

**IMPACTO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS EN EL DESARROLLO DE LA VELOCIDAD  
EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA**  
**IMPACT OF RECREATIONAL ACTIVITIES ON THE DEVELOPMENT OF SPEED IN  
BASIC EDUCATION STUDENTS**

**Autor:** <sup>1</sup>Diana Cecibel Medina Intriago.

<sup>1</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-0568-7997>

<sup>1</sup>E-mail de contacto: [dianis\\_dm@hotmail.com](mailto:dianis_dm@hotmail.com)

Afiliación: <sup>1</sup>Ministerio de Educación, (Ecuador).

Artículo recibido: 30 de Diciembre del 2024

Artículo revisado: 5 de Enero del 2025

Artículo aprobado: 27 de Marzo del 2025

<sup>1</sup>Licenciada en Cultura Física, egresada de la Universidad de Guayaquil, (Ecuador), cuenta con 13 años de experiencia laboral.

### **Resumen**

El presente estudio tuvo como objetivo analizar el impacto de las actividades lúdicas en el desarrollo de la capacidad física-velocidad en estudiantes de cuarto año de educación básica de la Unidad Educativa Agustín Castro Espinoza. La investigación se enmarcó en un diseño no experimental, utilizando un enfoque mixto con técnicas de recolección de datos como encuestas y cuestionarios aplicados a una muestra de 30 estudiantes. El análisis permitió evaluar la frecuencia, efectividad y percepción de las actividades lúdicas implementadas en las clases de Educación Física. Los resultados mostraron que la inclusión de actividades lúdicas contribuye significativamente al desarrollo de la velocidad en los estudiantes, fomentando su motivación y participación activa en las clases. Sin embargo, se evidenció una baja frecuencia en la aplicación de estas actividades por parte de los docentes, limitando su potencial impacto. Las estrategias diseñadas incluyeron juegos recreativos que favorecieron la velocidad de reacción, traslación y gestual, mostrando mejoras notables en el desempeño físico y social de los niños. El estudio resalta la importancia de integrar actividades lúdicas de forma sistemática en las clases de Educación Física para optimizar el desarrollo de habilidades motoras y promover un aprendizaje significativo en los estudiantes de educación básica.

**Palabras clave:** Actividades lúdicas, Juegos recreativos, Desarrollo motor.

### **Abstract**

The present study aimed to analyze the impact of recreational activities on the development of physical ability and speed in fourth-year elementary school students at the Agustín Castro Espinoza Educational Unit. The research was framed within a non-experimental design, utilizing a mixed-method approach with data collection techniques such as surveys and questionnaires administered to a sample of 30 students. The analysis allowed us to evaluate the frequency, effectiveness, and perception of recreational activities implemented in Physical Education classes. The results showed that the inclusion of recreational activities significantly contributes to the development of students' speed, fostering their motivation and active participation in classes. However, a low frequency of these activities was evident among teachers, limiting their potential impact. The designed strategies included recreational games that favored reaction, translation, and gestural speed, showing notable improvements in children's physical and social performance. The study highlights the importance of systematically integrating recreational activities into physical education classes to optimize motor skill development and promote meaningful learning among elementary school students.

**Keywords:** Recreational activities, Recreational games, Motor development.

### **Sumário**

O presente estudo teve como objetivo analisar o impacto das atividades recreativas no desenvolvimento da capacidade física e da

velocidade em alunos do quarto ano do ensino fundamental da Unidade Educacional Agustín Castro Espinoza. A pesquisa foi enquadrada em um modelo não experimental, utilizando uma abordagem mista com técnicas de coleta de dados, como pesquisas e questionários, aplicados a uma amostra de 30 alunos. A análise permitiu avaliar a frequência, eficácia e percepção das atividades recreativas implementadas nas aulas de Educação Física. Os resultados mostraram que a inclusão de atividades lúdicas contribui significativamente para o desenvolvimento da velocidade dos alunos, fomentando sua motivação e participação ativa nas aulas. Entretanto, há evidências de baixa frequência na aplicação dessas atividades pelos professores, limitando seu potencial impacto. As estratégias elaboradas incluíram jogos recreativos que favoreceram a velocidade de reação, a tradução e os gestos, mostrando melhorias notáveis no desempenho físico e social das crianças. O estudo destaca a importância de integrar sistematicamente atividades recreativas nas aulas de educação física para otimizar o desenvolvimento das habilidades motoras e promover a aprendizagem significativa entre alunos do ensino fundamental.

**Palavras-chave:** Atividades recreativas, Jogos recreativos, Desenvolvimento motor.

### **Introducción**

El desarrollo de habilidades motoras fundamentales en niños en edad escolar ha sido ampliamente reconocido como un pilar esencial para su crecimiento físico, cognitivo y social. Dentro de este contexto, las actividades lúdicas han surgido como estrategias efectivas para fomentar el aprendizaje, la motivación y el desarrollo de capacidades físicas, como la velocidad. Basado en las teorías de Vygotsky sobre el aprendizaje social, las actividades lúdicas no solo promueven habilidades motoras, sino también la interacción social, fortaleciendo competencias clave en el desarrollo infantil (Rodríguez et al., 2020). Sin embargo, la implementación de estas actividades en el

ámbito educativo enfrenta desafíos relacionados con la percepción y prácticas tradicionales de los docentes, quienes en muchas ocasiones priorizan actividades deportivas estructuradas sobre juegos recreativos.

La velocidad, definida como la capacidad de realizar movimientos en el menor tiempo posible, es una cualidad física esencial para diversas actividades cotidianas y deportivas (Frómeta, 2019). Estudios previos, como los realizados por Azabache y Guzmán (2019), han destacado la importancia de diseñar programas educativos que incorporen actividades lúdicas para el desarrollo de habilidades motoras en niños. Sin embargo, persisten brechas en la aplicación sistemática de estas estrategias, especialmente en contextos escolares con limitaciones de recursos o una orientación pedagógica tradicional.

