

**Influencia de un Proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada
gamificada como promotora de la inteligencia emocional**

Nataly Fernanda Rojas Méndez

2221449

Proyecto de investigación de opción de grado

Semillero MASOR

Manifestaciones Sociales del Ocio y la Recreación

Dirigido por

Lady Johanna Ruiz González

Universidad Santo Tomas

División de Ciencias de la Salud

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

Bogotá D.C.

2022

Agradecimientos

En primera instancia quiero agradecer a la profesora Lady Johanna Ruiz González, docente de la Universidad Santo Tomás y tutora en todo mi proceso de formación en el área de Recreación y en este proyecto, por brindarme todo su conocimiento y su acompañamiento académicamente y personalmente, por ser una gran influencia en mi amor por la recreación y la investigación y por mostrarme una perspectiva de la educación donde ser maestro es ser constructor de una vida que llevará la esencia de una maravillosa persona.

Quiero agradecer también a la profesora Viviana Sierra Delgadillo, docente de la Universidad Santo Tomás y parte fundamental del macro proyecto FODEIN, por poner a mi disposición todos sus conocimientos, su tiempo y su dedicación para hacer de esta investigación, un campo lleno de amor, compañerismo y altruismo.

Asimismo, quiero agradecer a la Universidad Santo Tomás, a la fundación Il Nido del Gufo y a mis compañeros de Profundización en Recreación, por abrirme las puertas de una población que se convirtió en parte de mi desarrollo como profesional y como ser humano, por ofrecer las herramientas necesarias para cada sesión y el apoyo material, emocional y humano que permitió hacer de cada intervención, un escenario de miles de emociones y aprendizajes que marcaron huella en mí.

Finalmente, quiero agradecer a Dios y a mi familia, por haberme permitido soñar, cumplir mis metas y ver día a día el fruto de mis esfuerzos, por brindarme la oportunidad de conocer un mundo universitario rodeado de miles de retos, de alegrías y miedos, que hoy en día se convierten en satisfacción y orgullo hacia mi proceso. En mi corazón y en mi mente tengo y tendré presente cada palabra de apoyo y cada aliento de lucha que me compartieron durante este escalón de mi vida.

Resumen

La inteligencia emocional es el manejo de las emociones que tiene un niño, la manera de expresarlas y de identificarlas en diferentes contextos, todo lo anterior, es altamente influenciado por los factores de estrés en ellos, tal como las reacciones a malas calificaciones y los videojuegos. Este proyecto fue realizado por el interés que surge desde los proyectos realizados con anterioridad en la profundización de recreación y manejo del tiempo libre en la Santo Tomás, donde se evidenció gran afinidad de los niños participantes, con los procesos musicalizados y la gamificación. Se realizó el proyecto con niños de 4 a 12 años, participantes de un programa realizado por la profundización en recreación y manejo de tiempo libre en Il nido del GUFO, con el objetivo de analizar la influencia de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada, que promueva la inteligencia emocional en los mismos. Para ello, se realizaron 3 fases basadas en la metodología cualitativa de Investigación acción participativa, en las cuales primero se reconoció la manera en que los niños identifican y expresan sus emociones, dando cumplimiento al primer objetivo específico de reconocer la manera en que los niños expresan sus emociones individualmente, posteriormente se realizó el diseño y pilotaje de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada como parte de la recreación terapéutica, pedagógica y artística y cultural, y finalmente se establecieron los beneficios de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada en los niños sobre la expresión de sus emociones.

Palabras claves: Actividad física musicalizada, gamificación, recreación, inteligencia emocional.

Abstract

Emotional intelligence is the management of the emotions that a child has, the way to express them and identify them in different contexts, all of the above, is highly influenced by the stress factors in them, such as reactions to bad grades and video games. . This project was carried out due to the interest that arises from the projects carried out previously in the deepening of recreation and free time management in the Santo Tomás, where great affinity of the participating children is evident, with the musicalized processes and gamification. The project was carried out with children from 4 to 12 years old, participants of a program carried out for the deepening in recreation and free time management in Il nido del GUFO, with the objective of analyzing the influence of a pedagogical process based on physical activity musicalized gamified, which promotes emotional intelligence in them. For this, 3 phases were carried out based on the qualitative methodology of Participatory Action Research, in which the way in which children identify and express their emotions was first recognized, fulfilling the first specific objective of recognizing the way in which children express emotions. their emotions individually, later the design and piloting of a pedagogical process based on gamified musicalized physical activity was carried out as part of the therapeutic, pedagogical and artistic and cultural reaction, and finally the benefits of a pedagogical process based on the activity were found. gamified musicalized physics in children on the expression of their emotions.

Keywords: Musical physical activity, gamification, recreation, emotional intelligence.

Índice General

Introducción	6
Problematización	8
Justificación	11
Objetivos	14
Objetivo General	14
Objetivos específicos	14
Marco Conceptual	15
Marco Teórico	18
Metodología	19
Tipo:	19
Enfoque:	19
Población	20
Género	21
Fases:	21
Fase 1:	21
Fase 2.	22
Fase 3.	22
Instrumentos de recolección:	24
Diario de Campo:	25
Test Fantástico:	25
Kinld:	26
Categorías de análisis	31
Proceso pedagógico	33
Dinámicas a usar:	34
Mecánicas a usar:	34
Componentes a usar:	35
Estructura del proceso pedagógico diseñado	35
1ra sesión	35
Segunda sesión	43
Análisis	49
Análisis general	75
Fantástico:	75
Kiddo Kindl:	76
General:	77
Conclusiones	78
Referencias	80
Anexos	87

Índice de tablas

Tabla 2. Metodología según los objetivos.	25
Tabla 3. Síntesis de la relación entre la metodología y las categorías.	29
Tabla 4. Beneficios de la recreación y la actividad física en niños.	32
Tabla 5. Dinámicas de la gamificación usadas en el proyecto.	34
Tabla 6. Mecánicas de la gamificación usadas en el proyecto.	35
Tabla 7. Componentes de la gamificación usados en el proyecto.	35
Tabla 8. Dinámicas y elementos de la 1ra sesión	36
Tabla 9. Estructura de la 1ra sesión.	38
Tabla 10. Dinámicas y mecánicas a usar en la 2da sesión.	43
Tabla 11. Diseño de la 2da sesión.	45
Tabla 13. Análisis categorial del Fantástico	54
Tabla 14. Matriz general análisis fantástico niños proyecto fodein.	55
Tabla 15. Matriz general análisis Kiddo Kindl niños proyecto fodein.	61
Tabla 16. Diario de campo	70

Índice de gráficos

Figura 1: Representa el porcentaje de individuos pertenecientes al género femenino y masculino, que participaron en la investigación.	23
Figura 2: Metodología del proyecto	26
Figura 3. Calentamiento 2da sesión	86
Figura 4. Sesión 2	86
Figura 5. Proyección video de despedida del concurso	87
Figura 6. Entrevistas 1ra sesión	87
Figura 7. Just Dance 1ra sesión	88

Introducción

El diario vivir acarrea diferentes situaciones, que según el contexto de cada persona, pueden ser consideradas como estresantes, excitantes, emocionantes o inquietantes, entre otro tipo de reacciones a determinados factores que alteran el equilibrio natural de la vida, un ejemplo de ello puede ser el trancón generado por un accidente, el cual desencadenará una reacción diferente en cada individuo involucrado en él. Estas reacciones han venido evolucionando a lo largo de la historia y han sido modificadas de acuerdo a los estudios realizados en base a las emociones y su implicación en el desarrollo cognitivo y físico de una persona. (Úbeda, et al., 2017)

Al hablar del manejo de las emociones en el contexto de un niño, varían factores como los desencadenantes, el control de la situación y el manejo del momento, esto dado que un menor es susceptible de entrar en una situación de estrés por motivos diferentes a los de un adulto, tales como el sacar una mala nota, el no poder ver su programa favorito, el no poder ganar un videojuego, entre otros, lo cual va a generar en el niño una mezcla de emociones que debe aprender a manejar de manera eficiente para aportar en un buen desarrollo y crecimiento físico, mental y emocional para su futuro.

El aprender a conocer, manejar y controlar las emociones, es denominado según Sanchez y Molero (2014) como inteligencia emocional, factor que al ser trabajado en un niño, involucra una adecuada adaptación a las situaciones vividas y forja la personalidad del menor desde una temprana edad, desarrollando su temperamento y definiendo su desempeño en lo académico, lo social y lo intrapersonal.

La actividad física musicalizada, data de grandes beneficios a nivel físico y psicológico en las personas, logrando, según Matsudo en 2012, ser vista como una fuente de aprendizaje y desarrollo en los niños. Esto, dado que sus múltiples beneficios, empiezan a jugar un papel fundamental en el manejo de las capacidades básicas del menor y en la definición de potencialidades.

Lo anterior, se constituye como una nueva oportunidad para los encargados de velar por el desarrollo del niño, como lo es, según su contexto, el padre, docente o persona inmediatamente responsable del mismo, abriendo un espacio en el área de la educación, que posibilita la nueva implementación de metodologías de aprendizaje, con las cuales el niño interactúe con mayor interés y facilidad.

Ahora bien, hablando del manejo de emociones en el menor, se constituye la actividad física musicalizada como una opción viable de enseñanza-aprendizaje, pero su verdadera efectividad se constituye en el momento en que esta se compagina con la gamificación, proceso en el que, según Coello y Gavilanes (2019) se agrega a dicha clase normal, donde se desarrollan las capacidades del menor, una mezcla de ficción, alteridad y una ruta de desarrollo propia de un objetivo en específico, como lo será en este caso, el aprendizaje de la inteligencia emocional.

Problematización

La educación del niño, empieza desde temprana edad a ser abordada en las escuelas y hogares, contemplando todo lo concerniente al desarrollo cognitivo y mental, implementando

diferentes metodologías que ayudan desde la práctica y la teoría a la correcta comprensión y adquisición de habilidades y conocimientos.

Ahora bien, un área trabajada de manera diferente en los menores, a las áreas de desarrollo nombradas anteriormente, es el área emocional, la cual es abordada en varias escuelas desde el inicio de su plan de estudios, con metodologías similares a las utilizadas en el resto de materias del currículum educativo infantil, pero como dice Viloria en el 2005, con menos prevalencia e importancia que una clase de desarrollo intelectual.

Pese a la creciente iniciativa de manejar y fomentar la educación en emociones, los menores siguen presentando problemas relacionados a la interpretación, asimilación y expresión de sus sentimientos, representados según Shapiro (2002) en sus malas calificaciones, problemas conductuales, e incluso en problemas como la depresión, la ansiedad y la ira, todo esto basado en aspectos relevantes e influyentes como lo es la poca atención que recibe el menor en el hogar, la relación que tiene con los medios tecnológicos y la mala formulación de estrategias y programas que brinden herramientas al niño para conocer y poner en práctica de manera adecuada, sus emociones.

Dado lo anterior, se atiende a programas en los cuales el menor es involucrado en horas insuficientes a las que deberían dedicarse para dicho fin, con maestros o responsables del taller, que no son profesionales en el área a tratar, pudiendo generar vacíos y malos abordajes de la misma (Shapiro, 2002).

Por otro lado, la actividad física es una herramienta que según Espitia y Veloza (2016) maneja en el menor un desarrollo físico que le permite mejorar su coordinación, su

propiocepción, su expresión corporal y varias habilidades deportivas y conductuales, que al ser mezclada con la música, involucra un gran rango de evolución en ámbitos motores y de disfrute a la experiencia.

A pesar de involucrar la educación mediada por la actividad física, la cual logra, según Gil y Martinez (2015) abordar enseñanzas como las basadas en el fair play, el asumir responsabilidades e incluso el manejo corporal frente a situaciones tensionantes, el nivel de adherencia a estos programas es muy bajo, dado el poco interés asumido por el estudiante.

Actualmente el niño se encuentra sumergido en un contexto que está marcado por la tecnología, la competencia y el reconocimiento social, aspectos que son relevantes para brindar una educación que no deje escapar ninguna característica que pueda ser usada para atraer al menor a un nuevo método de educación (Ortiz, et al., 2018); la recreación entra a jugar un papel importante dado que, según James (2009) citado por Huertas (2019) esta mejora y fortalece los procesos de desarrollo de los individuos, interfiere en el desarrollo personal y social de los mismos, brindando o perfeccionando habilidades, basándose en las afinidades y desencadenantes de gozo y placer en la persona.

Debido a lo anterior, en el campo de la recreación aparece la gamificación, un método de enseñanza-aprendizaje que actualmente está brindando al docente, la oportunidad de involucrar los gustos del niño en un juego basado en la ficción y la alteridad, que sea de un gran atractivo para él y que al involucrar un alto grado de motivación, permita transmitir todo tipo de conocimiento de manera más significativa (Ortiz, et al., 2018).

Dado esto, surge la necesidad de dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿Cómo influye un Proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada, que promueve

la inteligencia emocional en los niños participantes de un programa realizado por la profundización en recreación y manejo de tiempo libre en la Fundación nido del GUFO?

Justificación

La educación acerca de la inteligencia emocional, ha tomado gran importancia, debido a que esta influye, según Bar-On (1997) citado por García y Giménez (2010) en el factor de éxito, disciplina, mejor desempeño y armonización de todas las áreas de la persona, tales como las expuestas por García y Giménez en el 2010, dentro de las cuales menciona el espacio de relación intra e interpersonal, su contexto académico, laboral, familiar e incluso su relación con el medio ambiente. Dado lo anterior, la implementación de su aprendizaje desde temprana edad, se vuelve de gran interés para los encargados de dicha educación, generando la oportunidad de compaginarlo con procesos de adherencia y aprendizaje significativo en el área emocional, con el fin de lograr un mayor alcance en el nivel de desarrollo de esta inteligencia.

