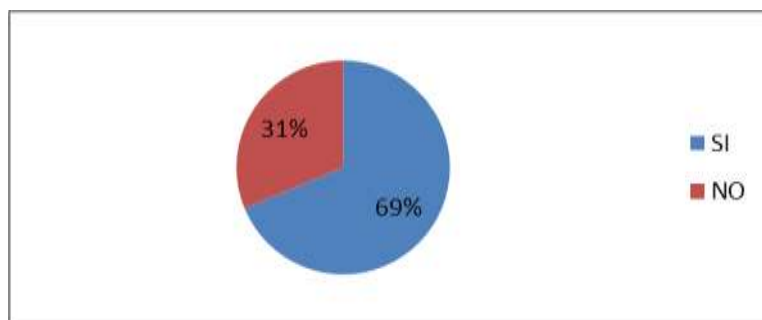
### PREGUNTA 9

¿Le gustaría practicar más a menudo juegos dentro del Centro de Rehabilitación Social Ambato?

**Cuadro No. 13 Practicar más a menudo juegos.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	44	68,75
NO	20	31,25
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 13 Practicar más a menudo juegos.**

ELABORADO POR: Autora

### Análisis e interpretación

De la tabulación de datos podemos observar que el 69% de encuestadas les gustaría practicar más a menudo juegos dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato; mientras que el 31% no le gustaría.

Con los resultados expuestos podemos observar que la mayoría de mujeres privadas de su libertad les gustaría practicar más a menudo juegos dentro de su Centro de Rehabilitación, lo que deja claro la necesidad que presentan de entretenerse y recrearse.

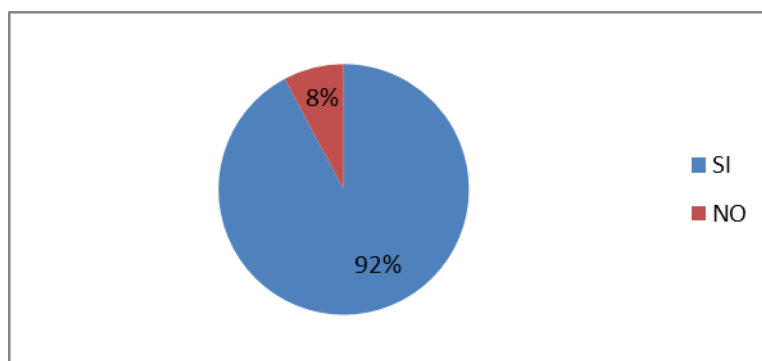
### PREGUNTA 10

¿Cree necesario practicar actividades lúdicas como una forma de rehabilitarse?

**Cuadro No. 14 Necesidad de practicar actividades lúdicas.**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	59	92,19
NO	5	7,81
<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

ELABORADO POR: Autora



**Gráfico No. 14 Necesidad de practicar actividades lúdicas.**

ELABORADO POR: Autora

### Análisis e interpretación

La mayoría de mujeres encuestadas esto es el 92% respondieron que si creen necesario practicar actividades lúdicas como una forma de rehabilitarse y el 8% creen que no es necesario.

Con los resultados obtenidos podemos decir que conocemos que las mujeres privadas de su libertad les gustaría practicar juegos más a menudo dentro de su estancia en el Centro de Rehabilitación Social de Ambato y que a la vez ven necesario que se practique actividades lúdicas como una forma de rehabilitarse.

## **4.2 Interpretación de Datos General**

+ Conforme se establece en las encuestas realizadas dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato las mujeres privadas de su libertad a pesar de no conocer la conceptualización de lo que son juegos, en algún momento de su vida si han jugado. Más esta actividad no lo han practicado regularmente como parte de su rehabilitación.

+ A las mujeres que se encuentran internas en el Centro de Rehabilitación Social de Ambato les gustaría realizar actividades lúdicas como parte de su proceso de rehabilitación.

+ Las mujeres privadas de su libertad no reciben dentro del centro una rehabilitación basada en la actividad física excluyendo los beneficios que esta puede brindar a las internas, sus familias y la sociedad.

## **4.3 Verificación de la Hipótesis**

Para la comprobación y verificación de la hipótesis que se planteó anteriormente utilizaremos el método del CHI-CUADRADO, para eso formularemos las dos hipótesis con las cuales trabajaremos:

Hipótesis Nula: (H<sub>0</sub>).

“No es posible conseguir la rehabilitación psico-social con la práctica de actividades lúdicas con las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua”

Hipótesis Alterna: (H<sub>1</sub>).

“Si es posible conseguir la rehabilitación psico-social con la práctica de actividades lúdicas con las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua”



Modelo Estadístico:

Por resultar una de las pruebas estadísticas más utilizadas y con mayor confiabilidad dentro de la comprobación de la hipótesis y a través del planteamiento de una tabla de contingencia, escogemos el modelo estadístico del Chi-Cuadrado, la misma que tiene la siguiente ecuación:

$$x^2 = \sum_{i=1}^n \sum_{j=1}^n \frac{(f_{ij} - e_{ij})^2}{e_{ij}}$$

VALORES REEMPLAZADOS

$f_{ij}$  = Frecuencia observada para la categoría en la fila i, y en la columna j de la tabla de contingencia.

$e_{ij}$  = Frecuencia esperada para la categoría en la fila i, y en la columna j de la tabla de contingencia, basada en la hipótesis de independencia.

$$e_{ij} = \frac{(\text{Total de la fila } i)(\text{Total de la columna } j)}{\text{Tamaño de la muestra}}$$

$r$  = Número de filas de la tabla de contingencia.

$c$  = Número de columnas de la tabla de contingencia.

$n$  = Tamaño de la muestra.

$gl$  = Grados de libertad

Especificación de las regiones de aceptación y rechazo:

$$(r - 1)(c - 1) = gl$$

Remplazando tenemos:

$gl$ : (4-1) (2-1)

$gl$ : (3) (1)

$gl$ : 3

	Probabilidad de un valor superior				
GRADOS LIBERTAD	0,01	0,05	0,025	0,01	0,005
1	2,71	3,84	5,02	6,63	7,84
2	4,61	5,99	7,38	9,21	10,6
3	6,25	7,81	9,35	11,34	12,84
4	7,78	9,49	11,14	13,28	14,86
5	9,24	11,07	12,83	15,09	16,75

**Cuadro No. 15 TABLA DE VERIFICACIÓN DEL CHI-CUADRADO.**

Por lo tanto con 3 grados de libertad y un nivel de 0.05 de confiabilidad, de la tabla de verificación obtuvimos que  $X^2_t = 7,81$ .

Por tanto si  $X^2_t < X^2_c$ , se aceptará la  $H_1$  caso contrario se la rechazará.

Para el cálculo respectivo utilizamos las preguntas 6, 7, 9 y 10 de las Encuestas realizadas a las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de Ambato, con la siguiente información:

**PREGUNTA 6** ¿Practica los juegos como forma de recreación dentro del Centro de Rehabilitación Social Ambato?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	9	14,06
NO	55	85,94
<b>TOTAL</b>	64	100

**Cuadro No. 16 Juegos como recreación.  
ELABORADO POR: Autora**

**PREGUNTA 7** ¿Recibe apoyo de profesionales para su rehabilitación dentro de Centro de Rehabilitación Social Ambato?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	21	32,81
NO	43	67,19
<b>TOTAL</b>	64	100

**Cuadro No. 17 Apoyo de profesionales.**  
**ELABORADO POR:** Autora

**PREGUNTA 9** ¿Le gustaría practicar más a menudo juegos dentro del Centro de Rehabilitación Social Ambato?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	44	68,75
NO	20	31,25
<b>TOTAL</b>	64	100

**Cuadro No. 18 Practicar más a menudo juegos.**  
**ELABORADO POR:** Autora

**PREGUNTA 10** ¿Cree necesario practicar actividades lúdicas como una forma de rehabilitarse?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	59	92,19
NO	5	7,81
<b>TOTAL</b>	64	100

**Cuadro No. 19 Necesidad de practicar actividades lúdicas.**  
**ELABORADO POR:** Autora

### MATRIZ DE FRECUENCIAS OBSERVADAS

PREGUNTAS	SI	NO	TOTAL
PREGUNTA 6	9	55	64
PREGUNTA 7	21	43	64
PREGUNTA 9	44	20	64
PREGUNTA 10	59	5	64
<b>TOTAL</b>	133	123	256

**Cuadro No. 20 Frecuencias observadas.**  
**ELABORADO POR:** Autora

### MATRIZ DE FRECUENCIAS ESPERADAS

PREGUNTAS	SI	NO	TOTAL
PREGUNTA 6	33,25	30,75	64
PREGUNTA 7	33,25	30,75	64
PREGUNTA 9	33,25	30,75	64
PREGUNTA 10	33,25	30,75	64
			256

**Cuadro No. 21 Frecuencias esperadas.**  
**ELABORADO POR:** Autora

### TABLA DE CONTINGENCIA

f	e	f-e	(f-e) <sup>2</sup>	(f-e) <sup>2</sup> /e
9	33,25	-24,25	588,0625	17,68609
55	30,75	24,25	588,0625	19,123984
21	33,25	-12,25	150,0625	4,5131579
43	30,75	12,25	150,0625	4,8800813
44	33,25	10,75	115,5625	3,4755639
20	30,75	-10,75	115,5625	3,7581301
59	33,25	25,75	663,0625	19,941729
5	30,75	-25,75	663,0625	21,563008
<b>TOTAL</b>			$X^2_c =$	94,941745

