



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE INGENIERÍA Y ARQUITECTURA
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ARQUITECTURA

“Necesidades físico espaciales de recreación y deporte para contribuir al desarrollo socioeducativo de niños y adolescentes en Alto Trujillo”

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Arquitecta

AUTORA:

Gil Cisneros, Dania Caroline (ORCID: 0000-0002-5314-2761)

ASESOR:

Dr. Arteaga Avalos, Franklin Arturo (ORCID: 0000-0002-1830-9538)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Arquitectura

TRUJILLO – PERÚ

2020

Dedicatoria

A MIS PADRES

Quienes siempre confiaron en mí y estar presentes en etapa por concluir, agradecerles por sus consejos y formarme en valores, además de ser mi apoyo incondicional y motivarme en alcanzar mis anhelos.

A MI HERMANO ANDER

Quien siempre fue mi apoyo durante mi carrera universitaria y en la vida, por ser mi soporte en los momentos complicados.

Agradecimiento

“El siguiente proyecto de tesis se lo dedico a mis padres y hermanos, por sus consejos, ser mi respaldo y darme las fuerzas para conseguir mis anhelos y demostrarme que nada es imposible si se le pone esfuerzo y dedicación. Gracias por sus mensajes de aliento y acompañarme durante esta etapa.”

Página del jurado

Declaratoria de autenticidad

Yo, Dania Caroline Gil Cisneros, alumna de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura y Escuela Profesional de Arquitectura de la Universidad César Vallejo Trujillo, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan al Trabajo de Investigación titulado “Necesidades Físico Espaciales de Recreación y Deporte para contribuir al Desarrollo Socioeducativo de niños y adolescentes en Alto Trujillo”, son:

1. De mi autoría.
2. El presente Trabajo de Investigación no ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
3. El Trabajo de Investigación no ha sido publicado ni presentado anteriormente.
4. Los resultados presentados en el presente Trabajo de Investigación son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Trujillo, 28 de agosto de 2020



Gil Cisneros, Dania Caroline

DNI: 71075582

Índice

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página del jurado	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Índice	vi
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MÉTODO	19
2.1. Diseño de Investigación	19
2.2. Variables, Operacionalización:	19
2.3. Población y muestra	21
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	22
2.5. Método de análisis de datos	22
2.6. Aspectos éticos	22
III. RESULTADOS	23
IV. DISCUSIÓN	44
V. CONCLUSIONES	51
VI. RECOMENDACIONES	54
REFERENCIAS	59
ANEXOS	62
Anexo N° 01. Matriz de consistencia entre objetivos, conclusiones y recomendaciones	62
Anexo N° 02. Operacionalización de Variables	70
Anexo N° 03. Formatos e instrumentos de Investigación	71
Anexo N°04. Registro Fotográfico	74
Anexo N°05. Fichas de análisis de casos	76
Anexo N° 06. Acta de Aprobación de Originalidad de Tesis	80
Anexo N° 07. Captura de pantalla resultado del software Turnitin	81
Anexo N° 08. Autorización de Publicación de Tesis en Repositorio Institucional UCV	82
Anexo N° 09. Autorización de la versión final del trabajo de investigación	83

Índice de Tablas

Tabla 1. Operacionalización de Variables	19
Tabla 2. Cantidad de niños y adolescentes en el nuevo Distrito Alto Trujillo	23
Tabla N°03. Actividades recreativas	25
Tabla N°04. Actividades deportivas	26
Tabla N°05. Actividades recreativas y deportivas según edad.....	27
Tabla N°06. Actividades recreativas y deportivas según edad.....	28
Tabla N°07. Recreación en niños	45

Índice de Figuras

Figura N°01. Beneficios de la recreación asociada a la formación de buenas conductas y correctos hábitos de niños.	23
Figura N°02. Principales actividades deportivas que deben ser practicadas desde temprana edad para el manejo del control de emociones y mejora de la autoestima.....	24
Figura N°03. Actividades recreativas en niños y adolescentes	25
Figura N°04. Actividades deportivas en niños y adolescentes.....	26
Figura N°05. Deportes que niños y adolescentes practican en el nuevo Distrito Alto Trujillo.....	29
Figura N°6. Motivo de realizar deporte.....	29
Figura N°07. Lugar al que acude a recrearse/realizar deporte	29
Figura N°08. Proceso general para la recreación física.....	32
Figura N°09. Proceso general para la recreación psicológica-emocional	32
Figura N°10. Proceso general para la recreación cognitiva	33
Figura N°11: Proceso general para deportes colectivos	34
Figura N°12: Proceso general para deportes individuales.....	35
Figura N°13. Actividades físicas que contribuyen al desarrollo socioeducativo	46

RESUMEN

En la presente investigación se identificaron problemas como descuido de espacios recreativos y falta de infraestructura deportiva, lo cual genera que muchos niños y adolescentes ocupen parte de su tiempo en actividades que no ayudan a su desarrollo, de igual manera se ven involucrados en situaciones de peligro, ante ello surge la necesidad de creación de escenarios en donde esencialmente los usuarios en estudio puedan desarrollarse positivamente, sea recreándose o realizando algún deporte, con la intención que se potencialice sus habilidades físicas, psicológicas y cognitivas; entendiéndose como un medio acertado para optimizar su crecimiento.

Se identifica a la población involucrada, delimitando sus intereses conjuntamente con estudios especializados que traen como consecuencias aportes para que la propuesta sea eficaz y satisfaga las necesidades del poblador en cuanto a deporte y recreación.

Luego de haber discutido los resultados, procesado datos y analizar la información, se llegó a la conclusión, que de acuerdo a las necesidades de la población en estudio se recomienden para cada escenario adecuado y elementos para insertar en la propuesta, por ejemplo: artes marciales, en el cual se precisa que ayuda al desarrollo integro de la persona; actividades lúdicas, las cuales ayudan en el proceso de socialización e imaginación.

Los factores que intervienen para la futura propuesta, nos dan la información necesaria para la determinación de escenarios deportivos y recreativos, que es unos de los objetivos específicos del presente proyecto de investigación, es decir abordando áreas que según los requerimientos de la población e investigaciones son esenciales para los usuarios en estudio.

Palabras claves: **VALORACIÓN, ACTIVIDADES RECREATIVAS, ACTIVIDADES DEPORTIVAS, ESPARCIMIENTO, SEDENTARISMO, ACTIVIDADES LÚDICAS.**

ABSTRACT

In this research, problems such as neglect of recreational spaces and lack of sports infrastructure were identified, which causes many children and adolescents to spend part of their time in activities that do not help their development, in the same way they are involved in dangerous situations. Given this, the need arises to create scenarios where essentially the users under study can develop positively, either by recreating or doing a sport, with the intention that their physical, psychological and cognitive abilities are enhanced; being understood as a successful means to optimize its growth.

The population involved is identified, we delimit their interests together with specialized studies that bring us like as consequences contributions, therefore that tells us the proposal is effective and meets the needs of the population in terms of sports and recreation.

After having discussed the results, process data and analyzed the information, it is concluded that for the needs of the study population. They need suitable scenarios and elements to be inserted in the proposal, for example: martial arts, in which precise that it helps to the integral development of the person; playful activities, which help in the process of socialization and imagination.

The factors that intervene for the future proposal, give us the necessary information to determinate the perfect sports and recreational scenarios, which is one of the specific objectives of the present project, addressing areas that according to the requirements of the population and research are essential for the users under study.

KEYWORDS: TREASURE, RECREATIONAL ACTIVITIES, SPORT ACTIVITIES, LEISURE, SEDENTARISM, LEISURE ACTIVITIES.

I. INTRODUCCIÓN

El esparcimiento desde siempre ha marcado importancia en cada ciudad y sus pueblos; éste se asocia al deporte, juego y relajación, a su vez en conjunto otorgan múltiples beneficios para la salud. Por otro lado, al hablar de recreación, algunos adultos lo asocian solo si se acumula juguetes a los niños; pero, según psicólogos y educadores especializados en el tema esclarecen que el deporte y la recreación ofrecen crecimiento psicológico y emocional. Para un óptimo desenvolvimiento de estas prácticas, se deben realizar en ambientes que ayuden a entrelazar la imaginación del niño y la realidad. Por otro lado, la recreación es importante, debido a que motiva al ser humano a desenvolverse socialmente con sus semejantes. Desde el punto de vista de Medeiros (1975) “La recreación resulta ser una necesidad básica del hombre en la cual, durante el desarrollo de actividades, se manifiestan múltiples satisfacciones y situaciones de goce, obteniendo como beneficio el mejoramiento del estado anímico.”

La práctica continua y ordenada, de por lo menos un deporte físico, contribuye significativamente a llevar un estilo de vida óptimo, tomando en cuenta al ser humano como principal representación biológica - psicológica - social en toda su extensión y, siendo ésta una necesidad que se considera fundamental ayudando a mejorar la existencia vital del hombre. También es necesario aclarar que, a nivel mundial, existen cifras preocupantes sobre sedentarismo “un aproximado del 60% de la población mundial no realiza actividad física, lo que se ve reflejado en su aspecto físico y en las enfermedades cardiovasculares que padecen” OMS (2013), enfatizando más este problema en el caso de algunos países. De acuerdo con Cruz (1990) reporta que “Se ha comprobado que, en Norteamérica, específicamente en EE.UU. el 60% de los adultos realizan regularmente ejercicio físico, un 25% no realizan ningún tipo de ejercicio físico, siendo el porcentaje de practicantes del 10 al 20%”. También en España suele aparecer cifras semejantes, según García (1990) precisa que “El 22% de personas en actividad física ascienden los 30 años”.

Por otro lado, se sabe que el deporte crea novedosas condiciones de vida, incentiva la incorporación familiar y social; y, a la vez, crea empleo de forma directa o indirectamente. Cabe mencionar que, en nuestro país poco o nada se conoce sobre la influencia del deporte, lo cual se ve reflejado en, muchos casos, la mala calidad de su infraestructura deportiva existente y donde en su mayoría podemos encontrar las típicas "losas" o "canchitas".

En los distritos de la región La Libertad no son ajenos los deficientes espacios recreativos y su poca planificación; ya que solo algunos cuentan al menos con una estructuración adecuada, pero carentes de pautas de accesibilidad al medio ambiente físico. Un ejemplo de ello es el Complejo Mansiche, donde a diario concurren personas provenientes de distintas zonas aledañas y que asistir no genera algo extraordinario más que una actividad común, al igual que en otros espacios, ya que presenta deficiencias como: descuido del área verde (la mayor parte es solo tierra), poco mantenimiento en sus juegos recreativos y carencia de mobiliario para deportistas, falta de espacios escénicos, entre otras (Anexo N°01- Imagen 01). Este tipo de equipamiento no cubre con una adecuada comodidad, mucho menos satisface con las necesidades deportivas que requiere las actividades que en ella se practican; por lo tanto, los pobladores optan por dedicarse a otras ocupaciones dejando de lado la recreación y el deporte.

En el nuevo Distrito Alto Trujillo, con una población estimada de 80 000 habitantes, existen espacios que se han ido adaptando de manera improvisada. El estado actual en el que se encuentran no es el adecuado, es decir, debido a la poca importancia o abandono hacia éstos, ha hecho que las actividades físicas no sean prioritarias, o en su defecto que sean olvidadas para la construcción o mejoramiento de centros deportivos/recreativos. Cabe resaltar que, los más perjudicados resultan ser niños y jóvenes ante la escasez de escenarios deportivos, y frente a esta necesidad gran cantidad acude a recrearse o practicar deporte en losas deportivas ubicadas en zonas colindantes del distrito de Florencia de Mora, quedando alejadas al lugar donde viven; a su vez, existen asociaciones deportivas y grupos juveniles, los cuales tampoco cuentan con escenarios adecuados para llevar a cabo sus actividades físicas, lo que los conlleva a ser practicados en arenales. (Anexo N°01 – Imagen 03). Igualmente se observa que niños y niñas del Centro Poblado en estudio, se recrean en la vía pública corriendo el riesgo de, por un lado, presentarse un accidente vehicular, o estar expuesto a transeúntes de mal vivir. (Anexo N°01 – Imagen 02)

La falta de equipamientos o espacios en donde la población en estudio pueda recrearse o realizar deporte, conlleva a que dediquen su tiempo en actividades que no contribuye a su formación, tales como actividades delictivas (delincuencia, drogadicción y vandalismo), y a la vez ser vulnerables a ser parte del porcentaje de población con problemas sociales (abuso infantil, estrés y depresión) impidiendo el normal desarrollo de niños y adolescentes para formarse correctamente como personas útiles para la sociedad.

En estos tiempos, la recreación y el deporte se ven interrumpidos por el trabajo y la priorización de labores cotidianas, frente a ello, es necesario insertar actividades de transformación que no solo integren a la familia, sino que además sea de gran importancia para fomentar valores que contribuyan a la formación integral del individuo, considerándose una alternativa educativa, mediante el cual, el ser humano adquiere conocimientos y destrezas en base a sus experiencias.

La presencia de niños y adolescentes en la sociedad requiere otorgarles lugares o espacios específicos para la correcta realización de actividades recreativas y deportivas, para así satisfacer el déficit de espacios lúdicos y de esparcimiento en ciudadanos de todas las edades y condiciones socio-económicas. Es necesario apoyar hacia estas buenas prácticas y facilitar el acceso mediante la creación de espacios con adecuadas infraestructuras y equipamientos para mejorar las condiciones espaciales necesarias y educar a los nuevos deportistas, obteniendo resultados que involucren al crecimiento del nuevo Distrito de Ato Trujillo, con el fin de educar hacia la práctica del ejercicio físico, impulsar a la correcta formación y competición y así; generar mejoras sociales del sector.

Ante la problemática explicada, se plantea solucionar esta necesidad implementando escenarios como medio canalizador frente a las adversidades presentadas, en las cuales se pueda efectuar variadas actividades físicas, involucrando todos los aspectos mencionados, y a la vez que se desarrollen y practiquen actividades con valores, objetivos, principios, a favor de los involucrados, obteniendo experiencia para su vida futura. También, luego de haber mencionado las deficiencias arquitectónicas presentes en Alto Trujillo en estudio y sus espacios destinados a recreación y deporte, se requiere generar un centro de esparcimiento y deporte que sea capaz de cumplir con las necesidades y las exigencias del poblador para así ser beneficioso y fortalecer no solo el equipamiento, sino también la cultura y educación de los pobladores del nuevo Distrito de Alto Trujillo.

A continuación, se presentan algunas investigaciones que refuerzan y se toman como referencia para una mejora del estudio presentado

CASTILLO (2016) en su tesis de pregrado titulada *“Estudio de la necesidad de equipamiento para la recreación de la zona Quitumbe, distrito metropolitano de quito, y diseño técnico arquitectónico - urbano de un polideportivo”*. Universidad Central del Ecuador, Ecuador. Tiene como objetivo colaborar en el ámbito social mediante la

satisfacción de la necesidad con respecto al consumo colectivo, con el diseño arquitectónico - urbano del Polideportivo. Concluye que, es importante reconocer las diversas actividades motoras que se llevan a cabo dentro de un polideportivo, ya que ayudan a un buen desenvolvimiento cotidiano de la comunidad, lo que permite dar a conocer que no es solo una edificación enfocada al deporte, sino que está vinculada con otras actividades sociales, las mismas que enriquecen el aspecto psicológico como también mejorando la salud con una calidad de vida adecuada. Castillo (2016) recomienda que, las propuestas técnico arquitectónicas deben tener enfoque para fortalecer el vínculo familiar y comunitario sobre la base de valores colectivos, creando espacios que garanticen desarrollo y sano desenvolvimiento, situaciones de goce, crecimiento personal y social; por lo que se convierte en paradigma con el propósito de complementar de manera óptima la propuesta de diseño y a través de los ejes de acción estratégica (espacio público y habitad) que se plantean, por lo que se puede evidenciar los lineamientos que requiere la población en base a sus necesidades recreativas y deportivas en las cuales se vincule la comunidad y de manera práctica se genere distintas formas de convivencia social; incentivando la vida sana y natural mediante la integración del medio ambiente con el equipamiento promoviendo la sostenibilidad y sustentabilidad, optimizando las condiciones de recreación, y facilitando el acceso de participación en actividades deportivas que ofrece el complejo y su cobertura en zonas de influencia.

ROMERO (2017) en su tesis de posgrado *“Efecto de la recreación física y de la recreación artística en la resiliencia de estudiantes de sexto grado de la escuela La Capri”* Universidad Nacional de Costa Rica, Costa Rica. Tiene como objetivo valorar el efecto y los beneficios que causan los programas recreativos y artísticos en los estudiantes.

Esta investigación llega a la conclusión que, al participar activamente en los programas recreativos y artísticos, obtuvieron los siguientes beneficios:

- **Emocionales:** Deleite por las actividades; autoeficacia; autoestima, disminución del estrés y relajación; diversión-humor-felicidad.
- **Cognitivos:** Formación de destrezas físicas o artísticas; creatividad, establecimiento de metas, expresión verbal, escrita y corporal, fomento de la memoria, reconocimiento de factores de riesgo, reconocimiento del programa recreativo como factor de protección y de enseñanza; resolución de problemas y toma de decisiones.

- **Sociales:** Comunicación; compartir-compañerismo; redes y vínculos; sentido de pertenencia; trabajo en equipo y valores-comportamientos positivos.
- **Físico:** Fomento del deporte por medio de actividades físicas.

Por lo tanto, recomienda implementar programas recreativos, específicamente en zonas vulnerables socialmente y así potenciar mediante actividades físicas, promoviendo temas como confianza, redes –vínculos, comunicación, autoeficacia, establecimiento de metas, resolución de problemas, toma de decisiones, trabajo en equipo, autoestima, creatividad, humor, satisfacción y valores; hasta que los resultados mejoren progresivamente y se verán reflejados en el nivel de resiliencia. También como prevención de altos factores de riesgo, se opta por orientar al adecuado manejo del tiempo libre satisfaciendo las necesidades que presentan al participar en actividades positivas en beneficio de sí mismos.

AGUILAR Y CONCHA (2018) en su tesis de pregrado “*Centro de encuentro y desarrollo juvenil como espacio para la prevención del delito. Cono Norte – Arequipa*”. Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú. Presenta como objetivo general evaluar el comportamiento social de los habitantes del sector y también las actividades culturales, educativas y recreativas; que, además, a través del diseño del entorno con cualidades espaciales y contextuales, contribuya en la prevención del delito y de este modo mejore la calidad de vida de los pobladores; elaborando un proyecto urbano arquitectónico denominado Centro de Encuentro y Desarrollo Juvenil en el Cono Norte de Cerro Colorado – Arequipa.

Llega a la conclusión que los jóvenes que viven en los sectores populares y periféricos son los más afectados por la exclusión y discriminación social, debido a que crecen en un contexto con mayores desigualdades sociales, sin el libre acceso a determinados servicios básicos, es por eso que, para evitar ver en la delincuencia una estrategia de sobrevivencia, es necesario el libre acceso a la educación y cultura, que les permita desarrollar capacidades, generar oportunidades, y ascender socialmente a través de intervenciones urbanas estratégicas en las zonas periféricas con equipamientos y corredores culturales, convirtiendo los espacios públicos en escenarios orientados hacia buenas prácticas como el deporte, la recreación y la educación; reduciendo la estigmatización, la pobreza, inseguridad y exclusión social que viven actualmente estos sectores.

Los investigadores recomiendan que una de las condiciones para la prevención del delito sea a través de la dotación y diseño de espacios públicos urbanos para la realización de actividades sociales, educativas y de esparcimiento, que permitirá brindar a niños y jóvenes del sector, diversas actividades físicas y convertirlos en jóvenes líderes, impulsando su desarrollo personal, mejorando su calidad de vida e impidiendo su incursión en la delincuencia, y por ende, reduciendo los altos índices de delincuencia y percepción de inseguridad del sector del Cono Norte de Cerro Colorado – Arequipa. También, complementar con actividades deportivas para los jóvenes, en donde puedan ocupar su tiempo libre, y de esta manera disminuir las conductas antisociales que les impide integrarse a la sociedad.

BELLIDO (2013) en su tesis de postgrado “*LA RECREACIÓN INFANTIL EN LA PLANIFICACION URBANA CASO: PAMPAS DE SAN JUAN, DISTRITO DE SAN JUAN DE MIRAFLORES, DEPARTAMENTO DE LIMA-PERÚ*”. Tiene como objetivo general **realizar un estudio de parques recreativos e infantiles, seleccionando espacios de socialización y desarrollo psicomotriz y mental de infantes en urbanizaciones populares y vulnerables.**

Llega a la conclusión que los espacios designados para **recreación son puntos estratégicos para actividades físicas, sociales, que ayuda a estimular y desarrollar la creatividad y sentidos de los involucrados**, también explica la repercusión de la recreación infantil, resaltando la importancia del juego para el desarrollo de capacidades sociales, físicas, espirituales, creativas que permiten evolucionar sea individual, colectivo y socialmente, lo que se ve reflejado en la salud física y mental de los habitantes.

La investigadora recomienda **dotar de escenarios en cada localidad a fin de que niños y adolescentes desarrollen actividades artísticas culturales y recreativas tendientes a la prevención y detección de dificultades de adaptación social.** A la vez, que el mobiliario es de gran influencia en su desarrollo, así como espacios para juegos físicos, sociales, creativos, sensoriales deberán contar con áreas verdes debido a que ayuda en la socialización, desarrollo individual y colectivo para niños y adolescentes.