Según lo expuesto anteriormente, surge la oportunidad de involucrarse con la experiencia adquirida de los procesos de recreación que nacen a partir de la profundización en Recreación y manejo del tiempo libre activo, propia de la carrera de Cultura Física, Deporte y Recreación de la universidad Santo Tomás, en la cual se brindó la oportunidad de intervenir la población de niños asistentes al Nido del Gufo de la UPZ de Suba, cabe recalcar que desde allí empieza el interés por pertenecer al Semillero Masor, al empezar a conocer las temáticas que se trabajan y las metodologías de aplicación, intervención e investigación que manejan, fortaleciendo el gusto por el trabajo realizado desde el semillero, al estar involucrada directamente en el proceso que se llevaba a cabo de la mano de la

profundización. Allí se estaba implementando un proceso basado en la recreación terapéutica para la potencialización de la calidad de vida, el arte y los beneficios de la recreación, inmerso en el macroproyecto FODEIN del semillero Masor “Programa para la promoción del goce y disfrute de entornos saludables: Apuesta para la calidad de vida, salud y recreación de niños, niñas y adolescentes pertenecientes a las Unidades de Planeación Zonal 19 y 71 de la Localidad de Suba en Bogotá.” Dicho proyecto dejó al descubierto la gran afinidad de los niños con las actividades que involucran la gamificación, por su relación con el juego y la diversión, esto se evidenció al entablar con ellos, sesiones donde se utilizaban narrativas como las basadas en películas de Disney, donde los encargados de dirigir la sesión, se personificaban de un avatar correspondiente a la misma, se establecían retos como el reflejar en la plastilina una emoción y se otorgaban premios como diplomas o materiales de trabajo, y de igual manera con la danza al reflejar interés por las actividades como Just dance, realizadas al final de algunas sesiones, puesto que los niños pedían que se siguieran haciendo y se emocionaban cuando llegaba este momento de la sesión.

Ahora bien, desde las vivencias personales, aparece la afinidad por el baile debido a que existió formación en danzas desde temprana edad, al darse la participación en el grupo de danzas comunal por 1 año, en el grupo de danza “Latin star” por el tiempo de 2 años, la permanencia en “Clay Studio Club” por 6 meses y las clases personalizadas de danza urbana y bachata tomadas por 3 meses, de igual manera aparece la afinidad por la recreación, en especial con la temática de la gamificación, esto dada la experiencia adquirida en el proceso de profundización, donde se abordó la recreación terapéutica, involucrando procesos propios de la gamificación, al incluir los retos, la ficción, la alteridad, la recompensa, etc, en las planeaciones de intervención con los niños, lo anterior facilita el proceso de creación de las clases a impartir en los menores, al partir de la vivencia y la experiencia ya adquirida.

Asimismo, se considera pertinente la realización de esta investigación por los diferentes y óptimos beneficios que conlleva la aplicación de la actividad física musicalizada y gamificada en diferentes poblaciones, como lo es el aporte al desarrollo físico, mental y emocional, según Bolívar, Florez y Castelblanco (2021) y en niños específicamente, potencializa el desarrollo de capacidades básicas y complejas y a la vez lleva a cabo el objetivo primordial que se basa en el aporte psicológico y la mejora del manejo emocional. (Díaz, Bopp y Gamba, 2014).

Por consiguiente, se aporta al campo de la recreación, sumando al macroproyecto del semillero MASOR, una investigación pertinente en el manejo y expresión de emociones del niño, ahondando en los beneficios que brinda la recreación pedagógica y su uso como metodología de enseñanza-aprendizaje en el tema, compaginando con la gamificación y todos sus elementos. En cuanto al perfil profesional de un Cultor Físico de la Santo Tomás, aporta al crecimiento de la habilidad de manejo emocional en dicha población, como también aporta el correcto uso de herramientas pedagógicas basadas en la recreación, que al ser mezcladas con cualquier aspecto de la vida diaria, sumen en el crecimiento del niño.

Así pues, la realización de este proyecto es favorable tanto para el semillero, desde la universidad, como para los niños e involucrados, desde el proceso mismo, esto dado a que aporta en el desarrollo del proyecto Masor 2022-1, brindando nuevas visiones del factor emocional y su manejo desde la recreación, al igual que para los niños, quienes se encuentran en pleno desarrollo físico, mental y emocional, en un entorno de desigualdad y poca tolerancia.

Por el lado de los recursos económicos, se hace viable la investigación ya que la universidad brinda desde el semillero, la oportunidad de intervenir la población, aportando recursos útiles tales como hojas, colores, pegamento, cartulinas, etc, desde la parte de recursos físicos, en cuanto a los recursos humanos se cuenta con la intervención de la profesora Viviana Sierra Delgadillo y los jóvenes pertenecientes a la profundización III y IV quienes ejecutan las sesiones con los menores. Todo lo anterior se da gracias al convenio de intervención existente entre la Universidad Santo Tomás y la fundación Il Nido del Gufo, quien abarca la afluencia de niños y niñas pertinentes para la realización de este proyecto.

Objetivos

Objetivo General

Analizar la influencia de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada, que promueva la inteligencia emocional en los niños participantes de un programa realizado por la profundización en recreación y manejo de tiempo libre en Il nido del GUFO.

Objetivos específicos

- Reconocer la manera en que los niños expresan sus emociones individualmente.

- Realizar el diseño y pilotaje de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada como parte de la recreación terapéutica, pedagógica y artística y cultural
- Establecer los beneficios de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada en los niños sobre la expresión de sus emociones.

Marco Conceptual

En un inicio, se da significado a la inteligencia emocional, la cual es definida por Gardner (1987) como el conjunto de inteligencias intrapersonales e interpersonales que desarrollan la habilidad de dirigir el rumbo de la vida de manera óptima y satisfactoria, en complemento, Grewal y Salovey (2005) parten de la recopilación de capacidades que posee una persona para percibir la emoción que le genera una situación, aplicarla eficientemente de manera que asimile lo que está sucediendo correctamente, comprenda el contexto sentimental que esta le genera y finalmente controle esa emoción generada y asimismo, sepa controlar y reconocer las emociones de los demás.

Ahora bien, la inteligencia emocional es trabajada e impartida en sus bases, desde el sector educativo. Para ello, se define el concepto de educación, la cual está vista como un proceso complejo según León (2007) en el cual el hombre potencializa las habilidades y conocimientos dados desde el nacimiento y asimismo, obtiene nuevos conocimientos que no se le han dado al nacer. Parte de este proceso busca el objetivo nombrado por Ausubel (1983) en el cual el individuo cambia su conducta y genera un cambio en lo que la persona conoce como experiencia, esto refiriéndose a su pensamiento y su afectividad.

Por otro lado, se encuentra el concepto de recreación, la cual es definida según Gregorio (2008) como aquello que divierte, genera disfrute y alegría, partiendo desde la etimología de la palabra misma. Ahora bien, entrando más a fondo en su definición, se encuentra un concepto que abarca la formación social y personal de la persona, que brinda actividades con un objetivo educativo y formador, de relajación y descanso, con gran inmersión en el ocio y el desarrollo de la creatividad. En otro orden de ideas, Richard Kraus citado por Gregorio (2008) la define como una actividad elegida voluntariamente por la persona, la cual decide qué experiencia quiere vivenciar, con fines de crecimiento personal, satisfacción y adopción de valores individuales y sociales, inmersos en la diversión.

Dados los conceptos anteriores de recreación, se agrega la división de la misma por sectores de intervención. Los sectores de la recreación que se abordan en este documento empiezan desde la recreación educativa o pedagógica, la cual es definida por Gregorio (2008) como un recurso didáctico que facilita el aprendizaje de manera divertida y con mayor adherencia del menor. En complemento, abordando el concepto desde lo dicho por Lema (2010) se encuentra la recreación educativa como aquellas actividades o procesos formadores que promueven el aprendizaje y al mismo tiempo satisfacen las necesidades básicas para mejorar el desarrollo del individuo, teniendo en cuenta las afinidades, motivaciones e intereses de la comunidad.

Acto seguido, se encuentra la recreación terapéutica la cual es mencionada por Rico (1999) citado por Abella et, al (2018) como un medio que ayuda a rehabilitar en aspectos mentales, físicos y sociales de la vida de la persona, involucrando su tiempo libre y

ofreciendo opciones para una mejor utilización del mismo, que no solo mejoren la salud integral del individuo, sino que también prevenga posibles problemáticas de salud futuras.

Otro concepto abordado en este proyecto es la actividad física, la cual es definida por la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2020) como el movimiento del cuerpo producido por el sistema musculoesquelético que genera un gasto de calorías, además de esto, no se refiere solamente al movimiento que se genera cuando se hace ejercicio, sino también al movimiento que se genera en tiempos de esparcimiento, de desplazamiento diario y las actividades laborales, en contraste, Vidarte, et al., (2011) no solo la define como lo referido al gasto calórico realizado por ejercicios y/o actividades diarias que superan el nivel de normalidad registrado y conocido como basal, sino que también hace referencia a una herramienta que disminuye los riesgos del sedentarismo, tomando en cuenta todos los aspectos relevantes en la vida de una persona como su edad, su género, su contexto y costumbres de su cultura y sus gustos e intereses.

Con relación a la actividad física, aparece El baile o la danza que es definida por Sanmiguel (2004) como todo lenguaje formado por movimientos, señales, gestos, códigos y expresiones, dadas por el cuerpo en determinado momento y espacio, al ritmo de la música, permitiendo que el cuerpo hable y exprese situaciones o emociones. También es definida por Dallal (2020) como el movimiento del cuerpo que guarda secuencia con el espacio y el tiempo, desarrollando un significado entre el movimiento realizado y un sentir visual. Por consiguiente, entra en contexto el concepto de la actividad física musicalizada que se basa en el manejo del cuerpo involucrando, según Espitia y Veloza (2016) las diferentes melodías y ritmos cambiantes de la música que agradan y animan al practicante a hacer un constante uso de su expresión corporal.

Finalmente, se trabaja el concepto de la gamificación, la cual hace alusión, según Coello y Gavilanes (2019) a un conjunto de métodos lúdicos que propician el aprendizaje por medio de juegos llevados a la vida real y en su mayoría, al ambiente educativo, generando un contexto más llamativo para el usuario, ya sea porque involucra sus gustos en un mundo imaginario o porque recibirá alguna recompensa por su labor. Otro concepto de gamificación es el dado en Edu Trends por el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey (2016) en donde se habla de ella como la utilización de las características propias del juego, como la narrativa, los puntos, los avatares, etc, para aumentar la motivación del estudiante e incrementando la participación en el ámbito del aprendizaje.

Marco Teórico

El ámbito educativo, se ve regido legalmente, según el Ministerio de Educación (1994) por la ley 115 de 1994, la cual establece en su primer artículo la importancia de los procesos formativos en las personas, involucrando todos los ámbitos que forman parte de su desarrollo integral, como la cultura, lo mental y social. Sumado a esto, se involucra el artículo 5 en el cual se menciona la intencionalidad de los procesos educativos, regidos por los derechos individuales y colectivos de una persona, en los cuales se brinda formación a nivel socio-afectivo, mental, formación en valores, como el respeto por la vida, la tolerancia y solidaridad, en salud física, mental e intelectual, adquiriendo conocimientos y preservando la vida propia y la de los demás, por medio del buen uso del tiempo libre.

En cuanto a la salud emocional de un individuo, se suma la ley 1616 de 2013 del Ministerio de Salud (2013) en la cual se promueve y garantiza la salud en todas las áreas integrales y mentales de las personas, dando prioridad a los niños y jóvenes.

Revisando los antecedentes del contexto de la actividad física en el menor, se encuentra en lo escrito por Campo, et al. (2017) donde se evidencia el gran riesgo de adquirir una enfermedad crónica no transmisible en futuras edades, si no se implementa un buen hábito de actividad física en los niños desde sus edades tempranas, labor primordial de los educadores y las escuelas, quienes son la principal influencia en dicho momento.

Ahora bien, la práctica de la misma favorece a los niños desde diferentes dimensiones, según Díaz y Sierra (2009) la primera de ellas es la fisiológica, donde se mejora el consumo de oxígeno, disminuye la producción de lactato, mejor la vascularización, fortalece articulaciones y músculos, contrarresta la obesidad, entre muchas más, seguida de la mental y psicológica, donde se favorece la toma de decisiones, el autoestima, la confianza, etc, finalizando con la social y comunitaria, mejorando la esfera integral del menor.

Metodología

Tipo:

Esta investigación es de tipo cualitativa dado que describe los fenómenos observados en la población que se interviene, la cual se caracteriza por ser niños pertenecientes a la Fundación Il Nido del Gufo, los cuales forman parte del macroproyecto FODEIN de la universidad Santo Tomás. A dicha población se le investiga a nivel social, analizando sus

relaciones interpersonales, sus creencias y demás características pertenecientes a las relaciones comunitarias, dichas interpretaciones se registran en diarios de campo, entrevistas, registros multimedia y demás herramientas que permitan comprender la realidad del individuo (Herrera, 2017)

Enfoque:

Investigación Acción Participativa (IAP)

Esta investigación es de enfoque Investigación Acción Participativa (IAP) debido a que tiene como finalidad encontrar un significado a la experiencia que se vive desde la actividad física musicalizada gamificada, basado según Contreras (2002) en las interpretaciones brindadas por los niños y sus entornos. Esta experiencia hace parte de la primera fase de la metodología basada en identificar la manera en que los niños expresan sus emociones.

Posterior a esto se genera una segunda fase en la que después de diagnosticar la población, se desarrolla una solución a la problemática encontrada como propuesta de intervención y por último se retroalimenta a la población con un taller de vuelta.

Población

La población perteneciente a este proyecto, está conformada por niños y niñas con edades entre los 4 y 12 años, dentro de ellos se encuentran niños colombianos que asisten a colegios de la Unidad de Planeación Zonal 19 y 71 de la Localidad de Suba en Bogotá. Dicha población es la perteneciente al macroproyecto FODEIN del semillero Masor por lo cual se cuenta con consentimientos informados aprobados por el comité de ética del mismo.