**Cuadro No. 22 Cálculo Chi-Cuadrado**  
**ELABORADO POR:** Autora

## REPRESENTACIÓN GRÁFICA

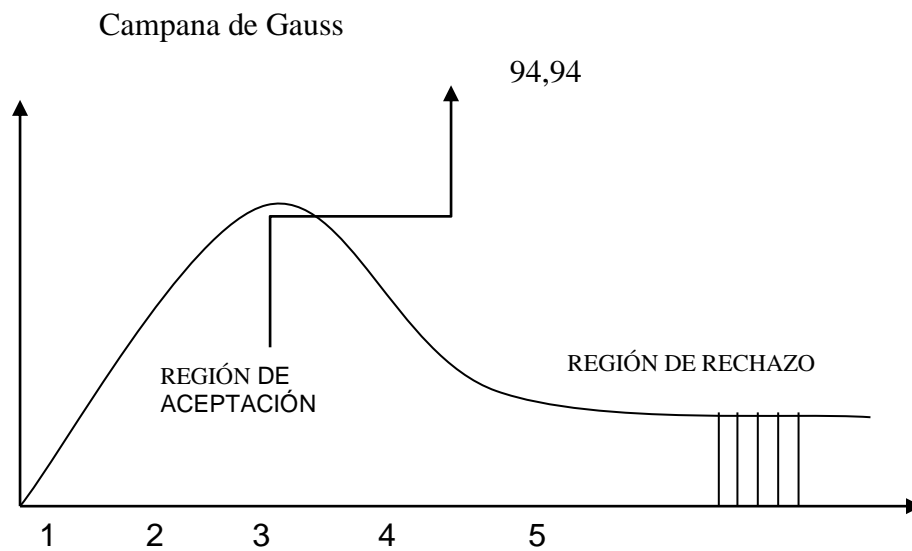


Gráfico No. 15 Representación Gráfica

### Decisión:

Por cuanto  $X^2_t < X^2_c = 7,81 < 94,94$ ; se acepta la Hipótesis Alternativa ( $H_1$ ) que dice:

“Si es posible conseguir la rehabilitación psico-social de las mujeres privadas de su libertad con la práctica de actividades lúdicas dentro del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua”

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 CONCLUSIONES**

+ Dentro del programa de reinserción en la sociedad está contemplado la educación y los talleres de trabajo sin embargo la rehabilitación psico-social que reciben es muy básica y solo se la realiza en casos específicos; es decir, el mejoramiento de la actitud dentro de la sociedad no es totalmente contemplado.

+ Las internas del Centro de Rehabilitación de Ambato consideran necesario la actividad lúdica o los juegos como parte fundamental de su recuperación integral, ya que el juego o actividades lúdicas comprende en su mayoría actividades físicas que son beneficiosas para los seres humanos que lo practican, por eso resulta importante que se apliquen en conjunto con los programas de rehabilitación y reinserción que reciban las mujeres del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

+ Es necesario que se busque una alternativa en la que todas las internas tengan una rehabilitación psico-social adecuada, esta rehabilitación se la puede lograr por medio de la práctica de actividades lúdicas o juegos de integración que desarrollen su carácter y permitan una correcta reinserción en su entorno social.

## **5.2 RECOMENDACIONES**

+ Es necesario implementar nuevas medidas de rehabilitación que les permita cambiar sus hábitos al integrarse en la sociedad después de culminar el tiempo estimado para dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

+ Por medio de charlas concientizar a los guías y autoridades del Centro de Rehabilitación Social de Ambato sobre la importancia de la inclusión de actividades lúdicas y juegos para fomentar el desarrollo psico-social de las personas privadas de su libertad, además motivar mediante conferencias a las mujeres internas en el Centro de Rehabilitación Social de Ambato para que practiquen juegos y actividades lúdicas en su tiempo libre y fomente esta práctica entre ellas.

+ Se debe implementar una guía de actividades lúdicas y juegos para las internas del Centro de Rehabilitación Social de Ambato, de tal manera que puedan incluir estas actividades en sus quehaceres diarios motivándose a realizarlo y contribuyendo a una rehabilitación psico-social por medio de estas actividades.

## **CAPÍTULO VI**

### **PROPUESTA**

#### **6.1 Tema de Propuesta:**

Guía de Actividades Lúdicas y Juegos Cooperativos para lograr una rehabilitación psico-social dirigida a las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

#### **6.2 Datos Informativos:**

<b>RESPONSABLE:</b>	Investigadora
<b>BENEFICIARIOS:</b>	Mujeres privadas de su libertad
<b>NÚMERO DE MUJERES:</b>	64
<b>INSTITUCIÓN:</b>	Centro de Rehabilitación Social de Ambato
<b>PROVINCIA:</b>	Tungurahua
<b>CANTON:</b>	Ambato
<b>DURACIÓN:</b>	6 semanas del año 2015
<b>FINANCIAMIENTO:</b>	Particular

#### **6.3 Antecedentes de la propuesta**

El principal antecedente para la realización de esta propuesta es la investigación previa realizada, en donde se concluyó que había una buena aceptación por parte de las mujeres del Centro de Rehabilitación Social de Ambato para realizar actividades lúdicas y que estas puedan ayudar a la rehabilitación. Pues se considera que el juego o las actividades lúdicas forman parte del crecimiento del individuo y que los beneficios que aportan son de gran utilidad para formar el carácter.



Además de esta no existen otras fuentes o antecedentes de una guía de actividades lúdicas y de juegos cooperativos aplicados en la rehabilitación de las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

#### **6.4 Análisis de factibilidad**

Filosófica.- Es factible pues la propuesta es vivencial y real, estas son actividades voluntarias y estimulan la participación cotidiana participando genuinamente.

Sociológica.- Existe esta factibilidad pues dentro del Centro de Rehabilitación de Ambato las mujeres internas encuentran cierta incompreensión y limitación con el resto de internas para realizar sus actividades y se aprecia su dificultad para relacionarse afectivamente, por lo que necesitan sentir el apoyo, la colaboración y la cercanía para mantener una relación de compañerismo y amistad, ya que se muestra con una actitud defensiva ante el temor de la ofensa y el menosprecio.

Didáctica.- Es factible pues se enseña para que aprenden y se sustenta en la práctica y en la elaboración de sesiones de juegos sencillos de realizar, la didáctica es el resultado de la interacción de las personas con el mundo y con su entorno.

Pedagógica.- Es aplicable la propuesta en los tiempos libres y el momento adecuado como proyecto pedagógico buscando el interés de las internas para que ellas desarrollen sus habilidades destrezas aptitudes personales y colectivas, permitiendo que esta propuesta tenga resultados óptimos lo que la hace factible.

Económica.- Es factible la realización por medio de la autogestión y los recursos propios de la investigadora. Esto solventará los costos que son mínimos.

Política.- Es factible políticamente la ejecución de esta propuesta se tiene el apoyo de las autoridades, guías penitenciarias e internas del Centro de Rehabilitación Social de Ambato, respetando los convenios, acuerdos y reglamentos internos.

Ambiental y tecnológica.- Es factible en estas áreas pues no se afecta al entorno natural y los recursos tecnológicos son accesibles.

## **6.5 Justificación**

La presente propuesta es importante pues esta permite resultados óptimos en cuanto a una rehabilitación llevadera, tranquila, pacífica y hasta grata en el Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

Con esta propuesta aportaremos al cambio del estilo de vida logrando que las mujeres puedan realizar actividades nuevas para su distracción y su mejor convivencia, aprendiendo a jugar y manejar valores por medio de la experiencia.

Por medio de esta guía de actividades lúdicas y juegos, se aporta a la reinserción de las internas en la sociedad una vez que cumplan con su rehabilitación.

Es novedosa para el desarrollo motivacional de las internas del Centro de Rehabilitación Social de Ambato dentro de la convivencia, dando soluciones a problemas causados por el ocio.

Es original pues no existe una propuesta como ésta dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato y además que puede servir de modelo para el resto del País.

## **6.6 Objetivos**

### **General**

- Elaborar una guía de Actividades Lúdicas y Juegos Cooperativos para lograr una rehabilitación psico-social dirigida a las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de Ambato de la provincia de

Tungurahua.

### **Específicos**

- Socializar con las mujeres privadas de su libertad, guías y autoridades del Centro de Rehabilitación Social de Ambato la guía de Actividades Lúdicas y Juegos para lograr una rehabilitación psico-social.
- Ejecutar con las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de Ambato la guía de Actividades Lúdicas y Juegos para lograr una rehabilitación psico-social.

### **6.7 Fundamentación**

#### **GUÍA DE ACTIVIDADES**

Es una herramienta dada para la facilitación de la ejecución de una actividad, en ella se encuentra las indicaciones para lograr el objetivo planteado, los recursos necesarios para su comisión y observaciones generales a la actividad.

Es necesario contar con una guía cuando no se tiene una amplia experiencia en lo que se va a realizar, ya que en ella encontraremos pautas y directrices explicadas en una forma sencilla y práctica en las que se pueda basar.

La guía de actividades entre más didáctica sea mejor es su puesta en práctica, aún si es aplicada para personas adultas como para jóvenes y niños.