ZAPATA (2017) en su tesis de pregrado “*ANÁLISIS DE LAS NECESIDADES CULTURALES Y RECREACIONALES PARA LA PROPUESTA DE UN COMPLEJO*

JUVENIL, DISTRITO DE SECHURA, SECHURA, PIURA". Tiene como objetivo general, **analizar las necesidades culturales y de ocio en el distrito de Sechura**, mediante el cual, los jóvenes involucrados podrán potenciar las actividades culturales de la localidad y también las recreacionales.

Como conclusión propone que, los espacios designados al desenvolvimiento de actividades culturales y recreativas del distrito, no se encuentran en buen estado de conservación para desafiar la actual demanda poblacional de jóvenes que llevan realizando actividades físicas. El investigador sugiere que, mediante la construcción de espacios de interacción y desarrollo como talleres de música, espacios de recreación, biblioteca y auditorio, en donde los jóvenes puedan desenvolverse y también el resto de población, ayuda e impulsa hacia las buenas prácticas tanto deportivas como recreativas a la vez culturiza a la población. Es importante lo requerimientos como zona cultural, zona de esparcimiento, zona de servicio y zona complementaria para un mejor desarrollo de sus actividades.

Además de lo presentado, las siguientes teorías cuentan con mayor enfoque en el tema de investigación presentado

“A través el deporte, la recreación y el juego, los niños y adolescentes empiezan a discernir lo bueno de lo malo, los orienta a pensar y a emplear su criterio para la solución de problemas” (UNICEF, 2004)

En tal sentido, se precisa que, darles importancia a estas actividades físicas, refuerzan la formación de niños, además de, promover el sentido de la amistad y solidaridad, enseñando dominio de sí mismos y respeto por sus semejantes, fortaleciendo su autoestima y autoconfianza, propiciando roles de liderazgo y desenvolvimiento de habilidades para futuros afrontamientos de trabajo en colectivo. Es importante resaltar que, el deporte, la recreación y el juego enseñan a los niños a realizarse frente a diversos obstáculos y dificultades, los prepara para convertirse en personas útiles y, responsables y capaces a favor de su comunidad.

“Una de las características condicionales de la existencia humana, se da por el estilo de vida, tal es así que el sedentarismo resulta perjudicial debido a la gama de problemas a futuro, en relación con las personas que se encuentran activas y que realizan actividades físicas, ejercicios y/o deporte” Guillén (1997)

Al respecto el autor en esta investigación hace entender la importancia de realizar actividad física, tanto así que, si las personas no realizan algún tipo de ejercicio físico, son víctimas del sedentarismo, y esto resulta siendo perjudicial para la salud y por ende a contraer dificultades o problemas físicos. Caso contrario sucede cuando el individuo lleva realizando actividad física e influye en la calidad de vida futura, el estilo de vida saludable, es decir realizando ejercicios diariamente o gradualmente ayuda a prevenir contraer alguna enfermedad.

“(…) Frente a las vicisitudes de cada localidad, son los espacios destinados a recreación los que resultan ser una alternativa de solución, dado a que influye en el mejoramiento de las condiciones de vida de muchos ciudadanos y, especialmente de aquellos que están en ese periodo transformacional de la etapa adolescente.” Aguirre y Loaiza (2014)

Ante esta situación, se debe buscar que, en los espacios de formación y recreación se interrelacionen las prácticas deportivas, como alternativa que restaure los valores humanos desde la juventud como procesos de mejoramiento de la calidad de vida, categorizando un sentido de vida más humano y cómodo cumpliendo con la satisfacción de las necesidades básicas humanas.

“(…) Es imperativo la educación del tiempo libre, toda vez que las actividades recreativas vigorosas, organizadas y continuas conllevan a la satisfacción fisiológica del movimiento.” Guerrero (2007)

Por lo cual podemos decir que, el estar en completo movimiento otorga mejora para la salud. Es por esto que se debe tener conocimiento sobre el tiempo libre, para así poder desarrollar actividades físicas que no necesariamente requieran de mucho esfuerzo, sino para valorar la influencia que ejerce en la salud y los beneficios que otorga.

La misma autora también afirma que “Las actividades recreativas permiten el acoplamiento del mundo interno con el externo, de generar confianza y seguridad, respeto y apreciación por aquello que se hace bien. El deporte es la actividad recreativa de mayor repercusión de valores y virtudes. Un buen deportista adquiere la capacidad del amor, de la comunicación y de la integridad y esto es Autoestima.”

Da a entender que, el dedicar parte de nuestra vida para recrearnos (dicho en otras palabras “el tiempo libre”) va a fortalecer nuestras actitudes, y esto se garantiza en las buenas prácticas que se va fomentando desde temprana edad. El deporte ayuda en la formación y a la vez es complemento de valores y virtudes en la persona.

“Para un mejor desarrollo infantil, debe existir una estrecha relación entre actividades físico-motoras, psicológico-emocionales y cognitivas, la importancia que ofrecen radica en los valores que otorgan en su realización, de hecho, se debe incrementar estas vivencias que formen al niño a evolucionar en adulto capaz”. Gregorio (2008)

Aclara que, para un mejor desenvolvimiento recreativo, es necesario que estas actividades estén relacionadas en tres aspectos:

- Físico-motor : Ejercitar cuerpo, perfeccionamiento de coordinación, aprobar y aprender nuevas destrezas.
- Psicológico-emocional: Dominio sobre las actividades que se enfrenta, productividad, mayor conocimiento sobre del mundo al que pertenece, sentimiento de competencia, refuerza la idea de enfrentar y resolver problemas.
- Cognitivo : Avance de socialización y pensamiento. El niño es capaz de discernir sobre otros puntos de vista.

“Los jóvenes aprenden habilidades, adquieren actitudes y normas, de igual manera, por medio de este tipo de interacciones con su entorno social, se modelan y son reforzados por las acciones de sus semejantes. Se modelan y son reforzados por las acciones de los otros significativos a través de las interacciones con su medio social circundante.” Bandura (1986) Asimismo, van aprendiendo por medio del ambiente motivacional, en ello se emplea ciertos criterios adquiridos y los criterios para juzgar su propia capacidad o competencia dada la participación en actividades físicas. Es esencial que el adolescente incluya hábitos deportivos para así poder socializar con sus semejantes, de igual manera va adquiriendo habilidades, actitudes y prácticas. El lugar en donde son practicadas, influye significativamente en la interacción con el medio ambiente.

“Existen valores sociales más factibles de desarrollar y se logra alcanzar mediante la actividad física. Ellos están comprendidos en: valores colectivos y personales.” Ramírez y otros autores (2004).

Los autores afirman que, en la práctica de deporte las personas son capaces de adquirir valores tanto personales (respeto, cooperación, amistad, sentido de pertenencia, competitividad, responsabilidad, convivencia, igualdad, justicia) como colectivos (autodisciplina, autoconocimiento, sacrificio, perseverancia, autodominio, reconocimiento y respeto, participación lúdica, humildad, obediencia, autorrealización, autoexpresión, imparcialidad.)

“Ejercitarse ayuda a reducir la ansiedad, disminuye la depresión moderada, e influye significativamente a mejorar el bienestar emocional, y aumentar la energía. Los deportes ofrecen la oportunidad de estar activos y socializar con otras personas”. Instituto Nacional Americano de la salud mental (NIH) (2017)

Esta afirmación aclara sobre el importante rol que juega el deporte y ejercicio en el ser humano, desde el punto de vista psicológico. También la práctica de deportes tiene un efecto positivo en el cerebro, y por lo tanto también en la propia depresión. Esto indica que, la práctica de algún ejercicio físico en sesiones superiores a los treinta minutos trae consigo mejoras significativas en la calidad de vida de quienes presenten indicios o problemas psicológicos. Así mismo, resulta ser un aliado importante en las técnicas y estrategias terapéuticas estructuradas por profesionales especializados en el tema.

“El juego pertenece a una herencia cultural que se ha ido transmitiendo de generación en generación. En ellas se reflejan capacidades físicas como: fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad, entre otras.” Bantulá y Mora (2002)

En el juego se pueden diferenciar las diferentes modalidades en las que llevan a cabo, bajo sus propias reglas. Las formas jugadas presentan estructuras sencillas de juego, con pocas codificaciones. Los autores precisan que todo juego tiene una codificación más compleja, pudiendo ser espontáneos o dirigidos, involucrando a una persona adulta. Por otro lado, las reglas condicionan el comportamiento de los involucrados o usuarios, el desempeño en cada actividad varía de acuerdo al nivel de relación que se ha establecido, ofreciendo un abanico de posibilidades, como lo son: juego solitario, paralelo, de oposición, de cooperación, de colaboración-oposición, etc., las cuales, al mismo tiempo, pueden ser estables y duraderas, o bien inestables, cambiantes o permutables.

Cualidades como valor frente a la adversidad, diversas habilidades, autocontrol, coraje, permitirán al practicante de artes marciales a interactuar armoniosamente con otros estudiantes. Una persona auto controlada y humilde tiene una mayor capacidad para convertirse en un buen ciudadano, un buen vecino y un buen amigo. Hackney (2004)

Las artes marciales influyen en diferentes planos del individuo:

- Plano físico: Busca construir, mejorar y perfeccionar las técnicas necesarias, con ello constituyen un medio de educación, mejoramiento físico y mental.
- Plano mental: Se manifiesta en el comportamiento frente a sus compañeros, la sociedad, e incluso frente a sus contrincantes.
- Plano espiritual: La meta y el camino a través de la práctica.

“Para la creación de espacios deportivos domésticos y confortables, se debe captar al deportista y al usuario asistente. Está claro enfatizar que los escenarios inciden en los estados emocionales de los usuarios, por lo que no solo se debe buscar una estética agradable, sino que para lograr un proyecto exitoso se debe conocer al usuario y analizar casos exitosos para un mejor entendimiento de la magnitud. Los revestimientos y pavimentos, ayuda a generar y mantener la identidad del lugar.”. Simon (2017)

Constantemente, estos equipamientos van evolucionando y a la vez se emplean nuevas tecnologías constructivas, que favorecen y ayudan a mantener el confort. Se observa que, en múltiples edificaciones se integran fachadas de cristal, colores y nuevos materiales que permiten recrear secuencias, volúmenes y nuevas aperturas.

“Los niños constantemente se encuentran en movimiento, acción; mientras que, las niñas son más pasivas y suelen permanecer más tiempo inactivas. Para los docentes, es necesario saber esto ya que resulta ser más efectiva durante la formación”. Castillo (2012).

Es frecuente que las niñas escogen pintar y los niños, los bloques de construcción. Cuando hay excepciones, el niño pinta con rapidez para salir rápido de eso y empezar una nueva acción. Entre otras consideraciones, se cree que las niñas resultan ser más analíticas frente a las situaciones que se van presentando y luego, descubren la regla general, mientras que los niños lo hacen, al contrario. Según Castillo, mientras que las niñas requieren más detalles, los niños prefieren información concisa y clara, prefieren evitar en detalles. Y para

no aburrirse, optan por movilizarse entre 10 a 12 minutos, realizando actividades físicas cortas.

Fontalvo (2012), afirma que la importancia de estas actividades, resultan ser muy importantes para el desenvolvimiento, porque ayuda a reforzar la motricidad fina y gruesa, además de incentivar a explotar su creatividad, con ello permitirá encontrar diferentes soluciones a un problema determinado. Colabora también con su aprendizaje, explorando los colores, las formas, texturas, etc., y también ayuda a incrementar su nivel de atención y concentración.

Se presentan algunos conceptos para un mejor entendimiento.

Actividades Físicas: Se considera al movimiento corporal que involucra músculos y esqueleto, estos exigen desgaste de energía y una grata experiencia personal que permite relacionarse con los demás y el medio circundante.

La actividad física abarca ejercicio y también otras actividades, que según sus objetivos e intensidad se pueden clasificar en:

- Actividad física utilitaria: actividades laborales y quehaceres domésticos.
- Actividades lúdicas: juegos de mesa, de salón, tradicionales, etc.
- Actividades recreativas: actividades realizadas por el sujeto en su tiempo libre, de libre elección y que proporcionan goce y placer.
- Las actividades en la naturaleza o al aire libre: requiere de contacto con el medio natural (caminatas, excursiones, campamentos, acantonamientos).

Actividades Deportivas: Son las ejercidas como juego o competición, cuya práctica requiere de previo entrenamiento, las que mayormente pone a prueba su capacidad en competencias, y está sujeta a ciertas normas establecida según el deporte que se realice. (RAE, 2013).

Según el propósito que se persiga, lo clasifica en:

- Deporte recreativo: practicado por placer, disfrute o goce, no tiene como finalidad la competencia o la de superar a su adversario.

- Deporte competitivo: La intención es la de vencer a su contrincante y con ello superar metas establecidas a sí mismo.

- Deporte educativo, formativo o escolar: El objetivo principal es el desarrollo armónico de la personalidad de cada participante. El deporte educativo debe permitir el desarrollo de capacidades motrices y psicomotrices en relación con los aspectos afectivos, cognitivos y sociales de cada personalidad (Blázquez Sánchez, 1999).

Actividades Recreativas: Conjunto de actividades que denotan placer con potencial educativo, es destacable el juego infantil organizado, las actividades deportivas o predeportivas; también cabe mencionar que influye la disposición física y mental para su realización.

Son aquellas técnicas ejecutadas de manera adecuada, garantizan momentos de distracción y disfrute, las cuales repercuten de manera positiva en el estado de ánimo, nuevos aprendizajes, sentido del humor e incluso en la salud de los participantes. Estas actividades requieren de destrezas y habilidades aprendidas. Mayormente son clasificadas en activas, pasivas o mixtas.

- Para las actividades recreativas activas, el grado de esfuerzo físico es mucho más elevado que el resto, además de producir goce y disfrute su realización; por otro lado, el cansancio se da voluntariamente, y promueve la participación colectiva en éstas. Es necesario el uso de motricidad gruesa (saltar, correr, entre otros).

- Las actividades recreativas pasivas son aquellas tranquilizantes donde se utilizan juegos, canciones, rondas, juegos de mesa, juegos al aire libre, dinámicas individuales o grupales, entre otras; pero sin necesidad de moverse del lugar donde se está recreando, ayudando a la vez a mejorar el pensamiento lógico.

- Y las actividades recreativas mixtas, evidencian ambos tipos, siendo estas últimas poco recomendables, porque no persiguen un objetivo determinado.

Artes Marciales: Hace referencia a todo sistema codificado mediante técnicas que son aplicadas como defensa personal o formación militar. Puede incluir armas para su práctica (a excepción de las armas de fuego). La organización de técnicas en un sistema coherente y codificado, el entrenamiento se vuelve en una serie de rutinas sistemática y estructurada, un

repertorio de movimientos de defensa y ataques con diversas partes del cuerpo (puños, manos abiertas, codos, rodillas, pies, dedos, etc.).

Desarrollo Socioeducativo: Ortega (2004) lo define como constante progreso y continua configuración de las personas para ser y convivir en sociedad. El desarrollo se da a lo largo de la vida, no solo en la escuela, ya que con el tiempo se inserta y es entendida como la dinamización o activación de las condiciones culturales sociales y sus individuos y, por otro, la prevención, compensación y reconducción socioeducativa.

En un proyecto de intervención socioeducativo su objeto de estudio es englobar en la sociedad, donde pedagogo investiga a través de la interacción con los integrantes, primero analizando la necesidad o problemática para luego planificar actividades relacionadas a con la meta o resolver la problemática, y después el desarrollo de las actividades mediante la planificación, para finalmente analizar el cumplimiento de los objetivos.

Educación de Tiempo Libre: Es un espacio de formación y participación con voluntad de transformación e inclusión social. En el proceso de formación de cada personalidad, podemos concretar cuatro oportunidades:

- Aprender a ser (autonomía, responsabilidad, etc.)
- Aprender a hacer (desarrollo de habilidades, fomento de capacidad organizativa, solución de retos)
- Aprender a conocer (descubrir el mundo, abrirse a otras culturas y otros modelos de vida)
- Aprender a convivir (dialogar, compromiso por un mundo mejor).

Espacio Deportivo: Es el marco físico que acogen distintas actividades deportivas, a la vez, constituyen el planeamiento de cada espacio necesario, a partir de la cual se construye el censo deportivo de un territorio, y el elemento de referencia que permite efectuar una valoración del mismo.

Estilo de Vida: Los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos que conllevan a la complacencia de necesidades humanas para alcanzar el bienestar. Están determinados por la presencia de factores de riesgo y/o protectores para el bienestar, estos procesos dinámicos que no solo son acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones colectivas.

Estilo de Vida Sedentario: Se da por la inactividad física en la vida cotidiana, mayormente se da en ciudades en las que priorizan la tecnología, ello evita esfuerzo físico. Se considera sedentaria a la persona cuya actividad es menor a 25 minutos diarios de ejercicio, y no solo se exponen al peligro de obesidad, sino a otras enfermedades o problemas físicos como:

- Riesgo de enfermedades cardíacas
- Pérdida de fuerza Muscular
- Pérdida de fuerza Ósea
- Riesgo de padecer cáncer
- Diabetes
- Problemas para dormir
- Envejecimiento prematuro

Proceso de Socialización: “Interacción con otros, desarrollan maneras de pensar, sentir y actuar, comprenden el proceso por el cual los individuos hacen indispensable su participación en sociedad” Zanden (1986). Dicho en otras palabras, es la interacción con su entorno y viceversa. Sus principales características:

- La socialización es convivencia con los demás: Su objetivo es llenar las necesidades fundamentales de afecto, protección, ayuda, etc.
- La socialización cooperativa para el proceso de personalización: Se construye la personalidad al relacionarse con los otros, mediante el desempeño de roles asumidos dentro del grupo (McDonald, 1988).
- La socialización como interiorización de normas, costumbres, valores y pautas: Logra la capacidad de actuar humanamente.
- La socialización es aprendizaje.

Valoración del Esparcimiento: Definido como la importancia que se les concede a los espacios dedicados a la sana recreación y su influencia en las personas que hacen uso de estos espacios, garantizando a la población infantil que, mediante el juego y la recreación, ellos disfruten de su identidad cultural, socializar con sus semejantes y hacer uso de sus habilidades.

Valores Sociales: Dependerá de las creencias o valores de cada persona. Lo que es popular será aceptable en el momento. Están arraigados a ideales, en niveles individuales.

Valores Personales: Son ideales de la moral y el derecho que tienen los individuos, sin embargo, tienen mucho que ver con la crianza de la persona y de pensamientos frente a diversas situaciones. Los valores morales de la persona son una parte del entorno en el que se suscitaron y los ideales de su grupo más cercano de familiares y amigos.

Se tomarán como casos análogos aquellos proyectos exitosos que han sido realizados en diferentes partes del mundo, para tener referencias sobre el diseño empleado.

SUPERKILEN (ver anexo ficha de observación 1, 2 y 3). Se ubica en Copenhague. El equipo de arquitectos responsables forma parte de la firma BIG Architects, en colaboración con el estudio Topoket 1 y Superflex. El proyecto arquitectónico, se percibe como fusión de arquitectura, paisajismo y artes, por otro lado, atraviesa uno de los barrios más complejos de la localidad, es decir con mayor diversidad étnica y socialmente vulnerable. Busca que los usuarios accedan mediante la superficie llamativa que lo contiene, desde el mobiliario hasta los escenarios o puntos de encuentro.

Los aportes que se dan a notar en este equipamiento son las tres zonas que se encuentran diferenciadas, funcional y visualmente, mediante colores (rojo, negro y verde) reflejados en el pavimento y mostrándose como un solo espacio, esto permite al usuario a diferenciar cada zona, sea deportiva, recreativa o de descanso.

La Plaza Roja; en el cual se concibe como la extensión de actividades deportivas del polideportivo Nørrebrohall adyacente, se extienden desde el suelo hasta las fachadas laterales, creando una experiencia tridimensional, a un extremo se sitúa la plaza abierta con

la finalidad de una mejor experiencia de descanso. Llega a ser el eje de encuentro de la vida urbana (música y deportes), alberga actividades deportivas (gimnasio al aire libre) y recreativas, también refleja la naturalidad de la vecindad colindante. También contiene un lado elevado del pavimento que funciona como rampa para quienes practican deportes extremos, también posee elementos de juego y descanso (cancha de básquet, estacionamiento y parque infantil). La superficie de la plaza está cubierta por goma multifuncional, lo que facilita juegos con pelotas, desfiles, ventas masivas y presentaciones deportivas o culturales

La Plaza Negra; se encuentra centralizada y refleja la arquitectura escandinava de las edificaciones adyacentes, es el corazón del master plan; aquí se concentran los lugareños alrededor de fuentes y bajo cerezos japoneses. Contiene mobiliario como mesas fijas, bancos y espacios libres, las actividades funcionan como conector entre ambos extremos del parque

El Parque Verde; es la máxima exposición de plantas y árboles adecuados para picnics, ejercicios y paseos. Genera conexión con el contexto inmediato, a su vez mejor el espacio público y las zonas residenciales aledañas; en su interior contiene ciclovías que permite conectar con las otras plazas

PARQUE RECREACIONAL VENECIA (Ver anexo, ficha de observación). Se ubica en Temuco, Temuco, Araucanía Región, Chile; los arquitectos a cargos fueron Jaime Alarcón Fuentes, Rodrigo Ibáñez, Valeria Constanzo y Franco Gonzáles.