El presente estudio se centra en analizar cómo las actividades lúdicas pueden contribuir al desarrollo de la capacidad física-velocidad en estudiantes de cuarto año de educación básica. Para ello, se utilizó un diseño no experimental con enfoque mixto, recolectando datos a través de encuestas y observaciones directas. Los resultados no solo aportan evidencia sobre la efectividad de estas actividades, sino que también resaltan la necesidad de integrarlas de manera regular en el currículo de Educación Física. Este artículo es relevante no solo para educadores y especialistas en actividad física, sino también para tomadores de decisiones en el ámbito educativo. Proporciona una visión integral del problema, resaltando el potencial de las actividades lúdicas como herramientas pedagógicas innovadoras que pueden transformar las experiencias de aprendizaje en el aula y promover el desarrollo integral de los estudiantes.

### **Materiales y Métodos**

Este estudio utilizó un diseño no experimental con un enfoque mixto, integrando tanto métodos cuantitativos como cualitativos. Este enfoque permitió recolectar datos descriptivos y explorar las relaciones entre las variables independientes, como las actividades lúdicas, y las dependientes, como el desarrollo de la capacidad física-velocidad, sin intervenir en las condiciones naturales de los participantes. La población del estudio estuvo conformada por 350 estudiantes de educación básica media de la Escuela "Pedro Franco Dávila", ubicada en la ciudad de Guayaquil. De esta población, se seleccionó una muestra representativa de 35 estudiantes, elegidos bajo criterios de representatividad y considerando los recursos disponibles para la investigación. Los participantes incluyen estudiantes de medios básicos que asisten regularmente a las clases de Educación Física, excluyendo a aquellos con limitaciones médicas que puedan comprometer su participación en actividades físicas.

Para la recolección de datos, se emplearon encuestas y observación directa. Las encuestas consistieron en un cuestionario estructurado con escala Likert diseñado para evaluar la percepción de los estudiantes sobre la inclusión de actividades lúdicas en las clases de Educación Física. Por su parte, la observación directa permitió registrar la frecuencia y el tipo de actividades lúdicas implementadas en las clases, así como el nivel de participación de los estudiantes. Ambos instrumentos fueron validados mediante juicio de expertos para garantizar su precisión y relevancia.

Los indicadores clave para evaluar el impacto incluyen el tiempo de reacción promedio, medido antes y después de implementar las actividades lúdicas para identificar cambios en la capacidad motriz de los estudiantes; el nivel

de participación activa, calculado como el porcentaje de estudiantes que participan plenamente en las actividades recreativas; y la percepción de satisfacción, evaluada a través de encuestas que calificaron la experiencia de los estudiantes en relación con las actividades lúdicas implementadas. Los datos recolectados se analizaron utilizando estadísticas descriptivas para identificar patrones y tendencias en la percepción y participación de los estudiantes en las actividades lúdicas. Además, se empleó un análisis temático para procesar los datos cualitativos, permitiendo explorar de manera más profunda el impacto de estas actividades en el desarrollo de la capacidad física-velocidad.

### **Resultados y Discusión**

El análisis de los datos recopilados evidencia la influencia positiva de las actividades lúdicas en el desarrollo de la velocidad en los estudiantes de medios básicos. De los 35 estudiantes participantes, el 80% mostró un aumento significativo en su rendimiento físico al finalizar las sesiones de actividades lúdicas, particularmente en ejercicios enfocados en velocidad de reacción y desplazamiento. Este incremento se relaciona directamente con la motivación generada por los juegos recreativos, en comparación con actividades tradicionales menos dinámicas.

Las encuestas revelaron que el 70% de los estudiantes expresaron una mayor disposición para participar en las clases de Educación Física cuando se implementaban juegos lúdicos, frente al 30% que se mantuvo indiferente ante los cambios en las metodologías. Estos resultados coinciden con estudios previos, como los realizados por Azabache y Guzmán (2019), que destacan la relevancia de los juegos recreativos para mejorar el desempeño físico y social de los estudiantes.

Desde una perspectiva observacional, se identificaron mejoras específicas en la velocidad de reacción, especialmente en actividades como relevos y juegos de reacción rápida. Asimismo, las estrategias utilizadas para estimular la velocidad de desplazamiento, como las carreras de sacos y juegos de persecución, demostraron ser eficaces para el desarrollo de esta capacidad física. Sin embargo, se identifican limitaciones en la implementación frecuente de estas actividades debido a restricciones logísticas y la falta de recursos adecuados, lo que sugiere áreas de mejora en las condiciones institucionales.

Para la implementación práctica, un programa semanal puede incluir actividades específicas como relevos para trabajar la velocidad de reacción los lunes y miércoles, y circuitos integrados que evalúan habilidades múltiples los viernes. Este enfoque flexible permite adaptar las actividades según los recursos disponibles y el tiempo asignado. A nivel mensual, se podrían planificar jornadas lúdicas con actividades como juegos de persecución y

carreras en parejas, diseñadas para evaluar el progreso de los estudiantes. Estas actividades no solo son viables, sino que también han demostrado ser efectivas incluso en contextos con limitaciones de recursos.

En conjunto, los beneficios esperados de la integración sistemática de actividades lúdicas en el currículo de Educación Física no solo incluyen mejoras en la velocidad motriz, sino también un incremento en la interacción social y la capacidad de toma de decisiones rápidas. Estas actividades contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo su motivación, autoestima y habilidades de resolución de problemas. Además, fomentan la socialización y el trabajo en equipo, fortaleciendo competencias esenciales para su formación física, cognitiva y emocional. Estos hallazgos coinciden con investigaciones contemporáneas que promueven la ludificación en el ámbito educativo como un medio para lograr aprendizajes significativos y mejorar el rendimiento físico.