#### **ACTIVIDADES LÚDICAS**

Las actividades lúdicas son considerados juegos que dejan una enseñanza en el individuo que lo practica; es decir, que mediante actividades de este tipo que son de carácter recreacional, se provoca diferentes efectos positivos en el ser humano.

*La lúdica se entiende como una dimensión del desarrollo de los individuos, siendo parte constitutiva del ser humano. El concepto de lúdica es tan amplio como complejo, pues se refiere a la necesidad del ser humano, de comunicarse, de sentir, expresarse y producir en los seres humanos una serie de emociones orientadas hacia el entretenimiento, la diversión, el esparcimiento, que nos llevan a gozar, reír, gritar e inclusive llorar en una verdadera fuente generadora de emociones. La Lúdica fomenta el desarrollo psico-social, la conformación de la personalidad, evidencia valores, puede orientarse a la adquisición de saberes, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento. (Reyes, P. 24 de mayo de 2011, recuperado en:<http://es.scribd.com/doc/56163013/ACTIVIDADES-LÚDICAS#scribd>)*

La lúdica es un amplio concepto que en general encierra las necesidades que puede tener el ser humano y su tratamiento por medio de diferentes actividades de recreación y entretenimiento aplicadas a individuos sin límites de edad.

La presente propuesta está fundamentada en lo que dijo Pierre Parlebas, que el juego está basado en tres ejes que son: la cooperación, la competencia y la incertidumbre o no en el juego.

## JUEGOS DE COMPETENCIA

Los juegos de competición son actividad con la que se evalúa la participación de quienes lo practican, de esto se obtiene como resultado una clasificación de ganadores o a su vez se busca premiar o incentivar con algún tipo de reconocimiento para los mejores en función del cumplimiento de un objetivo.

Este tipo de juegos se distinguen de otros pues se busca valorar el esfuerzo y presionar para alcanzar el honor de la persona, más no es su objetivo principal la diversión.

## JUEGOS DE INCERTIDUMBRE

Los juegos de incertidumbre son aquellos donde afectan la toma de decisiones de los participantes, son juegos donde no se conoce el desarrollo con certeza y el jugador se expone a diferentes acontecimientos, siendo la base y las reglas de este juego el planteamiento de posibles soluciones en las que los jugadores se pueden basar.

Los juegos de incertidumbre o no están dentro de la clasificación de Pierre Parlebas, el cual afirmaba que en juegos de incertidumbre los jugadores resuelven eficazmente la situaciones del juego y se desarrolla su instinto comunicacional mejorando la unidad del grupo de participantes.

## JUEGOS COOPERATIVOS

Son actividades recreativas donde la finalidad es conseguir entre un grupo de personas un mismo objetivo por medio del trabajo en equipo, en este tipo de juegos no existe la competencia y se fomenta valores importantes en el individuo que lo practica.

Este tipo de juegos son combinables con juegos de equilibrio, de memorización y otros, esto se lo hará basándose en la finalidad y objetivo que se quiere conseguir con quien lo practique y además tomando en cuenta la edad del grupo con el que se va a aplicar.

***La Cooperación es un valor fundamental de la educación de las generaciones actuales y futuras. El mundo del juego ofrece posibilidades y herramientas valiosas para trabajar los valores de***

*la solidaridad y la cooperación. Participar en juegos de estructura cooperativa permite ensayar comportamientos deseables en la construcción de la comunidad y reflexionar acerca de los valores implícitos en la sociedad. Recuperado en: <http://www.intered.org/juegos-cooperativos> (11/05/2015).*

Este tipo de juegos se encuentra como parte del grupo de actividades lúdicas pues genera un sentido amplio de aprendizaje.

Los juegos cooperativos se los puede identificar como parte del grupo de actividades lúdicas que son aplicables en la enseñanza de valores a grupos de cualquier edad.

## 6.8 Modelo de la propuesta

# GUÍA DE ACTIVIDADES LÚDICAS Y JUEGOS COOPERATIVOS PARA LOGRAR UNA REHABILITACIÓN PSICO-SOCIAL

DIRIGIDA A LAS MUJERES PRIVADAS DE SU  
LIBERTAD DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN  
SOCIAL DE AMBATO



**AUTORA:**

**Tania Jimena Manzano Paredes**

**AÑO:**

**2015**

**PROVINCIA:**

**Tungurahua**

## DATOS INFORMATIVOS

**RESPONSABLE:**

Autora

**BENEFICIARIOS:**

Mujeres privadas de su libertad

**NÚMERO DE MUJERES:**

64

**INSTITUCIÓN:**

Centro de Rehabilitación Social de Ambato

**PROVINCIA:**

Tungurahua

**CANTON:**

Ambato

**DURACIÓN:**

6 semanas del año 2015

**FINANCIAMIENTO:**

Particular



# INTRODUCCIÓN





El juego y las actividades lúdicas son necesarios dentro la rehabilitación psicológica social que las personas privadas de su libertad necesitan dentro de su estancia en esta clase de Centros.

Por medio de actividades lúdicas que proporcionen una enseñanza como son los juegos cooperativos, se busca la inclusión de las internas en la sociedad al momento de su rehabilitación y también una vez concluido el mismo.

De esta manera se busca que las internas interactúen entre ellas profundizando con cada juego en valores sociales y además que se diviertan aprendiendo a modificar su conducta en base a los parámetros sociales.

La Autora



Este tipo de juegos beneficia al comportamiento social de los individuos y ayuda a participar por el mero placer de jugar y no por el hecho de lograr un premio, por lo cual se asegura la diversión favoreciendo la participación de todos. Estos juegos controlan las capacidades necesarias para poder resolver problemas y proporciona empatía o sensibilidad para reconocer cómo está el compañero y para poder convivir con éste demostrando sus sentimientos, emociones, conocimientos, experiencias, afectos y preocupaciones.

**Beneficios:**

- Permiten establecer relaciones de igualdad con el resto de los participantes.
- Buscan la superación personal y no el superar a los otros.
- Favorecen sentimientos de protagonismo colectivo en los que todos los participantes tienen un papel destacado.
- Las reglas son flexibles y los propios participantes pueden cambiarlas para favorecer una mayor participación o diversión.
- Los jugadores tienen en sus manos la decisión de participar, de cambiar las normas, de regular los conflictos, etcétera.

- Libera de la agresión. Dado que el resultado se alcanza por la unión de esfuerzos, desaparecen los comportamientos agresivos hacia los demás.
- Propicia las relaciones empáticas, cordiales y constructivas entre los participantes.
- Posibilita el aprendizaje de valores morales y habilidades para la convivencia social.
- Permite valorar positivamente el éxito ajeno.
- Fomenta las conductas de ayuda y un alto grado de comunicación entre los participantes.
- Buscar el protagonismo general del grupo.
- Establece una menor sensación de victoria.
- Promueve la integración grupal y el gusto de jugar en el tiempo de ocio.
- Promueve una conducta de reflexión.
- Desarrolla actividades y conductas altamente sociales y de relacionamiento.

# JUEGOS

# ESCALERA HUMANA.

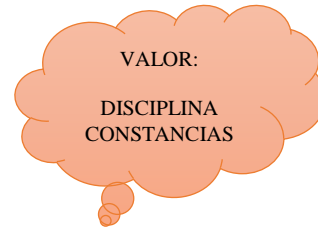
MATERIALES: Ninguno

GRUPO: Mayor a 10 personas



INDICACIONES:

1. Nos colocamos en dos hileras que se miran frente a frente formando parejas. Si son impares, participa el instructor.
2. Cada pareja tendrá un número asignado.
3. Se sientan en el suelo de manera que puedan estirar bien las piernas tocando mutuamente las planas de los pies.
4. Las piernas estarán separadas de manera que habremos diseñado una especie de escalera de mano.
5. Alguien dice un número y esa pareja se pone de pie, se dan la mano y corren por la escalera hacia arriba pisando en los huecos que quedan entre pierna y pierna. Cuando llegan a la parte superior (adelante), se colocan en el principio y siguen corriendo por la escalera hasta llegar al sitio donde estaban inicialmente y se sientan.
6. Entonces el instructor dice otro número y se repite la actividad con otra pareja. Lo hacemos varias veces de manera que todas participen corriendo por la escalera.



REFLEXIÓN:

La importancia de coordinar con otras personas.

# CONSTRUYENDO

MATERIALES: Legos o bloques



GRUPO: Mayor a 8 personas

INDICACIONES:

1. Elegimos grupos de cuatro personas y les ponemos delante de una caja con bloques de construcciones.
2. Les pedimos que hagan una construcción entre las cuatro.
3. Les pedimos que vayan colocando pieza a pieza siguiendo un turno rotativo.
4. Cuando han cumplido tres turnos, hablamos sobre el resultado y sobre el proceso.
5. Lo repetimos con otros grupos.



REFLEXIÓN:

La dificultad de coincidir con otros criterios y el respeto a las ideas de otras personas.