Cada localidad está en constante expansión y lo que inicialmente era una zona abandonada y contenida de arena, fue planteada para revitalizar barrios en zonas vulnerables de la ciudad, a partir de un plan integral mediante intervenciones sociales y urbanas. Frente al déficit de espacios públicos consolidados destinados a recreación, esparcimiento y deporte, los cuales eran inexistentes en el lugar, este proyecto llega a sustituir espacios públicos abandonados, para darles otro uso, aquello que sea acogedor y de participación vecinal. Durante el proceso de planteamiento en conjunto con los pobladores, se supo que también buscan tener espacios de descanso o estar, espacios en los cuales puedan pasar tiempo con familia, amigos, vecinos; con esta idea nace el concepto de “sala de estar”, la cual llevándola al ámbito urbano sería un “Estar urbano”. La importancia de este proyecto se ve reflejada en el diseño participativo, donde se desarrolló un concepto ciudadano de escala intermedia el cual acoja usos masivos

e individuales de participación vecinal (juegos tradicionales), además de escenarios de actos masivos, plataformas de picnic, etc.; así mismo, zonas lúdicas que contienen mesas de ajedrez y tenis de mesa, estas últimas potencian el aspecto cognitivo y psicológico del usuario/poblador

PARQUE ZONAL SANTA ROSA (Ver anexo, ficha de observación). Se ubica en Lima, Perú; el equipo de arquitectos a cargo son FD Arquitectos y Urbanistas.

Este parque fue planteado debido al déficit de equipamiento públicos (parques, losas deportivas, centros recreativos y deportivos) del nor-oeste de Lima. Tiene como principal objetivo, convertirse en un centro de dinamismo urbano, con relevancia para el distrito, brindando facilidades deportivas, culturales y de ocio; y ser reconocido como un importante hito urbano en el distrito. Físicamente, nos encontramos con un terreno árido y en pendiente, con vientos del oeste, el primer trabajo fue estudiar la topografía. El equipamiento fue trabajado en cinco niveles: en el primer nivel se ubicaría una piscina abierta, en el segundo nivel se ubicaría el Polideportivo, la Piscina Techada y las losas deportivas, en el tercer nivel se ubicarían las canchas de fútbol y de frontón y las canchas de vóley playa, el cuarto nivel donde se ubicaría el Centro Cultural. Se organizó funcionalmente identificando zonas de descanso, en las cuales se empleó cubre-suelos y plantas de colores, y zonas de actividad, para la cual se optó por el césped y suelo natural estabilizado.

Al saber nuestra realidad problemática, la formulación del problema de la presente investigación es ¿Cuáles son las necesidades físico espaciales que requieren las actividades de recreación y deporte para impulsar el desarrollo socioeducativo de niños y adolescentes en Alto Trujillo?

La investigación se acredita de las siguientes maneras por beneficio, primordialmente al nuevo Distrito de Alto Trujillo, dado a que es un punto de encuentro social y cultural, que busca destacar la convivencia y socialización de los habitantes; otorgando mejores espacios de confort y desarrollo individual de los pobladores. Así mismo, la creación de este tipo de proyectos contribuye a que Alto Trujillo cuente con un estudio para una futura planificación que promueve, fomenta y desarrolla las buenas prácticas como el deporte y la recreación.

El valor teórico, podrá servir de medio útil para conocer la situación actual de escenarios deportivos y recreativos, en donde niños y jóvenes acuden a diario. Además, ofrece una perspectiva distinta sobre este tipo de espacios.

La utilidad del diagnóstico tiene un proceso o metodología, la cual no está desarticulada, ya que tiene un método de carácter cualitativo no experimental, permitiendo mostrar los datos tal y como se recogen, siendo totalmente transparente al demostrar los problemas del distrito, seguidamente se realizan las propuestas pertinentes e implementar el diseño del proyecto, para futuras soluciones.

El objetivo general de la investigación es identificar las necesidades físico espaciales de recreación y deporte para el desarrollo socioeducativo de niños y adolescentes del Centro Poblado Alto Trujillo, 2018.

Para un mejor enfoque se plantearon los siguientes objetivos específicos:

- Precisar la importancia que ejerce el deporte y la recreación en niños y adolescentes del nuevo Distrito de Alto Trujillo.
- Establecer las actividades deportivas y recreativas que contribuya al desarrollo socioeducativo de niños y adolescentes en el nuevo Distrito de Alto Trujillo.
- Identificar los procesos que se requieren para realizar diferentes actividades deportivas y recreativas.
- Determinar las características arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el nuevo Distrito de Alto Trujillo.

II. MÉTODO

2.1. Diseño de Investigación

El diseño de esta investigación es NO EXPERIMENTAL TRANSVERSAL con un enfoque descriptivo, el cual describe Hernández, Fernández y Baptista (2001) que mediante este tipo de investigación se emplea la observación de fenómenos tal y conforme se den en el contexto, es decir, no se pueden manipular las variables, para luego ser analizadas.

2.2. Variables, Operacionalización:

Tabla 1:

Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
VARIABLE DEPENDIENTE	NECESIDADES FÍSICO ESPACIALES	Se refiere a la demanda de espacios a tener en cuenta para la propuesta, va a depender de las actividades a desarrollarse, en el aspecto físico se refiere a la envolvente que embellecerá el espacio físico, espacial y funcional	Es el conjunto de necesidades que requieren ser estudiadas para efectiva formación de niños y jóvenes.	REQUERIMIENTOS FISICOS	Área Aforo Volumetría
				REQUERIMIENTOS ESPACIALES	Organización Cantidad de ambientes Proporción Jerarquía
				REQUERIMIENTOS FUNCIONALES	Relación de flujo Relación de ambientes Usuarios
VARIABLE INDEPENDIENTE	DESARROLLO SOCIOEDUCATIVO EN RECREACIÓN Y DEPORTE	Son las actividades que ayudarán a practicar, aprender, mejorar, y también por optar nuevas opciones y demostrar habilidades recreacionales, deportivas y artísticas inherentes de las personas	Son los tipos de actividades que necesitan los niños y adolescentes del Centro Poblado Alto Trujillo para desarrollarse íntegramente	ACTIVIDADES DEPORTIVAS	Deportes individuales Deportes grupales Proceso de desarrollo Escenario que requiere
				ACTIVIDADES RECREATIVAS	Recreación activa Recreación pasiva Tipo de juego Usuarios

FUENTE: Propia

2.3. Población y muestra

2.3.1. Población

La población está determinada por niños, adolescentes y adultos del nuevo Distrito Alto Trujillo, con una población estimada de 80 000 habitantes.

2.3.2. Muestra y Muestreo

Mediante el estudio cuantitativo y cualitativo del proyecto, se realizaron entrevistas, fichas de observación y fichas de análisis.

Tamaño de la muestra

- Muestreo cuantitativo

Se usó la siguiente fórmula para obtener la muestra de una población infinita:

$$n = \frac{Z^2 \sigma^2}{E^2}$$

Población infinita o muy grande
YENGLE (2014)

n : tamaño de la muestra.

N : tamaño de la población

Z : valor crítico normal que depende del nivel de confianza.

σ^2 : varianza poblacional.

E : margen de error o nivel de precisión.

Muestra según la fórmula: 84 niños y jóvenes del nuevo Distrito Alto Trujillo.

- Escenario de Estudio

Nuevo Distrito Alto Trujillo, 2018

Los beneficiarios principalmente son niños, jóvenes y demás adultos y adultos mayores del nuevo Distrito Alto Trujillo.

Se encuentra ubicado en la Provincia de Trujillo, en el Departamento de La Libertad.

- Características del Sujeto

Se considera a niños y adolescentes de nivel socio económico bajo, expuestos a distintos peligros de la sociedad, con mucho talento, pero con la necesidad de contar con escenarios que brinde la adecuada comodidad que requieren y les permita mejorar calidad de vida y a su vez moldear un buen futuro para ellos.

- Niñez

Niños y niñas de los 6 a los 11 años.

- Adolescencia

- Adolescentes de 12 a los 17 años

DEPORTISTAS

Son los sujetos que aclaran el panorama sobre las actividades deportivas que realizan, relatando todo el proceso desde su inicio hasta su finalización. También es capaz de conocer sobre las deficiencias y fortalezas sobre espacios deportivos.

ESPECIALISTA

Es toda aquella persona que tiene alguna especialidad o conocedora del tema, como psicólogos(as). Son capaces de ayudar a resolver algunas dudas del autor.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Las técnicas aplicadas en esta investigación, son:

- Entrevista : Es la técnica de recolección de datos a través de información que nos proporcionen las personas. Por ejemplo: Los psicólogos, deportistas.

2.5. Método de análisis de datos

Los datos se analizaron en base a la estadística descriptiva simple. El cuestionario fue procesado utilizando el programa informático Excel, para precisar las medidas estadísticas presentadas en los gráficos.

2.6. Aspectos éticos

La investigación muestra información que ha sido comprobada por medio de teorías relacionadas al tema, antecedentes que dan validez al proyecto.

III. RESULTADOS

OBJETIVO N°01: Precisar la importancia que ejerce el deporte y la recreación en niños y adolescentes del nuevo Distrito Alto Trujillo.

Tabla 2
Cantidad de niños y adolescentes en el nuevo Distrito Alto Trujillo

CANTIDAD DE NIÑOS Y ADOLESCENTES		
NIÑOS	ADOLESCENTES	TOTAL
12 921	11 193	24 114

FUENTE: Municipalidad de El Porvenir

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 3; se aprecia que, según los datos proporcionados por la Municipalidad de El Porvenir, el número de niños varones y mujeres en el Centro Poblado de Alto Trujillo, es de 12 921; el número de adolescentes entre varones y mujeres es de 11 193, en su totalidad es de 24 114.

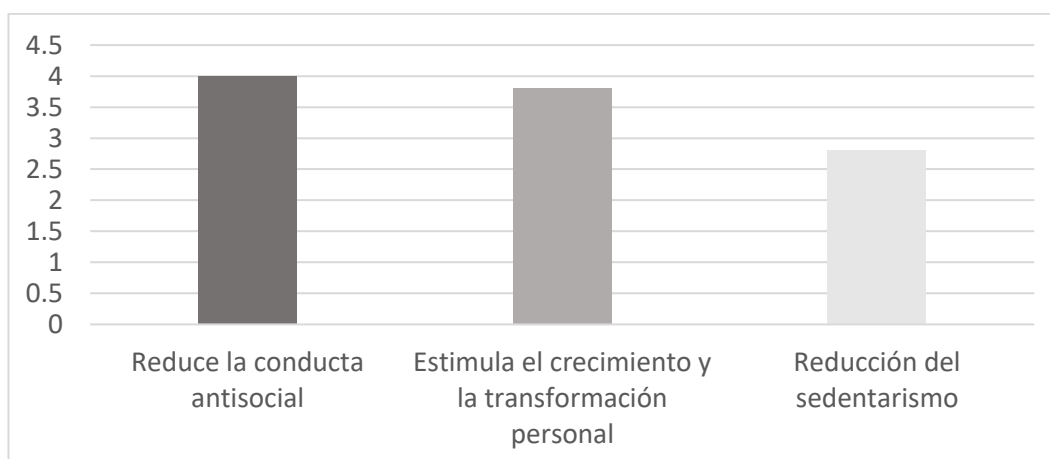


Figura N°01: Beneficios de la recreación asociada a la formación de buenas conductas y correctos hábitos de niños.

INTERPRETACIÓN:

Conforme a la tabla presentada, existe un mayor porcentaje indicando que la recreación ayuda a reducir la conducta antisocial, seguido por la estimulación en el crecimiento y transformación personal y en menor escala ayuda a reducir el sedentarismo.

Para reducir la conducta antisocial, la alternativa es brindar opciones a los adolescentes a través de actividades físico-deportivas-recreativas. Fomentar una actitud favorable hacia la recreación física, así como la adopción de normas de conducta y actitudes deseables.

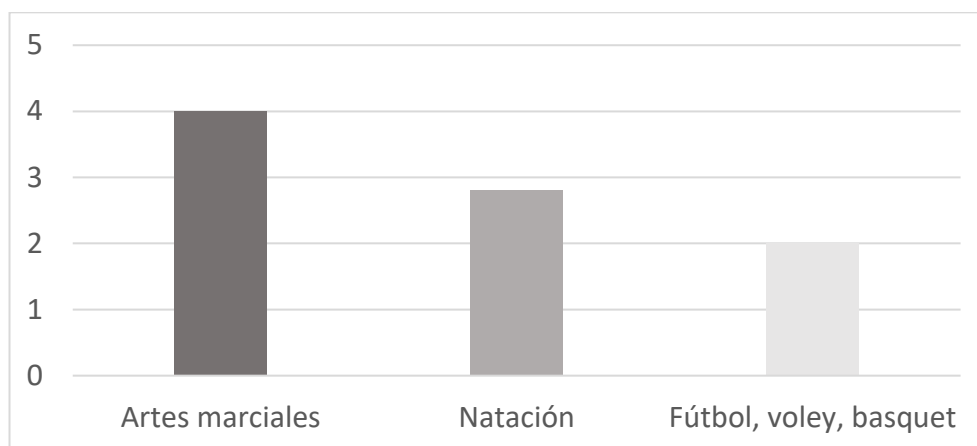


Figura N°02: Principales actividades deportivas que deben ser practicadas desde temprana edad para el manejo del control de emociones y mejora de la autoestima.

INTERPRETACIÓN:

Conforme a la tabla presentada, existe un mayor porcentaje indicando que artes marciales, que engloba a diversas disciplinas deportivas, ayudan al manejo del control de emociones y a la vez a la mejora de la autoestima; seguido por la natación, la cual trae beneficios ligados al aspecto emocional, y finalmente los deportes colectivos como fútbol, vóley y básquet.

En la práctica de artes marciales encontramos 3 tipos de beneficios como:

Beneficios físicos: Los cuales, mediante su realización ofrece fuerza muscular, ósea y de articulaciones. Mejoramiento la respiración, funcionamiento del corazón y sistema inmunológico.

Beneficios personales: Incrementa la confianza y autoestima, ayudan a relajarse, orienta a disciplinarse, respeto por los demás, eficiencia y eficacia, trabajo en equipo y liderazgo.

Beneficios sociales: al mejorar el individuo, mejora la sociedad.

OBJETIVO N°02: Establecer las actividades deportivas y recreativas que contribuya al desarrollo socioeducativo de niños y adolescentes en el Centro Poblado Alto Trujillo.

Tabla N°03
Actividades recreativas

ACTIVIDAD	CANTIDAD	PORCENTAJE
MÚSICA	4	17%
DANZA	5	22%
ARTES PLÁSTICAS	5	22%
JUEGOS DE MESA	5	22%
JUEGOS SIMBÓLICOS	4	17%
TOTAL	23	100%

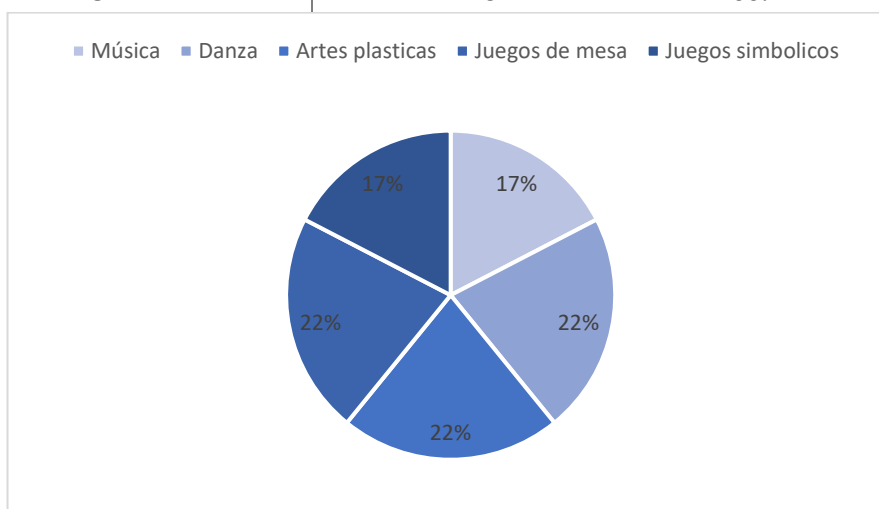


Figura N°03: Actividades recreativas en niños y adolescentes

INTERPRETACIÓN: En la tabla 4 y gráfico 3, se aprecia que las actividades preferidas por niños y adolescentes, que a la vez contribuyen a su desarrollo, son la danza, artes plásticas y juegos de mesa con 22% cada uno; seguido de música y juegos simbólicos son 17% cada uno.

Tabla N°04
 Actividades deportivas

ACTIVIDAD	CANTIDAD	PORCENTAJE
ARTES MARCIALES	11	48%
GIMNASIA	4	17%
BASQUET	5	22%
VOLEY	3	13%
TOTAL	23	100%

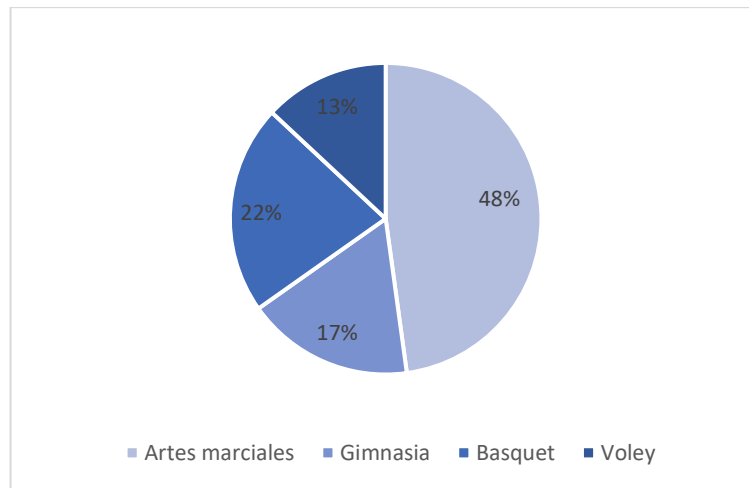


Figura N°04: Actividades deportivas en niños y adolescentes

INTERPRETACIÓN: El 48% de encuestados prefiere aprender artes marciales por los beneficios que se les explicó, al 22% le gustaría realizar básquet, el 17% opta por realizar gimnasia y el 13% prefiere realizar vóley

Tabla N°05

Actividades recreativas y deportivas según edad

ETAPAS DEL DESARROLLO HUMANO	ACTIVIDAD	PREFERENCIA SEGÚN SEXO	APORTE
NIÑOS (5-11 AÑOS)	JUEGOS SIMBOLICOS	HOMBRE-MUJER	Asumir roles de la vida diaria lo cual contribuye a afrontar ciertas reglas, les refuerza a entender y asimilar su entorno, ayudan a recrear situaciones que en un futuro puedan experimentar, les ayuda a ir forjando su personalidad, favorecen la socialización.
	DANZA	MUJERES	Controlar físico, fortalecimiento muscular, coordinación de movimientos y cooperación del trabajo en equipo.
	MÚSICA	HOMBRES Y MUJERES	Estimula la inteligencia emocional, desarrollo y sensibilidad auditiva y cognoscitiva desde temprana edad.
	ARTES PLÁSTICAS	MUJERES	Mejora su habilidad manual, motricidad fina, favorece su imaginación y su tendencia creadora, estimula la comunicación, expresividad de emociones y sentimientos.
	JUEGOS DE MESA	HOMBRES	Les enseña a respetar un orden, cumplir y respetar normas, tolerar la frustración y aceptar los fracasos, desarrollar el pensamiento lógico, mejorar la memoria, la concentración y fomenta el trabajo en equipo.
	NATACIÓN	HOMBRES Y MUJERES	Trabajo y ejercicio de músculos, coordinación motora, reflejado en el sistema circulatorio y respiratorio. Contribuyendo en el desarrollo de la independencia y la autoconfianza del niño.
	TAEKWONO	HOMBRES	Concentración mental, disciplina, fomento del respeto y autocontrol, autodisciplina, ofreciendo resistencia, incremento de energía, flexibilidad, reflejos y motricidad, que mejorarán su estado físico y favorecerán a su desarrollo.

INTERPRETACIÓN: En la tabla 5, se aprecia que las actividades deportivas y recreativas se dan según la edad y todas van dirigidas a diferentes aspectos y según sexo, entre varones y mujeres.