Género

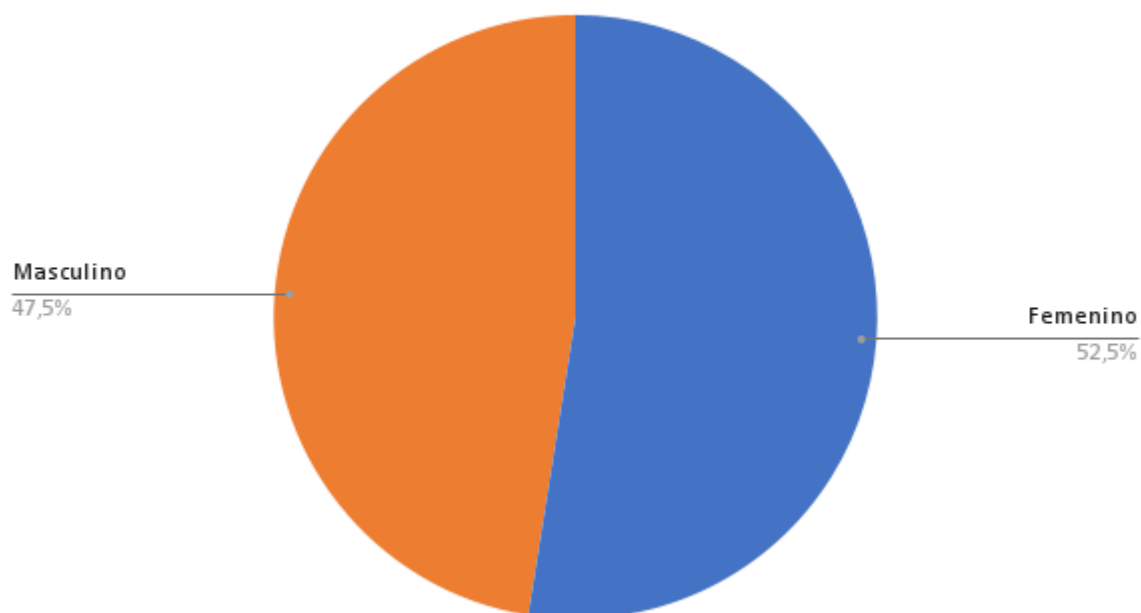


Figura 1: Representa el porcentaje de individuos pertenecientes al género femenino y masculino, que participaron en la investigación.

Dentro de la población se encuentra una porción de niños migrantes procedentes de Venezuela, en los cuales se evidencian niveles de desigualdad y de adaptación en la sociedad, contrastados con el estudio realizado por Namen, Rodríguez y Romero (2021) donde se evidencian problemas de adaptación social, inseguridad, desempleo, violencia y déficit de educación.

Fases:

Fase 1:

Reconocer la manera en que los niños expresan sus emociones individualmente.

- Recolección de información Expresión de emociones por medio de instrumentos Fantástico y Kiddo Kindl

Fase 2.

Realizar el diseño y pilotaje de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada como parte de la recreación terapéutica, pedagógica y artística y cultural

Generación de la propuesta

- Análisis resultados recolección.
- Diseño proceso pedagógico,

Fase 3.

Establecer los beneficios de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada en los niños sobre la expresión de sus emociones.

Resultados, desarrollo emocional, producto entregable.

- Análisis de resultados aplicación proceso pedagógico, diario de campo.
- Taller devolución a la población.

Tabla 2. Metodología según los objetivos.

Objetivo específico	Fase	Actividades
---------------------	------	-------------

Reconocer la manera en que los niños expresan sus emociones individualmente.	1. Identificación de beneficios	● Recolección de información Expresión de emociones
Realizar el diseño y pilotaje de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada como parte de la recreación terapéutica, pedagógica y artística y cultural.	2. Generación de la propuesta	● Análisis resultados recolección. ● Diseño proceso pedagógico
Establecer los beneficios de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada en los niños sobre la expresión de sus emociones.	3. Resultados, desarrollo emocional, producto entregable.	● Análisis de resultados aplicación proceso pedagógico, diario de campo. ● Taller devolución a la población.

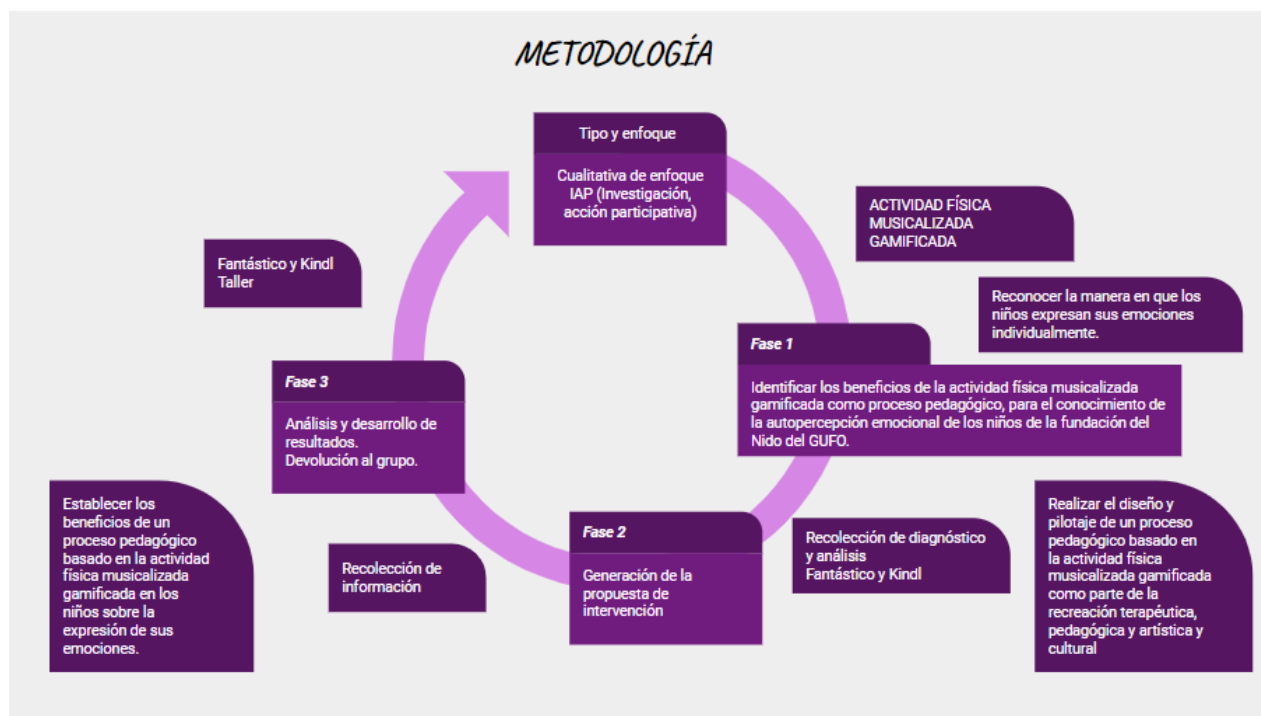


Figura 2: Metodología del proyecto

Instrumentos de recolección:

Diarios de campo, Fantástico (en las categorías F, S, T, e I, Kindl (en todas las categorías pero con las preguntas seleccionadas, acorde a las categorías trabajadas)

Metodología basada en la gamificación, - proceso pedagógico basado en actividad física musicalizada y gamificada

En este proyecto se hace uso de los instrumentos Test Fantástico ¿Cómo es tu estilo de vida? y del Kiddo-Kindl los cuales están incluidos en el proyecto macro FODEIN 2022-1 para las sesiones iniciales como parte del diagnóstico de la calidad de vida de los niños, por ende estos mismo derivan en la recolección de datos y diagnóstico de este proyecto, poniendo énfasis en determinadas categorías, elegidas y mencionadas a continuación.

Diario de Campo:

Se basa en un instrumento de recolección que fue diseñado de acuerdo a los tópicos de esta investigación, en él se recopila todo lo sucedido en cada una de las sesiones. Consta de Fecha, hora, duración, observador, tipo de aplicación, población a intervenir, objetivo, descripción de lo vivido en la sesión, observaciones, observaciones desde las categorías de análisis, análisis previo y anexos/registro fotográfico.

Test Fantástico:

El cuestionario fantástico utilizado, fue diseñado en la Universidad de McMaster en Canadá, en su adaptación chilena, es una herramienta que facilita el conocer cómo se encuentra una persona en cuanto a su estilo de vida, dividiendo las áreas de aplicación en 10 dimensiones que suman 30 preguntas en total, se distribuye en forma de acróstico donde cada letra es un componente, la F se refiere a Familiares y amigos, la A hace alusión a Actividad física y social, la N indaga sobre Nutrición, la T sobre Toxicidad, de nuevo se encuentra la A refiriéndose al Alcohol, la S evaluando la calidad del sueño y los niveles de estrés, la T que alude al Tipo de personalidad y satisfacción escolar, la I sobre Imagen interior o introspección, la C con Control de la salud y sexualidad y finalmente la O de Orden. Cada pregunta, tiene la opción de ser respondida de acuerdo a una escala de Likert de 0 a 2, donde 0 es Nunca, 1 es Algunas veces y 2 es Siempre. La sumatoria de componentes arroja un puntaje de 0 a 120 puntos los cuales definen según su valor (entre más alto, mejor) el nivel de calidad de vida. (Silva, 2020)

Kinld:

El Kinld utilizado en este proyecto fue creado por Ravens-Sieberer & Bullinger en el 2000, es un instrumento destinado, según Alegre y Villar (2019) a la medición del Bienestar y

Calidad de vida de los adolescentes por medio de 2 preguntas agrupadas en 6 dimensiones dentro de las cuales se encuentran el “Bienestar físico”, el “Bienestar emocional”, el “Autoestima”, la “Relación con la Familia”, la “Relación con los Amigos” y la “Escuela”, dichas dimensiones se califican en escala de Likert de 1 a 5 donde 1 es Nunca y 5 es siempre.

Tabla 3. Síntesis de la relación entre la metodología y las categorías.

INSTRUMENTO CATEGORÍA	DIARIO DE CAMPO	FANTÁSTICO	KIDDLE
EMOCIONES	El análisis del campo emocional dentro del diario de campo, se da a partir de lo vivido dentro de cada sesión, evaluando los momentos detonantes de cada emoción en cada una de las fases de la misma.	En referencia a este instrumento, se escogieron preguntas del componente F: Familia y amigos en la cual se eligió la pregunta ¿Yo doy y recibo cariño? componente S: Sueño y estrés ¿Yo me siento capaz de manejar el estrés o la tensión de mi vida? componente T: Tipo de personalidad ¿Me siento enojado/a o agresivo/a? componente I: Introspección ¿Soy un pensador positivo u optimista? ¿Me siento tenso o apretado? ¿Me siento deprimido o triste?	De dicho cuestionario se escogieron las siguientes preguntas, debido a su relación con la esfera emocional: 1. Primero queremos saber algo sobre tu cuerpo ... ¿Durante la semana pasada estuve muy cansado/a o agotado/a? ¿Durante la semana pasada tuve mucha fuerza y energía? 2. Ahora algo sobre cómo te sientes... ¿Durante la semana pasada me reí y me divertí mucho? ¿Durante la semana pasada me aburrí mucho? ¿Durante la semana pasada me sentí solo/a? ¿Durante la semana pasada me sentí miedo e inseguro? 3. ... y lo que piensas de ti mismo/a. ¿Durante la semana pasada me sentí orgulloso/a de mí mismo/a?
ACTIVIDAD FÍSICA MUSICALIZADA	Se evalúa cada momento dentro de la sesión donde se vivió actividad física musicalizada, y la relación que esta tuvo con el componente emocional.		
BENEFICIOS DE LA RECREACIÓN	Se evalúa dentro de la sesión los beneficios individuales, comunitarios y entre niños y niñas, que se vivieron en la misma.	Dichas preguntas serán analizadas desde una matriz en la cual se establecerán relaciones entre los componentes resultantes, debido	

GAMIFICACIÓN	Se analizan los beneficios de la gamificación, contrastando los de los niños y los de las niñas.	a que tienen involucrada en su respuesta, temática perteneciente a la inteligencia emocional como lo es la demostración de afecto, la introspección y el reconocimiento de emociones.	¿Durante la semana pasada me sentí bien conmigo mismo/a? 4. Las siguientes preguntas son sobre tu familia... ¿Durante la semana pasada me sentí a gusto en casa? ¿Durante la semana pasada me sentí agobiado/a por mis padres? 5. ...y ahora sobre tus amigos. ¿Durante la semana pasada les caí bien a los demás? ¿Durante la semana pasada me sentí diferente de los demás? 6. Ahora nos gustaría saber algo sobre la escuela. ¿La semana pasada cuando estuve en el colegio me interesaron las clases? ¿La semana pasada cuando estuve en el colegio tuve miedo de sacar malas notas?
--------------	--	---	--

Categorías de análisis

En cuanto a las categorías de análisis se establecieron las emociones, dentro de la cual se hace énfasis en autopercepción emocional y expresión de emociones, en la categoría de Actividad física musicalizada gamificada se hace hincapié en el proceso pedagógico, el baile gamificado y los beneficios de la misma, finalmente, en la categoría Beneficios de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada y gamificada se tienen en cuenta los Beneficios de la recreación, Expresión de emociones, Autopercepción emocional, Beneficios personales, Beneficios en la familia y Beneficios académicos.

Las emociones están definidas según Brody (1999) citado por Bericat (2012) como aquel grado motivacional que involucra el comportamiento, el pensamiento, el físico y las experiencias de la persona, lo cual asigna un valor positivo, bueno, o negativo, malo, a una situación o suceso que altere nuestro bienestar y/o contexto.

La actividad física musicalizada según Bolivar, Florez y Castelblanco (2021) es la realización de tareas que generan un gasto de calorías en las cuales se involucra la música como medio de motivación y control de los movimientos, al manejar los beats por minuto o la rítmica de la música. Ahora bien, esta pasa a ser gamificada, en el momento en el que se involucran en ella las mecánicas y las dinámicas propias de un juego, ya que al ser un ambiente musical pero no lúdico, esta permite introducir la motivación, el interés y el manejo de comportamientos dentro del mismo baile. (Ramírez, 2014)

Beneficios de la Recreación.