# JUSTO AL CESTO

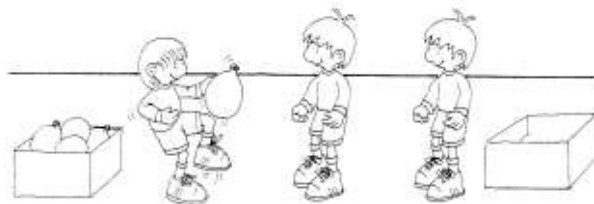
MATERIALES: Globos o balón- cesto



GRUPO: Mayor a 8 personas

INDICACIONES:

1. Hacemos dos equipos.
2. Cada equipo se coloca pegado a la pared en las dos paredes más cortas. Un equipo se numera internamente: 1, 2, 3, . . . . El otro se numera con letras del alfabeto: A, B, C, D, . . .
3. En el centro del campo ponemos un globo inflado o una pelota.
4. En el medio colocamos una cesta o papelera. La persona que cuida la cesta dice un número y una letra.
5. Las personas de cada equipo que tienen ese número y letra van corriendo a tomar el globo entre las dos y encestarlo.
6. Podemos indicar diferentes formas de llevar el globo. Sujetándolo mutuamente: Con las manos, con la frente, con la espalda, con la barriga, con la nuca,...
7. Mientras las dos personas mencionadas hacen su actividad, el resto de jugadoras hará otra actividad diferente en cada ocasión: Saltar, girar sobre sí mismas, saltar a la pata coja, sentarse en el suelo y ponerse de pie varias veces, correr alrededor del campo por la parte exterior,



REFLEXIÓN:

La dificultad del juego y el trabajo en equipo.



# GUSANO

MATERIALES: Ninguno

GRUPO: Mayor a 6 personas

INDICACIONES:

1. Todos los jugadores forman un “gusano gigante” cogiéndose cada jugador de la cadera del compañero que tiene delante.
2. La cabeza del gusano intenta morderse la cola, es decir, atrapar al último jugador.
3. Si lo consigue, la cola se coloca a la cabeza del gusano y forma el siguiente gusano.
4. Variantes: a) Lucha de gusanos: 2 o más gusanos intentan morder la cola del contrario, es decir, tocar al último componente de un gusano enemigo. b) Morder las extremidades: como se explica en el inciso a), pero ahora todo el que ha sido mordido se une al gusano ganador.
5. Nota: La cadena nunca debe romperse! Los puntos críticos son los extremos de los gusanos.

Destreza:  
COORDINACIÓN  
MOTORA

VALOR:  
COOPERACIÓN



REFLEXIÓN:

El trabajo en equipo con un grupo grande, la flexibilidad a las reglas.

# COCODRILO

MATERIALES: Ninguno

GRUPO: Mayor a 4 personas. Máximo 12 por grupo alrededor de un cocodrilo.

INDICACIONES:

1. Un cocodrilo está echado en el suelo y rodeado por los jugadores.
2. Cada jugador tocará al cocodrilo sin miedo con la mano o un dedo.
3. Si el monitor dice “cocodrilo”, éste se despertará y podrá morder a cualquiera que no se aleje tan deprisa como haga falta (“morder” significa tocar al jugador que sea lento).
4. Siendo las órdenes del monitor, el cocodrilo deberá morder a tantos jugadores como le sea posible.
5. Variantes: a) Cocodrilo hambriento: Cada cocodrilo tiene un cierto número de intentos de morder y los que tenga éxito se contarán. b) Los que hayan sido mordidos se convertirán en cocodrilos. c) Varios cocodrilos están repartidos por un espacio limitado. d) El cocodrilo puede morder sin recibir la orden.

Destreza:  
VELOCIDAD  
DE REACCIÓN

VALOR:  
RESPECTO  
OBEDIENCIA



REFLEXIÓN:  
Respeto a las reglas.

# HUEVITO

MATERIALES: Balón o globo de agua



GRUPO: Mayor a 6 personas.

INDICACIONES:

1. 6 jugadores (“el pato”) forman un círculo mirando hacia afuera (espalda con dirección al centro del círculo) y se cogen del brazo del compañero de la derecha y del de la izquierda.
2. Todos los jugadores inclinan el tronco hacia adelante, de forma que puedan tocarse los glúteos.
3. De esta forma se consigue una superficie de transporte para el “huevo”. Un balón hace de huevo y se coloca en la superficie de transporte.
4. Se delimita una salida y una meta, el primer equipo que llegue a la meta sin tirar el “huevo” será el ganador.
5. El equipo que tire el “huevo” tendrá que comenzar de nuevo.
6. Variantes: a) Poner un huevo con obstáculos: Se colocan varios pequeños obstáculos en el camino. b) Cestita de huevos: una caja pequeña del revés es una “cestita de huevos”. El pato debe intentar poner el huevo exactamente dentro de la caja.



REFLEXIÓN:

Hablamos de cómo se desarrolló el ejercicio, de la importancia de coordinarnos y ayudarnos siendo humildes con nuestras decisiones.

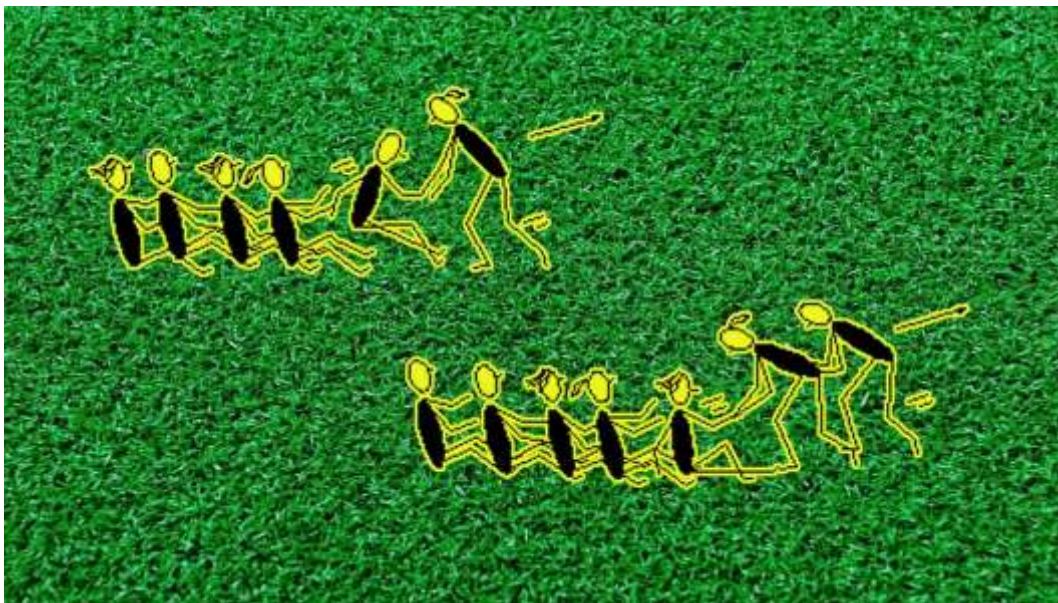
# RECOGER LA COSECHA

MATERIALES: Ninguno

GRUPO: Mayor a 10 personas.

INDICACIONES:

1. Los participantes del grupo se sitúan en fila, sentados con las piernas abiertas y muy juntos
2. Se cogen por la cintura con fuerza.
3. Uno del grupo se sitúa de pie en frente de la fila, coge al primero de las manos e intenta arrancarlo de sus compañeros.
4. Cuando lo consigue el participante arrancado se pone detrás del que está de pie cogiéndolo por la cintura y ayudándolo a arrancar a los demás.
5. El juego finaliza cuando todos los compañeros han sido levantados del suelo.
6. Variantes: Cambiar la posición inicial de los que forman la fila.



REFLEXIÓN:

Utilizar nuestras ideas para el trabajo en grupo y aprender las dificultades de conseguir un objetivo grupal.

# EL GLOBO CON AGUA

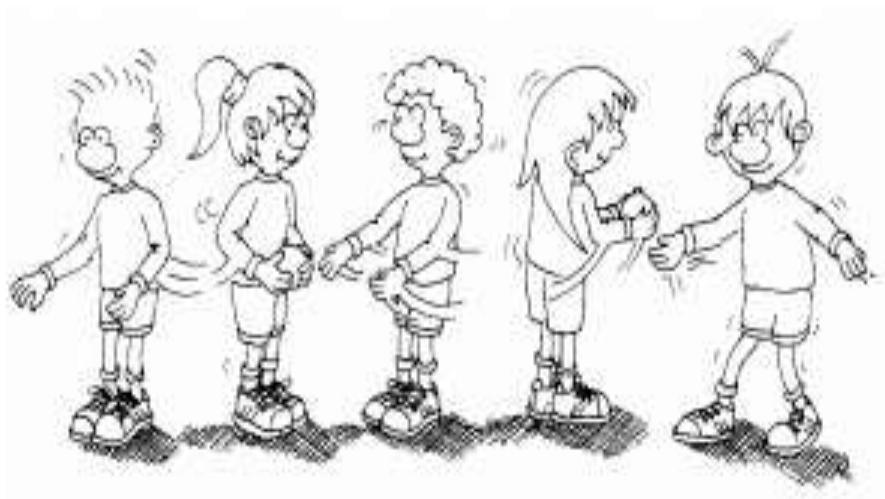
MATERIALES: GLOBOS



GRUPO: Mayor a 8 personas.

INDICACIONES:

1. Se colocan ocho personas en un círculo amplio.
2. Cada una pasa a la que tiene enfrente un globo lleno de agua.
3. Hay que procurar que no choquen los globos de las diferentes parejas y se puede ir aumentando la distancia de separación cada vez más.