Tabla N°06

Actividades recreativas y deportivas según edad

ETAPAS DEL DESARROLLO HUMANO	ACTIVIDAD	PREFERENCIA SEGÚN SEXO	APORTE
ADOLESCENCIA (12-17 AÑOS)	ORATORIA	HOMBRE-MUJER	Ayuda a poder expresarse con total desenvolvimiento en público, confianza en sí mismos y mejora de la autoestima.
	JUEGOS DE MESA	HOMBRES	Enseña a respetar, cumplir y respetar los órdenes y normas, a aceptar derrotas y victorias, desarrollar la parte cognitiva y pensamiento lógico, ayuda y mejora la concentración y fomenta el trabajo en equipo
	ARTES PLÁSTICAS	HOMBRES Y MUJERES	Ayuda y refuerza la motricidad física y gruesa, incentiva a explorar su lado creativo en los cuales encontrarán distintas soluciones a cualquier problema. Favorece el aprendizaje mediante colores, formas y texturas, también ayuda a incrementar el nivel de concentración.
	DANZAS	MUJERES	Potencia el control y dominio de los movimientos corporales, ayuda a mantener el equilibrio y fortalece el desarrollo de habilidades motrices, ayudados por el ritmo, fluidez y dinámicas
	FUTBOL/VOLEY/BASQUET	HOMBRES Y MUJERES	Les enseña a respetar un orden, cumplir y respetar normas, tolerar la frustración y aceptar los fracasos, desarrollar el pensamiento lógico, mejorar la memoria, la concentración y fomenta el trabajo en equipo.

INTERPRETACIÓN: En la tabla 6, se aprecia que las actividades deportivas y recreativas se dan según la edad y todas van dirigidas a diferentes aspectos y según sexo, entre varones y mujeres.

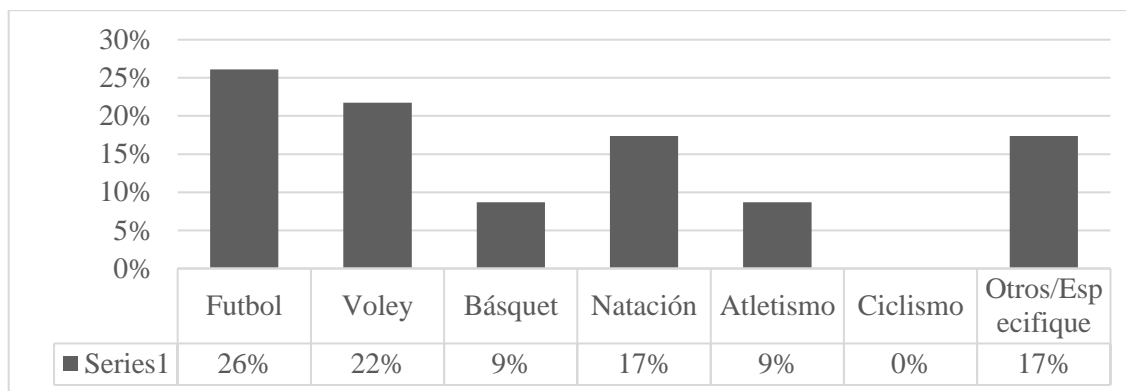


Figura N°05: Deportes que niños y adolescentes practican en el Centro Poblado Alto Trujillo

Descripción: La mayor población masculina, practica fútbol debido a que es el único deporte que se puede realizar en las losas deportivas existentes. Aun así, hay niños y adolescentes que dentro de la alternativa otros, realiza artes marciales.

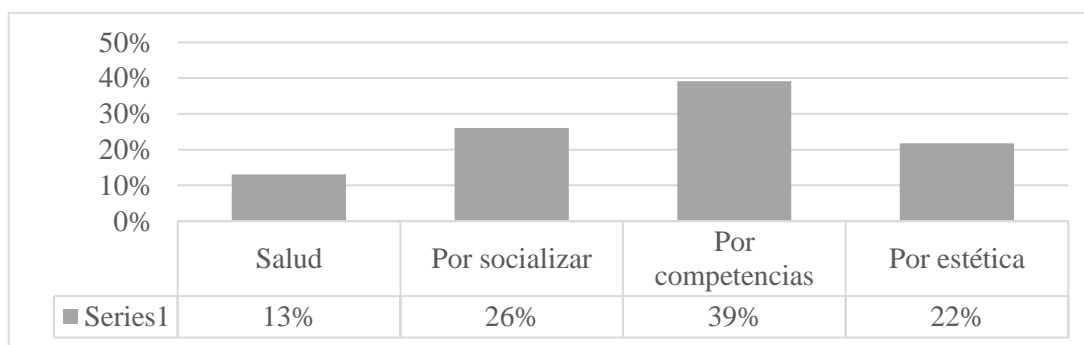


Figura N°6: Motivo de realizar deporte

INTERPRETACIÓN: La mayoría (39%) de encuestados indica que realiza deporte por competencias organizadas por el IPD o la Municipalidad de El Porvenir, el 26% socializa con personas de otros barrios, el 22% lo realiza por cuestiones estéticas y el 13% por salud.

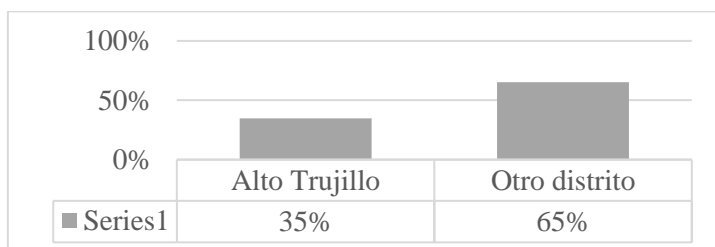


Figura N°07

Lugar al que acude a recrearse/realizar deporte

Interpretación: El 65% indicó que acude a los distritos de El Porvenir o Trujillo para poder realizar deporte y para recreación acuden a Florencia de Mora. El 35% realiza deporte y recreación en el mismo Centro Poblado, pero en arenas o parques carentes de mobiliario.

OBJETIVO N°03: Identificar el proceso que se requiere para la realización de actividades deportivas y recreativas en niños y adolescentes.

FICHA DE PROCESO DE APRENDIZAJE

ACTIVIDAD RECREATIVA: DANZA Y BALLET

DEFINICIÓN: La danza es entendida como un medio de expresión y comunicación, obteniendo beneficios físicos y psicológicos; además de, transmitir emociones y un medio acertado para desarrollar la autoestima y trabajo en equipo.

PROCESO DE APRENDIZAJE

1. El inicio de las clases se da mediante el calentamiento corporal para el ejercicio a realizarse.



Figura 1: Niñas realizando calentamiento previo a la actividad

Fuente: internet

2. Seguido, se realizan actividades en el piso y así desarrollar flexibilidad, adquirir control y fuerza sobre el cuerpo de los practicantes.



Figura 2: Niñas realizando estiramiento como parte del calentamiento

Fuente: internet



3. Luego, se hace uso de las barras laterales, ayudando a mejorar la postura, la fuerza y movilidad; donde los alumnos empiezan a familiarizarse con los pasos básicos del ballet.



Figura 3: Niñas y adolescentes haciendo uso de las barras de madera

Fuente: internet

4. Con una mejor capacidad motriz, se realizan ejercicios en el centro del aula ; estos se combinan con pequeñas dinámicas, saltos y coreografías.



Figura 4: Niñas y niños practicando

Fuente: internet

5. Mediante estiramientos y despedida, se da por culminado la actividad.



Figura 5: Final de la presentación

Fuente: internet

FICHA DE PROCESO DE APRENDIZAJE

ACTIVIDAD RECREATIVA: MÚSICA

PROCESO DE APRENDIZAJE

1. El conocimiento sobre el instrumento a emplear, sus características y funciones.



Figura 6: Conocimiento sobre los instrumentos musicales
Fuente: internet

2. Conocer las notas musicales y sus sonidos.



Figura 7: Enseñanza sobre notas musicales
Fuente: internet

3. Ejercicios manuales para adaptación al instrumento musical.



Figura 10: Ejercicios previos
Fuente: internet

4. Instrucción individual y guía sobre la postura correcta.



Figura 8: Enseñanza
Fuente: internet

5. Lectura de partituras, mediante la práctica del instrumento musical



Figura 9: Lectura de partituras
Fuente: internet

6. Puesta en escena de todo lo aprendido



Figura 11: Interpretación de melodías
Fuente: internet

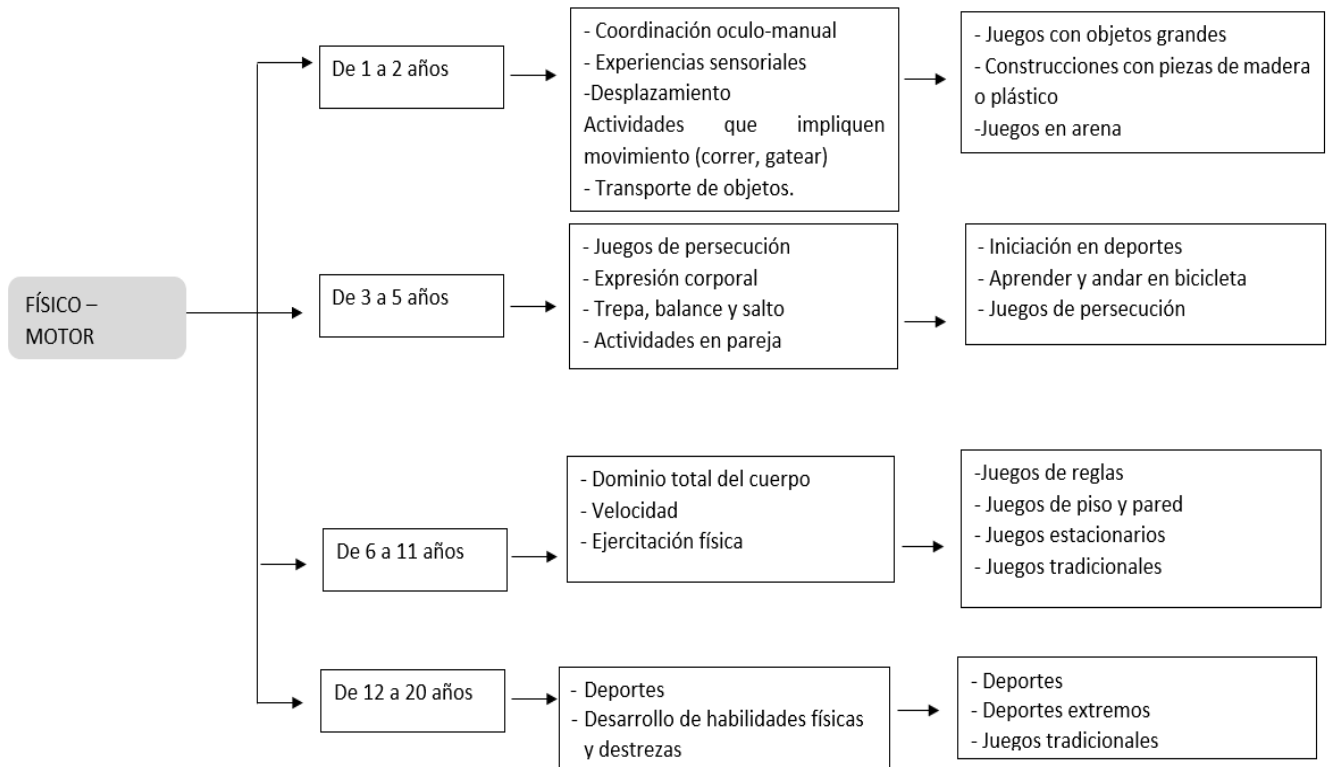


Figura N°08: Proceso general para la recreación física

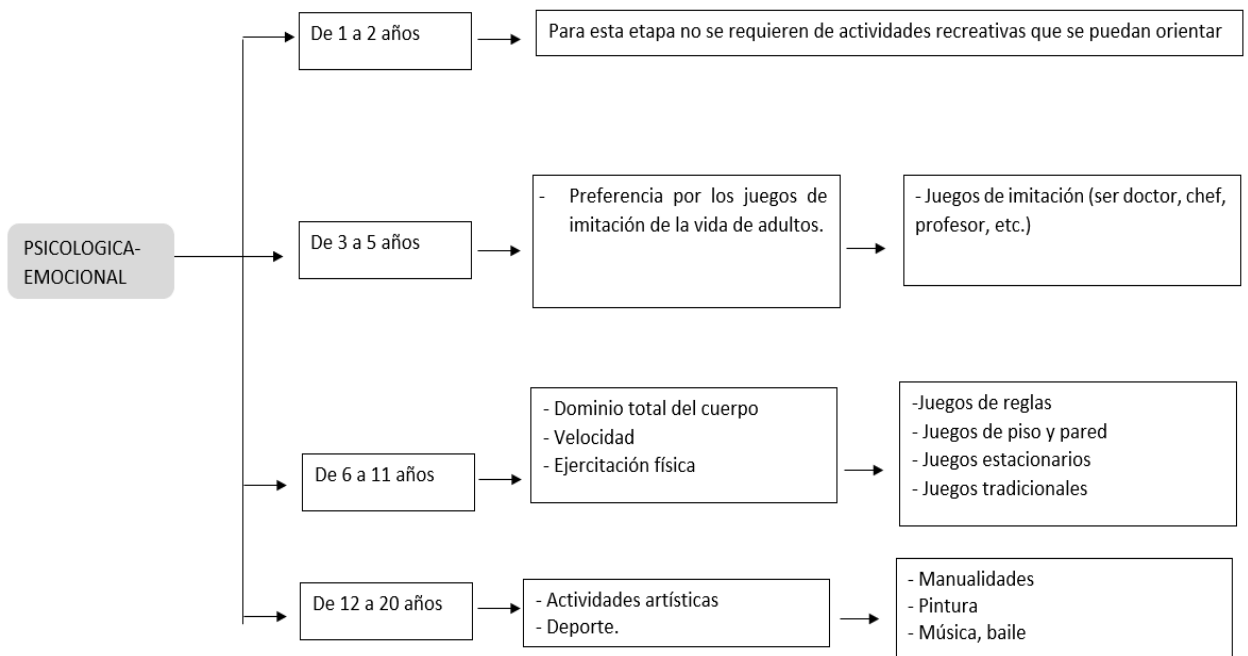


Figura N°09: Proceso general para la recreación psicológica-emocional

Figura N°10: Proceso general para la recreación cognitiva

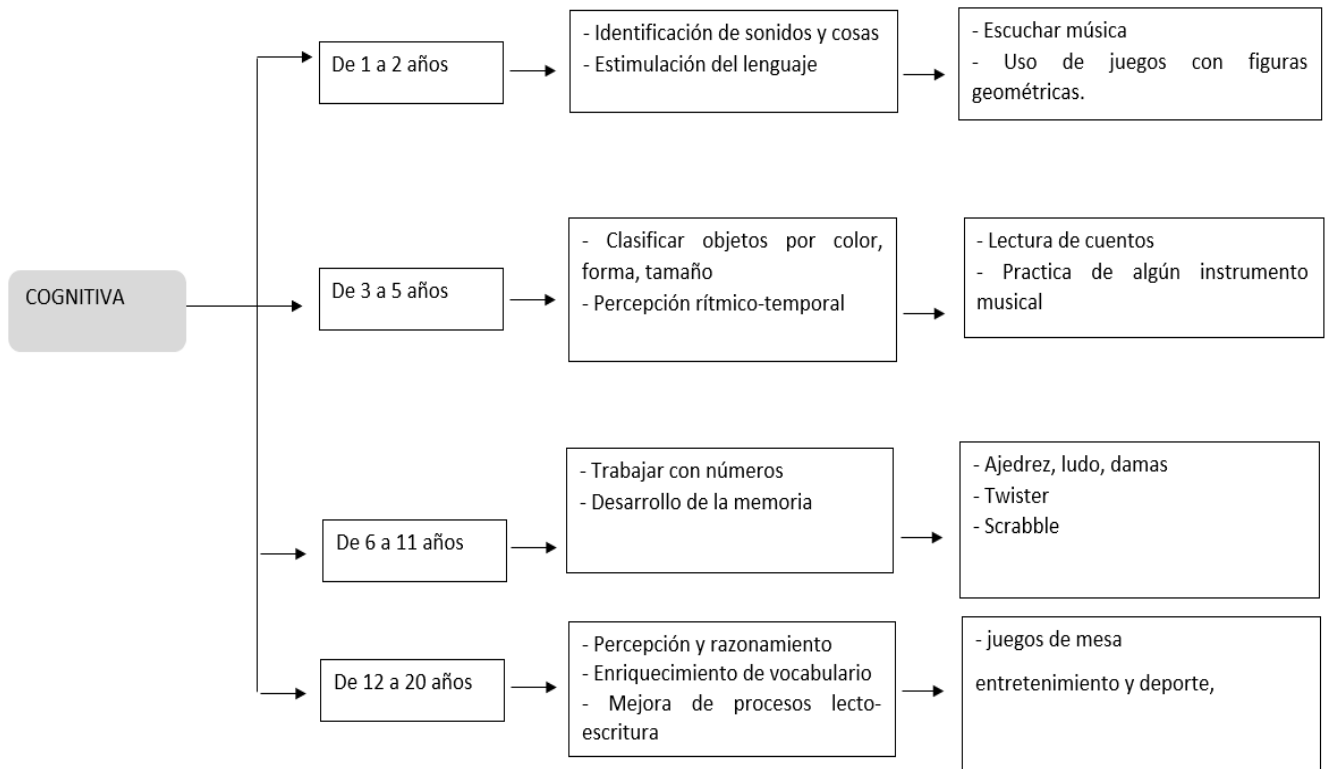
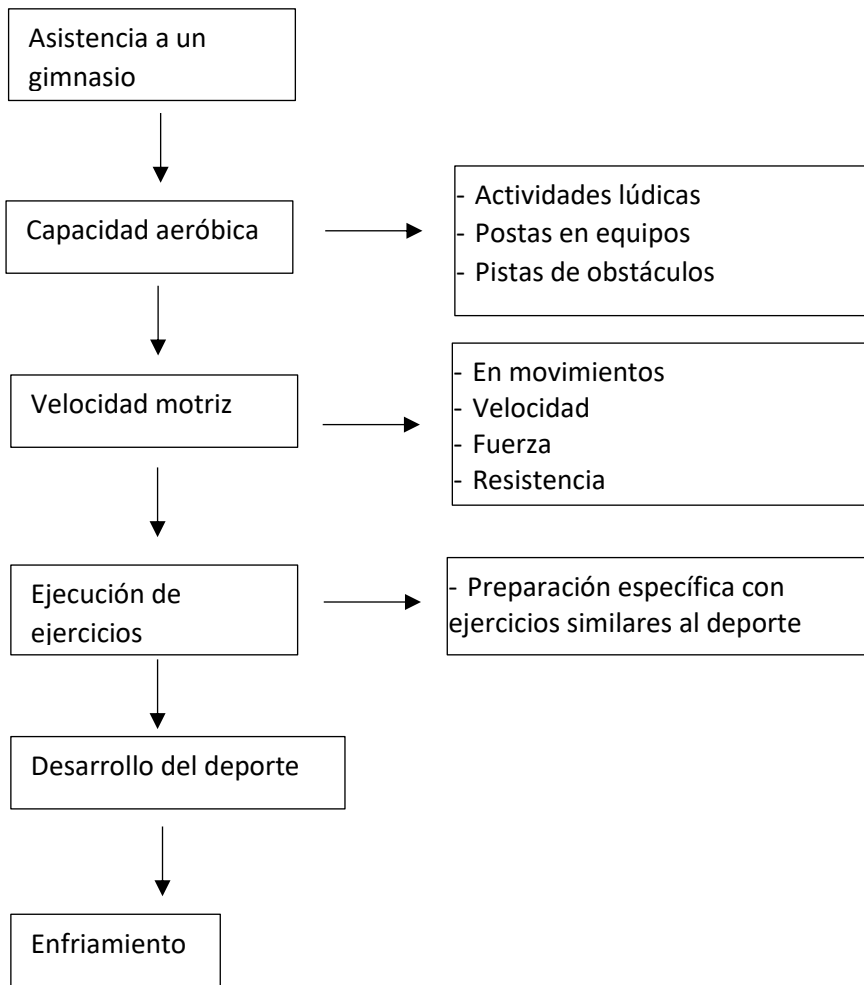
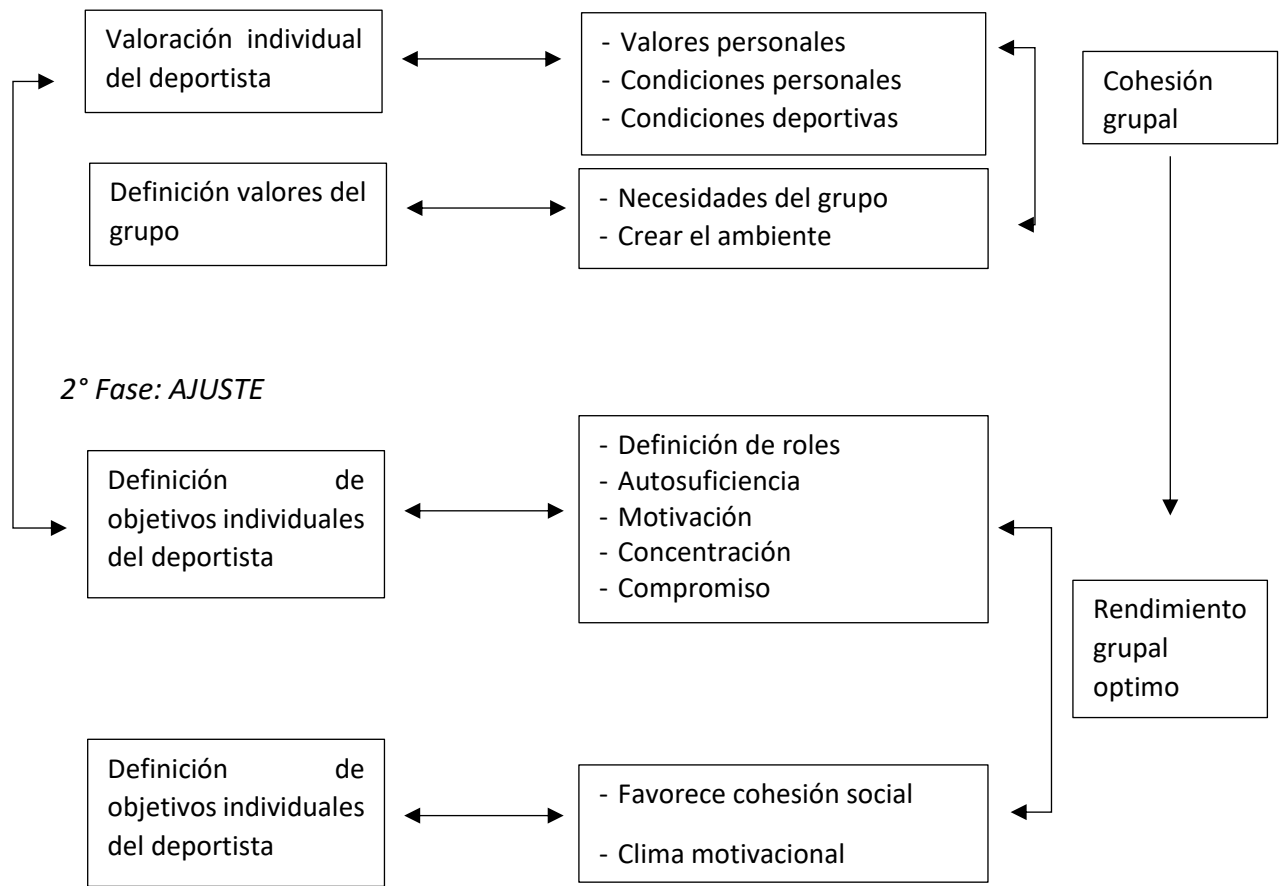


Figura N°11: Proceso general para deportes colectivos



FUENTE: Saia, 2012

Figura N°12: Proceso general para deportes individuales
 1° Fase: VALORATIVA



FUENTE: Gonzales (2009)

OBJETIVO N°04: Determinar las condiciones arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el Centro Poblado Alto Trujillo

ACTIVIDADES RECREATIVAS

DANZA

El espacio para danzas consta de una sala de ensayo con grandes dimensiones para la correcta movilidad de los danzantes, para un eficiente ensayo se requiere de un máximo de 20 alumnos. Las dimensiones mínimas deben ser de 8×5 m. El espacio debe ser diáfano, sin limitar la visión del instructor.