La recreación aporta en los individuos, múltiples beneficios, dentro de los cuales se encuentra, según Driver (1999) citado por Gómez, et al. (2015) los beneficios psicológicos, donde involucra la salud mental y la identificación del bien y el mal, el manejo de situaciones de estrés, la disminución de la tristeza y la depresión. Por otro lado, también menciona el desarrollo y crecimiento personal donde evidencia la mejora de la confianza, la seguridad y la competencia sana.

Tabla 4. Beneficios de la recreación y la actividad física en niños.

BENEFICIOS DE LOS PROGRAMAS EN NIÑOS Y NIÑAS	RECREACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA
	Construcción de identidad social y personal	Mejoras en el desarrollo físico del menor, formación de huesos fuertes y sanos. Mejora el desarrollo de capacidades físicas y coordinativas.
	Previenen problemas como la drogadicción, la delincuencia, la depresión, etc.	Recuperación y prevención de enfermedades
	Inclusión social	Mejora la salud psíquica, reduciendo el estrés, mejorando la calidad de sueño y regulando la ansiedad.
	Promoción de la no violencia	Mejora la salud psicológica, disminuyendo la depresión y los desórdenes ocasionados desde tempranas edades.

Nota: Coldeportes (2006)

Gamificación

La gamificación aporta grandes beneficios a nivel educativo y de alumnado, generando según Ortiz, Jordán y Agredal (2018) motivación y mayor adherencia en el aprendizaje, brindando un feedback y un progreso. La motivación mencionada, aporta persistencia en los desempeños de los niños, convirtiéndose en un reto para el docente.

Proceso pedagógico

Esta propuesta nace de la afinidad encontrada en las sesiones realizadas, en la aplicación de los instrumentos previos, de los niños hacia la música y el baile, en las sesiones anteriores donde se logró hacer un diagnóstico de las actividades que lograban despertar el entusiasmo y el placer máximo en ellos. Asimismo se encontraron problemas de conducta y salud emocional gracias a los resultados del test fantástico, lo que aumentó el interés hacia la intervención que logre reflejar la manera en la que los niños manejan sus emociones, las expresan y las identifican.

Se hace uso de un proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada, la cual está compuesta de mecánicas, dinámicas y componentes propios de la misma.

Para describir mejor el proceso, se hará desde la narrativa misma:

Los niños y niñas son concursantes en la modalidad de baile en un fantástico show de talentos **AL RITMO DEL GUFO**, en esta oportunidad, la preparatoria es una experiencia en la que sacan lo mejor de sí con los ritmos musicales que más disfrutan, los bailarines tienen ídolos y reciben la visita de uno de los artistas más famosos, así se ponen como meta formar su puesta en escena siguiendo los pasos del artista que los inspira.

Las sesiones aplicadas se basarán en un alistamiento para la competencia y en la demostración de talentos final, en la primera, los niños bailarán a ritmo de reggaetón, electrónica, música comercial y pop, mientras son entrevistados por una artista invitada (recolección de datos del Kindl)

Dinámicas a usar:

Tabla 5. Dinámicas de la gamificación usadas en el proyecto.

Aprendizaje	El cual hace referencia al insumo que recolectan de manera significativa y experiencial, los niños y niñas, adquiriendo o reforzando conocimientos previos.
Retos	Aluden al objetivo que tendrá el niño por cumplir, estos quedarán claros desde el principio y serán de fácil entendimiento, con la cualidad de dejar en el niño la seguridad de haberlo cumplido o no
Emociones	Son todas aquellas muestras sentimentales y anímicas que surjan en cada una de las actividades inmersas en el proceso
Identidad	Hace alusión a la apropiación que tendrá el individuo dentro de la narrativa contada, incluyendo características propias del personaje o medio que está generando la alteridad
Socialización	Afín con el trabajo en equipo o en grupo, logrando la unión de varios individuos que facilite y convierta en mayor eficacia, la consecución de logros.

Mecánicas a usar:

Tabla 6. Mecánicas de la gamificación usadas en el proyecto.

Acumulación de puntos	Son los logros conseguidos por cada
-----------------------	-------------------------------------

	individuo, reflejados de manera verbal o ilustrada, la cual permite que el concursante sepa el desempeño que ha tenido.
Escalado de niveles.	Es la manera en la que cada participante va ascendiendo o pasando al siguiente grado de dificultad o desafío.
Obtención de premios.	Alude al incentivo y medio de mayor motivación, por medio del cual se verán beneficiados los concursantes.

Componentes a usar:

Tabla 7. Componentes de la gamificación usados en el proyecto.

Avatar	Es la representación característica y apegada a la ficción, que tendrá cada uno de los participantes.
Logros	Los cuales se ven reflejados por medio de los puntos, la clasificación y la premiación que se da al tener participación dentro de las actividades.
Progreso	Es la medición del avance que va teniendo el niño dentro de la muestra de talentos.

Estructura del proceso pedagógico diseñado

1ra sesión

Proyecto: Influencia de un Proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada, que promueva la inteligencia emocional en los niños participantes

de un programa realizado por la profundización en recreación y manejo de tiempo libre en II nido del GUFO

Tabla 8. Dinámicas y elementos de la 1ra sesión

Dinámicas y elementos de la sesión		
Misión	Preparación de competencia de baile - Aplicación de Kindle	
Narrativa	Show de talentos - Competencia de baile Los niños y niñas son concursantes en la modalidad de baile en un fantástico show de talentos, en esta oportunidad, la preparatoria es una experiencia en la que sacan lo mejor de sí con los ritmos musicales que más disfrutan, los bailarines tienen ídolos y reciben la visita de uno de los artistas más famosos, así se ponen como meta formar su puesta en escena siguiendo los pasos del artista que los inspira.	
Dinámicas	Aprendizaje	Mediante la sesión el niño irá aprendiendo pasos de baile que posteriormente podrá usar para resolver el reto más grande de la siguiente sesión. También aprenderá sobre sus emociones y cómo identificarlas.
	Retos	Los retos se basarán en el baile y las entrevistas. Deberán cumplir con un calentamiento previo, en seguida deberán hacer lo mejor posible los pasos de baile de las canciones escogidas en el just dance y finalmente deberán ir respondiendo preguntas que realizarán los periodistas.
	Emociones	Dependiendo de las canciones escogidas y de los momentos de la sesión los niños irán demostrando felicidad, tristeza, desagrado, ira o temor

	Identidad	Creación avatar y mantenerse como parte de la compañía de baile, se entregan el número de participante, colocado en el pecho y lo deben mantener toda la sesión.
	Socialización	Durante la sesión habrán momentos en los que los niños trabajarán solos mientras siguen las instrucciones del just dance, pero también socializarán en momentos donde tendrán que trabajar en equipo creando sus coreografías.
Mecánicas	Acumulación de puntos	A medida que la instructora de baile va clasificando a cada participante, va acumulando puntos positivos para un mejor desempeño en la siguiente ronda.
	Escalado de niveles.	De acuerdo a cada canción, los participantes irán clasificando según su desempeño.
	Obtención de premios.	El premio en esta sesión será el avanzar a la ronda final, que será en la siguiente sesión.
Componentes	Avatar	Concursante del show
	Logros	Aprendizaje de pasos de baile Pasar a la siguiente ronda
	Progreso	El progreso se verá reflejado al avanzar a la siguiente canción, clasificando de acuerdo al desempeño de la canción anterior.

Tabla 9. Estructura de la 1ra sesión.

ESTRUCTURA DE LA SESIÓN - AL RITMO DEL GUFO	
FECHA	19 de abril de 2022
LUGAR	Biblioteca Nido del Gufo Suba.
HORARIO	3 pm - 5 pm
TEMÁTICA PROGRAM A	Kindle-Sentimientos- emociones
	Salud emocional y Salud social.
INVITACIÓN	Te esperamos en el mismo lugar de siempre y a la misma hora. El Nido del Gufo 19 de Abril 3:00 pm ¡Prepárate para demostrar tu talento!
OBJETIVO	Objetivo: Aplicar el test Kiddo Kindl en sus ítems de familia, amigos, escuela y sobre cómo te sientes, de manera que permita implementar acciones propias de la gamificación aplicadas a la promoción de la salud en sus dimensiones social y emocional en niños y niñas pertenecientes a la UPZ 19 y 71 de la localidad de Suba de Bogotá.
RECURSOS	Materiales

Números de participantes (logo evento),



Camerino, entrevistas (Recuadro baking fotografías



Claqueta

Micrófono



Cámara de reportero



Bombillo de luces discoteca

Televisor o Video Beam, parlante

Links de las canciones:

- Calentamiento:
https://www.youtube.com/watch?v=RqpKDkVzlqU&ab_channel=JoeyMontanaVEVO
- 1ra canción:
https://www.youtube.com/watch?v=fydxWYja77g&t=39s&ab_channel=IanValentino46
- Canción grupo 1: Alegría, euforia, entusiasmo
https://www.youtube.com/watch?v=CyfM2o0d0IE&ab_channel=VictorHugoBaizabalLuna
- Canción grupo 2: Rabia, ira
https://www.youtube.com/watch?v=bMZAuhadz2Y&ab_channel=JustDancelikealIStar
- Canción 3: (Alegría, tristeza, ira y miedo)
https://www.youtube.com/watch?v=5lRTYeCPa6E&ab_channel=VictorHugoBaizabalLuna

ACTITUD

ROL PROFE PROFUNDIZACIÓN

LÚDICA	
¿Cómo se creará el ambiente de la sesión?	El ambiente se creará INVITACIÓN: La ficción se creará desde el inicio con la mención de ser bailarines, con música alusiva al mismo personaje y palabras afines al contexto, narrando una historia en donde todos nos encontramos en un show de talentos y debemos hacer presentación artística de baile para competir en la final, el primer reto será la preparación
Momentos de la sesión:	COMIENZO DEL SHOW Al iniciar, los niños irán entrando con la bienvenida del presentador/productor Alejandro, el cual los recibirá con los números de concursante y los irá acomodando en la pista principal donde recibirán a la instructora artística del concurso, la profesora Bibiana, quien les comentará cómo se realizará el concurso y se encargará de hacer un calentamiento para activar los cuerpos de los concursantes. ALISTAMIENTO PARA LA COMPETENCIA En este momento, los niños realizarán una sesión de baile acompañados de una guía de Just Dance, en este momento los niños estarán trabajando de manera individual y la profesora de baile los irá guiando y calificando de acuerdo a su desempeño. Seguido de esto, mientras los concursantes repiten la coreografía con más acompañamiento guiado de la instructora, aparecerá una famosa que será reportera del evento e irá entrevistando a los participantes, en la primera etapa, la reportera hará preguntas relacionadas a la sesión de Familia del Kindle, tras bambalinas. La segunda etapa se basará en la división por grupos, en la cual los equipos bailarían canciones guiadas por las emociones, un equipo tendrá que representar mediante su baile, la emoción que les es asignada. De igual manera, mientras se repite la canción con órdenes más estrictas de la profesora, la reportera se irá llevando a los niños para indagar acerca de la sección de amigos. Finalmente, se hará una sesión de una última canción, donde los niños deberán bailar expresando varias emociones y serán guiados por la instructora en ciertos pasos de baile, mientras esto, serán entrevistados acerca de la sesión de Escuela. BACKSTAGE Para finalizar la sesión, los niños pasarán por la cámara final, donde devolverán los números de concursante para la siguiente ronda y responderán frente a la cámara, las preguntas de Cómo me sentí, dejando en ellos la expectativa de la siguiente ronda
RETROALIMENTACIÓN	Los datos de la sesión se recopilarán en hojas con listado de los niños y cuadros de las preguntas, la cual diligenciará la aprendiz de periodista

		en el baile y las entrevistas. Deberán cumplir con un calentamiento previo, en seguida deberán hacer lo mejor posible los pasos de baile de las canciones escogidas en el just dance y finalmente deberán ir respondiendo preguntas que realizarán los periodistas.
	Emociones	Dependiendo de las canciones escogidas y de los momentos de la sesión los niños irán demostrando felicidad, tristeza, desagrado, ira o temor
	Identidad	Creación avatar y mantenerse como parte de la compañía de baile, se entregan el número de participante, colocado en el pecho y lo deben mantener toda la sesión.
	Socialización	Durante la sesión habrán momentos en los que los niños trabajarán solos mientras siguen las instrucciones del just dance, pero también socializarán en momentos donde tendrán que trabajar en equipo creando sus coreografías.
Mecánicas	Acumulación de puntos	A medida que la instructora de baile va clasificando a cada participante, va acumulando puntos positivos para un mejor desempeño en la siguiente ronda.
	Escalado de niveles.	De acuerdo a cada canción, los participantes irán clasificando según su desempeño.

	Obtención de premios.	El premio en esta sesión será el avanzar a la ronda final, que será en la siguiente sesión.
Componentes	Avatar	Concursante del show
	Logros	Aprendizaje de pasos de baile Pasar a la siguiente ronda
	Progreso	El progreso se verá reflejado al avanzar a la siguiente canción, clasificando de acuerdo al desempeño de la canción anterior.

Tabla 11. Diseño de la 2da sesión.