REFLEXIÓN:

El trabajo en equipo con una moderación de acuerdo a las necesidades del grupo y racionalizar nuestras ideas.

# ESTATUAS

MATERIALES: Silbato



GRUPO: Mayor a 2 personas.

INDICACIONES:

1. Todas las personas corren libremente por el espacio amplio lo más rápido posible.
2. A una señal del silbato del instructor, todas se quedan paradas como estatuas y sin respirar.
3. Al sonido del silbato del instructor todas corren libremente de nuevo a una velocidad rápida.



REFLEXIÓN:

¿Cómo nos hemos sentido? ¿Cómo nos sentimos cuando corremos mucho?  
¿Cómo nos sentimos cuando no respiramos? ¿Qué aprendemos con esta actividad? ¿La importancia de respetar las reglas?

# SALTAR EL HUECO

MATERIALES: Papel periódico



GRUPO: Mayor a 3 personas.

## INDICACIONES:

1. Se narra lo siguiente: “Les cuento que en mi pueblo había huecos en el suelo cuando llovía. A veces era difícil saltarlos, así que nos ayudábamos unas a otras”.
2. Colocar en el suelo dos o tres hojas grandes de periódico una al lado de otra.
3. Una persona habrá de saltarlas con los pies juntos sin coger carrera.
4. Otras dos la ayudan.
5. Para eso la que va a saltar pone sus manos en sus propias caderas como formando asas de jarra.
6. Otras dos personas la sujetan cada una con dos manos en la parte superior de los brazos.
7. A la señal de una, dos y tres, una salta el charco y las otras dos la ayudan elevándola asida de los brazos.
8. Luego se cambian los papeles y lo repiten. Intentamos que hagan esta actividad todas las que quieran y podemos ampliar la longitud del charco imaginario añadiendo más papeles de periódico en el suelo.



## REFLEXIÓN:

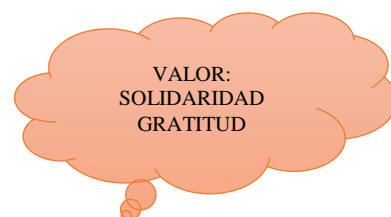
Sobre la dificultad del juego, y la importancia de ayudarnos los unos a los otros con sinceridad y cuidado.

# AYUDA A TU COMPAÑERO

MATERIALES: cuadernos o libros



GRUPO: Mayor a 10 personas.



INDICACIONES:

1. Cada participante dispone de un cuaderno o libro que coloca sobre su cabeza y debe mantener en equilibrio
2. Todos se desplazan por el espacio de juego, ensayando los movimientos que se les ocurran ... si el libro o cuadernos se cae, queda "congelado"
3. Otro jugador entonces, debe recoger el libro o cuaderno ayudando a su amigo a "descongelarse" y seguir jugando
4. Por supuesto, cuando se agacha para levantar el libro o cuaderno, trata de que no se caiga el suya, de lo contrario, también queda "congelado" ...



REFLEXIÓN:

La necesidad de obtener una ayuda de otra persona y la gratitud de ayudarse unos con otros.



# ROBOTS

MATERIALES: Ninguno

GRUPO: Mayor a 6 personas.

INDICACIONES:

1. Los participantes se distribuyen en equipos de 6 a 8 integrantes y designan a un "ingeniero electrónico" por cada grupo.
2. Cada equipo elige un sonido que lo identifique.
3. A la señal de comienzo, cada robot se desplaza libremente por el espacio, pero siempre en línea recta
4. Cuando alguien encuentra un obstáculo en su camino: una pared, un límite del espacio de juego, otro robot ... se detiene y emite el sonido correspondiente para que el "ingeniero" de su equipo pueda cambiarlo de posición y seguir caminando hasta que otro obstáculo lo detenga en su recorrido ...
5. Podemos ir cambiando papeles



REFLEXIÓN:

¿Cómo nos sentimos al recibir ayuda? ¿Por qué es necesario ser solidarios? ¿Nos gusta ser ayudados? ¿Nos gustó ayudar?

# TORRE HUMANA

MATERIALES: Ninguno

GRUPO: Mayor a 20 personas.

INDICACIONES:

1. Dividimos al grupo en dos.
2. Todo el grupo ayuda para construir la Torre Humana o la pirámide más alta.
3. Intentando que no se caiga por unos minutos.



REFLEXIÓN:

La necesidad de tolerar las ideas que no sean como las mías. ¿Por qué es importante aceptar sugerencias de otros? ¿Me gusta que acepten mis ideas?

# BALÓN AL BALDE

MATERIALES: 1 balón y 2 baldes



GRUPO: Mayor a 10 personas.



INDICACIONES:

1. Los participantes se dividen en dos equipos.
2. Cada equipo tiene un representante con un balde que puede desplazarse en su zona, sin entrar a la cancha.
3. Los integrantes del equipo se pasan la pelota entre si, tratando de embocarla en su balde.
4. El que tiene la pelota puede pasarla o tirar al balde, pero no se puede desplazar con ella, el otro equipo procura interceptar la pelota (sin contacto personal con el adversario) y embocarla en su balde.
5. Cada vez que un jugador emboca la pelota convierte punto para el equipo.



REFLEXIÓN:

La importancia de aceptar criterios diferentes para conseguir el objetivo ¿Es necesario aceptar otras opiniones en mi vida?

# FÚTBOL CIEGO

MATERIALES: 1 balón y vendas



GRUPO: Mayor a 10 personas.

INDICACIONES:

1. Los participantes se dividen en dos equipos
2. Jugarán en parejas, tomados de la mano;
3. Uno de los dos, con los ojos tapados.
4. Se juega un partido de fútbol con pelota de trapo, sin arquero.
5. Los goles pueden ser conquistados sólo por un jugador con los ojos tapados, dependiendo para ello, de la comunicación que pueda establecer con su compañero.
6. Los equipos pueden integrarse con parejas mixtas, alternándose en el rol de ojos tapados.

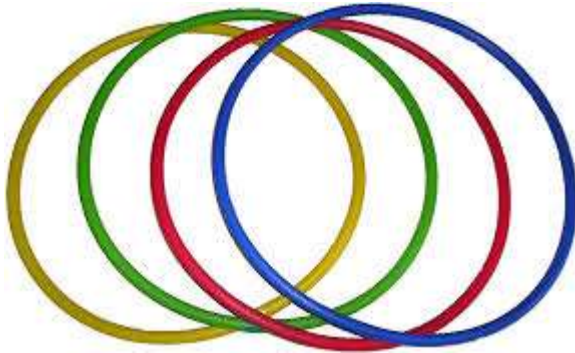


REFLEXIÓN:

¿Me gusta recibir ayuda? ¿Es importante ser ayudado?

# AROS

MATERIALES: 2 Aros



GRUPO: Mayor a 10 personas.

INDICACIONES:

1. Se forman dos círculos concéntricos,
2. Se trata de pasarse dos aros por grupo pero utilizando las piernas y sin que aiga el aro, es decir, los componentes del grupo tendrán que ponerse el aro a la altura de los tobillos y abrir las piernas para sujetarlo,
3. Poco a poco irán pasándose de unos a otros.
4. A ver qué grupo consigue dar más vueltas.



REFLEXIÓN:

¿Para qué trabajo en equipo? ¿Soy solidario en grupo?

# FIGURAS

MATERIALES: Ninguno

GRUPO: Mayor a 10 personas.

INDICACIONES:

1. Los participantes se ponen en círculo con las manos agarradas y los ojos cerrados.
2. El monitor les dice diferentes figuras como: un cuadrado, un triángulo, una estrella... que tienen que formar sin soltarse las manos y sin abrir los ojos.
3. El objetivo del juego es fomentar la comunicación dentro del grupo y respetar ideas.



REFLEXIÓN:

¿Respeto las ideas de otros? ¿Me gusta que respeten mis ideas?

# BALÓN GIGANTE

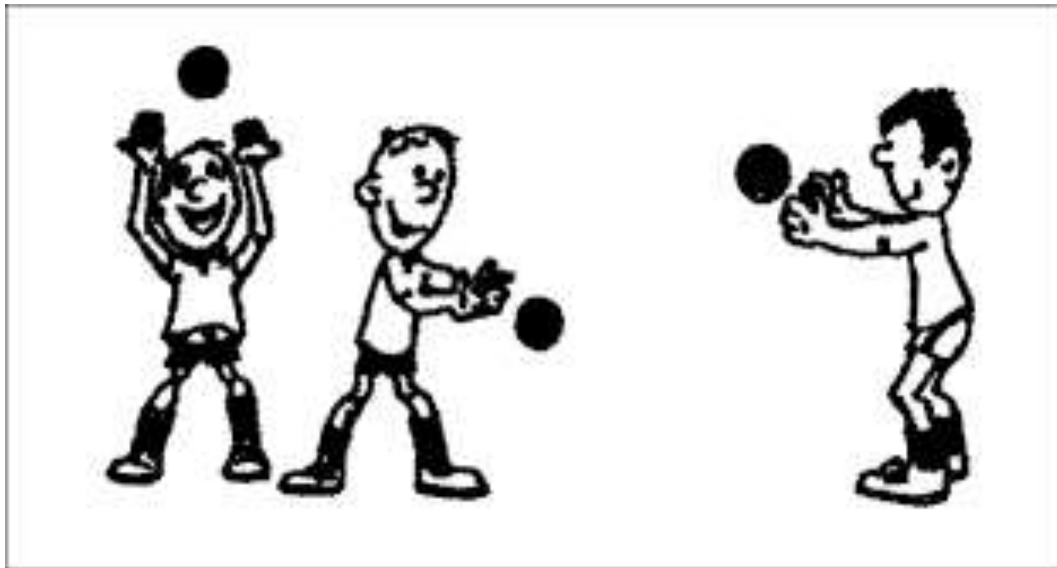
MATERIALES: Balón inflable grande



GRUPO: Mayor a 5 personas.