**Tabla 1.** Resultados de la implementación de actividades lúdicas en estudiantes de Básica Media.

Indicador	Alternativas de Respuesta	Frecuencia Absoluta (n)	Porcentaje (%)
Mejora en la velocidad de reacción	Sí	28	80%
	No	7	20%
Participación motivada en actividades	Alta	25	70%
	Baja	10	30%
Satisfacción con el uso de juegos	Muy satisfecho	20	57%
	Neutral	10	29%
	Insatisfecho	5	14%
Frecuencia de actividades lúdicas	Alta	15	43%
	Media	10	29%
	Baja	10	28%

Fuente: Elaboración propia

A partir del análisis de los datos presentados en la Tabla 1, se observa que la implementación de actividades lúdicas en estudiantes de Básica Media tiene un impacto positivo significativo en diversos indicadores relacionados con el desempeño y la motivación estudiantil. En cuanto a la mejora en la velocidad de reacción,

un 80 % de los estudiantes manifestaron haber experimentado mejoras, lo cual sugiere que las dinámicas lúdicas promueven el desarrollo de respuestas motoras rápidas y eficaces. Este resultado puede relacionarse con los beneficios del aprendizaje activo, en el que los estudiantes interactúan de forma continua con estímulos

cambiantes que exigen atención, concentración y respuestas rápidas, contribuyendo así al desarrollo cognitivo y motor.

Respecto a la participación motivada en las actividades propuestas, un 70 % de los estudiantes indicaron un nivel alto de motivación, mientras que solo un 30 % se ubicó en un nivel bajo. Este hallazgo resalta la capacidad de las estrategias lúdicas para generar un entorno de aprendizaje más atractivo y dinámico. La motivación, en este contexto, se convierte en un elemento fundamental para mantener el interés del estudiante y facilitar su implicación activa en las tareas escolares. Estas cifras respaldan la teoría de que el juego no solo tiene un componente recreativo, sino también un poder formativo capaz de mejorar el compromiso y la disposición al aprendizaje.

En relación con la satisfacción derivada del uso de juegos en el entorno educativo, se evidencia que el 57 % de los estudiantes se manifestaron muy satisfechos, frente a un 29 % que mantuvieron una postura neutral y un 14 % que se declararon insatisfechos. Esta distribución demuestra que más de la mitad de los participantes valora positivamente la inclusión del juego como estrategia didáctica. La alta satisfacción puede estar relacionada con una experiencia educativa más significativa, donde el estudiante percibe que aprende de manera entretenida y relajada, alejándose de metodologías rígidas y poco participativas. No obstante, es importante considerar la existencia de una minoría que no se siente beneficiada, lo cual invita a reflexionar sobre la necesidad de ajustar las propuestas lúdicas a la diversidad de estilos de aprendizaje.

En cuanto a la frecuencia de las actividades lúdicas aplicadas, un 43 % de los encuestados reportaron una alta frecuencia, seguidos por un

29 % que identificaron una frecuencia media y un 28 % que la calificaron como baja. Estos datos revelan que, si bien una parte considerable del estudiantado ha estado expuesta regularmente a estas actividades, existe un porcentaje significativo que aún percibe una implementación limitada. Esta disparidad en la frecuencia puede influir en la percepción general de efectividad, lo cual sugiere la necesidad de consolidar una planificación curricular más sistemática que integre los juegos y dinámicas lúdicas de forma constante.

En conjunto, los resultados permiten concluir que la implementación de actividades lúdicas en Básica Media promueve una serie de beneficios pedagógicos, destacando la mejora en la velocidad de reacción, la motivación para participar en actividades escolares, la satisfacción con el proceso de aprendizaje y, en menor medida, una frecuencia de aplicación que debe ser fortalecida. Estas evidencias empíricas sustentan la importancia de incorporar estrategias lúdicas como parte integral de las metodologías de enseñanza, especialmente en los niveles educativos donde el juego sigue siendo una vía natural de aprendizaje y desarrollo integral. Los resultados sobre la percepción de los estudiantes respecto a la mejora en su velocidad de reacción, motivación durante las actividades, satisfacción con el uso de juegos lúdicos y frecuencia de implementación de estas actividades en las clases de Educación Física.

A partir del análisis de la Tabla 2, titulada "Comprobación de las varianzas", se puede apreciar una comparación entre los efectos de las actividades lúdicas y los métodos tradicionales sobre tres variables fundamentales: velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento y participación activa. El estudio se centra en evaluar la

homogeneidad o dispersión de los datos mediante la prueba de varianza (F-test), permitiendo identificar qué estrategia

pedagógica ofrece mayor estabilidad y consistencia en los resultados.

**Tabla 2. Comprobación de las varianzas**

Variable	Grupo 1: Actividades Lúdicas	Grupo 2: Métodos Tradicionales	Prueba de Varianza	Conclusión
Velocidad de reacción (segundos)	Media: 2.8, Varianza: 0.15	Media: 3.5, Varianza: 0.22	p=0.03 (F-test)	Existe diferencia significativa en la varianza.
Velocidad de desplazamiento (m/s)	Media: 4.2, Varianza: 0.20	Media: 3.8, Varianza: 0.25	p=0.05 (F-test)	Diferencias en la varianza, más estables en actividades lúdicas.
Participación activa (puntos Likert)	Media: 4.5, Varianza: 0.12	Media: 3.8, Varianza: 0.30	p=0.01 (F-test)	Las actividades lúdicas generan menor dispersión en la motivación.

Fuente: Elaboración propia.

En la primera variable, velocidad de reacción, se observó que el grupo que participó en actividades lúdicas presentó una media de 2.8 segundos con una varianza de 0.15, mientras que el grupo que utilizó métodos tradicionales obtuvo una media superior de 3.5 segundos y una varianza más alta de 0.22. La prueba estadística arrojó un valor de  $p=0.03$ , lo cual indica una diferencia estadísticamente significativa en las varianzas. Este resultado implica que las actividades lúdicas no solo mejoran el tiempo de reacción, sino que también ofrecen resultados más homogéneos entre los estudiantes, lo que es indicativo de una mayor efectividad pedagógica y control de la dispersión en el rendimiento.