- El piso

El piso debe ser de parque entablonado, debido a la amortiguación que ofrece, cuya misión es evitar la humedad y reducir el ruido, también por la calidez que aporta durante los ejercicios.

Los elastómeros sobre los que se coloca el parque entablonado, tienen flexibilidad y retornan a su posición original una vez que se deja de hacer presión sobre ellos. Dependiendo del material, pueden comprimirse de un 5% a un 700%. Debido a que sus componentes lo convierten en flexible, también acarreará problemas; entonces para que el suelo absorba el impacto correctamente por todo el recinto, dependerá de la cantidad y colocación de los elastómeros por metro cuadrado. Esta es la única garantía para amortiguar el impacto en la recepción de los saltos, evitándose las lesiones.



Imagen1: Piso para danza

Fuente: internet

- Los espejos

Los espejos se utilizan para observarse a sí mismos durante el baile, así darse cuenta de los errores y perfeccionar los pasos

La dimensión y ubicación en el espacio de danza es un factor determinante para el correcto aprendizaje, se deberá ocupar el lado más largo de la sala con 2 metros de altura.

De preferencia que evite distorsión y así proporcionará al danzante la percepción correcta de su trabajo y sobre todo de sus movimientos corporales. Debido a su gran dimensión y que, considerando el trabajo con niños, lo ideal es colocar espejos sobre un panel de madera de su misma dimensión, que previamente vaya adherido a la pared, lo cual evita el peligro que conlleva que se puedan venir encima por no estar bien sujetos.



Imagen 2: Espejos y parque entablonado
Fuente: internet

- Las barras

Estas barras son indispensables en todo taller de danza, ya que sirve para que los alumnos puedan realizar el calentamiento previo a las clases. Estas barras se deben de tener en dos tipos de alturas, la primera, para las personas adultas (1.50 m.) y la segunda para los niños (90 cm.) que participa en los talleres de la escuela, las barras se colocan aproximadamente a $\frac{3}{4}$ del cuerpo, es decir a la altura de la cintura, es recomendable que sea de madera porque es más suave y al momento de subir la pierna no te lastima los tendones del tobillo, puede ser de pino u hormigón, pero también puede hay de metal, si es de metal la puedes hacer fija o también móvil, pero si es de madera te recomiendo que sea fija y con soportes de metal.



Imagen 3. Barras de madera

Fuente: internet

- Vestuarios

Debe ser tanto para hombres como para mujeres, acondicionados con baños y duchas.



Imagen 4: Vestuarios

Fuente: internet

- Almacén

Se debe contar con un cuarto de utilería para proteger y guardar la escenografía y vestimentas empleadas en los espectáculos. También para guardar materiales didácticos con el que se va a trabajar en las clases.

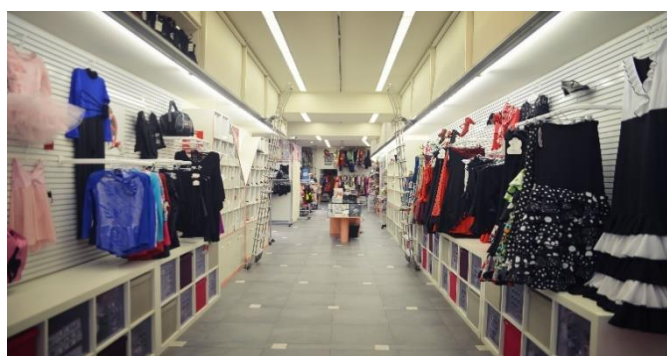


Imagen 5: Almacén

Fuente: internet

1. TIPOLOGÍA

FICHA TÉCNICA



Fuente: flickr.com/labandancecenter



Fuente: Google Earth

ASPECTOS FORMALES

CENTRO DE DANZA LABAN - LONDRES

DATOS GENERALES

Sureste de Londres



Ubicación: Deptford, Londres

Arquitectos: Herzog & Meuron

Área construida: 8203 m²

Año: 2007

FORMA PURA (CONTINENTE)

PLANTA - FORMA Y TRAZOS REGULADORES



Cada espacio tiene una **FORMA DIFERENTE** entre sí por lo tanto son **IRREGULARES**.



<http://designinaction.gatech.edu/?p=78771>

FORMA REGULAR similar a un rectángulo con un **gesto curvo** en la fachada principal.

La planta es **ASIMÉTRICA**

ESPACIO - PROPORCIONES Y ESCALA



Fuente: flickr.com



http://www.artsanddesignnews.co.uk/2008_06/06-dancing-make-you-happy

HALL PÚBLICO con gran altura para dar jerarquía al espacio valiéndose de elementos que proporcionen **ESCALA HUMANA**.

Las salas de ensayo tienen gran altura con una relación de más del doble de la altura de una persona.

Cada sala de ensayo tiene **diferente ALTURA Y TAMAÑO**

Los espacios están **ARTICULADOS VISUALMENTE** mediante mamparas de vidrio, lo que permite relacionarse con los diversos espacios interiores.

ESPACIALIDAD – RELACIÓN POR NIVELES



Monografía: Arquitectura Viva p. 132



Fuente: flickr.com/labandancecenter

CIRCULACIONES - HALL



HACIA SALAS DE ENSAYO

JERARQUÍA EN LOS ESPACIOS con mayor altura como en las salas de ensayo y el auditorio.

El juego de niveles en un mismo espacio genera **DINAMISMO** y un recorrido interesante.

Utilización de **DOBLE ALTURA** que acompañan a circulaciones causan sensación de **ESPACIALIDAD**.



Fuente: flickr.com/labandancecenter

CIRCULACIONES - HALL

2. TIPOLOGÍA

FORMA PURA (CONTINENTE)

PLÁSTICA - Proporción y Ritmo



Monografías: Arquitectura Viva p. 132

GEOMETRÍA HORIZONTAL / LONGITUDINAL



Monografías: Arquitectura Viva p. 132

La disposición de los vanos en la fachada es **IRREGULAR** por lo que **NO HAY RITMO DEFINIDO**

El edificio responde a una forma longitudinal que busca romper con la simetría a través de la composición de los vanos que no guardan un orden en cuanto a la disposición de los mismos.

FORMA PURA (CONTINENTE)

PLÁSTICA - Forma



2.png?w=635

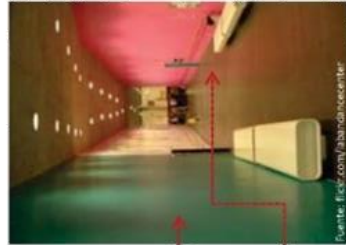
La fachada principal es **CURVA** como gesto volumétrico que le permite dar **MOVIMIENTO** a la composición.

FORMA EN VISTA FRONTAL

ASPECTOS FORMALES

PLÁSTICA - Color

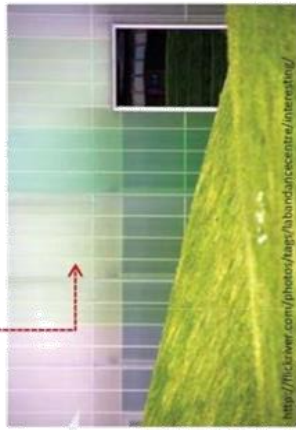
COLORES VIVOS para dotar de **DINAMISMO** y vitalidad al espacio. Cada sala tiene diferente color.



Punter: flickr.com/abandolcenter

Los colores determinan un **RITMO y ORIENTACIÓN** tanto en el interior como en el exterior del edificio. En el interior, el color le da una **IDENTIDAD** a cada sector del centro.

Los colores fueron uno de los aspectos más importantes en el diseño integral.

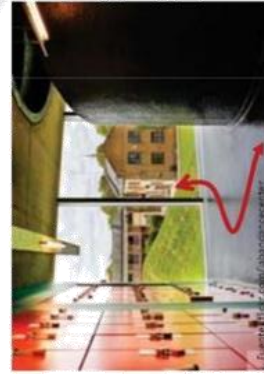


http://flickr.com/photos/happ/abandolcenter/interior/

RELACIÓN CON ENTORNO



http://flickr.com/photos/happ/abandolcenter/



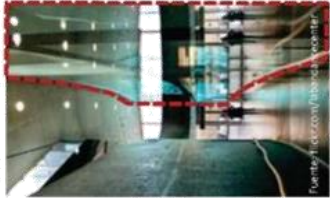
Punter: flickr.com/abandolcenter

Las circulaciones rematan en **VISTAS EXTERIORES** con grandes ventanales que enriquecen la experiencia espacial.

CENTRO DE DANZA LABAN - LONDRES

PLÁSTICA - Superficie

El uso del vidrio en las superficies ayuda a dar **TRANSPARENCIA** para una sensación de **AMPLITUD ESPACIAL**.



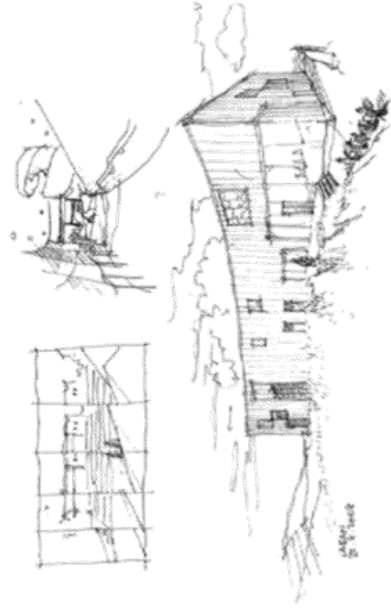
Punter: flickr.com/abandolcenter

UNIFORMIDAD EN LA SUPERFICIE y el material permite que se refleje el color del cielo en diferentes situaciones del día.

La aplicación de una **TEXTURA RUGOSA** y con un color oscuro permite resaltar a este elemento de forma **CONTINUA** a modo **ESCULTÓRICO**.

http://www.flickr.com/photos/istatba/8403243037

CONCEPTO

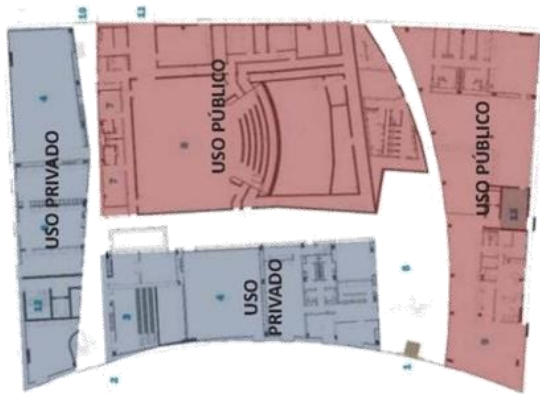


http://www.flickr.com/photos/49662184@N04/5519739724

GENERAR **MOVIMIENTO** A TRAVÉS DE LA **CURVATURA** Y **MIMETIZARSE** CON EL ENTORNO. EN EL INTERIOR SE PENSÓ CONCEBIR COMO UN "PUEBLO" A TRAVÉS DE LOS RECORRIDOS.

3. TIPOLOGÍA

PAQUETES



<http://designextension.gatech.edu/?p=78771>

PRIMER NIVEL

El edificio tiene un EQUILIBRIO ENTRE LOS USOS PRIVADO Y PÚBLICO, por lo que hace que el edificio tenga gran actividad interior.



<http://designextension.gatech.edu/?p=78771>

CONSTITUIDO POR DOS NIVELES: Planta a nivel, mezzanine y segundo nivel.

ACTIVIDAD

CANTIDAD: 10 salas. Conocidas para la práctica de danza contemporánea principalmente.

El teatro en conjunto con todas las funciones que sirven a esta actividad conforma un NÚCLEO que formalmente es como una caja hermética. Aquí se realizan las presentaciones de los bailarines.

El área de biblioteca y café/bar que tiene carácter público - goza de vistas al exterior especialmente en el área del bar. Tiene visual al interior a su vez.

ASPECTOS FUNCIONALES



SALAS DE ENSAYO



TEATRO



BIBLIOTECA

MOBILIARIO



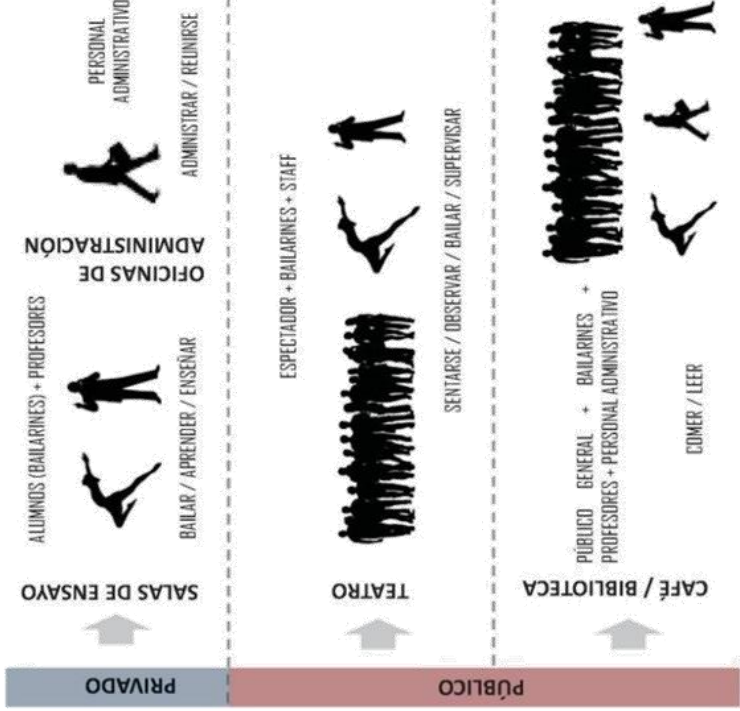
Se ubica también mobiliario de descanso en remates de circulación para poder observar el panorama exterior.



El rol que cumple el mobiliario aquí es de acompañar a las circulaciones como lugares de descanso en el recorrido. Se ubica AL LÍNEA de la circulación, haciendo que la circulación principal se divida en dos.

CENTRO DE DANZA LABAN - LONDRES

USUARIOS Y NECESIDADES



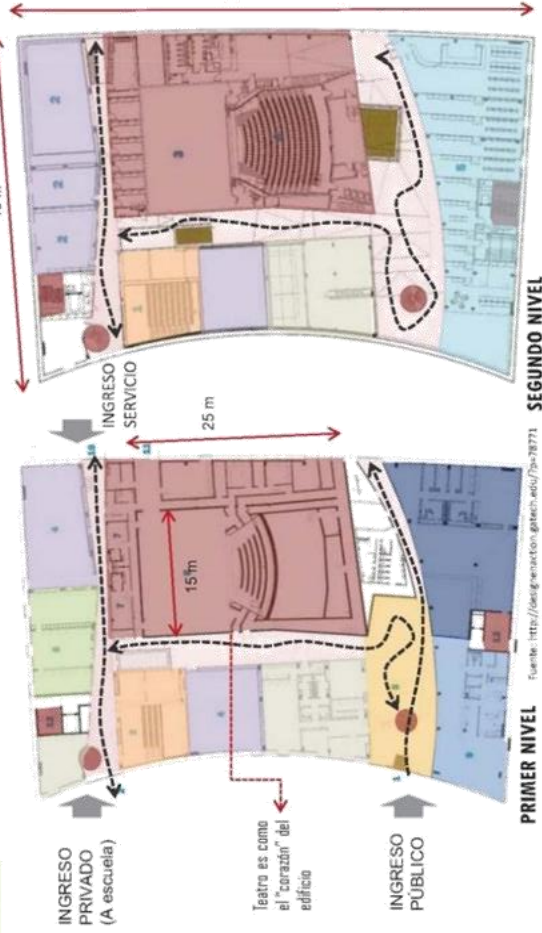
4. TIPOLOGÍA

ASPECTOS FUNCIONALES

CENTRO DE DANZA LABAN - LONDRES

FUNCIONES INTERNAS

ZONIFICACIÓN Y CIRCULACIONES

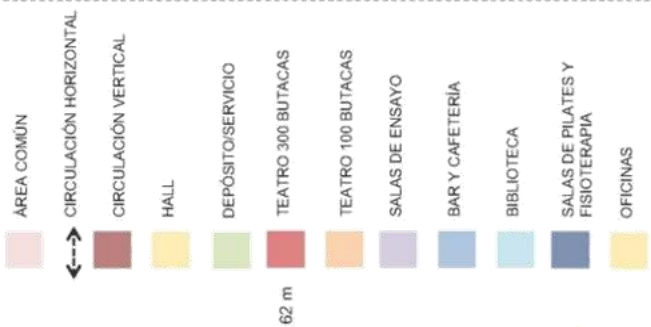


PRIMER NIVEL

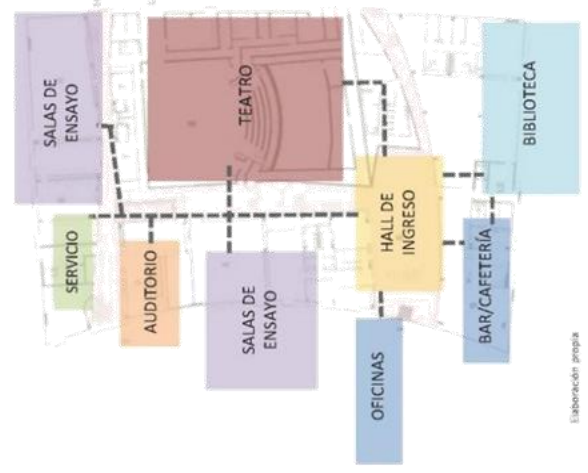
SEGUNDO NIVEL

Organizado por **TRES GRANDES "AVENIDAS"** principales de recorrido que tiene **CLAROS INGRESOS DIFERENCIADOS**.

Los espacios más importantes son el teatro y las salas de ensayo que ocupan mayor porcentaje del área total del edificio y generan **ESPACIOS DE ENCUENTRO A SU ALREDEDOR** dentro de las circulaciones.