INDICACIONES:

1. Formamos un círculo entre todos
2. Entre todos golpear el balón hacia arriba tratando de evitar que este toque el suelo.



REFLEXIÓN:

¿Muestro respeto ante los errores de otros? ¿Me gusta que respeten mis errores?  
¿Ayudo a superar errores?

## GRADO DE COOPERACIÓN

(sobre un máximo de 5 y un mínimo de 1)

JUEGO	GRADO
Escalera Humana	3
Construyendo	5
Justo al Cesto	4
Gusano	4
Cocodrilo	2
Huevito	5
Recoger la Cosecha	5
Globo con agua	5
Estatuas	1
Saltar el hueco	5
Ayuda a tu compañero	5
Robots	5
Torre humana	5
Balón al balde	4
Fútbol ciego	3
Aros	3
Figuras	2
Balón gigante	1





# SESIONES





## SESIÓN N° 1

**Objetivo General:** Concientizar sobre la importancia de cultivar el valor de la obediencia en la vida diaria por medio de juegos.

**Tiempo total:** 60 minutos

**Edad:** De 18 a 50 años

Sesión N°1	Gráfico	Descripción	Objetivos Específicos	Material	Tiempo
Parte Inicial		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saludo/ bienvenida</li> <li>-Calentamiento general</li> <li>-Explicación del objetivo general</li> </ul>	-Preparar el cuerpo para la actividad física a realizar	Ninguno	15 min.
Parte Principal	<b>Juego N°1 “GUSANO”</b>				
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cada jugador se coge de la cadera del compañero de adelante.</li> <li>2. La cabeza del gusano intenta atrapar al jugador de la cola.</li> <li>3. Si lo consigue, la cola se coloca a la cabeza del gusano y forma el siguiente gusano.</li> <li>4. La cadena no debe romperse si no termina el juego</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Desarrollar la coordinación motora y la fuerza de brazos.</li> <li>-Cumplir reglas</li> <li>- Cooperar con el grupo.</li> </ul>	Ninguno	10 min.
	<b>Juego N°2 “COCODRILO”</b>				
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Un jugador es el cocodrilo y está acostado en el suelo y rodeado por los jugadores.</li> <li>2. Cada jugador tocará al</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Desarrollar la agilidad, la velocidad de reacción y flexibilidad.</li> <li>- Fomentar el respeto y obediencia a</li> </ul>	Ninguno	10 min.



		<p>cocodrilo. 3. El monitor dirá “cocodrilo”, y éste se despertará y podrá morder cogiendo a otros jugadores. 4. Siendo las órdenes del monitor, el cocodrilo deberá morder a tantos jugadores como le sea posible. Los que hayan sido mordidos se convertirán en cocodrilos.</p>	<p>las reglas.</p>		
<p>Juego N° 3 “ESTATUAS”</p>					
		<p>1. Las personas corren libremente lo más rápido posible. 2. A la señal del silbato del monitor, todas se quedan paradas como estatuas y sin respirar. 3. Al sonido del silbato del monitor corren libremente de nuevo a una velocidad rápida.</p>	<p>-Crear y experimentar diferentes formas de movimientos.  -Fomentar el respeto y obediencia a las reglas.</p>	<p>Silbato </p>	<p>10 min.</p>
<p>Parte final</p>		<p>- Estiramiento en parejas  -Reflexión sobre el valor de la obediencia a través de preguntas y respuestas.</p>	<p>-Fortalecer las destrezas físicas por medio del movimiento y los valores morales para su formación integral.</p>	<p>Ninguno</p>	<p>15 min.</p>

## SESIÓN N° 2


**Objetivo General:** Mejorar las destrezas físicas por medio de juegos de cooperación y colaboración afianzando estos valores en los participantes.

**Tiempo total:** 60 minutos

**Edad:** De 18 a 50 años

Sesión N°1	Gráfico	Descripción	Objetivos Específicos	Material	Tiempo
Parte Inicial		-Saludo/ bienvenida -Calentamiento general -Explicación del objetivo general	- Preparar el cuerpo para la actividad física a realizar	Ninguno	15 min.
Parte Principal	Juego N°1 “ESCALERA HUMANA”				
		1. Formar dos hileras que se miran frente a frente formar parejas. Cada pareja tendrá un número asignado. 3. Sentarse en el suelo y estirar bien las piernas tocando mutuamente las plantas de los pies. 4. Las piernas estarán separadas de manera que habremos diseñado una especie de escalera de mano. 5. El monitor dice un número y esa pareja se pone de pie, se dan la mano y corren por la escalera pisando en los huecos que quedan entre pierna y pierna. Cuando llegan se colocan en el principio. 6. El instructor dice otro número y se repite la actividad con otra pareja.	- Compartir y colaborar en las actividades grupales - Coordinar en forma general por la presencia de obstáculos a través de la observación. -Saltar obstáculos.	Ninguno	10 min.

Juego N°2 "JUSTO AL CESTO"				
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dos equipos, cada uno se coloca pegado a la pared.</li> <li>2. Un equipo se numera: 1, 2, 3,... El otro se numera con letras del alfabeto: A, B, C...</li> <li>3. En el centro ponemos un globo o una pelota.</li> <li>4. En el medio colocamos una cesta o balde.</li> <li>5. La persona que cuida la cesta dice un número y una letra.</li> <li>6. Las personas de cada equipo que tienen ese número y letra van corriendo a tomar el globo entre las dos y encestarlo.</li> <li>7. Podemos indicar diferentes formas de llevar el globo con las manos, con la frente, con la espalda, con la barriga, con la nuca.</li> <li>8. Mientras las dos personas hacen su actividad, el resto de jugadoras hará otra actividad, saltar, girar sobre sí mismas, sentarse.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demostrar el trabajo en forma individual y grupal ayudando y cooperando con las necesidades de otro.</li> <li>- Desarrollar la resistencia aeróbica, la flexibilidad y la velocidad.</li> </ul>	<p>Globo o pelota</p> <p>Balde o cesto</p> 	<p>10 min.</p>
Juego N° 3 "AYUDA A TU COMPAÑERO"				
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cada participante tendrá un cuaderno o libro que coloca sobre su cabeza y debe mantener en equilibrio</li> <li>2. Se desplazan por el lugar y si el libro o cuadernos se cae, queda "congelado"</li> <li>3. Otro jugador debe recoger el libro para descongelarle y seguir jugando</li> <li>4. Cuando se agacha para levantar el</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocer sus capacidades y limitaciones cooperando con otros y fomentando la creatividad y solidaridad.</li> <li>- Desarrollar destrezas como la flexibilidad y la coordinación.</li> </ul>	<p>Libro o cuaderno</p> 	<p>10 min.</p>


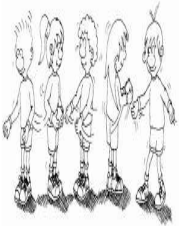


		libro trata de que no se caiga el suyo, de lo contrario, queda "congelado"			
Parte final		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramiento individual</li> <li>-Reflexión sobre la importancia de colaborar y cooperar por medio de una charla de motivación.</li> </ul>	- Fomentar la práctica de la cooperación y colaboración entre el grupo.	Ninguno	15 min.





### SESIÓN N° 3

**Objetivo General:** Concientizar sobre la importancia de ser solidarios y humildes en todas nuestros actos por medio de juegos cooperativos.

**Tiempo total:** 60 minutos

**Edad:** De 18 a 50 años

Sesión N°1	Gráfico	Descripción	Objetivos Específicos	Material	Tiempo
Parte Inicial		-Saludo/ bienvenida -Calentamiento general -Explicación del objetivo general	- Preparar el cuerpo para la actividad física a realizar	Ninguno	15 min.
Parte Principal	Juego N°1 “EL GLOBO CON AGUA”				
		1. Se colocan en un círculo amplio se utiliza de dos a tres globos. 2. Cada una pasa a la que tiene enfrente un globo lleno de agua. 3. Hay que procurar que no choquen los globos y se puede ir aumentando la distancia de separación cada vez más.	- Equilibrar los objetos y estimular la socialización mediante el trabajo en grupo. - Desarrollar la agilidad movimientos en el tren superior y la coordinación.	Globos inflados con agua 	10 min.
	Juego N°2 “SALTAR EL HUECO”				
		1. Colocar en el suelo hojas de periódico dejando espacios. 2. Una persona debe saltar con los pies juntos sin coger carrera. 3. Otras dos la	- Demostrar que el trabajo en equipo es importante para enfrentar la dificultad. - Conservar el compañerismo reconociendo	Papel periódico 	10 min.