ESTRUCTURA DE LA SESIÓN - AL RITMO DEL GUFO - COMPETENCIA FINAL	
FECHA	Mayo 4 de 2022
LUGAR	Biblioteca Nido del Gufo Suba.
HORARIO	3 pm - 5 pm
TEMÁTICA PROGRAMA	Expresión de emociones
	Salud emocional y Salud social.
OBJETIVO	Objetivo:
	Aplicar el test Kiddo Kindl en su ítem sobre cómo te sientes, de manera que permita implementar acciones propias de la gamificación aplicadas a la promoción de la salud en sus dimensiones social y emocional en niños y niñas pertenecientes a la UPZ 19 y 71 de la localidad de Suba de Bogotá.
RECURSOS	Materiales
	Números de participantes (logo evento), Camerino, entrevistas (Recuadro baking fotografías)



Claqueta, Micrófono



Cámara de reportero



DISEÑO DE SESIÓN “PROCESO RECREATIVO”

¿Cómo se creará el ambiente de la sesión?	El ambiente se creará INVITACIÓN: La ficción se creará desde el inicio con la mención de ser bailarines, con música alusiva al mismo personaje y palabras afines al contexto, narrando una historia en donde todos nos encontramos en la final de un show de talentos y debemos hacer una presentación artística de baile para competir.  Te esperamos este martes 3 de Mayo A las 3 pm en Il Nido del Gufo Acompáñanos en la final de ¡AL RITMO DEL GUFO!
Momentos de la sesión:	COMIENZO DEL SHOW Al iniciar, los niños irán entrando con la bienvenida del presentador/productor Alejandro, el cual los recibirá con los números de concursante y los irá acomodando en la pista principal donde recibirán a una nueva instructora artística del concurso, la profesora Fernanda, quien les comentará cómo se finalizará el concurso y se encargará de hacer un calentamiento para activar los cuerpos de los concursantes. https://youtu.be/QLz9VaksClg COMPETENCIA En este momento, los niños realizarán la primera parte de la competencia que consistirá en un camino rítmico, en el cual los participantes atravesarán una pista de aros al ritmo de la canción propuesta, con la finalidad de dejar al otro lado un objeto que irán acumulando, todos los niños deberán pasar hasta lograr que todo su equipo colecciona todos los objetos. La segunda parte de la competencia, es en la cual los equipos bailarían guiados por las emociones que irá mencionando la instructora, un equipo

	tendrá que representar mediante su baile, la emoción que les es asignada, mientras el otro equipo es entrevistado por una reportera invitada de otro canal (Bibiana). https://youtu.be/5IRTYeCPa6E Bailando la cuerda Seguido de esto y manteniendo la temática de bailar según sus emociones, los niños deberán pasar por debajo de una cuerda bailando, la cuerda estará sujeta en los costados por los profesores de manera horizontal, la cuerda irá descendiendo si los participantes pasan el nivel. El equipo ganador será aquel grupo que logre pasar la cuerda más abajo. Yermis adaptado. Para comenzar a jugar se debe tener conformado el equipo que está a la ofensiva esto quiere decir que lanza o rueda la pelota contra la torre de tapas, si no se desarma la torre en los lanzamientos de cada jugador se cambia de turno. Si la torre es destruida el equipo a la ofensiva intenta ponchar a los rivales con la pelota de tenis quienes no deben dejarse ponchar del otro equipo, mientras que al mismo tiempo intentan armar nuevamente la torre de tapas, si lo logran antes de ser ponchados gritan yermis, todos los integrantes del equipo se anotan un punto y no se cambia de turno. Finalmente, continuando con la temática se va a trabajar en poner música de fondo el objetivo es que diferentes canciones busquen que ellos expresen sus emociones, así que tendrán canciones tristes, felices y románticas mientras juegan. Bailando en el hielo En esta actividad los niños van bailando por el salón, cuando venga la tormenta de hielo ellos tendrán que parar, y quedarse congelados, la idea es jugar con la velocidad de la música así ellos podrán cambiar de variante según el ritmo musical. BACKSTAGE Para finalizar la sesión, los niños devolverán los números de concursante y verán proyectado un video de despedida del concurso, donde recordarán o evidenciará momentos vividos por ellos o por otros compañeros, en la sesión anterior del concurso. https://youtu.be/GuvhVGTKROo
--	--

**RETROALIMEN
TACIÓN -
EVALUACIÓN**

Los datos de la sesión se recopilarán en hojas con listado de los niños y cuadros de las preguntas, la cual diligenciará la aprendiz de periodista

	B	C	D	E
	AHORA ALGO SÓBRE COMO TE SIENTES			
	Pregunta 1	Pregunta 2	Pregunta 3	Pregunta 4
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				
41				
42				
43				
44				
45				
46				
47				
48				
49				
50				

Análisis

Como base del análisis de la población a intervenir en este proyecto, se hizo uso de los instrumentos Test Fantástico y Test Dido-Kindl los cuales complementan la aplicación del proyecto macro FODEIN 2022, dentro de los cuales se seleccionaron determinadas preguntas, especificadas anteriormente en la metodología.

Sobre el Test Fantástico, se seleccionó el componente F de Familia y amigos, la pregunta ¿Yo doy y recibo cariño? en la cual se encontró un buen resultado ya que la mayoría de respuestas se ubican en el “Casi siempre”, la mayoría expresan sentirse siempre

correspondidos en el amor que brindan, aunque 3 de ellos manifiestan falta de atención en ocasiones por parte de sus padres.

En cuanto al componente S de Sueño y estrés se seleccionó la pregunta ¿Yo me siento capaz de manejar el estrés o la tensión de mi vida? en la cual se encontró que los niños manejan de buena manera su estrés y saben controlarse cuando algo los altera, un ejemplo de ello lo manifiesta una niña la cual expresa que su mamá la regaña y eso le genera mucho estrés y rabia pero ella sabe controlarlo y al momento se calma, solo 3 niños “casi nunca” se sienten capaces de manejar su estrés.

En referencia al componente T de Tipo de personalidad se escogió la pregunta ¿Me siento enojado/a o agresivo/a? a lo que los niños reportaron resultados regulares manifestando sentirse tensos o enojados, relacionándolo con sus deberes académicos y del hogar, en este componente se dificultó la participación por lo cual los resultados no tuvieron gran información extra para recolectar.

En cuanto al componente I de Introspección se escogieron las tres preguntas, ¿Soy un pensador positivo u optimista? ¿Me siento tenso o apretado? ¿Me siento deprimido o triste? En referencia a estas se encontró que la mayoría de los niños siempre piensan en positivo y alejan la depresión de sus vidas, a pesar de esto, también se encuentran a menudo tensos o tristes tras alguna situación. Se encuentra que son niños positivos, pero en ocasiones tienden a estar tristes por lo cual es importante brindar apoyo emocional para el aprendizaje en el manejo de sus emociones.

Tabla 13. Análisis categorial del Fantástico

	Familia Y amigos	Sueño	Introspección	Tipo de personalidad
Emociones	Se vio reflejada la felicidad al mencionar que si se sienten acompañados y queridos por sus padres En los niños que mencionaron que falta atención de sus padres, se denota incertidumbre y caras de tristeza	Se evidencia tranquilidad al decir que saben manejar su estrés, en la niña que comenta el caso de que su mamá la estresa, expresa la ira del momento y la tranquilidad al contarle	Se encontró tranquilidad y optimismo dentro de las respuestas positivas, alejadas de la tristeza y la depresión. Por otro lado, el estrés en situaciones cotidianas también fue demostrado.	Predominó en las respuestas, la sensación de estrés, tensión y enojo debido a tareas básicas como las de la familia y el colegio
Actividad física musicalizada	Frente a las respuestas obtenidas en este módulo se hace relación con las respuestas obtenidas en el componente de actividad física, donde los niños mencionan las actividades recreativas y deportivas que realizan en familia y afianzan los vínculos	N/A	Al encontrar que realizan actividad física y deporte, se encuentra un medio para alejar a los niños de la depresión y pensamientos negativos.	N/A

Tabla 14. Matriz general análisis fantástico niños proyecto fodein.

Unidades de Análisis	FAMILIA AMIGOS		SUEÑO Y ESTRÉS			TIPO PERSONALIDAD		INTROSPECCIÓN		
	Pregunta	Pregunta	Pregunta	Pregunta	Pregunta	Pregunta	Pregunta	Pregunta	Pregunta	Pregunta
P1	2	2	2	2	2	1	0	2	0	0
P2	2	2	2	2	2	0	0	2	0	1
P3	2	2	2	2	2	0	0	2	0	1
P4	2	2	2	1	0	0	1	2	1	1
P5	1	2	1	2	2	0	0	1	1	1
P6	2	1	2	0	1	0	1	2	1	0
P7	0	2	2	2	2	1	1	2	0	1
P8	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1
P9	2	1	1	1	2	0	1	1	0	1
P10	2	2	2	1	2	2	0	1	2	1
P11	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1
P12	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1
P13	1	1	2	0	2	1	1	1	1	1
P14	0	2	2	1	1	2	2	1	1	0
P15	0	1	2	1	1	2	2	1	1	0
P16	0	2	2	1	1	2	2	2	0	2
P17	1		1	1	1	2	1	2	1	2
P18	2	2	2	1	1	2	1	2	0	2
Resultados de la pregunta	24	29	32	22	28	18	16	27	12	17

Conclusiones de la categoría	Este componente se encuentra en buenos resultados, los niños tienen con quien hablar y sentirse escuchados, asimismo demuestran sus sentimientos, pese a esto, hay 4 niños que casi nunca tienen con quien hablar de las cosas importantes.		En cuanto al sueño se encuentra una buena calidad de descanso ya que la mayoría duermen bien y se sienten descansados. En cuanto al manejo del estrés y la tensión, se encuentran con un buen control y un bajo nivel de factores agobiantes. Disfrutan bien de su tiempo libre			Regularmente se encuentran acelerados, enojados o agresivos, pudiendo relajarse a veces pero no en todas las ocasiones		La mayoría de los niños siempre piensan en positivo y alejan la depresión de sus vidas, a pesar de esto, también se encuentran a menudo tensos o tristes tras alguna situación.		
Investigador 1	En esta categoría se puede observar que no se presentan grandes dificultades en los niños con respecto a tener con quien dialogar e interactuar.		El comportamiento del sueño y descanso en los niños es de buena calidad, los niños que manifiestan tener algún tipo de estrés son muy pocos y disfrutan su tiempo libre.			En la recolección de la información se tuvieron dificultades ya que al ser niños nuevos, es decir que no estaban familiarizados, no se encontraban todos en la mejor disposición de participar.		En esta etapa los niños manifiestan tristeza, sin embargo es importante empezar a revisar la salud emocional los factores de riesgo que se puedan presentar para evitar posibles lesiones o enfermedades.		
Investigador 2	Frente a esta pregunta los niños manifiestan contar con alguien para hablar	Algunos de los niños manifiestan que dan y reciben cariño sin embargo se evidencia en la mayoría que no siempre es	La generalidad de los niños manifiesta que duerme bien y que ha descansado aunque a veces se trasnochan viendo	Los niños manifestaron que son capaces de manejar el estrés o la tensión de su vida.	Los niños en general manifestaron que sí disfrutaban de su tiempo libre.	La generalidad nos muestra que si andan acelerados pero es por la calidad de vida que llevan y el	Los niños manifiestan no ser agresivos y poder controlar las emociones de ira.	La mayoría de los niños suelen ser optimistas y mostrar interés por las prácticas que mejoran	Los niños relacionan la tensión o los temas académicos que están relacionados con las tareas o los deberes escolares y por eso	Los niños suelen ponerse deprimidos en ocasiones por situaciones en su casa o colegio.

Investigador 3		recíproco ni continuo.	televisión o jugando videojuegos.			lugar donde vivimos.		ese tema en su vida.	suelen ponerse tensos.	
Investigador 4	En esta pregunta la mayoría de los niños respondieron acertadamente , fueron muy explícitos al decir que eran cariñosos con ellos y que les podían hablar a los familiares sin preocupación alguna.	El grupo que estuvo a mi cargo (Rojo) fue un grupo muy expresivo y señaló en estas preguntas lo cariñosos que se portaban los familiares con ellos.	Desde este punto los niños ya estaban un poco cansados y querían jugar, de cierta manera ya estábamos muy cortos de tiempo por eso el trabajo se tornó difícil. En general todos dormían muy bien.	Una de las chicas dijo que le estresaba que los papás la regañaran y que la ponía muy brava pero que ella se lograba calmar después.	Esta pregunta fue positiva ya que no relacionaron mucho ser agresivos o mantenerse enojados.	Las respuestas fueron marcadas en este caso ya que eran muy felices con su vida y con lo que hacían.	No se sentían tensos ni estresados aunque unos de ellos lo relacionaron con que se sentían así cuando les dejaban muchas tareas.	Ellos no se sentían deprimidos, algunas veces tristes pero no algo más grande que estar solo triste.		

OBSERVACIONES FERNANDA	Esta categoría registra buenos resultados ya que los compañeros datan, aparte de los resultados del test, las manifestaciones de los niños al responder, las cuales fueron muy expresivas en cuanto a que reciben buenos tratos y cariño de parte de sus familiares.	En esta categoría se encuentran buenos resultados ya que datan buena calidad de sueño y de manejo del estrés, demuestran no enojarse con facilidad ni ser agresivos	Se obtuvieron resultados regulares en cuanto al sentirse tensos, relacionándolo con sus deberes académicos y del hogar, se dificulta la participación	Se encuentra que son niños positivos, pero en ocasiones tienden a estar tristes por lo cual es importante brindar apoyo emocional para el aprendizaje en el manejo de sus emociones
ANÁLISIS FINAL	En esta categoría la mayoría de los niños cuentan con quien hablar de las cosas importantes, solo 4 de ellos manifiestan que nunca tienen con quien hacerlo, al indagar en esta categoría los niños respondieron de manera afirmativa no tener ningún temor a acercarse a algún miembro de la familia y poder hablar e interactuar. No solo en la comunicación se encontraron buenos resultados, sino también en la posibilidad de dar y recibir cariño, siendo mayoría quienes perciben este aspecto de manera positiva en sus vidas.	En esta categoría se puede evidenciar que los hábitos de sueño en los niños son adecuados, algunos de los que trasnochan lo hacen viendo televisión o jugando videojuegos, en cuanto al manejo del estrés o tensiones que se puedan presentar tienen un adecuado manejo y tienen un bajo nivel de agentes agobiantes y afirman la mayoría relajarse y disfrutar de su tiempo libre.	En esta categoría los niños dejan ver que si andan acelerados, 6 del total de los participantes lo manifestaron, se puede inferir que es por el lugar que habitan o el contexto en el que se desarrollan, en cuanto a sentirse enojados o agresivos 5 de ellos manifestaron que a menudo pueden experimentar estas emociones. Se encontraron algunas dificultades para poder desarrollar el cuestionario y llevar a cabo la actividad.	Dentro de esta categoría de introspección los niños en su mayoría casi siempre son optimistas y piensan en positivo, para la pregunta que si se sienten tensos o apretados la mayoría manifiestan que algunas veces y a menudo es así, siendo una causa de esta situación sus tareas y deberes escolares, también algunas veces y a menudo la mayoría de los niños se sienten deprimidos o tristes por algunas situaciones que se presentan en casa o colegio, siendo de vital importancia identificar desde edades tempranas los factores de riesgo que pueden afectar la salud mental de los menores.