ORGANIGRAMA

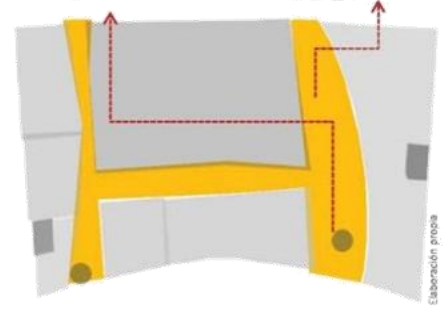


FLUJOGRAMA



- Flujo netamente público:
 - Hall
 - biblioteca
 - sala
 - sala de pilates
 - salas de fisioterapia
 - teatro
- Flujo privado:
 - Oficinas
 - Salas de ensayo
 - Depósitos
 - Backstage de teatro
 - Sala de conferencia
- Público general

CIRCULACIONES

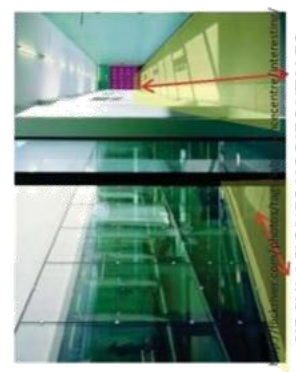


Elaboración propia
Paseo **CIRCULACIONES FLUIDAS** que interconectan a todos los espacios

CIRCULACIONES VERTICALES



NUCLEOS DE ESCALERA SIRIEN A CADA PADIETE pero espacialmente del espacio como el Hall principal, tiene **CARÁCTER ESCULTÓRICO** y relevante.



Las circulaciones que pertenecen a las especies tienen una **SERIE DE RAMPAS** a modo de "calles".

CIRCULACIONES HORIZONTALES

5. TIPOLOGÍA

ASPECTOS TECNOLÓGICOS

CENTRO DE DANZA LABAN - LONDRES

ASPECTO ESTRUCTURAL

SISTEMA ESTRUCTURAL

Tiene una ESTRUCTURA MIXTA de columnas y muros portantes de CONCRETO ARMADO.



Fuente: <http://www.laban.com/labandancecenter>



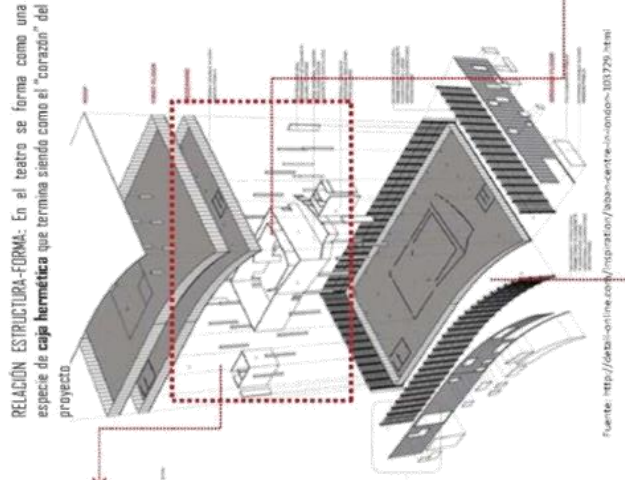
Fuente: <http://www.laban.com/labandancecenter>

MODULACIÓN

El edificio tiene una ESTRUCTURACIÓN MODULAR IRREGULAR ya que cada espacio tiene un tamaño distinto. Sin embargo si guarda una composición armónica en cada sector alterando la distancia entre cada eje por lo tanto existe un orden a pesar que exista aquella irregularidad.



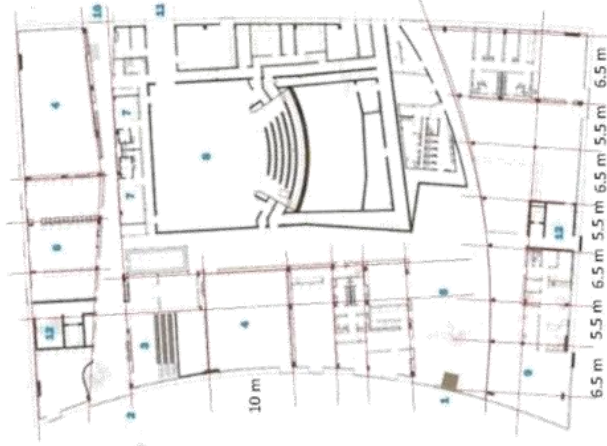
Fuente: <http://imgur.com/buwrn>



RELACION ESTRUCTURA-FORMA: En el teatro se forma como una especie de caja hermética que termina siendo como el "corazón" del proyecto

Fuente: <http://dgsi-online.com/inspirator/laban-centre-shington-1013729-4.html>

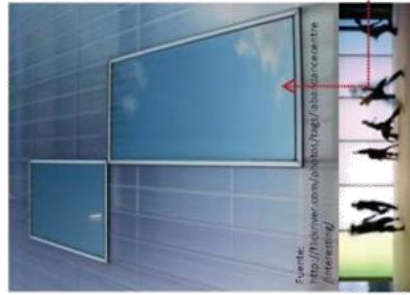
La "caja" del teatro está compuesta por placas y una estructura metálica que le permite una luz adecuada para su funcionamiento interno libre de columnas.



Fuente: <http://dgsi-online.com/inspirator/laban-centre-shington-1013729-4.html>

ASPECTO CONSTRUCTIVO

SISTEMA CONSTRUCTIVO – MATERIALES Y FORMA



Fuente: <http://labanarquitectura.com/labandancecenter>

En ciertas zonas la superficie de policarbonato se interrumpe con ventanas de vidrio tipo espejo para una relación directa con el exterior.

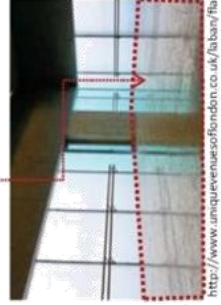
Policarbonato permite que se reflejen las siluetas de las bailarinas en su interior.

ACABADOS



Fuente: http://imgur.com/8009756497454_walke

En general la elección de acabados en las zonas hace que haya un REFLEJO DE LA LUZ en ellas y que haya mayor luminosidad en los ambientes.



Fuente: <http://www.uniquenevenuesoflondon.co.uk/labandancecenter>

ASPECTO AMBIENTAL

USO FÍSICO



Fuente: <http://dgsi-online.com/inspirator/laban-centre-shington-1013729-4.html>

VISTA TECHO



Consta de un LCO TECHO de 400 m² de 2% de inclinación, y tuvo como finalidad ser AMIGABLE CON EL MEDIO AMBIENTE y recuperar la biodiversidad del lugar. Se utilizaron maderas de la demolição de 1970.



Fuente: <http://www.greenroofs.com/projects/pswee.php?id=549>

IV. DISCUSIÓN

Respecto al objetivo planteado que corresponde a **precisar la importancia que ejerce el deporte y la recreación en niños y adolescentes**, los datos obtenidos de distintos especialistas nos afirman que la recreación y el deporte asociada a la formación de buenas conductas y correctos hábitos, en el caso de adolescentes, en gran porcentaje ayuda a reducir la conducta antisocial en la que involucran agresiones, abusos, infracciones o delitos (juzgados y sancionados). Aguirre y Loaiza (2014) afirman que “(...) Frente a las vicisitudes de cada localidad, son los espacios destinados a recreación los que resultan ser una alternativa de solución, dado a que influye en el mejoramiento de las condiciones de vida de muchos ciudadanos y, especialmente de aquellos que están en ese periodo transformacional de la etapa adolescente. La UNICEF (2004) precisa que el deporte ayuda a reducir el índice delincencial ya que, promueve el sentido de la amistad y solidaridad, enseñando dominio de sí mismos y respeto por sus semejantes, fortalece su autoestima y autoconfianza, propicia roles de liderazgo y desenvolvimiento de habilidades para futuros afrontamientos capacidades trabajo en colectivo. Es importante resaltar que, el deporte, la recreación y el juego enseñan a los niños a realizarse frente a diversos obstáculos y dificultades, los prepara para convertirse en personas útiles y, responsables y capaces a favor de su comunidad.

En el caso de niños, tanto la recreación como el deporte ayuda a estimular su crecimiento y también forma parte de una transformación personal. Según la UNICEF (2004) precisan que, a través el deporte, la recreación y el juego, los niños y adolescentes empiezan a discernir lo bueno de lo malo, los orienta a pensar y a emplear su criterio para la solución de problemas, involucrando 3 áreas:

RECREACIÓN EN NIÑOS		
TIPO DE ÁREA	BENEFICIOS QUE BRINDA	ACTIVIDAD RECREATIVA
FISICO-MOTORA	<ul style="list-style-type: none">- Coordinación del cuerpo.- Mejora la seguridad en sus habilidades y destrezas- Mejo agilidad y flexibilidad- Previene y repara su salud	<ul style="list-style-type: none">- Manejar bicicleta- Realización de deportes- Juegos de persecución- Dibujo, cerámica- Aprender a tocar instrumentos musicales- Expresión corporal

COGNITIVA	<ul style="list-style-type: none"> - Integración mente-cuerpo-espíritu, incrementando la participación. - Mejora los procesos de memoria, atención, concentración. - Incrementa habilidades sensoriales. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lectura - Escuchar música - Juegos estratégicos basados en reglas. - Visitas a lugares culturales (teatro, museos, cine, etc.)
PSICOLOGICA-EMOCIONAL	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento de relaciones sociales - Obligaciones y responsabilidades. - Desarrollan vínculos con los más cercanos. - Aumento de su nivel de independencia - Desarrollan el autoconcepto y autoestima 	Dependerá de la manera y contexto en el cual se realizan

Tabla N°07

Recreación en niños

Las principales actividades deportivas que ayudan en el manejo del control de emociones y mejora de la autoestima, y que es necesario que se practiquen desde temprana edad son las artes marciales (judo, taekwondo y karate) debido a que brinda 3 beneficios: físicos, personas y sociales.

- Beneficios físicos: Los cuales, mediante su realización ofrece fuerza muscular, ósea y de articulaciones. Mejoramiento la respiración, funcionamiento del corazón y sistema inmunológico.
- Beneficios personales: Incrementa la confianza y autoestima, ayudan a relajarse, orienta a disciplinarse, respeto por los demás, eficiencia y eficacia, trabajo en equipo y liderazgo.
- Beneficios sociales: al mejorar el individuo, mejora la sociedad.

Según Hackney (2004), afirma que, cualidades como valor frente a la adversidad, diversas habilidades, autocontrol, coraje, permitirán al practicante de artes marciales a interactuar armoniosamente con otros estudiantes. Una persona auto controlada y humilde tiene una mayor capacidad para convertirse en un buen ciudadano, un buen vecino y un buen amigo.

En el siguiente objetivo **establecer las actividades deportivas y recreativas que contribuya al desarrollo socioeducativo de niños y adolescentes en el Centro Poblado Alto Trujillo**. Es necesario que estas actividades sean clasificadas por rango de edad para poder así determinar las adecuadas y que favorezcan tanto a niños como adolescentes. En el caso de actividades deportivas, se clasifican de la siguiente manera:

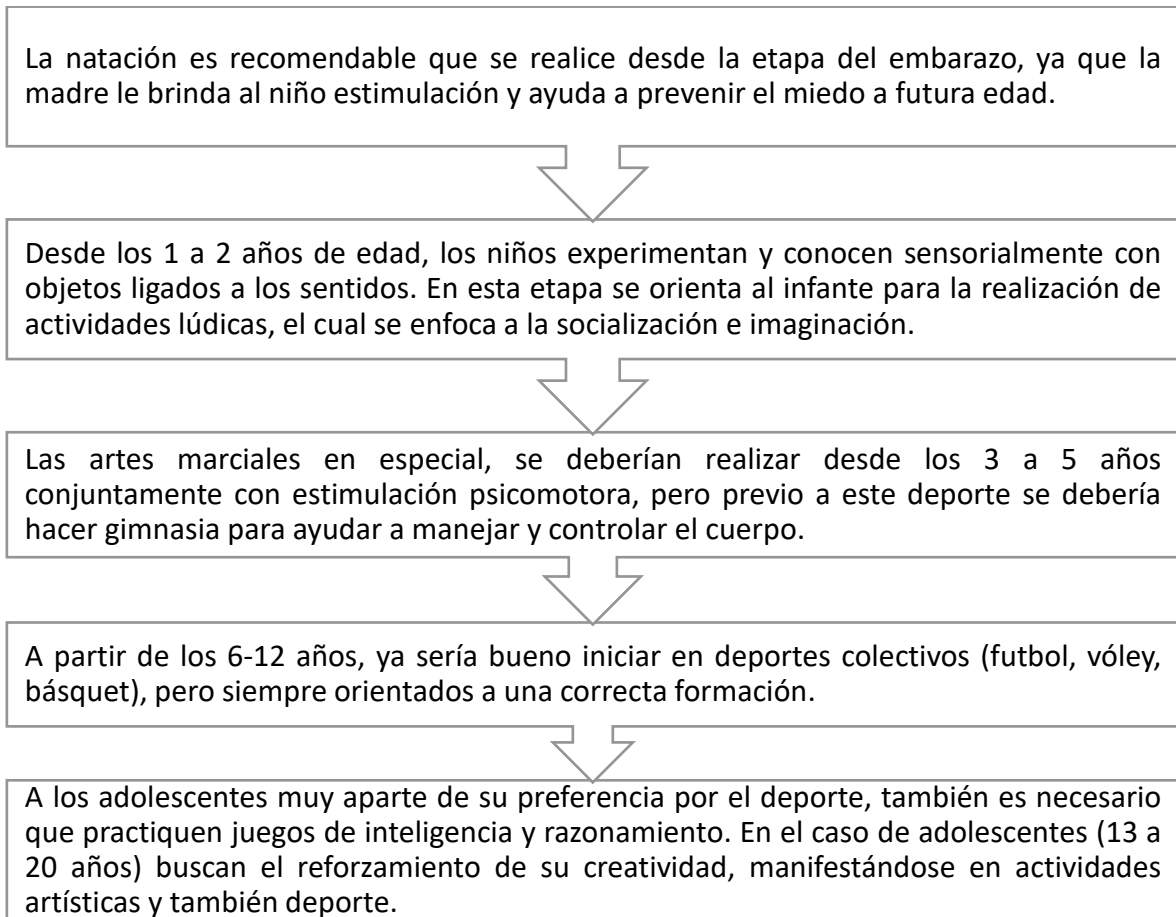


Figura N°13:
Actividades físicas que contribuyen al desarrollo socioeducativo

Bandura (1986) afirma que los jóvenes aprenden habilidades, adquieren actitudes y normas, de igual manera, por medio de este tipo de interacciones con su entorno social, se modelan y son reforzados por las acciones de sus semejantes. Se modelan y son reforzados por las acciones de los otros significativos a través de las interacciones con su medio social circundante.

En el caso de actividades recreativas, sucede de igual manera para sectorizar según edades

De 1 a 2 años	 <p>CILINDROS</p>	Los niños experimentan sensorialmente con las cosas a través de los sentidos. Estos son estimulados y uno de los resultados es el desarrollo de lenguaje. Elementos como cilindros vacíos o troncos de madera pulidos, pueden ser una manera económica, y sencilla para la estimulación.
De 1 a 2 años		Actividades lúdicas enfocadas en socialización e imaginación. El niño /a que juega con arena, a través de su manipulación conoce y descubre el material y sus propiedades físicas.
De 3 a 5 años		Preferencia por los juegos de imitación. Compartir el juego de muñecas, jugar a ser bombero o doctora, etc
De 3 a 5 años		Casitas: Son juegos que activan en el niño sobre todo la socialización y la imaginación. Actividades de socialización, imaginación, trepa y deslizamiento
De 6 a 12 años		Preferencia por los juegos de reglas, los mismos que tienen muchas ventajas estimulantes para los niños. Estimular la ejercitación física y los procesos cognoscitivos, rapidez; y en general el desarrollo mental y de la personalidad. Juegos de piso y pared, los más conocidos: tres en raya, el avión, Twister. Juegos para enseñar las reglas de tránsito, el golf, los juegos de puntería, canastas, etc.
De 6 a 12 años		Juegos estacionarios de piso
De 13 a 20 años		Predilección por deportes , juegos de mesa, distintas facetas del juego y el deporte, como el entretenimiento, el desarrollo físico, el estímulo mental y la competencia, para cuyo efecto se deberá incluir canchas de fútbol, básquet y voleibol, pista atlética y piscinas y áreas para juegos de mesa como: el ajedrez, ludo, etc.
De 13 a 20 años		Los juegos de mesa que ayuden a desarrollar y mejorar la memoria, aumentar la creatividad, incrementar la capacidad lectora y aumentar la concentración.

Para este mismo objetivo, es necesario conocer resultados en base a preferencias de la población y a la vez ligadas a la correcta formación de niños y adolescentes del nuevo Distrito Alto Trujillo, en el cual se aprecia que el mayor porcentaje (26%) de la población

masculina adolescente practica futbol, y el 22% de la población femenina practica vóley, ellos explican que estos son los únicos deportes que pueden realizar en las losas deportivas existentes, dado a que si quieren practicar otro deporte deben acudir a otro distrito; y en la alternativa “otros” que corresponde al 17% de población encuestada, explican que realizan artes marciales (karate y taekwondo) y son niños entre 7 - 12 años. El 17%, los cuales son niños comprendidos entre 6-10 años, practican natación en temporada de verano, y los que practican básquet, en menor porcentaje, corresponde a un 9%. Así mismo, lo que más incentiva a la población a que realicen deporte es debido a competencias que son llevadas a cabo en el mismo Centro Poblado, siendo el 39% de los jóvenes encuestados quienes optan por esta opción, el 26% prefiere hacerlo debido a que socializan con otros niños y jóvenes de distintos barrios del mismo Centro Poblado, un 22% realiza distintos deportes por estética, es decir para mantenerse en forma, el 13% realiza actividades deportivas por salud, es decir que involucra actividades que favorezca y ayude a una mejora progresiva de lo que adolece.

Por otro lado, a cada niño/adolescente encuestado se le hizo un breve comentario acerca de los deportes que ayudan en su crecimiento físico, mental y espiritual, es por eso que un 48% le gustaría aprender artes marciales, el 22% le gustaría aprender básquet, un 17% de niños les gustaría aprender gimnasia ya que tienen poco conocimiento sobre el desarrollo de este deporte, el 13% entre hombres y mujeres les gustaría aprender vóley. Es necesario mencionar que ante la falta de espacios para que niños, jóvenes y adultos puedan desarrollar actividades deportivas o recreativas, el 65% opta por acudir a otros distritos, y un 35% las realiza en losas deportivas e incluso arenales.

Para poder saber sobre la preferencia de actividades recreativas, el 35% prefiere realizar actividades lúdicas (juegos de mesa, actividades que involucren saltar, correr, trepa, juegos estacionarios de piso), el 30% de encuestados prefieren actividades artísticas como: escenificaciones al aire libre, realización del dibujo y pintura, y que a la vez está relacionada al 13% que prefiere actividades al aire libre, el 22% prefieren actividades musicales a cargo de los mismo niños o adolescentes (mediante enseñanza y presentaciones). Como lo menciona Gregorio (2008) la importancia que ofrecen las actividades recreativas, radica en los valores que proporciona, y al ser una actividad por medio de la cual se proyecta la vida interior, es importante no truncar este valor, sino de aumentar estas vivencias que ayuden al niño a convertirse en un adulto capaz.

El objetivo N°3 nos exige **identificar los procesos que se requieren para realizar diferentes actividades deportivas y recreativas.**

Las actividades recreativas y deportivas son las más importantes para este estudio, por lo cual se desarrolló un proceso para ambos y poder identificar los escenarios necesarios que deberá contar. En el caso de actividades recreativas, son 3 áreas en las que influyen:

- ✓ Físico-motora: Se debe desarrollar la motricidad, mediante: Coordinación del cuerpo, desplazarse caminando y corriendo. Actividades como: gatear, arrastrarse, subir, bajar, trepar, deslizarse, balancearse. Es importante que se estimule el movimiento en vertical y a diferentes alturas. Para ello se deberá incluir juegos tales como: red para trepar, paredes para escalar, columpios, toboganes, etc.

Garaigordobil (1990) precisa que esta interrelación entre el juego y el desarrollo físico-motor incita que los niños(as) que participan en conquistando el mundo exterior y se consigue mediante:

- Nuevas sensaciones.
 - Mejora en la coordinación de movimientos corporales.
 - Estructuración de la representación mental
 - Exploración de nuevas posibilidades sensoriales y motoras.
-
- ✓ Psicológica-emocional: Erikson (1963) menciona que el esfuerzo está dirigido hacia la productividad. El niño alcanzará progresivamente mayor percepción acerca del mundo al que pertenece. Durante este periodo aprenderá a ganar reconocimiento en lo que hace, cómo se hace, comparaciones y sentimientos de competencia.
 - ✓ Cognitiva: Piaget (1984) afirma que los niños entre los 7-12 años empiezan a realizar operaciones intelectuales: clasificar objetos en categorías (color, forma, etc.), ordenar series de acuerdo a una dimensión particular (longitud, peso, etc.), trabajar con números, comprender tiempo y espacio, distinguir entre realidad y ficción. También se perfecciona la memoria, aumentando su capacidad y enriqueciendo su vocabulario.