		<p>ayudan.</p> <p>4. La que va a saltar pone sus manos en sus propias caderas como formando asas de jarra. Otras dos la sujetan cada una con dos manos en la parte superior de los brazos.</p> <p>5. A la señal una salta por el papel y las otras dos la ayudan elevándola asida de los brazos.</p> <p>6. Se cambian los papeles y lo repiten.</p>	<p>sus capacidades y limitaciones.</p> <p>- Incrementar la fuerza en los brazos y de piernas.</p>		
<p>Juego N° 3 “ROBOTS”</p>					
		<p>1. Forman equipos de 6 a 8 integrantes cada equipo elige un ingeniero electrónico y un sonido que lo identifique.</p> <p>2. A la señal cada robot se desplaza libremente por el espacio en línea recta.</p> <p>3. Cuando alguien encuentra un obstáculo como una pared, otro robot, etc. Se detiene y emite el sonido para que el "ingeniero" de su equipo lo cambie de posición y siga.</p>	<p>- Crear formas de movimientos manejando sus cuerpos con seguridad.</p> <p>- Contribuir al desarrollo del juego por medio de la agilidad y solidaridad entre en grupo.</p>	<p>Silbato</p> 	<p>10 min.</p>
<p>Parte final</p>		<p>- Estiramiento en tríos.</p> <p>-Reflexión sobre las formas de demostrar humildad y solidaridad.</p>	<p>-Utilizar los juegos como medio de concientizar sobre lo importante de ser solidarios y humildes con otros.</p>	<p>Ninguno</p>	<p>15 min.</p>










## SESIÓN N° 4

**Objetivo General:** Aprender la necesidad de ser tolerantes con ideas y actitudes de otras personas para conseguir relaciones afectivas sólidas.

**Tiempo total:** 60 minutos

**Edad:** De 18 a 50 años

Sesión N°1	Gráfico	Descripción	Objetivos Específicos	Material	Tiempo
Parte Inicial		-Saludo/ bienvenida  -Calentamiento general  -Explicación del objetivo general	- Preparar el cuerpo para la actividad física a realizar	Ninguno	15 min.
<b>Juego N°1 “CONSTRUYENDO”</b>					
Parte Principal		1. Dividimos a los participantes en grupos les ponemos legos. 2. Les pedimos que hagan una figura o una construcción con los legos. 3. Deben colocar pieza a pieza siguiendo un turno rotativo. 4. Cuando hayan terminado se habla sobre el resultado y sobre el proceso. 5. Se puede repetir con otros grupos.	- Desarrollar la creatividad e imaginación para cumplir el objetivo - Incentivar la participación con respeto y tolerancia.	Legos 	10 min.
<b>Juego N°2 “TORRE HUMANA”</b>					
		1. Dividimos al grupo en dos. 2. Todo el grupo ayuda para construir la Torre Humana o la pirámide más alta.  3. Intentando que no se caiga por unos	- Identificar diferentes tipos de movimientos - Combinar formas - Colaborar en la protección del grupo, - Desarrollar la	Ninguno	10 min.

		minutos.	fuerza de brazos y piernas.		
Juego N° 3 “BALÓN AL BALDE”					
		<p>1. Los participantes se dividen en dos equipos.</p> <p>2. Cada equipo tiene un integrante con un balde y debe moverse horizontalmente por su línea.</p> <p>3. El equipo se pasa la pelota entre sí, tratando de meterla en el balde contrario no puede moverse con el balón.</p> <p>4. El otro equipo procura interceptar la pelota (sin contacto personal)</p> <p>5. Cada vez que un jugador emboca la pelota convierte punto para el equipo.</p>	<p>- Demostrar el trabajo en forma grupal.</p> <p>- Compartir las ideas de los demás.</p> <p>- Contribuir al desarrollo de la flexibilidad y fuerza.</p>	<p>1 balón</p> <p>2 baldes o cartón</p> 	10 min.
Parte final		<p>- Relajación por medio de masajes.</p> <p>- Reflexión por medio de ejemplos reales sobre lo importante de ser tolerantes</p>	- Alcanzar un nivel elevado de tolerancia hacia los compañeros por medio de los resultados de los juegos.	Ninguno	15 min.







## SESIÓN N° 5

**Objetivo General:** Conocer lo importante de trabajar en equipo para conseguir nuestras metas y objetivos siendo sinceros con nuestras actitudes.

**Tiempo total:** 60 minutos

**Edad:** De 18 a 50 años

Sesión N°1	Gráfico	Descripción	Objetivos Específicos	Material	Tiempo
Parte Inicial		-Saludo/ bienvenida -Calentamiento general -Explicación del objetivo general	- Preparar el cuerpo para la actividad física a realizar	Ninguno	15 min.
Parte Principal	Juego N°1 “RECOGER LA COSECHA”				
		1. Los participantes se sitúan en fila, sentados con las piernas abiertas y juntas, se cogen por la cintura con fuerza. 2. Uno del grupo se sitúa de pie en frente de la fila, coge al primero de las manos e intenta arrancarlo de sus compañeros. 4. El participante arrancado se pone detrás del que está de pie cogiéndolo por la cintura y ayudándolo a arrancar a los demás. 5. El juego finaliza cuando todos los compañeros han sido levantados del suelo.	- Participar para lograr un mismo objetivo valorando el esfuerzo de los compañeros. - Crear un ambiente de solidaridad, diligencia y cooperación. - Usar la fuerza del tren inferior y superior.	Ninguno	10 min.
	Juego N°2 “FÚTBOL CIEGO”				
		1. Los participantes se dividen en dos equipos 2. Jugarán en	- Propender al juego limpio. - Valorar la limitación del	1 balón de trapo Vendas	10 min.


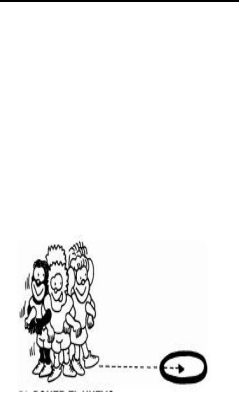

		<p>parejas, tomados de la mano; uno de los dos, con los ojos tapados.</p> <p>3. Se juega un partido de fútbol con pelota de trapo, sin arquero.</p> <p>4. Los goles pueden ser conquistados sólo por un jugador con los ojos tapados.</p>	<p>compañero ayudándolo con sinceridad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar la velocidad y movimiento del cuerpo.</li> </ul>	 	
<p>Juego N° 3 “AROS”</p>					
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se forma un círculo con el grupo</li> <li>2. Se trata de pasarse dos aros por grupo pero utilizando las piernas y sin que caiga el aro, los jugadores tendrán que ponerse el aro a la altura de los tobillos y abrir las piernas para sujetarlo,</li> <li>3. Poco a poco irán pasándose de unos a otros.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experimentar diferentes formas de movimientos.</li> <li>- Compartir con otros la resolución de problemas.</li> <li>- Trabajar el equilibrio, la flexibilidad y el apoyo al equipo.</li> </ul>	<p>2 aros</p> 	<p>10 min.</p>
<p>Parte final</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramiento en parejas.</li> <li>- Reflexión sobre la necesidad de trabajar en equipo para conseguir objetivos por medio de preguntas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Descubrir la necesidad de trabajar en equipo para llegar a la meta, mostrando actos sinceros.</li> </ul>	<p>Ninguno</p>	<p>15 min.</p>

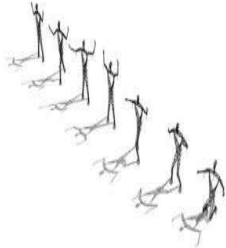
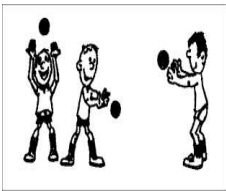



## SESIÓN N° 6

**Objetivo General:** Fomentar el respeto hacia otras personas y hacia la sociedad por medio de la práctica de los juegos.

**Tiempo total:** 60 minutos

**Edad:** De 18 a 50 años

Sesión N°1	Gráfico	Descripción	Objetivos Específicos	Material	Tiempo
Parte Inicial		-Saludo/ bienvenida  -Calentamiento general  -Explicación del objetivo general	- Preparar el cuerpo para la actividad física a realizar	Ninguno	15 min.
Parte Principal	<b>Juego N°1 “HUEVITO”</b>				
		1. Seis jugadores “el pato” forman un círculo mirando hacia afuera (espalda con dirección al centro del círculo) y se cogen del brazo del compañero de la derecha y del de la izquierda. 2. Inclinan el tronco adelante, de forma que puedan tocarse los glúteos. 3. De esta forma se consigue una superficie de transporte para el “huevo”. 4. Se delimita una salida y una meta 5. El equipo que tire el “huevo” tendrá que comenzar de nuevo.	- Demostrar habilidades con implementos en grupo. - Mantener el equilibrio, la unión y la coordinación. - Fomentar el respeto por los participantes.	Balones o globos con agua  	10 min.

Juego N°2 "FIGURAS"					
		<p>1. Los participantes se ponen en círculo con las manos agarradas y los ojos cerrados.</p> <p>2. El monitor les dice diferentes figuras como: un cuadrado, un triángulo, una estrella... que tienen que formar sin soltarse las manos y sin abrir los ojos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar la comunicación dentro del grupo y respetar ideas de otros.</li> <li>- Practicar la creación de nuevos movimientos y formas del cuerpo por medio de la flexibilidad y equilibrio.</li> </ul>	Ninguno	10 min.
Juego N° 3 "BALÓN GIGANTE"					
		<p>1. Formamos un círculo entre todos</p> <p>2. Entre todos golpear el balón hacia arriba tratando de evitar que este toque el suelo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correr, saltar y lanzar con habilidad y a diferentes ritmos.</li> <li>- Cooperar y respetar al compañero.</li> </ul>	1 balón inflable grande 	10 min.
Parte final		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramiento individuales</li> <li>- Reflexión sobre el valor del respeto por medio de la proyección de un video o diapositivas de motivación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar la práctica de valores en especial del respeto como principal eje de la convivencia.</li> </ul>	Proyector Computador 	15 min.