Nota: Fuentes primarias del proyecto macro FODEIN

Por otro lado, se hizo la aplicación del Kiddo Kindl en el cual se seleccionaron las preguntas especificadas en la metodología de los 6 componentes a evaluar en el test.

Frente al primer bloque de preguntas sobre el cuerpo de los niños, en la cual se escogieron las preguntas de si estuvo muy cansado o agotado y sobre la energía y fuerza que sintieron, se encontró que la mayoría de niños afirman no sentirse cansados a menudo, reportando sólo agotamiento en actividades cotidianas como jugar o la escuela, pero en general afirman tener mucha energía y sentirse con fuerza y vitalidad todo el día.

Referente al segundo bloque de cómo te sientes, en el cual se evaluaron los componentes de diversión, aburrimiento, soledad y miedo e inseguridad, se encontró que la totalidad de los niños cuentan con mucha diversión y están alegres gran parte del tiempo. Pese a esto se encuentra un niño que casi siempre está aburrido. Hay un niño que siempre se siente solo y 3 de ellos sienten inseguridad y miedo.

Posteriormente, en el tercer bloque de lo que piensan de sí mismos, evaluando las preguntas de si se sintieron orgullosos de ellos mismos, y se sintieron bien consigo mismos, se encuentra que existe un menor con posibles problemas de autoestima debido a que casi nunca se gusta a sí mismo y no se siente bien con él mismo, los demás reportan buena autoestima a excepción de unos pocos que a veces se sienten mal debido a peleas en sus hogares.

Frente al cuarto bloque de preguntas sobre la familia, se tuvieron en cuenta las referentes a si se sienten a gusto en casa y si se sienten agobiados por sus padres, las respuestas evidencian problemas en los hogares de los niños, un gran porcentaje de ellos

aseguran no sentirse cómodos en sus casas o haber experimentado peleas en la casa, que les genera un ambiente poco ameno para ellos, al responder muchos refieren que sus padres pelean, unos de ellos por consumo de bebidas alcohólicas o por problemas de separación, otros refieren peleas con sus hermanos y poca escucha de parte de sus familiares.

En cuanto al quinto bloque de preguntas, en referencia a sus amigos, se evaluaron las preguntas de si les caen bien a los demás y si se sienten diferentes a los demás, en estas se encuentran 2 niños que afirman no caerle bien a los demás y demuestran problemas de relaciones interpersonales al responder que pelean mucho y no consideran que agraden por peleones o porque se aíslan de los demás.

Finalmente, el sexto bloque hace referencia a la escuela de los niños, en donde se tuvo en cuenta si les interesan sus clases y si sienten miedo de sacar malas notas, encontrando que hay niños migrantes que no tienen cupo todavía por lo cual no están estudiando. Una niña no asiste a un colegio sino a una fundación donde le brindan enseñanza de acuerdo a su condición especial. Los demás niños reportan resultados de gusto por sus clases y sus tareas, pese a esto, hay un niño que nunca tiene interés en sus clases, 8 niños no reflejan interés por su futuro y 12 muestran poco miedo frente a sacar malas notas.

						Vece s																		
P34	N/A	N/A	N/A	N/A	Siemp re	Nunc a	Nunc a	Nunca	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	
P35	N/A	N/A	N/A	N/A	Siemp re	Nunc a	Nunc a	Nunca	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	
P36	N/A	N/A	N/A	N/A	Siemp re	Nunc a	Nunc a	Nunca	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	
P37	N/A	N/A	N/A	N/A	Siemp re	Nunc a	Nunc a	Nunca	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	
P38	N/A	N/A	N/A	N/A	Siemp re	Nunc a	Algu nas Vece s	Nunca	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	
P39	N/A	N/A	N/A	N/A	Siemp re	Algu nas Vece s	Nunc a	Nunca	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	
P40	N/A	N/A	N/A	N/A	Siemp re	Nunc a	Nunc a	Nunca	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	
Resulta dos de la pregunt a	Frent e a la pregu nta de si se sintie ron enfer mos, 6 niños conte	En cuan to a la preg unta de si les dolió algo, se encu entra n 3	La preg unta 3 de si esta ba cansa do, agot ado, arro	La preg unta 4 sobr e si tuvo fuerza y energía, solo 1	En cuan to a la pregu nta de si se rieron y divirti eron much o, todos	Frent e a la preg unta de si se aburrie ron solos , tiene 1 hubo 1	La preg unta de si se sintie ron solos , tiene 1 respu esta	En cuan to a la pregu nta de si se sintier on inseg uros o mie dos, 3 perso	Fren te a la preg unta de si se sintie ron orgu llosos de ellos	La preg unta 2 de si se gust an a sí mis mos, arro ja 1	En cuan to a la preg unta de si se sintie ron orgu llosos de ellos	Fren te a la rela ción que tienes con tus padre s, solo	En cuan to a la preg unta de si se sintie ron orgu llosos de ellos	La terce ra preg unta frente a si han tenido discu sione s o	Frent e a si se sienten agobios por sus padres, se encu	En cuan to a si hizo cosa s con sus amigos solo 3	En la preg unta de si le cae bien a los demás, respon de n 3	Frent e a la preg unta de si se sienten diferen tes a los demás, se encu	En la preg unta de si se sienten diferen tes a los demás, se encu	En cuan to a la preg unta de si pudie ron reali zar bien sus	Fren te al inte rés de las clases 1 niño resp ondió a vece	En la preg unta de si se preocu pan por su futuro 7 niños	En la preg unta de si se sacaron malas notas 9 niños respo nden Nunca, 3 a	

	staro n que casi siemp re, 1 a veces y 2 casi nunc a	que casi siem pre, y 4 a veces	ja solo 1 pers ona que resp ond e a vece s, los dem ás casi nunc a	pers ona resp ond e casi nun ca, 1 a vece s y los dem ás casi siem pre	respo ndiero n Siemp re	resp uest a de casi siem pre, 5 de algu nas vece s y el resto nunc a	de Siem pre (Jos mary) , 3 de algun as veces y el resto casi nunc a o nunc a	nas respo ndiero n que algun as veces, el resto nunca	mis mos, se obtu vo una total idad de resp uest a posit iva en casi siem pre	niño que resp ond e casi nun ca, los dem ás casi siem pre	mis mos 1 niño cont esta que casi nun ca, 2 a vece s y el rest o casi siem pre	una niña indi ca que a vece s no se lleva bien con ellos	se encu entr a que 6 niño s nunc a se sient en a gust o en casa y 3 a vece s.	pelea s en casa, refier e 5 niños que conte stan A veces y 2 que afirm an siem pre tener pelea s	entra que 2 niño s resp onde n A vece s y 1 Siem pre, que coinc ide con las resp uest as nega tivas anter iores (And rei Rodri guez)	niño s refie ren A vece s y 1 casi nun ca	niño s que a vece s, 1 que nunc a y 1 casi nunc a	may oría de resp uest as es siem pre, solo 1 pers ona resp onde a vece s	entra n 4 niños que resp onden Nunc a y 1 a veces	tare as, 2 niño s resp ond en que a vece s y el rest o siem pre. 2 niño s no tien en cup o de cole gio	s y 1 nun ca	resp onde n que nunc a, 1 casi nunc a y 1 a vece s	veces. 1 niña no aplica
--	--	---	--	--	-------------------------------------	---	---	--	---	---	--	--	--	---	---	--	--	--	--	--	--------------------	---	----------------------------------

Conclusiones Fernanda (Investigadora principal)	En la sección que indaga acerca de la percepción que tienen de su cuerpo los niños, se pudo encontrar que la mayoría afirma haberse sentirse enfermos los cuales responden también que sintieron dolor en alguna parte de su cuerpo, la cual, algunos señalaban al momento de la respuesta, tocándose las piernas o la espalda. Frente a la energía acumulada en su cuerpo y su sensación de cansancio se encuentra que la mayoría gozan de fuerza y vitalidad por lo cual no reportan agotamiento físico.	Frente a la sección de cómo te sientes, se encontró que la totalidad de los niños cuentan con mucha diversión y están alegres gran parte del tiempo. Pese a esto se encuentra un niño que casi siempre está aburrido. Hay un niño que siempre se siente solo y 3 de ellos sienten inseguridad y miedo.	En cuanto a lo que piensan los niños de sí mismos, se encontró un niño en específico que reporta casi nunca gustarse a sí mismo ni sentirse bien consigo mismo, los demás arrojan respuestas de buen autoestima, con 2 resultados que evidencian que a veces no se sienten bien con ellos mismos por peleas que ocurren en sus casas en pocas ocasiones.	En la sección de familia se encuentran respuestas que evidencian problemas en los hogares de los niños, un gran porcentaje de ellos aseguran no sentirse cómodos en sus casas o haber experimentado peleas en la casa, que les genera un ambiente poco ameno para ellos, al responder muchos refieren que sus padres pelean, unos de ellos por consumo de bebidas alcohólicas o por problemas de separación, otros refieren peleas con sus hermanos y poca escucha de parte de sus familiares.	En cuanto a la sección de amigos se encuentran 4 niños que a veces o casi nunca hacen cosas con sus amigos, debido a que sus padres no los dejan salir casi o no tienen casi amigos. Se encuentran 2 niños que afirman no caerle bien a los demás y demuestran problemas de relaciones interpersonales al responder que pelean mucho y no consideran que agraden por peleones o porque se aíslan de los demás	En la sección de escuela se encontraron casos de niños migrantes que no tienen cupo todavía por lo cual no están estudiando. Una niña no asiste a un colegio sino a una fundación donde le brindan enseñanza de acuerdo a su condición especial. Los demás niños reportan resultados de gusto por sus clases y sus tareas, pese a esto, hay un niño que nunca tiene interés en sus clases, 8 niños no reflejan interés por su futuro y 12 demuestran poco miedo frente a sacar malas notas.
---	--	--	--	--	---	---

Investigador 1	En esta categoría se evidencia la apreciación y sensaciones que tienen los niños acerca de su cuerpo, se pudo inferir que los niños presentan alguna dolencia o la mayoría de ellos se sentían enfermos, En relación al cansancio, fuerza y energía la mayoría de ellos se sienten en óptimas condiciones.	En esta categoría que pretende saber cómo se sienten los niños, frente a si se ríen y divierten contestaron de manera positiva, en cuanto al aburrimiento que pueden presentar la mayoría no lo manifiestan, para las preguntas de si se sintieron solos e inseguros también deja ver que la mayoría de ellos no presentan estas emociones.	En esta categoría de la forma como piensan de sí mismos los niños, a las preguntas de si se sienten orgullosos, y se sienten bien con ellos mismos en su mayoría casi siempre respondieron que así era.	En esta categoría de familia se puede ver como la mayoría de ellos responden que se llevan bien con sus padres, sin embargo a la pregunta de si se sienten a gusto en casa la mayoría de ellos indicaron que no se sienten de esta manera, también en la mayoría se generan algunas discusiones al interior del hogar y por último la mayoría no manifiesta sentir agobio por parte de sus padres.	En esta categoría que se puede ver reflejada la relación que tienen los niños con sus amigos, para la primera pregunta la mayoría prefiere realizar actividades con ellos, también sienten en su mayoría que les caen bien a los demás y se llevan de buena manera, por último para la pregunta si se sienten diferentes a los demás la mayoría respondieron que efectivamente así sucedió siendo una respuesta que no puede inferirse de de manera negativa o positiva.	En esta categoría de colegio, se puede ver como la mayoría de los niños pudo realizar de buena manera sus tareas y muestran interés por sus clases, para las preguntas de si se preocupan por su futuro en su mayoría respondieron que no sucedía esto y tampoco manifiestan miedo por sacar malas notas.
Investigador 2	Para esta parte del test pudimos evidenciar que en general la población es fluctuante , por lo tanto se puede evidenciar que en general todo estan bien de salud solo 6 niños respondieron que casi siempre se sentían enfermos , uno aveces y		De acuerdo a los datos tomados para esta parte del test nos podemos dar cuenta que los niños en general se sientes orgullosos de	Según la respuesta de los niños en estas preguntas evidenciamos que la mayoría excepto uno posee una relación positiva con sus padres. En la segunda pregunta de esta sesión los niños mostraron que seis de los niños entrevistados	Para este ítem de ahora algo sobre tus amigos se puede evidenciar que es una de las sesiones con mejores respuestas, pues los niños se relacionan y tienen buenos amigos. Solo un niño dice que casi nunca hizo amigos y tres que a veces.	Para esta última parte sobre la escuela los niños responden que pueden resolver de manera óptima sus tareas y que poseen interés por el colegio excepto un niño que respondo que casi nunca. Frente al interés y la preocupación por su