Y finalmente el objetivo N° 4 nos permite **determinar las características arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el Centro Poblado Alto Trujillo.**

Para esto es necesario conocer las condiciones que tiene los casos análogos, primordialmente que ayudan a los equipamientos deportivos/recreativos, las zonas diferenciadas sean para niños, adolescentes y adultos, así como las zonas deportivas y recreativas. Así mismo, contar con mobiliario de descanso o contemplación, además de contar con especies vegetativas como jardineras altas y bajas con altura promedio de 1.2 o 60 cm de altura. Cada escenario permitirá desarrollarse física, psicológica y emocionalmente dado a las actividades como correr, saltar, caminar, resolución de problemas en cada juego, descubrir alternativas de solución y también compartir con amigos o familia. Respecto al mobiliario de cada zona, se plantean laberintos, pistas de educación vial, muros de dibujo, escalada con altura máxima de 4 metros, dirigido a adolescentes en adelante, espacios para picnic con plataformas y en contacto con la naturaleza. En el caso análogo “Superkilen” se diferencia el piso mediante colores, lo que se tomará en cuenta para el proyecto de investigación, esto ayudará a que los usuarios puedan interactuar desde el ingreso, haciéndolo más llamativo.

Las canchas multifuncionales, tendrán medidas para 6 jugadores de 25 x 42 metros, donde se podrá realizar deportes como fútbol y vóley, para básquet, se tendrá tableros de 1.80 x 1.05 metros y se colocará a una altura de 2.90 a ras del piso.

V. CONCLUSIONES

En el primer objetivo **precisar la importancia que ejerce el deporte y la recreación en niños y adolescentes**, los resultados muestran que, en la realización de deporte y/o la recreación se obtienen beneficios, que en el caso de niños ayudará a estimular su crecimiento y a la vez influye positivamente en su evolución personal; en adolescentes ayudará a reducir conductas antisociales, así mismo también influye en la reducción del sedentarismo. Por otro lado, estas actividades involucran tres aspectos del desarrollo humano: Físico – motor, cognitivo y psicológico – emocional. Para fortalecer al individuo, es necesario que estas actividades sean recomendadas según edades y catalogadas como las más óptimas para cada rango.

En el objetivo **definir al tipo de usuario conociendo sus necesidades deportivas y recreativas según edades**. Para este estudio, se consideran tres etapas del desarrollo humano: De 3-5 años, de 6-12 años y de 13-20 años; de los cuales, dentro del Distrito: el 33.2% representa a menores de 12 años y el 35% a adolescentes de 12 a 20 años. Así mismo, las diferencias de las características entre etapas del desarrollo humano se dan en tres aspectos: Físico – motor, psicológico – emocional y cognitivo.

En el aspecto físico – motor, durante la niñez temprana (de 3 a 5 años) la mejora de coordinación motora y ejercicios de fuerza. Durante el rango de 6 a 12 años, aumenta la fuerza y las capacidades motoras y finalmente en el rango de 13 a 20 años, velocidad, ejercitación física y dominio total del cuerpo.

En el aspecto cognitivo, durante la niñez temprana (3 a 5 años), se busca fortalecer los sentidos y estimulación del lenguaje. Durante el rango de edad de 6 a 12 años, existe una percepción rítmico – temporal e incremento de las habilidades de memoria, pensamiento abstracto y razonamiento científico y finalmente en el rango de 13 a 20 años, el pensamiento y juicio moral adquieren mayor complejidad y mejora de procesos lecto – escritura.

En el aspecto psicológico – emocional, durante la niñez temprana (3 a 5 años) se incita a jugar con personajes imaginarios, imitación de vida de adultos e iniciación de juegos simbólicos. Durante el rango de 6 a 12 años, existe un dominio total del cuerpo e importancia central de ellos mismos y finalmente en el rango de 13 a 20 años, se comienza la integración en colectivos.

En el tercer objetivo **identificar los procesos que se requieren para realizar diferentes actividades deportivas y recreativas**. Para la realización de actividades deportivas, se define de la siguiente manera:

A través de distintas entrevistas, se concluye que todas las actividades recreativas al aire libre sigan una secuencia lógica, para así hacer menos tedioso el proceso del desarrollo. Pero algunas actividades tienen proceso específico, como lo son:

Picnic: el proceso se da con el ingreso hacia la zona delimitada, seguido de la búsqueda de un sitio a gusto del usuario y finalmente la estancia y salida del lugar.

Para actividades creativas y artísticas desarrolladas en ambientes techados, primero se debe dar a conocer acerca la actividad a realizarse, seguido de limpieza de los materiales a emplearse, realización de la actividad, pasar por servicios higiénicos para aseo y salida del lugar.

Para actividades deportivas: Clase teórica para conocimiento del deporte a realizar, se realizan ejercicios de calentamiento, desarrollo del deporte y enfriamiento de músculos para evitar atrofiamientos.

En el objetivo N° 04 nos permite **determinar las condiciones arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el Centro Poblado Alto Trujillo**.

Para determinar las condiciones arquitectónicas que requieren las actividades recreativas y deportivas, se concluye que integrar las zonas de recreación y deporte no deberá alterar sus funciones, circulaciones y actividades.

En el caso de escalada, será máximo de 4 metros por el tipo de usuario y contendrá túneles para mejor creatividad e imaginación.

Espacio para picnic, contará con plataformas de 4 x 4 metros, habiendo un total de 12 plataformas con spots led y de césped.

Para la realización de danza, contara con un anfiteatro y plataforma elevada de 80 cm.

Los tableros de ajedrez serán de 2 x 2 metros, con bancas de 60 cm de ancho y altura de 90 cm.

Canchas multifuncionales de 25 x 42 metros, los tableros de básquet medirán 1.80 x 1.05 metros, colocados a 2.90 metros de altura, así mismo, los servicios higiénicos, contarán con 2 L, 2 U, 2 I,

VI. RECOMENDACIONES

Sobre la base de los resultados del estudio, se presentan las siguientes recomendaciones relacionadas a la importancia que ejerce el deporte y recreación en niños y adolescentes:

Primero, los beneficios que se logran mediante la realización de deporte y recreación involucran aspectos físico-motor, cognitivo y psicológico- emocional, lo cual se recomienda que las actividades a realizar sean propicias en fomentar buenas conductas y correctos hábitos de los involucrados, de igual manera reforzar la formación de cada uno, promover la amistad, respeto y solidaridad con sus semejantes; no menos importante, fortalecer el autoestima y autoconfianza, ayudando a propiciar roles de liderazgo y desenvolvimiento de habilidades para futuros afrontamientos y capacidades en colectivo. Por otro lado, las actividades recomendadas (mencionadas posteriormente), en el caso de adolescentes, ayuda a reducir la conducta antisocial, ya que los escenarios recreativos y las actividades que se lleven a cabo, queda demostrado que se convierten en una salida de escape frente a situaciones de vulnerabilidad y tentaciones de actos delictivos, dado a que se encuentran en una etapa de total transformación y definición de su persona; esto a la vez influye en el mejoramiento de las condiciones de vida de muchos ciudadanos.

Segundo, se debe otorgar a los escenarios recreativos o públicos el mobiliario y espacios que se requieran, ya que con ello se logra mayor duración de estancia y la afluencia de público iría en aumento de acuerdo al aforo de cada escenario. Se recalca este punto, dado que muchas veces, es la falta de espacios lo que genera actitudes negativas al no tener lugares de sano esparcimiento o lugares de escape.

Se recomienda según la conclusión del segundo **objetivo definir al tipo de usuario conociendo sus necesidades deportivas y recreativas según edades** tomar en cuenta que el grupo con más demanda del distrito son niños y adolescente de 3 a 20 años, los cuales el 33.2% representa a menores de 12 años y el 35% a adolescentes de 12 a 20 años. Las actividades deben estar relacionadas con las características según las etapas del desarrollo humano, como se recomienda a continuación:

En el rango de 3 a 5 años, se toma como base para el desarrollo humano, el niño empieza a aprender física, cognitiva y psicosocial, para ello se recomienda fortalecer con actividades que impliquen agarrar, cortar, pintar, apretar. Para fortalecer con actividades que impliquen

flexibilidad, saltos, correr, que ayuden a la memoria y lenguaje y también a trabajar en equipo. Así mismo, las piscinas, areneros y muros sensoriales ayudan a desarrollar los sentidos y sus capacidades motoras, actividades lúdicas enfocadas en socialización e imaginación (lectura, marionetas, juegos de pintura)

Para el rango de 6 a 12 años, se complementan con actividades que ayuden a la flexibilidad, fuerza, destreza mental y trabajo en equipo, como actividades de escala, incitando a la actividad física y mental, juegos de piso (ajedrez de piso, twister, avión, tres en raya) y los juegos tradicionales (saltar soga, escondidas, juegos con pelotas y varas)

Finalmente, para el rango de 13 a 20 años se recomienda, complementar con actividades que ayuden a fortalecer la flexibilidad, fuerza, destreza mental y también deportes en equipo, como las actividades de salto, danza y escaladas, manteniendo el físico e incrementar conocimientos.

Para las actividades deportivas, durante la niñez temprana (3 a 5 años) se recomienda fortalecer capacidades motrices, conjuntamente con natación e iniciación en artes marciales, para el rango de 6 a 12 años, se recomienda iniciar en deportes colectivos (fútbol, vóley básquet), gimnasia y artes marciales ya que con mayor conocimiento y mayor soporte, estos deportes suelen ser los recomendados por la practicidad en su realización y finalmente para el rango de 13 a 20 años, las actividades deportivas ya son generales dado a que inicialmente se realizó la formación en cada etapa para llegar a la culminación y continuación de cada deporte.

Para un efectivo desarrollo, se recomienda que las actividades deben generar aprendizaje en cada actividad, estimulando los conocimientos previos del usuario.

Se recomienda según la conclusión del tercer **objetivo identificar los procesos que se requieren para realizar diferentes actividades deportivas y recreativas**, simplificar con creatividad las actividades para que durante su realización no sea confuso.

Relacionar todas las actividades recreativas al aire libre con una lógica secuencia o agrupar los de características similares. Para el proceso de actividades como uso de rocódromos, red de túnel, columpios, toboganes, pequeñas cabañas, sube y baja, se recomienda que el proceso sea pausado, encontrando así diferentes espacios en el cual pueda elegir el usuario, seccionado por grupos etarios y por dificultad.

Para la actividad de picnic, se recomienda que en el proceso se pueda conectar con todas las plataformas o módulos para una mejor interacción social.

Anfiteatro para danzas y otros: para el espectador, se cuenta con un ingreso y salida, tribuna de la pista de baile, servicios higiénicos. Para los bailarines, cuentan con un ingreso y salida, vestuarios, pista de baile, regresan a los servicios higiénicos, se asean y finalmente se retiran.

Ajedrez gigante: Cuenta con ingreso, tablero y salida

Aulas de danza: Vestuarios, sala de ensayo y puesta en escena

Aulas de música: Clase teórica para conocer el instrumento y notas musicales, se procede a la práctica de las notas musicales junto con el instrumento y se practican melodías combinando acordes musicales básicos

Juegos de mesa: Breve informativo de la actividad, reglas de juego, técnicas preliminares y práctica del juego

Gimnasia: Hall, que me lleva a aulas de teoría, luego a vestidores y seguido a la sala de prácticas, adicional tenemos la sala de enfermería y nutrición.

Se recomienda que, los deportes deben seguir el proceso que inicie con ejercicios de calentamiento (involucrando actividades lúdicas o asistencia a un gimnasio, postas en equipo y ejercicios en pistas con elementos de obstáculos) durante 20 minutos, seguido del desarrollo del deporte durante 40 minutos a 1 hora, dependiendo si es recreativo o competitivo y enfriamiento de músculos para evitar atrofiamientos (flexiones y estiramientos) durante 10 a 15 minutos.

Se recomienda según la conclusión del cuarto objetivo que para **determinar las arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el Centro Poblado Alto Trujillo**

Todo lo indicado implica contar con un espacio con las siguientes características físicas de acuerdo a las actividades a realizarse dentro de ellas, como:

Para el taller de danza, implica tener los siguientes espacios y características:

- La sala de ensayo deberá ser un ambiente de forma rectangular simétricas y la altura deberá ser mayor a 2.50 m
- Se recomienda techos altos o dobles alturas para las salas de ensayo.

- La iluminación natural deber llegar a todo el espacio, por ende, se recomienda ventanas de piso a techo.
- El ambiente deberá contar con un almacén adicional.
- Para el desarrollo de la actividad se colocará mobiliario como: barras movibles o empotradas, espejos, colchonetas, parlantes empotrados en pared, aros.
- El piso de la sala deberá ser vinílico amortiguante, para evitar accidentes durante el proceso.
- Los espejos, dimensión y ubicación, debe ocupar el lado más largo de la sala y contar con 2m de altura para evitar la distorsión y proporcionar una imagen y percepción correcta. En el caso de niños, lo ideal es colocar los espejos sobre un panel de madera de su misma dimensión.
- La altura de las barras respecto al suelo es a de 1.50m para adultos y 0.90 m para los pequeños; las barras se colocan a $\frac{3}{4}$ del cuerpo, es decir a la altura de la cintura.

Para el taller de música, se deberá contar con los siguientes espacios:

- La sala deberá ser de forma rectangular, pero usando paneles acústicos para amortiguar el ruido.
- Las ventanas de preferencia deberán ser altas, lo cual permitirán estar acondicionadas de manera acústica para concentrar el sonido dentro del ambiente.

Para determinar las condiciones arquitectónicas que requieren las actividades recreativas, se recomienda, zonificar los ambientes de acuerdo a edades: niños 1 a 3 años, niños de 4 a 7 años, niños de 8 a 12 años y adolescentes de 13 a 20 años. También se recomienda, procurar que cualquier área infantil se encuentre alejada de las zonas de tráfico vehicular intenso.

La superficie para las zonas recreativas deberá ser lo suficientemente blanda para amortiguar el impacto de caídas, se consideran seguras las superficies de caucho o materiales que sometidos a pruebas de seguridad. Se recomienda ubicar la zona de juegos, cerca de las zonas de adultos para un constante control. Los mobiliarios requieren un espacio mínimo para su uso, este comprende, lógicamente, el volumen ocupado por el equipo, y además una serie de espacios que deben mantenerse libres de obstáculos para que el juego pueda desarrollarse con eficacia y seguridad.

En el caso de talleres recreativos

Para la zona deportiva, se recomienda implementar con 2 canchas multifuncionales con un área de 2000 m²aproximadamente, de igual manera se necesitará 2 canchas infantiles con un área de 2000 m²aprox., 1 piscina con área de 500 m²aprox, un gimnasio con área de 200 m² aprox, además de servicios higiénicos y vestidores.

- Los espacios de entrenamiento deben ser amplios y cómodos. Se recomienda salas cerradas con ventanas a +3.00, lo cual permite una total privacidad a la hora de entrenamientos y mejor concentración. Las salas deberán contar con sistema mecánico para el control térmico e iluminación natural a través de muros y nivel de techo.

- Para la práctica de artes marciales, el área de combate debe ser de 12x12 m y contener una línea de 1 m. de ancho usando un color diferente. El espacio debe ser libre de adornos y revestimientos

REFERENCIAS

- Aguilar & Concha (2018). “*Centro de encuentro y desarrollo juvenil como espacio para la prevención del delito. cono norte-Arequipa*” (Tesis de pregrado, Universidad Nacional De San Agustín, 2018) (pp. 23-41). Arequipa.
- Bandura, A. (1986). “*Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*”. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bellido, G. (2013). “*La recreación infantil en la planificación urbana caso: Pampas de San Juan, distrito de San Juan de Miraflores, departamento de Lima-Perú*” (Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Ingeniería) (pp. 7-205). Lima.
- BJ, & MJ (2002). “*JUEGOS MULTICULTURALES: 225 Juegos tradicionales para un mundo global*”. (Primera edición ed.). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Castillo, I., & Balaguer, I., & Duda, J., & García Merita, M. (2004). “*Factores psicosociales asociados con la participación deportiva en la adolescencia*”. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36 (3), 505-515.
- Castillo. (2016). “*Estudio de la necesidad de equipos para la recreación de la zona Quitumbe, Distrito Metropolitano de Quito, y diseño técnico arquitectónico - urbano de un polideportivo*”. (Tesis de pregrado, Universidad Central Del Ecuador, 2016) (pp. 15-36). ECUADOR: Quito: UCE. doi: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/10296>
- “*Depresión: ¿Pueden los deportes y el ejercicio ayudar?*” (2017, 12 de enero). Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0072460/>
- GJ, y GE (2009). “*PLAN DE ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO EN EL DEPORTE DE LA PETANCA: EN BÚSQUEDA DEL RENDIMIENTO GRUPAL ÓPTIMO*” [Proyecto académico]. En *Revista De Psicología Del Deporte*. Consultado el 18 de enero de 2019, de <https://www.rpd-online.com/article/view/6/6>
- GARAIGORDOBIL. M. (1990). *Juego y desarrollo infantil: La actividad lúdica como recurso psicopedagógico. Una propuesta de reflexión y de acción*. Madrid. Seco-Olea. 390 págs. ISBN: 84-86362-29-6.

- Gregorio, A. G. (2008). *“La recreación en la niñez: conceptualización, características y aportes desde la recreación al desarrollo de los niños”*.
- Güereca, M. *“El sedentarismo y sus consecuencias”*. Obtenido de <https://www.elsiglodurango.com.mx/noticia/467212.el-sedentarismo-y-sus-consecuencias.html>
- Guerrero, G (2007). *“La Recreación Comunitaria Alternativa para el Desarrollo Social”*. XXVI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. Asociación Latinoamericana de Sociología, Guadalajara.
- Guillen & Castro. (2007). REVISTA DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE, 6(2), 3-22. doi: <https://www.rpd-online.com/article/view/461/451>
- HC (2009). *“La filosofía aristotélica de las artes marciales”*. Diario de Asia Martia, 18(4), 8-17. <http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/>
- OMS (2013) *“Inactividad física: Un problema de salud pública mundial”*. Retrieved from http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es
- R. (2017). *“Efecto de la recreación física y de la recreación artística en la resiliencia de estudiantes de sexto grado de la escuela La Capri”* (Tesis de doctorado). Universidad Nacional De Costa Rica. Obtenido el 21 de septiembre de 2018 desde <http://www.repositorio.una.ac.cr/handle/11056/13817>
- Ramírez, W., Vinaccia, S., & Gustavo, R. S. (2004). *“El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica”*. Revista de estudios sociales, (18), 67-75.
- Saldaña (2018). *“Criterios de confort ambiental y su incidencia en la optimización del espacio público recreativo de la urbanización California, distrito Víctor Larco, Trujillo”* (Tesis de postgrado, Universidad César Vallejo, 2018) (pp. 1-158). Trujillo.
- SAJA, J (2016, 22 de marzo). *“Entrenamiento en el Fútbol Infantil (6 a 13 años)”* [Proyecto académico]. En la Universidad Nacional de la Plata (UNLP). Consultado el 18 de enero de 2019, de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/51794/Documento_completo.pdf?sequence=3

Simon. (2017). *“Interiorismo en contract: Entornos deportivos”*. Detallistas.