## 6.9 Modelo Operativo

<b>FASES</b>	<b>METAS</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>TIEMPO</b>
Planificación	Elaboración de la guía de actividades lúdicas y juegos cooperativos para lograr una rehabilitación psico-social en las internas del centro de rehabilitación social Ambato.	Investigación y planificación de la propuesta	Bibliografía Computadora Impresora Hojas	Investigadora	Primer semestre del año 2015
Socialización	Incentivar a las mujeres privadas de su libertad del centro de rehabilitación social de Ambato a que se aplique la guía de actividades lúdicas y juegos para lograr una rehabilitación psico-social.	Exposiciones, foros, debates, charla de socialización de la guía.	Proyector. Computador. Papelotes. Marcadores.	Investigadora	Una sola vez por una hora en el primer semestre del año 2015.
Ejecución	Aplicar la guía de actividades lúdicas y juegos para lograr una rehabilitación psico-social.	Seguimiento de cada ejercicio expuesto en la guía.	Materiales descritos en la guía metodológica.	Investigadora	Una vez en el primer semestre del año 2015
Evaluación	Verificar el cumplimiento y beneficios de la aplicación de la guía de actividades.	Dar seguimiento a los ejercicios aplicados y observar cambios.	Ficha de evaluación.	Investigadora	Una vez en el primer semestre del año 2015

**Cuadro No. 23 Modelo Operativo**

**Fuente:** Investigadora

**Elaborado por:** Autora

## 6.10 Administración

La presente propuesta será de administración de la autora desde su planteamiento y fundamentación hasta la socialización de la misma con las internas y autoridades del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

Una vez que la propuesta sea socializada será de administración de las Autoridades del Centro de Rehabilitación de Ambato en especial del departamento de Educación con el que cuentan, sin perjuicio de que sea administrada por un profesional específico que lo ponga en práctica con las internas.

## 6.11 Plan de Evaluación

Es conveniente realizar la evaluación a la propuesta, pero por la limitación para el libre ingreso al Centro de Rehabilitación Social de Ambato, no se puede efectuar; sin embargo, se deja planteado.

<b>¿A quién evaluar?</b>	A las beneficiarias	A las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.
<b>¿Por qué evaluar?</b>	Así se determina si el objetivo se cumplió.	Porque acogió la propuesta y la ejecutó.
<b>¿Para qué evaluar?</b>	Para conocer si mejoró en su rehabilitación.	Para conocer la utilidad de la propuesta.
<b>¿Qué evaluar?</b>	La aplicación de la guía propuesta	La aplicación de cada ejercicio sugerido.
<b>¿Quién evalúa?</b>	La responsable de la propuesta	La investigadora
<b>¿Cuándo evalúa?</b>	Después de ejecutada la propuesta.	Bimensualmente después de ejecutada la propuesta.
<b>¿Cómo evalúa?</b>	Observación	Entrevistas
<b>¿Con qué evalúa?</b>	Fichas de Observación	Guía para la entrevista.

**Cuadro No. 24 Plan de Evaluación**

**Fuente: Fundamentación**

**Elaborado por: Autora**



## **BIBLIOGRAFÍA**

BARON, R. y BYRNE D. (1998). Psicología Social, Octava Edición. Madrid, España. Prentice Hall Iberia, SRL.

BLÁZQUEZ, D. (2006). La Educación Física. Barcelona, España. INDE Publicaciones.

Diccionario Real Academia de la Lengua

FERNÁNDEZ, D. (2006). Taller de Educación Física. España. Dimar Editora S.A.

GARCÍA, J. (1982). PANORMA Colección de Enciclopedias Monográficas, tomo VII. Barcelona, España: Montaner y Simón S.A.

Gran Enciclopedia de Larousse, tomo octavo. Barcelona, España. Editorial Planeta, S.A.

Enciclopedia Todo el Universo, tomo siete. (1990). México. Editorial SALVAT.

JIMÉNEZ, A. (2003) Módulo de Psicología Social. Quito, Ecuador. Editoriales.

JONES, E. y GERARD, H. (1992). Fundamentos de la Psicología Social. México DF, México. Editorial Limusa, S.A.

LÓPEZ, R. (2013). La conducta Humana y la sociedad. Salto, Uruguay: Editorial GRIN Verlag.

OREJUELA, E. (1990). Relaciones Humanas. Universidad Nacional Autónoma de México y Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil.

RODRÍGUEZ, J. (2003). Historia del Deporte. Barcelona, España: INDE Publicaciones.

SHUMANN, N. (1977- 1978). Enciclopedia de la Psicología y la Pedagogía Tomo II. París, Francia. SEDMAY ediciones S.A.

SHUMANN, N. (1977- 1978). Enciclopedia de la Psicología y la Pedagogía Tomo IV. París, Francia. SEDMAY ediciones S.A.

SZÉKELY, L. (2000). Diccionario de Psicología. Buenos Aires, Argentina. Editorial Claridad S.A.

TORBERT, M. (1982). Juegos para el desarrollo motor. México D.F., México. Editorial Pax México.

## **LINKOGRAFÍA**

ANÓNIMO. (11/05/2015). Juegos cooperativos: todas y todos a jugar. Recuperado en: <http://www.intered.org/juegos-cooperativos>.

CHACÓN, Nancy (2006). Fundamentación filosófica, sociológica, psicológica y pedagógica de la responsabilidad ante la sexualidad como valor moral. Recuperado en: <http://www.eumed.net/libros-gratis/2011c/1015/Fundamentacion%20filosofica%20sociologica%20psicologica%20y%20pedagogica%20de%20la%20responsabilidad%20ante%20la%20sexualidad%20como%20valor%20moral.htm>.

REYES, Percy. (24 de mayo de 2011) Actividades Lúdicas. Recuperado en: <http://es.scribd.com/doc/56163013/ACTIVIDADES-LUDICAS#scribd>

# ANEXOS

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

Cuestionario aplicado a las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de Ambato.

<b>ITEM</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. ¿Conoce qué son las actividades lúdicas o los juegos?		
2. ¿Ha practicado algún tipo de juego o actividad lúdica?		
3. ¿Practica actividades que sean de aprendizaje y superación para usted y que sirvan para mejorar su condición actual?		
4. ¿Realiza algún tipo de ejercicio para distraerse dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato?		
5. ¿Realiza actividades lúdicas o juegos para mantenerse ocupada dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato?		
6. ¿Practica los juegos como forma de recreación dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato?		
7. ¿Recibe apoyo de profesionales para su rehabilitación dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato?		
8. ¿Considera que ha mejorado su actitud de vida desde que se encuentra interna en el Centro de Rehabilitación Social de Ambato?		
9. ¿Le gustaría practicar más a menudo juegos dentro del Centro de Rehabilitación Social de Ambato?		
10. ¿Cree necesario practicar actividades lúdicas como una forma de rehabilitarse?		

Ambato, 19 de Mayo de 2014

**Doctor**  
**Eduardo Silva**  
**DIRECTOR DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN**  
**CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL AMBATO**

Presente:

De mis consideraciones:

Muy respetuosamente me dirijo a Ud. Para saludarle y desearle éxitos en sus delicadas funciones.

Soy Egresada de la Universidad Técnica de Ambato, de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Carrera de Cultura Física, y estoy realizando mi Tesis, para la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Cultura Física con el tema: "La Rehabilitación Psico-social a través de Actividades Lúdicas con las mujeres privadas de su libertad del Centro de Rehabilitación Social de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua".

Para lo cual, solicito de la manera más comedida se me autorice el ingreso al pabellón de mujeres, para realizar la recolección de datos y la investigación de campo con las PPL, esta actividad servirá como respaldo para mi tesis.

Por la favorable atención que se sirva brindar a la presente, quedo de Ud. Muy agradecida.

**Atentamente,**

**Tania Jimena Manzano Paredes**  
**C.I. 180217585-9**

Adjunto a la presente el tema de la investigación y su estudio previo.

Ambato, 23 de Mayo de 2014

Señora  
Tania Jimena Manzano Paredes  
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación  
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

En virtud del oficio enviado con fecha 19 de mayo de 2014, me remito a Usted para informarle lo siguiente:

Analizada la propuesta y el trabajo investigativo con relación al Centro de Rehabilitación de Ambato que ha presentado, se **autoriza** el ingreso a la señora TANIA JIMENA MANZANO PAREDES al pabellón de mujeres del Centro de Rehabilitación Social de la Ciudad de Ambato y además se le facilitará todo tipo de información que necesitare para su trabajo investigativo de campo.

Conforme a la legislación correspondiente se le recuerda a Usted que está estrictamente prohibido el ingreso de cámara de video y fotográfica, así como cualquier otro que atente contra la seguridad del Centro de Rehabilitación.

Atentamente

**Msc. Eduardo Silva**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN**  
**CRSA**