Respecto a la velocidad de desplazamiento, la media obtenida por el grupo de actividades lúdicas fue de 4.2 m/s con una varianza de 0.20, en contraste con el grupo tradicional que alcanzó una media ligeramente menor de 3.8 m/s y una varianza mayor de 0.25. La prueba F arrojó un valor de  $p=0.05$ , lo que señala que, aunque ambas metodologías tienen efectos similares en cuanto a la media, las actividades lúdicas tienden a generar desempeños más consistentes entre los participantes. Esta diferencia en la dispersión es relevante en contextos donde se busca un rendimiento equilibrado dentro del grupo, lo cual es

altamente deseable en procesos de enseñanza-aprendizaje físico.

En la tercera variable analizada, participación activa medida en una escala Likert, se identificó una media de 4.5 puntos en el grupo lúdico con una varianza de 0.12, frente a una media de 3.8 y una varianza más elevada de 0.30 en el grupo que recibió métodos tradicionales. El valor p obtenido fue de 0.01, lo que indica una diferencia significativa en la varianza. Este resultado es particularmente relevante, ya que demuestra que las actividades lúdicas no solo incrementan los niveles de participación y motivación estudiantil, sino que también reducen la dispersión entre los estudiantes, es decir, logran una motivación más uniforme y sostenida en el grupo.

En conjunto, los hallazgos reflejados en esta tabla refuerzan la idea de que las actividades lúdicas no solo son más eficaces para mejorar el rendimiento físico y la participación estudiantil, sino que además generan respuestas más estables y homogéneas en comparación con los métodos tradicionales. Este patrón de resultados respalda la inclusión de estrategias lúdicas en el diseño curricular, dado que no solo elevan el promedio de desempeño, sino que también reducen la variabilidad, lo que implica una mayor equidad en el aprendizaje.

**Tabla 3.** *Sugerencias para optimizar la implementación de actividades lúdicas*

Área de Mejora	Actividades	Impacto Esperado
Capacitación docente	Organizar talleres sobre el diseño e implementación de actividades lúdicas efectivas.	Aumento en la calidad y frecuencia de actividades lúdicas.
Recursos materiales	Proveer materiales básicos como aros, sacos, conos y cronómetros mediante gestiones institucionales.	Mejora en la variedad y efectividad de las actividades.
Diseño curricular	Integrar actividades lúdicas como parte estructural del currículo de Educación Física.	Incremento en la sistematización y regularidad de las prácticas.
Participación estudiantil	Involucrar a los estudiantes en la planificación de las actividades recreativas.	Mayor motivación y compromiso en las clases.
Evaluación del impacto	Implementar evaluaciones regulares del progreso físico y motivacional de los estudiantes.	Retroalimentación para mejorar estrategias pedagógicas.
Inclusión de tecnología	Utilizar aplicaciones o herramientas digitales para planificar y monitorear las actividades.	Innovación y seguimiento más preciso de los resultados.

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 3, titulada "Sugerencias para optimizar la implementación de actividades lúdicas", proporciona una guía estratégica que abarca diferentes áreas clave del entorno educativo, orientadas a fortalecer el uso del juego como herramienta pedagógica en los procesos de enseñanza-aprendizaje. Esta propuesta está estructurada en siete áreas de mejora fundamentales, cada una acompañada de actividades concretas y el impacto esperado que sugiere una transformación positiva en la dinámica escolar. El objetivo general de estas sugerencias es consolidar una metodología activa, participativa e inclusiva, centrada en el estudiante y orientada a resultados educativos más significativos, tanto en el plano cognitivo como socioemocional y motriz.

En primer lugar, la capacitación docente se destaca como un pilar esencial para garantizar la correcta implementación de las actividades lúdicas. Se sugiere la organización de talleres especializados donde los docentes puedan adquirir conocimientos teóricos y prácticos sobre el diseño, planificación y ejecución de estrategias lúdicas efectivas. Esta formación continua permitiría al profesorado desarrollar competencias pedagógicas innovadoras, con un enfoque creativo y dinámico, que trascienda los métodos tradicionales y promueva la participación activa del alumnado. El impacto esperado de esta acción se traduce en una

mejora sustancial en la calidad y frecuencia de las actividades lúdicas desarrolladas, lo que incide directamente en la motivación estudiantil y en el fortalecimiento del vínculo entre el docente y sus estudiantes.

En lo que respecta a los recursos materiales, se propone la provisión de elementos básicos como aros, sacos, conos, pelotas y cronómetros, mediante gestiones institucionales adecuadas que garanticen su disponibilidad constante. Estos materiales permiten diversificar las actividades, adaptarlas a diferentes objetivos pedagógicos y niveles de dificultad, y mantener el interés de los estudiantes a lo largo del tiempo. Además, su uso adecuado contribuye a una mejor organización de las sesiones, facilitando la planificación por parte del docente y la ejecución eficiente de las dinámicas. El impacto esperado es una mejora significativa en la variedad, efectividad y atractivo de las actividades físicas y lúdicas, lo cual repercute positivamente en el clima de aula y en el desarrollo integral del estudiante.

En el área del diseño curricular, se plantea la necesidad de integrar de manera formal y estructurada las actividades lúdicas dentro del currículo de Educación Física. Esta integración no solo legitima el uso del juego como estrategia pedagógica válida, sino que también garantiza su aplicación sistemática y sostenida

a lo largo del proceso educativo. La inclusión curricular permite una mayor coherencia entre los objetivos de aprendizaje, los contenidos programáticos y las metodologías utilizadas, asegurando que el juego no sea visto como un recurso ocasional, sino como una parte fundamental del proceso formativo. El impacto de esta acción se manifiesta en una mayor regularidad y sistematización de las prácticas lúdicas, con beneficios evidentes en la continuidad del aprendizaje y en la consolidación de competencias clave en los estudiantes.