	por último dos casi nunca. También que son una población muy activa , fuerte y enérgica algunos suelen estar cansados por las actividades diarias pero en general los niños gozan de una buena salud.		ellos mismos, uno o dos niños contestaron que casi nunca pero en general son niños que se sienten felices de lo que son y se desenvuelven de manera positiva frente a estas preguntas.	no se sienten agusto en su casa y tres veces. En la tercera pregunta los niños respondieron que sí han tenido discusiones en su casa, cinco niños contestaron que a veces y dos afirman que siempre tienen. Por último y respondiendo a la cuarta pregunta de este ítem podemos ver que solo un niños se siente agobiado por su padres y solo uno siempre lo que quiere decir que en general los niños poseen un ambiente óptimo en sus casas solo se verían los problemas comunes de una casa.	Frente a la pregunta si se llevaron bien con sus amigos la mayoría respondió que si y solo un niño que a veces. Para la siguiente pregunta qué era si se sentía diferente a los demás solo cuatro niños respondieron que nunca y solo uno que a veces esto nos deja ver que los niños poseen buenas relaciones interpersonales y se relacionan de buena manera con sus compañeros.	futuro siete niños respondieron que casi nunca, uno que casi nunca y uno a veces y por último frente al miedo de sacar malas notas nueve niños responden que nunca y tres niños que a veces y un solo niño no responde. Los niños en esta parte refieren que disfrutan ir al colegio y responder por sus responsabilidades.
Investigador 4	Para esta sección se evidenciaron cosas muy importantes y así mismo hay que tener en cuenta que así la población sea diferente cada sesión los niños evidencian sentirse muy a menudo enfermos, también les duelen		Los niños en esta etapa de la evaluación sienten que hacen las cosas que hacen estan bien y de manera en la que se les explico la	La relación de los niños con los padres de familia es muy positiva según las respuestas que nos dan, en la segunda parte es complicado ver como ellos no se sienten a gusto en casa y lo evidencio de manera	Para estas pregunta hay niños que sus padres los dejan salir a lo necesario y productivo, además son tan pequeños para hacer planes con amigos, son muy pocos los niños que demuestran no caerle bien a los demás	La mayoría desarrolla con efectividad sus tareas y talleres propuestos por el colegio al que asisten, muy pocos sienten desinterés ante las sesiones de clase, la mayoría siente interés por sus clases y algunos

	partes de su cuerpo como lo evidencian en el video, lo bueno de esta etapa del test es ver cómo ellos se sienten con energía y sienten que su motivación en cuanto a el como se sienten se maneja bien, por ende hay que tener en cuenta la primera pregunta de esta etapa.		pregunta ellos se sienten muy orgullosos de sí mismos, fue un item muy motivante al escuchar sus respuestas, son niños muy felices y muy positivas.	en que ellos quieren estar jugando con sus amigos, mas no como que se sientan mal con sus papas o su hogar, por este motivo la ultima respuesta fue tan positiva ya que tienen buenas relaciones interpersonales tanto con sus familiares y sus amigos.	pero los demás suelen sentirse bien con los demás, en esta pregunta vuelve a sostener que se siente diferente a los demás (no se si verlo de manera positiva o negativa).	a veces no lo suelen tener, en esta pregunta la mayoría casi nunca se preocupan por su futuro, en esta última fase del test los niños evidencian de manera positiva que les gusta ir al colegio y como lo referencian los video a la biblioteca a aprender nuevas cosas.
OBSERVACIONES						2 niños no tienen cupo escolar 1 niña asiste a una fundación que suplanta el colegio dado su condición especial

Nota: Fuente primaria del proyecto macro FODEIN

Tabla 16. Diario de campo

DIARIO DE CAMPO	
Fecha: 3 de mayo 2022	Hora: 3 pm a 5 pm
Duración:	2 horas
Observador	Nataly Fernanda Rojs Méndez
Tipo de aplicación	Presencial
Población a intervenir	Niños de Il Nido del Gufo

Objetivo	Aplicar el test Kiddo Kindl en la sección de Cómo te sientes, de manera que permita implementar acciones propias de la gamificación aplicadas a la promoción de la salud en sus dimensiones social y emocional en niños y niñas pertenecientes a la UPZ 19 y 71 de la localidad de Suba de Bogotá.
Descripción de lo vivido en la sesión	La sesión tuvo inicio a las 4:30 pm dado a que la mayoría de niños estaban realizando tareas o en intervención con la Uniminuto y posteriormente los llevaron a tomar onces, por lo cual se pierde mucho tiempo para la intervención. Al ingresar cada niño al salón, es recibido por el presentador Alejandro, estudiante de Cultura Física, Deporte y Recreación en la Santo Tomás, perteneciente a la profundización en Recreación, quien les asigna un número de participante el cual se les pega en el pecho y se nota la felicidad e incertidumbre con la que ingresa cada niño y mira lo que se encuentra ubicado en el aula (cámara, luces, etc) El presentador los organiza a todos y les da la bienvenida al grandioso Show de Talentos AL RITMO DEL GUFO, dando entrada a la mejor profesora de baile, la instructora Fernanda, investigadora de este proyecto, al tiempo, presenta a la presentadora Bibiana, estudiante de Cultura Física, Deporte y Recreación en la Santo Tomás, perteneciente a la profundización en Recreación, a la camarógrafa Karla, ayudante externa del proceso y finalmente presenta a la asistente de periodismo, Viviana, profesora de la profundización en Recreación de la Santo Tomás e investigadora del proyecto macro, todos saludan a los niños y empieza un calentamiento dirigido por la instructora, acompañado de la canción Agua de J Balvin, los niños felices siguen sus pasos y atentos hacen caso a cada instrucciones de ella. Posterior a esto, los niños son divididos en dos grupos, un grupo pasa a ser entrevistado con las preguntas de Cómo te sientes, del instrumento Kiddo Kindl, mientras que el otro grupo es ubicado frente a la tarima, son dirigidos por Alejandro quien les habla del valor de la empatía, haciendo referencia a que los niños más altos, dejen a sus compañeros de menor altura al frente, empiezan a bailar al ritmo del Just Dance con la canción de Shaky Shaky de Daddy Yankee, al acabar la canción no se han acabado las entrevistas con el otro grupo, por lo que da lugar a dos canciones más de Just Dance, los niños emocionados escogen la canción de Rasputín y

	posteriormente una canción de Mario Bross, la cual genera en los niños el ambiente de un videojuego. Al acabar las entrevistas los niños deciden unirse a las canciones hasta que todos son entrevistados y han bailado frente a la instructora Fernanda. En este momento, los niños son dirigidos con el presentador Alejandro a realizar el juego de pasar debajo de la cuerda, son organizados en fila y empiezan a pasar por debajo de la cuerda, cuando se completan 2 pasadas y los niños entienden la dinámica, se coloca música de diferentes géneros y se da la indicación de bailar para poder pasar, a lo que los niños empiezan a moverse de diferentes maneras, moviendo su cadera y sus brazos y pasando felices debajo de la cuerda, que a medida del paso va descendiendo de altura. Posteriormente, todos los niños son ubicados frente a la tarima, se les agradece por haber participado y se les proyecta un video de despedida del concurso donde los niños empiezan a identificarse o a expresar que no estuvieron esa sesión, sin dejar de mirar emocionados lo que sucede en el televisor. Después de esto, son ubicados en fila, agradecen a cada profesor aplaudiendo al escuchar su nombre y se aplauden a ellos mismos por su gran trabajo, finalmente se les entrega el premio (Bom bom bun) por haber participado, a lo que cada uno agradece y se ubica felices a comer su dulce mientras esperan a sus padres.	
Observaciones	Se evidenció que el sistema de diversificar las actividades funcionó perfectamente, hubo un completo manejo del grupo y se siguió la narrativa de principio a fin. Se evidenció una niña de creencias cristianas, la cual no estaba cómoda con la música que a la mayoría le gustaba, ya que pedía just dance con música de Dios, a lo que se le dio solución poniendo una canción en inglés que ella escogió y afirmó no disgustarle tanto.	
Observación desde las categorías de análisis.	Emociones	Tan pronto ingresaron al salón, los niños reflejaron gran emoción e incertidumbre al ver la cámara de reportero que portaba la reportera en la mano, se paraban frente a la cámara y saludaban o miraban atrás de ella para comprobar la grabación, con nervios y felicidad. Los niños que ya

		habían estado en la sesión anterior, reflejaban expectativa y felicidad. Cuando se realizó el saludo y se dio inicio al calentamiento, al preguntar que si les gustaba el baile, todos responden al unísono que sí con mucha felicidad, brincando y bailando, al igual que en los llamados del presentador a si estaban listos para bailar, demostrando con sus gritos y movimientos la euforia que les generaba. Durante el calentamiento, se expresó alegría en medio de su concentración y por parte de 2 niñas cristianas se evidenció incomodidad debido al tipo de música que se estaba manejando. Durante los momentos de danza frente al Just Dance, se pudo evidenciar un desarrollo con gran emoción, cargado de comodidad, felicidad, interés y sorpresa, reflejado en sus movimientos, las risas y la concentración que tenían. Con las entrevistas realizadas por la periodista, se vio en los niños reflejada la felicidad, el interés, el miedo, los nervios, el embelesamiento y el disfrute, evidenciados en las caras que ponían frente a la cámara, en especial los que ya habían estado la sesión anterior, dado que se había cambiando la ambientación para la misma. Por otro lado, algunos niños mientras esperaban mostraban aburrimiento e incertidumbre. Durante la actividad de pasar debajo de la cuerda, se vio en un inicio un poco de inseguridad pero al ir explicando el desarrollo de la actividad, los niños empezaron a demostrar felicidad e interés.
--	--	--

	Beneficios de la recreación	Dentro de los beneficios individuales encontrados en esta sesión, está el placer y disfrute, el trabajo de la confianza, el autoestima y la creatividad. En los beneficios comunitarios se trabajó la integración con los compañeros, la tolerancia, participación y comprensión, se revisó el tema de cómo se sienten. Adicionalmente se trabajaron los valores de la empatía y el agradecimiento. La aplicación del kiddle dentro de la sesión y el uso de la recreación misma permitió ver focos claves de problemáticas a nivel de autoestima e inseguridad.
	Actividad física Musicalizada	El primer momento vivido fue en el calentamiento, donde se bailó la canción Agua de J Balvin, reggaeton, los niños siguieron los pasos de la instructora Fernanda y el presentador Alejandro. Hubo un gran interés de parte de todos los participantes, los cuales seguían paso a paso las indicaciones corporales y vocales de los dirigentes, esta actividad detonó felicidad e interés en los niños, los cuales se movían y expresaban de forma jocosa. Seguido de esto, la actividad de la ronda 1, en la cual los menores debían bailar al ritmo de las canciones de Just Dance propuestas, demostrando las emociones que se les orientaban, siendo el caso de la canción de Shaky Shaky (Reggaeton), en la cual debían bailar con alegría, euforia y entusiasmo, la cual se realizó de manera correcta y se vieron reflejadas en sus rostros, dichas emociones. Finalmente se realizó un limbo musicalizado, que detonó en ellos el interés y el disfrute.

	Gamificación	Frente a la gamificación, se encontró que los elementos más llamativos fueron la alteridad y la ficción, junto con la ambientación que se logró llevar a cabo, los niños tuvieron mucha afinidad con el tema de los concursantes y el ser entrevistados frente a una cámara, esto debido a que reaccionaron de manera alegre y emotiva cuando pasaron frente a la cámara de la periodista y al ver las ambientaciones como bombillos y carteleras, se evidenciaba el interés al mirarlos desde cerca. Por otro lado, el cumplimiento de la mayoría de retos de baile propuestos, demostró afinidad con las actividades musicalizadas, en las cuales demostraron felicidad, interés, comodidad y efusividad.
Análisis previo		Se encontró un grupo con mucho positivismo y que en general se sentían bien en los ámbitos de su vida, con unos cuantos niños que manifestaron tristeza, miedo e inseguridad.

Análisis general

Fantástico:

La población evaluada se caracteriza por ser niños con una buena práctica de actividad física, la cual se relaciona con juegos o actividades físicas hechas en familia, dado esto, se evidencia que los niños cuentan con un peso ideal y vida saludable, la cual se puede ver amenazada por el consumo de comida chatarra, la mala calidad de las comidas ofrecidas por sus padres y la automedicación, los cuales también centran un foco de atención en cuanto al consumo del tabaco y el alcohol, donde se encuentran casos familiares donde este está presente y afecta directamente el estado emocional de los menores, dadas las discusiones o

situaciones que los mismos tienen que presenciar cuando sus parientes están bajo los efectos de dichas sustancias.

Pese a lo anterior, en el ámbito emocional, se encuentra que son niños que reciben un buen cariño y escucha por parte de sus familiares, lo cual permite que ellos se sientan seguros de comunicarse y de expresar libremente sus sentimientos, agregando también que manifiestan tener pocos agentes de estrés o tensión, por lo cual afirman que saben controlar sus sentimientos o emociones cuando es necesario. Pese a esto, hay una minoría que en relación al contexto en el que viven, tienden a sentirse agresivos o enojados.

Los principales agentes de estrés que se reportan son los deberes cotidianos como sus tareas, las situaciones del colegio y los problemas familiares, lo cual desencadena tristeza y depresión, pudiendo afectar la salud mental de los mismos.

Kiddo Kindl:

La población evaluada son niños que reportan mucha fuerza y vitalidad aunque afirman sentirse enfermos en muchas ocasiones con dolores corporales por actividades cotidianas como los juegos y la escuela, los cuales, a pesar de generarles cansancio corporal poco frecuente, también hacen parte de la diversión y alegría que tienen día a día, donde se encuentra también que la mayoría tiene buenas relaciones de amistad que posibilitan las actividades de gozo y disfrute.

Pese a esto, es alarmante que hay niños que reportan inseguridad y miedo, soledad y problemas de autoestima, donde no se sienten bien consigo mismos, los causantes principales de esta situación son los entornos familiares donde se registran peleas entre padres y entre hermanos, por separaciones del núcleo familiar o por consumo de bebidas alcohólicas. Otro causante de dichos problemas en la salud emocional de los niños, es el rechazo o aislamiento en las relaciones interpersonales y escolares, algunos niños no les permiten salir a jugar con

sus amigos o son rechazados por su comportamiento agresivo y poco sociable. En relación a esto, se encuentra que hay una importante asistencia de niños migrantes que no cuentan con cupo escolar y reflejan comportamientos que demuestran la violencia, el uso de armas y el mal trato en el que está inmerso su contexto, dada la forma en la que juegan con sus amigos y la manera en la que se expresan con niños menores a ellos.

General:

En cuanto a la aplicación de los test Fantástico y Kiddo Kindl se resalta en primera instancia que la población en la cual se aplicaron fue fluctuante debido a la irregularidad en la asistencia de los niños a las sesiones involucradas y la llegada constante de niños nuevos en cada una de ellas, por lo que se decide realizar un análisis general de toda la población involucrada en el proceso.