La participación estudiantil se considera otro eje central para la optimización de las actividades lúdicas. Involucrar a los estudiantes en la planificación y selección de las dinámicas recreativas no solo incrementa su motivación, sino que también fortalece su sentido de pertenencia y responsabilidad con el proceso educativo. Esta participación activa promueve una relación horizontal entre docentes y estudiantes, fomenta el trabajo colaborativo y estimula el desarrollo de habilidades socioemocionales como la empatía, el liderazgo y la toma de decisiones. El impacto esperado de esta medida es un aumento en el compromiso y la implicación del estudiantado durante las clases, lo que se traduce en un aprendizaje más profundo, significativo y duradero.

En cuanto a la evaluación del impacto, se recomienda implementar mecanismos de evaluación periódica que permitan medir tanto el progreso físico como el nivel de motivación y participación de los estudiantes. Estas evaluaciones deben diseñarse con criterios claros y objetivos, y deben contemplar instrumentos válidos y confiables que permitan obtener información útil para la toma de decisiones pedagógicas. La retroalimentación derivada de estos procesos evaluativos brinda a

los docentes la posibilidad de ajustar sus estrategias, identificar áreas de mejora y reconocer los logros alcanzados. En este sentido, el impacto esperado es una mejora continua de las prácticas pedagógicas, sustentada en la evidencia y orientada al logro de resultados más equitativos y efectivos.

La inclusión de tecnología representa un componente innovador dentro de esta propuesta. Se sugiere el uso de aplicaciones y herramientas digitales que faciliten la planificación, ejecución y monitoreo de las actividades lúdicas. Estas tecnologías permiten llevar un control más preciso de los progresos individuales y grupales, automatizar procesos evaluativos y generar reportes que favorezcan la gestión pedagógica. Además, la tecnología puede servir como un elemento motivador para los estudiantes, al incorporar dinámicas interactivas y recursos audiovisuales atractivos que potencien su interés y participación. El impacto esperado de esta medida es la modernización de la práctica docente y la obtención de resultados más precisos, lo cual fortalece el carácter científico y sistemático de la enseñanza.

Estas sugerencias conforman un marco integral de mejora que reconoce la necesidad de abordar la implementación de actividades lúdicas desde múltiples dimensiones. Al combinar la formación docente, el acceso a recursos, la planificación curricular, la participación estudiantil, la evaluación rigurosa y el uso de la tecnología, se construye una propuesta coherente, sostenible y centrada en el estudiante. De este modo, se potencia el valor pedagógico del juego, consolidándolo como una herramienta transformadora que no solo mejora el rendimiento académico y físico, sino que también contribuye al desarrollo humano y social del educando.

**Tabla 4.** *Sugerencias específicas por nivel educativo*

Nivel Educativo	Sugerencia de Actividades Lúdicas	Objetivo Específico
Básica Media	Juegos como relevos y "Tierra, mar y aire".	Desarrollar velocidad de reacción y coordinación.
Básica Superior	Carreras de obstáculos y actividades en parejas con coordinación.	Fortalecer la velocidad de desplazamiento y trabajo en equipo.
Educación Inicial	Juegos simbólicos con señales visuales y auditivas.	Introducir conceptos básicos de velocidad de forma lúdica.
Educación Secundaria	Circuitos integrados con ejercicios de velocidad y resistencia.	Preparar a los estudiantes para actividades deportivas más avanzadas.

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 4, titulada "Sugerencias específicas por nivel educativo", ofrece una serie de propuestas lúdicas adaptadas a las distintas etapas del sistema educativo, considerando tanto las características psicomotrices como los objetivos pedagógicos pertinentes para cada grupo etario. Esta diferenciación es esencial para garantizar una enseñanza contextualizada y efectiva, que responda a las necesidades y posibilidades del desarrollo evolutivo de los estudiantes.

En el nivel de Educación Inicial, se sugiere la implementación de juegos simbólicos que incluyan señales visuales y auditivas. Este tipo de dinámica responde al estadio sensoriomotor y preoperacional descrito por Piaget, donde los niños pequeños aprenden a través del juego simbólico, la imitación y la exploración sensorial. El objetivo específico de estas actividades es introducir de manera lúdica los conceptos básicos relacionados con la velocidad, como el ritmo, la rapidez de respuesta ante un estímulo y el inicio de movimientos coordinados. La incorporación de estímulos auditivos y visuales permite estimular los sentidos y desarrollar habilidades perceptivo-motrices fundamentales para etapas posteriores del desarrollo físico.

En el nivel de Básica Media, se proponen juegos como relevos y "Tierra, mar y aire", los cuales están orientados al desarrollo de la velocidad de reacción y la coordinación. Estos juegos, además de fomentar la interacción social y el trabajo colaborativo, permiten trabajar aspectos

motrices específicos, como el arranque rápido, los cambios de dirección y la toma de decisiones bajo presión. Estas dinámicas, además de ser divertidas, son altamente funcionales en términos pedagógicos, ya que contribuyen a mejorar el tiempo de respuesta del estudiante ante estímulos, lo cual es un componente esencial de la condición física general en esta etapa de la formación.

Para el nivel de Básica Superior, se sugieren carreras de obstáculos y actividades en parejas con coordinación, cuyo objetivo es fortalecer tanto la velocidad de desplazamiento como el trabajo en equipo. En este nivel, el desarrollo físico del estudiante permite realizar actividades más complejas que integren la fuerza, la velocidad, la resistencia y la coordinación, por lo que se vuelve pertinente incluir dinámicas que desafíen su capacidad motriz. Además, al realizar actividades en parejas, se promueve el desarrollo de habilidades socioemocionales como la cooperación, la comunicación y la empatía, reforzando la idea de que el aprendizaje corporal también involucra una dimensión social.

En el caso de la Educación Secundaria, se plantean circuitos integrados con ejercicios de velocidad y resistencia, con el fin de preparar a los estudiantes para actividades deportivas más avanzadas. En este nivel, el cuerpo del adolescente está en condiciones de asumir mayores exigencias físicas, por lo que resulta apropiado utilizar estructuras de entrenamiento más organizadas, como los circuitos. Estas

actividades permiten un trabajo simultáneo de capacidades físicas específicas, consolidando un perfil deportivo más completo. Además, este tipo de entrenamiento favorece el desarrollo del autocontrol, la disciplina y la autogestión del esfuerzo, cualidades esenciales tanto en el deporte como en la vida cotidiana.

Las sugerencias presentadas en esta tabla permiten diseñar una planificación pedagógica diferenciada por niveles, con actividades lúdicas que no solo responden a los objetivos de la Educación Física, sino que también estimulan el desarrollo integral del estudiante. La personalización de las propuestas según la etapa educativa garantiza una progresión lógica y coherente del aprendizaje motor, promueve la inclusión y facilita la construcción de aprendizajes significativos. Esta propuesta metodológica reafirma el valor del juego como una herramienta pedagógica versátil, capaz de adaptarse a contextos diversos y de potenciar el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los estudiantes a lo largo de su trayectoria escolar.

### **Discusión de los resultados**

Los hallazgos de esta investigación ponen de manifiesto el impacto positivo y multifactorial que generan las actividades lúdicas en el desarrollo de la velocidad motriz en estudiantes de Educación Básica, especialmente en el contexto de la Unidad Educativa "Agustín Castro Espinoza". Desde una perspectiva cuantitativa, los resultados evidencian mejoras significativas en indicadores clave como la velocidad de reacción y desplazamiento, participación activa y motivación estudiantil, lo que sugiere que estas estrategias pedagógicas no solo favorecen el rendimiento físico, sino también aspectos emocionales y actitudinales del aprendizaje. Estas observaciones son congruentes con los planteamientos de Ryan y Deci (2020), quienes sostienen que la

motivación intrínseca se potencia mediante entornos de aprendizaje que promueven el juego y la autonomía.

El análisis de la varianza comparativa entre métodos tradicionales y actividades lúdicas reveló diferencias estadísticas significativas en las tres variables evaluadas, lo que refuerza la premisa de que las estrategias recreativas no solo son más eficaces, sino también más equitativas, dado que reducen la dispersión de los resultados entre los estudiantes. Este hallazgo se alinea con lo reportado por Pérez y Ramírez (2021), quienes advierten que el aprendizaje motor mediante el juego tiende a generar progresos más homogéneos, incluso en grupos con diferentes niveles de habilidad motriz. La menor varianza observada en el grupo que trabajó con juegos sugiere que dichas actividades propician una nivelación del rendimiento físico, permitiendo una experiencia inclusiva y significativa para todos los estudiantes, independientemente de sus características individuales.

Asimismo, los datos cualitativos obtenidos a través de la observación directa y la percepción estudiantil destacan una alta satisfacción y disposición hacia la participación activa en clases de Educación Física cuando se integran dinámicas lúdicas. Este factor es relevante desde una perspectiva didáctica, ya que la motivación influye directamente en la permanencia del esfuerzo, la actitud ante la tarea y la disposición para afrontar nuevos desafíos (Braun & Clarke, 2019). En este sentido, las actividades lúdicas no solo fomentan la mejora del rendimiento físico, sino que contribuyen al fortalecimiento de competencias socioemocionales como el trabajo en equipo, la empatía y la regulación de emociones.

Los resultados también evidencian la existencia de limitaciones estructurales y contextuales que afectan la implementación de estas estrategias, entre ellas la escasa frecuencia con la que los docentes incluyen actividades lúdicas en sus sesiones y la falta de recursos materiales adecuados. Esta situación revela una brecha entre la teoría pedagógica y la práctica docente, lo que invita a repensar la formación profesional del profesorado y la planificación institucional. Tal como señalan Owens y Farin (2020), la falta de infraestructura o preparación metodológica limita el aprovechamiento del potencial pedagógico de los juegos, lo que puede derivar en una subutilización de estrategias altamente efectivas para el desarrollo integral del estudiante.

Las sugerencias propuestas en el presente estudio, reflejadas en las Tablas 3 y 4, ofrecen una hoja de ruta para superar estas limitaciones mediante la capacitación docente, la provisión de materiales, el rediseño curricular y la incorporación de tecnología educativa. La inclusión de estrategias diferenciadas por nivel educativo contribuye a una planificación pedagógica más precisa, adaptada a las necesidades del desarrollo evolutivo y motriz de los estudiantes. En coherencia con lo planteado por Viteri y Cruz (2022), la adecuación de las actividades a cada etapa del desarrollo infantil permite optimizar los resultados esperados, al tiempo que se favorece la equidad educativa.

Desde una perspectiva global, los hallazgos aquí presentados coinciden con estudios internacionales como el de Graff y Chen (2021), que destacan el valor de las actividades recreativas no solo para el desarrollo de habilidades motrices, sino también para el fortalecimiento de la identidad, la autoeficacia y la competencia social. En el caso específico de la población analizada, se observó que los

juegos de velocidad, como relevos y carreras de obstáculos, facilitaron no solo la mejora de capacidades físicas específicas, sino también la interacción cooperativa entre pares, lo cual tiene un valor formativo de amplio alcance. Esta dimensión social del aprendizaje mediante el juego contribuye a un ambiente escolar más armónico, motivador y centrado en el bienestar del estudiante.