En ambos test se pudo evidenciar que los niños se encuentran en un buen estado de salud física, donde tienen buena práctica de actividad física relacionada con deportes y con juegos con amigos, familia y escolares, los cuales en ocasiones les genera cansancio y dolores corporales. Sus hábitos de vida saludable son buenos, pero se ven amenazados por el consumo de comida chatarra, el consumo de tabaco y de alcohol, siendo este último un detonante de grandes problemas en la salud emocional de los niños.

Se encontró que en ambas poblaciones están presentes los problemas a nivel emocional, destacando como principal desencadenante, las discusiones entre familiares ocasionadas por el consumo del alcohol, las separaciones y la mala comunicación. Lo anteriormente nombrado genera la aparición de problemas de autoestima, inseguridad, miedo, aislamiento, problemas de relaciones intra e interpersonales y problemas de conducta, evidenciados en agresividad, ira, malas palabras y enojo.

Se hace necesario el trabajo de esta dimensión para evitar futuros problemas sociales y personales, mejorando la calidad de vida de los niños.

Conclusiones

Se logra concluir a nivel profesional, que el manejo de una población dentro de una investigación, puede verse influenciado en gran medida por la fluctuación y adherencia de la misma a los procesos, reforzando y poniendo a prueba las habilidades y capacidades propias de un profesional en Cultura Física, para generar alternativas desde la recreación pedagógica, comunitaria y artística y cultural, que permitan el correcto desarrollo de los objetivos planteados, sin dejar a un lado la esencia que se quiere brindar.

Desde lo vivido en la profundización de Recreación en la Universidad Santo Tomás, se hace evidente la constante necesidad de realizar pruebas piloto de las sesiones antes de ir al campo, la correcta implementación de cada parte del proceso pedagógico y la constancia con miras hacia el objetivo desde recreación y desde el proyecto mismo. Se evidencian los grandes beneficios que tiene la recreación y por ende la gamificación en la enseñanza-aprendizaje de cualquier temática educativa, como lo fue en este caso la inteligencia emocional, logrando evidenciar focos preocupantes en la población intervenida, que fueron hallados desde la misma dinámica del juego, impartiendo mundos ficticios donde el menor abría las puertas de su vida personal.

La elaboración de este proyecto, dejó a la vista los beneficios a nivel comunitario e individual que brinda la recreación, destacando la mejora de la socialización y el trabajo en equipo, la identificación y cuidado de problemáticas sociales, como lo fue en este caso la

violencia y el maltrato intrafamiliar, los problemas emocionales y la identificación de las emociones percibidas por los menores.

En cuanto al primer foco de diagnóstico que se realizó en este proyecto, se logró concluir que la población intervenida, carece de programas que apoyen la esfera emocional, los niños hacen una perfecta identificación de sus emociones y de cómo se relacionan con su entorno, pero hace falta profundizar en ayudas externas que se centralizan en el fortalecimiento de ámbitos de autoestima, confianza y seguridad.

Los beneficios que trajo consigo el proceso pedagógico aplicado, radican en la identificación correcta de las emociones que afloran en ellos en determinadas situaciones y contextos, el conocer el manejo que pueden darle a las mismas para mantener el control de situaciones estresantes, el pertenecer a un ambiente de inclusión, escucha y apoyo donde tiene la libertad de expresar su estado de ánimo y trabajar en mejorar su salud mental, física y emocional.

Finalmente, el desarrollo del proceso pedagógico dejó al descubierto, no solo la necesidad de este tipo de programas que promuevan la inteligencia emocional desde metodologías aplicadas al juego y a la afinidad de los niños con la música y la actividad física, sino también al manejo de problemáticas familiares y de contexto que afectan directamente las esferas de calidad de vida de los niños.

Referencias

- Abella, M., Fonseca, F., Piratova, D., Ruiz, L. (2018). Módulo de profundización en recreación y manejo de tiempo libre. Bogotá, (Colombia): Ediciones USTA.
- Recuperado de: <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/10592?show=full>
- Alegre de La Rosa, O. M., & Villar Angulo, L. M. (2019). Bienestar y calidad de vida en estudiantes con implante coclear.
- <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7540/2081-8363-1-PB.pdf?sequence=1>
- Andrés Viloria, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela: programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores.
- https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/4739/31241_2005_10_05.pdf
- Ausubel, D. (1983). Teoría del aprendizaje significativo. Fascículos de CEIF, 1(1-10), 1-10.
- https://www.academia.edu/download/36648472/Aprendizaje_significativo.pdf
- Bericat Alastuey, E. (2012). Emociones. Sociopedia. isa, 1-13.
- <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bolívar, A. A., Florez Villamizar, J. A., y Castelblanco, Y. S. (2021). Capacidad aeróbica: Actividad física musicalizada, adulto mayor, promoción de la salud (Aerobic capacity: Musicalized physical activity, older adult, health promotion). Retos, 39, 953-960.
- <https://pdfs.semanticscholar.org/9502/bede23651dd34b248676da5e898189a34031.pdf>
- Campo, Terner, L., Herazo, Beltrán, Y., García, Puella, F., Suarez, Villa, M., Méndez, O., & Vásquez, De la Hoz, F. (2017). Estilos de vida saludables de niños, niñas y

adolescentes. Revista Salud Uninorte, 33(3), 419-428.

<https://www.redalyc.org/journal/817/81753881016/>

Coello Morán, L. J., & Gavilanes Aray, B. E. (2019). La gamificación del proceso de enseñanza aprendizaje significativo (Bachelor 's thesis, Universidad de Guayaquil. Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación).

<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/40728>

Coldeportes. (2006). Beneficios de la recreación. Beneficios para la vida, Catálogo de Beneficios.

<https://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/files/2012/07/Beneficios-de-la-Recreaci%C3%B3n.pdf>

Contreras, R. (2002). La investigación-acción participativa, IAP: revisando sus metodologías y sus potencialidades. En: Experiencias y metodología de la investigación participativa-LC/L. 1715-P-2002-p. 9-18.

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6024/S023191_es.pdf

Dallal, A. (2020). Los elementos de la danza. UNAM, Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial.

<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=vUjcDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=arte+de+la+danza&ots=HRwa4-03TT&sig=ZCzyem5IgYggTzUCPdSI3eanQfc#v=onepage&q=arte%20de%20la%20danza&f=false>

Díaz Trillo, M., & Sierra Robles, Á. (2009). La condición física en la edad escolar: hábitos de práctica saludable.

<http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/3310/b15548806.pdf?sequence=1>

Díaz, M. L., Bopp, R. M., & Gamba, W. D. (2014). La música como recurso pedagógico en la edad preescolar. Infancias imágenes, 13(1), 102-108.

<https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/infancias/article/view/5455>

Espítia Peraza, C. E., & Veloza Pineda, R. J. (2016). La actividad física musicalizada como estrategia pedagógica para potenciar la motricidad gruesa específicamente la coordinación y equilibrio en los estudiantes de la Institución Técnico Comercial Sagrado Corazón de Jesús.

<https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/1856/1/TGT-650.pdf>

García Fernández, M., & Giménez Mas, S. I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 3(6), 43-52.

<http://ojs.ual.es/ojs/index.php/ESPIRAL/article/view/909/828>

Gardner, H. (1987). La teoría de las inteligencias múltiples. Santiago de Chile: Instituto Construir.

https://www.academia.edu/download/51558533/La_Teoria_de las_Inteligencias_Multiples_cortad.pdf

Gil Madrona, P., & Martínez López, M. (2015). Emociones auto-percibidas en las clases de educación física en primaria. *Universitas Psychologica*, 14(3), 923-936.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672015000300011

Gómez, J. B., Sánchez, M. C., Castro, Ó. C., Vázquez, A. E., & Romero, E. M. (2015). Evolución del concepto de recreación y sus beneficios en diferentes poblaciones. *Revista heducasport*.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/59293529/Evolucion_del_concepto_de_recreacion20190517-82678-mlwvug-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1651900325&Signature=P-HOsS-Tfhba1uPmRc204KdXaW8o1VPyzZkHa9~XH1qLKpyLAFnNusNYt7j30go9m7r5zWDr7pMOar~a3ztLHV3hPzoanEDRRpHI1KJ7YBO3gg~PKhh6WC3YLCRGMVF7UfcyIvAeoyWq22DGxVI4v7o0oJvyillFzJE~kKFBB0ftKn4TfcZXVmBfb

YoyWEA4fvVp9mKYS8xFbuh9028tH~ZwrHUukhiBZAe8nTXRfqUmhFs7a4l2px7wX~of~jjU0hyRCHm3sPuhQwSPJ0~ny9XITFOoCFqxIkMnBzkFuzUT0MdrtrNT5tprIeiYEq8uhW1Kbzfvyvo-AE26bY8N0jw__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Gregorio, A. G. (2008). La recreación en la niñez: conceptualización, características y aportes desde la recreación al desarrollo de los niños (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de Mar del Plata). http://nulan.mdp.edu.ar/1811/1/gregorio_ag_2008.pdf

Grewal, D., & Salovey, P. (2006). Inteligencia emocional. Mente y cerebro, 16(1), 10-20. <http://amscimag.sigmaxi.org/4lane/Foreignpdf/2005-07grewalspanish.Pdf>

Herrera, J. (2017). La investigación cualitativa. <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/1167>

Huertas, A. R. Ñ. Beneficios de la Recreación en el Desarrollo Social de los Ciudadanos. https://documento.uagm.edu/cupey/biblioteca/biblioteca_tesisedu_necohuertasa2019.pdf

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey. (2016). Gamificación. Edu Trends. 3. 9. <https://static1.squarespace.com/static/53aadf1de4b0a0a817640cca/t/61128f7947dc6168758053c2/1628606333086/09.+EduTrends+Gamificaci%C3%B3n.pdf>

Lema, R. (2010). La recreación educativa como proyecto de formación. Páginas de educación, 3(1), 135-159. <https://core.ac.uk/download/pdf/234706052.pdf>

León, A. (2007). ¿ Qué es la educación?. Educere, 11(39), 595-604. <https://www.redalyc.org/pdf/356/35640844003.pdf>

MATSUDO, S. M. (2012). Actividad física: pasaporte para la salud. Revista Médica Clínica Las Condes, 23(3), 209-217. <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0716864012703036?token=8581FDF080CC>

[658941355299B338C335F1CC654009A24B43BEF7218E5FA88C17725479547A768E7EB4F5EFE277A5BBC9&originRegion=us-east-1&originCreation=20220606195411](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf)

Ministerio de Educación. (1994). Ley 115 de Febrero 8 de 1994. Recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

Ministerio de Salud. (2013). Ley 1616. Salud Mental. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616>.

Namen, O., Rodríguez, M., & Romero, N. (2021). Las dos caras de la integración: percepciones de colombianos y venezolanos sobre el fenómeno migratorio en Bogotá, Colombia. Las dos caras de la integración: percepciones de colombianos y venezolanos sobre el fenómeno migratorio en Bogotá Colombia. <https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Las-dos-caras-de-la-integracion-Percepciones-de-colombianos-y-venezolanos-sobre-el-fenomeno-migratorio-en-Bogota-Colombia.pdf>

OMS. (2020). Actividad física. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Ortiz Colón, A. M., Jordán, J., & Agredal, M. (2018). Gamificación en educación: una panorámica sobre el estado de la cuestión. Educação e Pesquisa, 44. <https://www.scielo.br/j/ep/a/5JC89F5LfbgvtH5DJQQ9HZS/?format=html>

Ortiz-Colón, A. M., Jordán, J., & Agredal, M. (2018). Gamificación en educación: una panorámica sobre el estado de la cuestión. Educação e Pesquisa, 44. <https://www.scielo.br/j/ep/a/5JC89F5LfbgvtH5DJQQ9HZS/>

Sánchez, M., & Molero, D. (2014). Estudio sobre inteligencia emocional y afectos en escolares de educación primaria. Revista Electrónica de Investigación y Docencia

(REID), (12).

<https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/reid/article/view/1197/1503>

Sanmiguel, A. U. (2004). El baile: un lenguaje del cuerpo. Revista Contracampo, (10/11), 123-168. <https://periodicos.uff.br/contracampo/article/view/17377>

Shapiro, L. E. (2002). La salud emocional de los niños (Vol. 16). Edaf.

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=K_eHaFK7WRcC&oi=fnd&pg=PA11&dq=La+salud+emocional+de+los+ni%C3%B1os+&ots=uay5EeCjov&sig=zaSzAFZ8uxvQ_F5cd8yPY84zvFc#v=onepage&q=La%20salud%20emocional%20de%20los%20ni%C3%B1os&f=false

Sierra V., Ruiz, L., Acosta L., Piratova, D., Fonseca F., Castro, C. y Romero, J. (2021).

Gamificación y juego como una apuesta por la promoción de la salud en sus dimensiones social y emocional en niños, niñas y adolescentes de la UPZ 19 y 71 de la localidad de Suba Bogotá. FODEIN 2022. Universidad Santo Tomás.

Silva, T. A. B. (2020). Instrumento " Fantástico" para medir el estilo de vida saludable de adolescentes de la comuna de Bulnes. Revista Reflexión e Investigación Educativa, 3(1), 61-74. <http://revistas.ubiobio.cl/index.php/REINED/article/view/4502/17>

Úbeda, A., Lillo, B., García, F., & Melero, M. (2017). LA RELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA PERSONALIDAD EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 2(1), 137-143. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/70651/1/2017_Parodi_etal_INFADRevPsicologia.pdf

Vidarte Claros, J. A., Vélez Álvarez, C., Sandoval Cuellar, C., & Alfonso Mora, M. L. (2011). Actividad física: estrategia de promoción de la salud. Hacia la Promoción de la Salud, 16(1), 202-218.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-757720110001000

15

Anexos



Figura 3. Calentamiento 2da sesion



Figura 4. Sesión 2



Figura 5. Proyección video de despedida del concurso



Figura 6. Entrevistas 1ra sesión



Figura 7. Just Dance 1ra sesión