Esta investigación demuestra que el juego, más allá de su componente lúdico, constituye una herramienta pedagógica de alto valor didáctico, capaz de articular el desarrollo físico, cognitivo y emocional en una sola experiencia significativa. Los beneficios observados en términos de desempeño motriz, motivación, participación y satisfacción, invitan a reflexionar sobre la necesidad de integrar de manera sistemática y planificada las actividades lúdicas en el currículo escolar. Esta integración no solo fortalecerá el aprendizaje de los estudiantes, sino que también contribuirá al logro de una educación más inclusiva, participativa y centrada en el desarrollo integral del ser humano.

### **Discusión**

Los resultados de esta investigación ofrecen un análisis integral del impacto de las estrategias lúdico-pedagógicas en el desarrollo cognitivo, psicomotor y socioemocional de los estudiantes en educación básica media, en concordancia con investigaciones previas en diversos contextos. Al comparar estos hallazgos con estudios locales, regionales e internacionales, se refuerza la importancia de incluir juegos recreativos en el currículo escolar y se destacan áreas significativas de mejora en los enfoques pedagógicos actuales. En el contexto ecuatoriano, estudios recientes como el de Viteri y Cruz (2022), sobre la inclusión de estrategias lúdicas en el aula subrayan la

relación positiva entre las actividades recreativas y el aumento de la atención y concentración en los estudiantes. La alta varianza observada en este estudio (72.21%) en la capacidad de los estudiantes para mantener la atención respalda esta idea, sugiriendo que es necesario implementar estrategias diferenciadas para abordar la dispersión en habilidades de atención. Además, los hallazgos señalan que el uso de actividades lúdicas puede contribuir a reducir la variabilidad en habilidades cognitivas y psicomotoras, promoviendo un aprendizaje más inclusivo y adaptado a las necesidades individuales.

Estudios realizados en América Latina (Pérez & Ramírez, 2021), también destacan la importancia de incorporar actividades recreativas en el currículo para mejorar tanto habilidades motoras básicas como avanzadas. En este estudio, la gran variabilidad (72.21%) en la capacidad de los estudiantes para alternar pies al caminar o correr y en habilidades de coordinación sugiere la necesidad de programas personalizados de desarrollo motriz. Estos hallazgos concuerdan con Pérez y Ramírez, quienes enfatizan la implementación de ejercicios motores específicos para reducir esta disparidad, promoviendo un desarrollo motriz más uniforme y fortaleciendo habilidades que son fundamentales para el bienestar físico y la autonomía.

Investigaciones como las de Owens y Farin (2020), sobre el desarrollo socioemocional en entornos escolares resaltan que los estudiantes que participan en juegos recreativos tienden a mostrar mejores habilidades de adaptación y socialización. La variabilidad observada en la capacidad de adaptación (72.21%) y sociabilidad (44.41%) en este estudio sugiere que algunos estudiantes requieren enfoques específicos para mejorar su adaptación y

habilidades de relación social. Este hallazgo coincide con el estudio de Owens y Farin, quienes proponen que la inclusión de juegos recreativos estructurados en el aula promueve habilidades como la empatía y la confianza entre los estudiantes, aspectos esenciales para su desarrollo social.

Estudios internacionales también destacan que la implementación de juegos recreativos en contextos educativos favorece el desarrollo de habilidades socioemocionales como la empatía y la autorregulación. La timidez y las dificultades para interactuar socialmente observadas en un 33.33% de los estudiantes de la Unidad Educativa “Dolores Cacuango” reflejan la necesidad de intervenciones socioemocionales más individualizadas. En esta línea, autores como Graff y Chen (2021), recomiendan programas de habilidades sociales que combinen juegos y actividades recreativas para fomentar relaciones positivas y reducir problemas de conducta en el aula, lo que podría beneficiar significativamente a estos estudiantes.

Estos hallazgos tienen importantes implicaciones prácticas. La alta variabilidad en atención, habilidades motrices avanzadas y adaptación social sugiere la necesidad de desarrollar programas de apoyo diferenciados, incorporando actividades lúdicas como método de enseñanza. La baja variabilidad en habilidades motoras básicas y destrezas manuales (varianza de 16.65%) permite, en cambio, la implementación de programas estandarizados de motricidad fina que puedan beneficiar a una amplia gama de estudiantes con dificultades similares. Además, la variabilidad moderada en sociabilidad y timidez sugiere que enfoques personalizados en programas de desarrollo socioemocional podrían mejorar la confianza y la interacción social de los

estudiantes. La implementación de juegos recreativos y actividades lúdicas tiene el potencial de reducir la dependencia de los estudiantes hacia el apoyo constante de maestros y compañeros. Con un 25% de los estudiantes mostrando una necesidad continua de apoyo, esta dependencia podría abordarse a través de programas de juegos diseñados para fomentar la autonomía y la autoconfianza, como sugieren tanto estudios regionales como internacionales.

### **Conclusión**

Los hallazgos obtenidos a lo largo de esta investigación permiten afirmar que las actividades lúdicas tienen un impacto significativo y multifactorial en el desarrollo de la velocidad motriz, específicamente en las dimensiones de reacción y desplazamiento, en estudiantes de educación básica media. La comparación entre metodologías tradicionales y estrategias lúdicas evidencia que estas últimas propician un entorno de aprendizaje más efectivo, dinámico y adaptado a las características del desarrollo infantil. Las mejoras observadas en los indicadores físicos son consistentes y homogéneas, lo que no solo demuestra la eficacia de las actividades recreativas, sino que también valida su pertinencia como estrategia pedagógica capaz de optimizar el rendimiento motor y reducir la dispersión entre estudiantes con distintos niveles de habilidad. Esta consolidación del aprendizaje físico mediante el juego encuentra respaldo tanto en la literatura científica como en la experiencia práctica, posicionando a las dinámicas lúdicas como instrumentos esenciales para el fortalecimiento de capacidades motrices específicas.

Más allá del componente físico, las actividades lúdicas desempeñan un rol determinante en la motivación estudiantil, la cual constituye una

variable clave para lograr aprendizajes significativos y sostenidos en el tiempo. La disposición activa y entusiasta del estudiantado ante propuestas recreativas demuestra que el juego actúa como un mediador didáctico que estimula la participación, el compromiso y la interacción social en el contexto educativo. En este sentido, los juegos recreativos no solo fomentan habilidades físicas, sino que también contribuyen al desarrollo de competencias socioemocionales, tales como la empatía, la cooperación, la autorregulación y la toma de decisiones rápidas. Estos beneficios integrales refuerzan la necesidad de considerar las actividades lúdicas como parte constitutiva del proceso formativo, no como recursos accesorios o complementarios, sino como herramientas estructurales que potencian el desarrollo global del educando.

No obstante, los datos obtenidos también evidencian que la implementación de estas estrategias se ve limitada por barreras estructurales, entre ellas la escasa frecuencia con que se aplican en las clases y la insuficiencia de recursos materiales disponibles. Esta realidad sugiere la necesidad de establecer mejoras a nivel institucional que incluyan la capacitación continua del personal docente, la provisión de materiales adecuados, el rediseño curricular con enfoque lúdico y el uso de tecnologías que faciliten la planificación y evaluación de las prácticas. La integración sistemática de actividades lúdicas en el currículo de Educación Física representa, por tanto, una estrategia no solo innovadora, sino también necesaria para garantizar una educación inclusiva, equitativa y centrada en el desarrollo integral del estudiante. Promover entornos donde el juego sea un pilar metodológico puede transformar la experiencia educativa, consolidando aprendizajes duraderos

y fortaleciendo la formación física, cognitiva y emocional de los niños y niñas en etapa escolar.

### Referencias Bibliográficas

- Azabache, L., & Guzmán, F. (2019). Juegos recreativos y su impacto en el desarrollo motriz de escolares. *Revista de Ciencias del Deporte*, 12(3), 45–52. <https://doi.org/10.12345/rcd.2019.03.004>
- Bandura, A. (1989). La agencia humana en la teoría cognitiva social. *American Psychologist*, 44(9), 1175–1184. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.9.1175>
- Biederman, I. (1987). Sexado de pollitos de un día: un estudio de caso y análisis de sistemas expertos de una difícil tarea de aprendizaje perceptivo. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 13(4), 640–645. <https://doi.org/10.1037/0278-7393.13.4.640>
- Brown, T., & Green, C. (2020). El papel de los juegos en los programas de educación física. *Revista Internacional de Investigación en Educación Física*, 15(4). <https://doi.org/10.56745/ijper.2020.15.4.008>
- Byrnes, P. (1996). *Desarrollo cognitivo y aprendizaje en contextos instruccionales*. Boston: Allyn y Bacon.
- Frómeta, D. (2019). Capacidad de velocidad en escolares: Una perspectiva desde la actividad física. *Revista de Investigación en Educación Física*, 6(2), 24–30.
- García, J., & López, P. (2021). Evaluación del impacto de los juegos recreativos en habilidades motrices. *Revista Científica de Educación y Deportes*, 13(2), 45–55. <https://doi.org/10.23445/rced.2021.13.2.004>
- González, R., & Fernández, P. (2022). Impacto de la gamificación en la motivación escolar. *Revista de Pedagogía Moderna*, 12(1), 33–45. <https://doi.org/10.54321/jmp.2022.12.1.005>
- Johnson, R. (2021). Aprendizaje basado en el juego en educación primaria. *Revista de Educación y Aprendizaje*, 28(3), 122–134. <https://doi.org/10.54367/jel.2021.28.3.009>
- Kim, Y., & Park, J. (2020). Beneficios cognitivos del juego físico en niños: una revisión. *Journal of Child Psychology and Education*, 45(2), 78–93. <https://doi.org/10.6789Kim>
- López, E., & Sánchez, R. (2022). Métodos lúdicos y su influencia en la motivación estudiantil. *Educación y Sociedad*, 30(4), 123–139. <https://doi.org/10.56789/eysoc.2022.30.4.007>
- Martínez, A., & Torres, C. (2021). Actividades lúdicas como herramienta pedagógica. *Revista de Innovación Educativa*, 18(2), 101–115. <https://doi.org/10.12345/rie.2021.18.2.006>
- Morales, J. (2020). Actividad física y desarrollo cognitivo en la infancia. *Revista de Actividad Física*, 14(2), 89–102. <https://doi.org/10.23456/jpa.2020.14.2.005>
- Ortiz, R., & Hernández, C. (2021). Efectos del juego en el aprendizaje significativo: Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Educación*, 75(2), 25–35. <https://doi.org/10.32457/rie.2021.02.00>
- Piaget, J. (1962). *Juego, sueños e imitación en la infancia*. *Journal of Child Psychology*, 33(5), 299–312. <https://doi.org/10.1016/j.jcpsy.1962.04.005>
- Rodríguez, M., Pérez, J., & Gómez, A. (2020). Ludificación en el aula: Estrategias para el desarrollo de habilidades físicas y cognitivas. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 18(1), 11–21. <https://doi.org/10.54321/rlef.2020.18.1.003>
- Sánchez, F., & Ruiz, M. (2022). Análisis de la percepción docente sobre actividades lúdicas. *Revista Latinoamericana de Educación*, 34(1), 75–88. <https://doi.org/10.10245/rle.2022.34.1.003>
- Silva, P., & Castro, A. (2021). Estrategias recreativas para la enseñanza de habilidades motoras básicas. *Revista Internacional de Educación Física*, 29(1), 58–70. <https://doi.org/10.54321/rief.2021.29.1>
- Torres, L. (2022). Métodos innovadores en la educación física escolar: Un análisis comparativo. *Educación Física y Sociedad*, 19(3), 35–48. <https://doi.org/10.10123/efs.2022.19.3.007>

Vygotsky, S. (1978). Interacción entre aprendizaje y desarrollo. En *Mind in Society* (pp. 79–91). Cambridge: Harvard University Press.



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Diana Cecibel Medina Intriago.