UNICEF. (2004). *“Deporte, recreación y juego”*. From https://www.unicef.org/spanish/publications/index_23560.html

Zapata, C. (2017). *“Análisis de las necesidades culturales y recreacionales para la propuesta de un complejo juvenil, Distrito de Sechura, Piura”*. (Tesis de pregrado Universidad César Vallejo, 2017) (pp. 35-91). Trujillo. doi: <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/11711>

ANEXOS

Anexo N° 01. Matriz de consistencia entre objetivos, conclusiones y recomendaciones

OBJETIVOS	CONCLUSIONES	RECOMENDACIONES
<p>Precisar la importancia que ejerce el deporte y la recreación en niños y adolescentes</p>	<p>En el primer objetivo precisar la importancia que ejerce el deporte y la recreación en niños y adolescentes, los resultados muestran que, en la realización de deporte y/o la recreación se obtienen beneficios, que en el caso de niños ayudará a estimular su crecimiento y a la vez influye positivamente en su evolución personal; en adolescentes ayudará a reducir conductas antisociales, así mismo también infiere en la reducción del sedentarismo. Por otro lado, estas actividades involucran tres aspectos del desarrollo humano: Físico – motor, cognitivo y psicológico – emocional. Para fortalecer al individuo, es necesario que estas actividades sean recomendadas según edades y catalogadas como las más óptimas para cada rango.</p>	<p>Sobre la base de los resultados del estudio, se presentan las siguientes recomendaciones relacionadas a la importancia que ejerce el deporte y recreación en niños y adolescentes: Primero, los beneficios que se logran mediante la realización de deporte y recreación involucran aspectos físico-motor, cognitivo y psicológico- emocional, lo cual se recomienda que las actividades a realizar sean propicias en fomentar buenas conductas y correctos hábitos de los involucrados, de igual manera reforzar la formación de cada uno, promover la amistad, respeto y solidaridad con sus semejantes; no menos importante, fortalecer el autoestima y autoconfianza, ayudando a propiciar roles de liderazgo y desenvolvimiento de habilidades para futuros afrontamientos y capacidades en colectivo. Por otro lado, las actividades recomendadas (mencionadas posteriormente), en el caso de adolescentes, ayuda a reducir la conducta antisocial, ya que los escenarios recreativos y las actividades que se lleven a cabo, queda demostrado que se convierten en una salida de escape frente a situaciones de vulnerabilidad y tentaciones de actos delictivos, dado a que se encuentran en una etapa de total transformación y definición de su persona; esto a la vez influye</p>

		<p>en el mejoramiento de las condiciones de vida de muchos ciudadanos.</p> <p>Segundo, se debe otorgar a los escenarios recreativos o públicos el mobiliario y espacios que se requieran, ya que con ello se logra mayor duración de estancia y la afluencia de público iría en aumento de acuerdo al aforo de cada escenario. Se recalca este punto, dado que muchas veces, es la falta de espacios lo que genera actitudes negativas al no tener lugares de sano esparcimiento o lugares de escape.</p>
<p>Definir al tipo de usuario conociendo sus necesidades deportivas y recreativas según edades.</p>	<p>En el objetivo definir al tipo de usuario conociendo sus necesidades deportivas y recreativas según edades. Para este estudio, se consideran tres etapas del desarrollo humano: De 3-5 años, de 6-12 años y de 13-20 años; de los cuales, dentro del Distrito: el 33.2% representa a menores de 12 años y el 35% a adolescentes de 12 a 20 años. Así mismo, las diferencias de las características entre etapas del desarrollo humano se dan en tres aspectos: Físico – motor, psicológico – emocional y cognitivo.</p> <p>En el aspecto físico – motor, durante la niñez temprana (de 3 a 5 años) la mejora de coordinación motora y ejercicios de fuerza. Durante el rango de 6 a 12 años, aumenta la</p>	<p>Se recomienda según la conclusión del segundo objetivo definir al tipo de usuario conociendo sus necesidades deportivas y recreativas según edades tomar en cuenta que el grupo con más demanda del distrito son niños y adolescente de 3 a 20 años, los cuales el 33.2% representa a menores de 12 años y el 35% a adolescentes de 12 a 20 años. Las actividades deben estar relacionadas con las características según las etapas del desarrollo humano, como se recomienda a continuación:</p> <p>En el rango de 3 a 5 años, se toma como base para el desarrollo humano, el niño empieza a aprender física, cognitiva y psicosocial, para ello se recomienda fortalecer con actividades que impliquen agarrar, cortar, pintar, apretar. Para fortalecer con actividades que impliquen flexibilidad, saltos, correr, que ayuden a la memoria y lenguaje y también a trabajar en equipo. Así mismo, las piscinas, areneros y</p>

	<p>fuerza y las capacidades motoras y finalmente en el rango de 13 a 20 años, velocidad, ejercitación física y dominio total del cuerpo.</p> <p>En el aspecto cognitivo, durante la niñez temprana (3 a 5 años), se busca fortalecer los sentidos y estimulación del lenguaje. Durante el rango de edad de 6 a 12 años, existe una percepción rítmico – temporal e incremento de las habilidades de memoria, pensamiento abstracto y razonamiento científico y finalmente en el rango de 13 a 20 años, el pensamiento y juicio moral adquieren mayor complejidad y mejora de procesos lecto – escritura.</p> <p>En el aspecto psicológico – emocional, durante la niñez temprana (3 a 5 años) se incita a jugar con personajes imaginarios, imitación de vida de adultos e iniciación de juegos simbólicos. Durante el rango de 6 a 12 años, existe un dominio total del cuerpo e importancia central de ellos mismos y finalmente en el rango de 13 a 20 años, se comienza la integración en colectivos.</p>	<p>muros sensoriales ayudan a desarrollar los sentidos y sus capacidades motoras, actividades lúdicas enfocadas en socialización e imaginación (lectura, marionetas, juegos de pintura)</p> <p>Para el rango de 6 a 12 años, se complementan con actividades que ayuden a la flexibilidad, fuerza, destreza mental y trabajo en equipo, como actividades de escala, incitando a la actividad física y mental, juegos de piso (ajedrez de piso, twister, avión, tres en raya) y los juegos tradicionales (saltar soga, escondidas, juegos con pelotas y varas)</p> <p>Finalmente, para el rango de 13 a 20 años se recomienda, complementar con actividades que ayuden a fortalecer la flexibilidad, fuerza, destreza mental y también deportes en equipo, como las actividades de salto, danza y escaladas, manteniendo el físico e incrementar conocimientos.</p> <p>Para las actividades deportivas, durante la niñez temprana (3 a 5 años) se recomienda fortalecer capacidades motrices, conjuntamente con natación e iniciación en artes marciales, para el rango de 6 a 12 años, se recomienda iniciar en deportes colectivos (fútbol, vóley básquet), gimnasia y artes marciales ya que con mayor conocimiento y mayor soporte, estos deportes suelen ser los recomendados por la practicidad en su realización y finalmente para el rango de 13</p>
--	---	---

		<p>a 20 años, las actividades deportivas ya son generales dado a que inicialmente se realizó la formación en cada etapa para llegar a la culminación y continuación de cada deporte. Para un efectivo desarrollo, se recomienda que las actividades deben generar aprendizaje en cada actividad, estimulando los conocimientos previos del usuario.</p>
<p>Identificar los procesos que se requieren para realizar diferentes actividades deportivas y recreativas</p>	<p>En el tercer objetivo identificar los procesos que se requieren para realizar diferentes actividades deportivas y recreativas. Para la realización de actividades deportivas, se define de la siguiente manera:</p> <p>A través de distintas entrevistas, se concluye que todas las actividades recreativas al aire libre sigan una secuencia lógica, para así hacer menos tedioso el proceso del desarrollo. Pero algunas actividades tienen proceso específico, como lo son:</p> <p>Picnic: el proceso se da con el ingreso hacia la zona delimitada, seguido de la búsqueda de un sitio a gusto del usuario y finalmente la estancia y salida del lugar.</p> <p>Para actividades creativas y artísticas desarrolladas en ambientes techados, primero se debe dar a conocer acerca la actividad a realizarse, seguido de limpieza de</p>	<p>Se recomienda según la conclusión del tercer objetivo identificar los procesos que se requieren para realizar diferentes actividades deportivas y recreativas, simplificar con creatividad las actividades para que durante su realización no sea confuso.</p> <p>Relacionar todas las actividades recreativas al aire libre con una lógica secuencia o agrupar los de características similares. Para el proceso de actividades como uso de rocódromos, red de túnel, columpios, toboganes, pequeñas cabañas, sube y baja, se recomienda que el proceso sea pausado, encontrando así diferentes espacios en el cual pueda elegir el usuario, seccionado por grupos etarios y por dificultad.</p> <p>Para la actividad de picnic, se recomienda que en el proceso se pueda conectar con todas las plataformas o módulos para una mejor interacción social.</p> <p>Anfiteatro para danzas y otros: para el espectador, se cuenta con un ingreso y salida, tribuna de la pista de baile, servicios higiénicos. Para los bailarines, cuentan con</p>

	<p>los materiales a emplearse, realización de la actividad, pasar por servicios higiénicos para aseo y salida del lugar.</p> <p>Para actividades deportivas: Clase teórica para conocimiento del deporte a realizar, se realizan ejercicios de calentamiento, desarrollo del deporte y enfriamiento de músculos para evitar atrofiamientos.</p>	<p>un ingreso y salida, vestuarios, pista de baile, regresan a los servicios higiénicos, se asean y finalmente se retiran.</p> <p>Ajedrez gigante: Cuenta con ingreso, tablero y salida</p> <p>Aulas de danza: Vestuarios, sala de ensayo y puesta en escena</p> <p>Aulas de música: Clase teórica para conocer el instrumento y notas musicales, se procede a la práctica de las notas musicales junto con el instrumento y se practican melodías combinando acordes musicales básicos</p> <p>Juegos de mesa: Breve informativo de la actividad, reglas de juego, técnicas preliminares y práctica del juego</p> <p>Gimnasia: Hall, que me lleva a aulas de teoría, luego a vestidores y seguido a la sala de prácticas, adicional tenemos la sala de enfermería y nutrición.</p> <p>Se recomienda que, los deportes deben seguir el proceso que inicie con ejercicios de calentamiento (involucrando actividades lúdicas o asistencia a un gimnasio, postas en equipo y ejercicios en pistas con elementos de obstáculos) durante 20 minutos, seguido del desarrollo del deporte durante 40 minutos a 1 hora, dependiendo si es recreativo o competitivo y enfriamiento de músculos para evitar atrofiamientos (flexiones y estiramientos) durante 10 a 15 minutos.</p>
<p>Determinar las condiciones</p>	<p>En el objetivo N° 04 nos permite determinar las condiciones</p>	<p>Se recomienda según la conclusión del cuarto objetivo que para determinar las</p>

<p>arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el Centro Poblado Alto Trujillo.</p>	<p>arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el Centro Poblado Alto Trujillo.</p> <p>Para determinar las condiciones arquitectónicas que requieren las actividades recreativas y deportivas, se concluye que integrar las zonas de recreación y deporte no deberá alterar sus funciones, circulaciones y actividades.</p> <p>En el caso de escalada, será máximo de 4 metros por el tipo de usuario y contendrá túneles para mejor creatividad e imaginación.</p> <p>Espacio para picnic, contará con plataformas de 4 x 4 metros, habiendo un total de 12 plataformas con spots led y de césped.</p> <p>Para la realización de danza, contara con un anfiteatro y plataforma elevada de 80 cm.</p> <p>Los tableros de ajedrez serán de 2 x 2 metros, con bancas de 60 cm de ancho y altura de 90 cm.</p> <p>Canchas multifuncionales de 25 x 42 metros, los tableros de básquet medirán 1.80 x 1.05 metros, colocados a 2.90 metros de altura, así mismo, los servicios higiénicos, contarán con 2 L, 2 U, 2 I,</p>	<p>arquitectónicas de los escenarios que se requiere para la realización de deporte y recreación en el Centro Poblado Alto Trujillo</p> <p>Todo lo indicado implica contar con un espacio con las siguientes características físicas de acuerdo a las actividades a realizarse dentro de ellas, como:</p> <p>Para el taller de danza, implica tener los siguientes espacios y características:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La sala de ensayo deberá ser un ambiente de forma rectangular simétricas y la altura deberá ser mayor a 2.50 m - Se recomienda techos altos o dobles alturas para las salas de ensayo. - La iluminación natural deber llegar a todo el espacio, por ende, se recomienda ventanas de piso a techo. - El ambiente deberá contar con un almacén adicional. - Para el desarrollo de la actividad se colocará mobiliario como: barras movibles o empotradas, espejos, colchonetas, parlantes empotrados en pared, aros. - El piso de la sala deberá ser vinílico amortiguante, para evitar accidentes durante el proceso. - Los espejos, dimensión y ubicación, debe ocupar el lado más largo de la sala y contar con 2m de altura para evitar la distorsión y proporcionar una imagen y
---	--	---

		<p>percepción correcta. En el caso de niños, lo ideal es colocar los espejos sobre un panel de madera de su misma dimensión.</p> <ul style="list-style-type: none">- La altura de las barras respecto al suelo es a de 1.50m para adultos y 0.90 m para los pequeños; las barras se colocan a $\frac{3}{4}$ del cuerpo, es decir a la altura de la cintura. <p>Para el taller de música, se deberá contar con los siguientes espacios:</p> <ul style="list-style-type: none">- La sala deberá ser de forma rectangular, pero usando paneles acústicos para amortiguar el ruido.- Las ventanas de preferencia deberán ser altas, lo cual permitirán estar acondicionadas de manera acústica para concentrar el sonido dentro del ambiente. <p>Para determinar las condiciones arquitectónicas que requieren las actividades recreativas, se recomienda, zonificar los ambientes de acuerdo a edades: niños 1 a 3 años, niños de 4 a 7 años, niños de 8 a 12 años y adolescentes de 13 a 20 años. También se recomienda, procurar que cualquier área infantil se encuentre alejada de las zonas de tráfico vehicular intenso.</p> <p>La superficie para las zonas recreativas deberá ser lo suficientemente blanda para amortiguar el impacto de caídas, se consideran seguras las superficies de caucho o materiales que sometidos a pruebas de seguridad. Se recomienda ubicar la zona de</p>
--	--	---

		<p>juegos, cerca de las zonas de adultos para un constante control. Los mobiliarios requieren un espacio mínimo para su uso, este comprende, lógicamente, el volumen ocupado por el equipo, y además una serie de espacios que deben mantenerse libres de obstáculos para que el juego pueda desarrollarse con eficacia y seguridad.</p> <p>En el caso de talleres recreativos</p> <p>Para la zona deportiva, se recomienda implementar con 2 canchas multifuncionales con un área de 2000 m²aproximadamente, de igual manera se necesitará 2 canchas infantiles con un área de 2000 m²aprox., 1 piscina con área de 500 m²aprox, un gimnasio con área de 200 m² aprox, además de servicios higiénicos y vestidores.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los espacios de entrenamiento deben ser amplios y cómodos. Se recomienda salas cerradas con ventanas a +3.00, lo cual permite una total privacidad a la hora de entrenamientos y mejor concentración. Las salas deberán contar con sistema mecánico para el control térmico e iluminación natural a través de muros y nivel de techo. - Para la práctica de artes marciales, el área de combate debe ser de 12x12 m y contener una línea de 1 m. de ancho usando un color diferente. El espacio debe ser libre de adornos y revestimientos.
--	--	---

Matriz de operacionalización de variables

Anexo N° 02. Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
VARIABLE DEPENDIENTE	NECESIDADES FÍSICO ESPACIALES	Es el conjunto de necesidades que requieren ser estudiadas para efectiva formación de niños y jóvenes.	REQUERIMIENTOS FISICOS	Área Aforo Volumetría	Nominal
			REQUERIMIENTOS ESPACIALES	Organización Cantidad de ambientes Proporción Jerarquía	
			REQUERIMIENTOS FUNCIONALES	Relación de flujo Relación de ambientes Usuarios	
VARIABLE INDEPENDIENTE	DESARROLLO SOCIOEDUCATIVO EN RECREACIÓN Y DEPORTE	Son los tipos de actividades que necesitan los niños y adolescentes del Centro Poblado Alto Trujillo para desarrollarse íntegramente	ACTIVIDADES DEPORTIVAS	Deportes individuales Deportes grupales Proceso de desarrollo Escenario que requiere	Nominal
			ACTIVIDADES RECREATIVAS	Recreación activa Recreación pasiva Tipo de juego Usuarios	

FUENTE: Propia

CUESTIONARIO A NIÑOS Y JÓVENES

Nombre del encuestador:

GIL CISNEROS, DANIA

N.º de encuesta:

INSTRUCCIONES

A continuación, se le presentara un cuestionario de preguntas. Marque con una (X) o un círculo (O) la alternativa que usted crea conveniente de acuerdo a su criterio.

PERFIL DEL ENCUESTADO

Edad:

Genero:

<input type="checkbox"/>	Hombre	<input type="checkbox"/>	Mujer
--------------------------	--------	--------------------------	-------

PREGUNTAS

- ¿Qué deporte practica su hijo/adolescente?
a) Fútbol b) Vóley c) Básquet d) Natación e) Atletismo f) Ciclismo
g) Otros/especifique.....
- Indique la frecuencia con la que realiza deporte:
a) Diario b) 2 o 3 veces por semana c) Una vez al mes d) Nunca
- ¿Cuánto tiempo se dedica a recrearse/hacer deporte?
a) De 30 minutos a 1 hora b) De 1 hora a 2 horas c) Mas de 2 horas
- ¿Qué le incentiva a realizar deporte?
a) Salud b) por socializar c) por competencias d) Por estética
e) otros – especifique.....
- ¿Qué disciplina deportiva le gustaría aprender?
a) Taekwondo b) Judo c) Gimnasia d) Karate
- ¿Cuál es el lugar al que acude a recrearse/hacer deporte?
a) Alto Trujillo (Lugar:.....) b) Otro distrito (Lugar:.....)
- ¿Qué actividades de recreación le gustaría realizar?
a) Juegos lúdicos b) Lectura c) Actividades al aire libre d) Juegos tradicionales
f) Otros/especifique.....
- ¿Qué actividades artísticas le gustaría realizar?
a) Danza b) Pintura c) Musicales d) Canto e) Otras:.....

ENTREVISTA A DEPORTISTAS

Nombre del encuestador: GIL CISNEROS, DANIA	N.º de encuesta: _____
Nombre del encuestado: _____	
Especialidad: _____	

INSTRUCCIONES

A continuación, se le presentara un cuestionario de preguntas. Responda según lo que Ud. conoce

PERFIL DEL ENCUESTADO

Edad:

Genero:

<input type="checkbox"/>	Hombre	<input type="checkbox"/>	Mujer
--------------------------	--------	--------------------------	-------

PREGUNTAS

1. ¿Cuáles son los procesos que realiza previo a efectuar deporte?

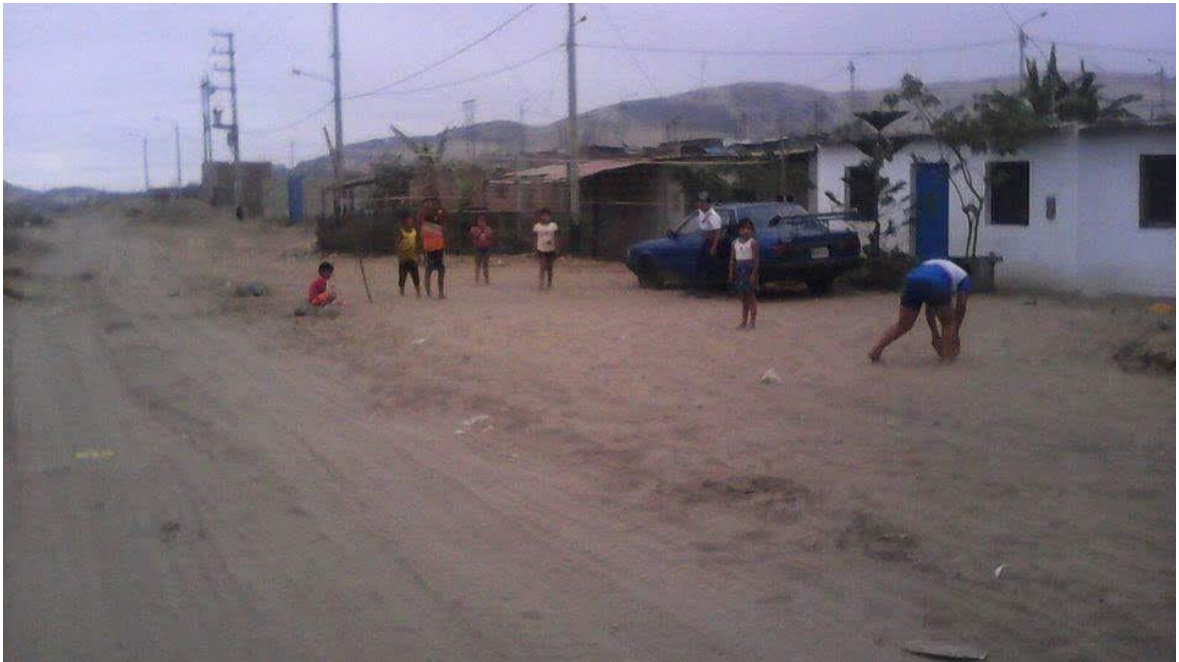
2. ¿Cómo es el procedimiento del desarrollo de la actividad que realizas?

3. ¿Con que frecuencia realiza usted estas actividades?

4. ¿Qué mobiliario utiliza usted en la realización de actividades deportivas y recreativas?

Anexo N°04. Registro Fotográfico



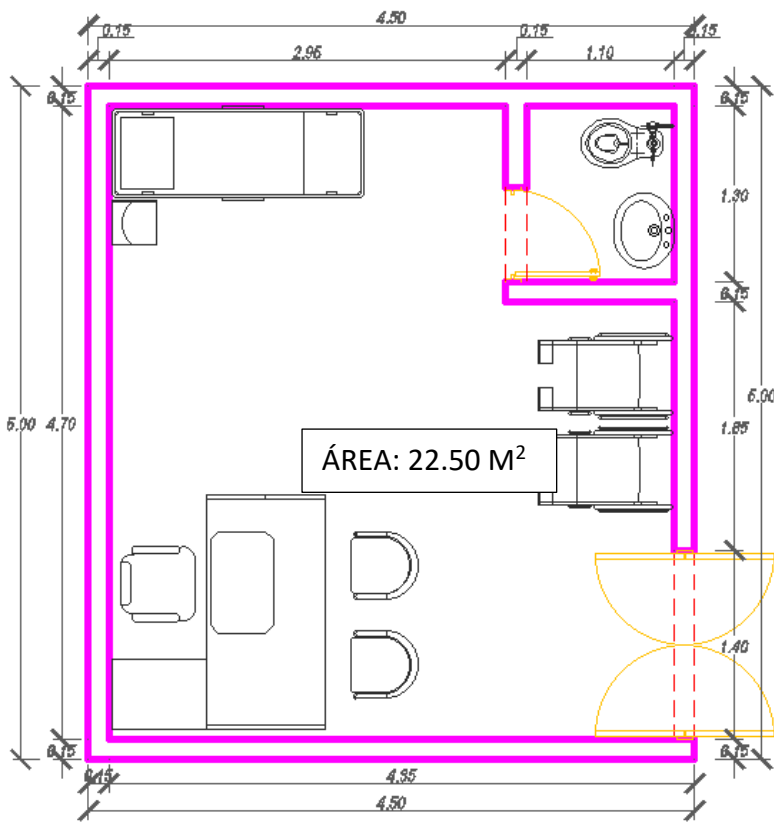


Anexo N°05. Fichas de análisis de casos

ZONA DEPORTIVA

TÓPICO

M² x persona: 7.5



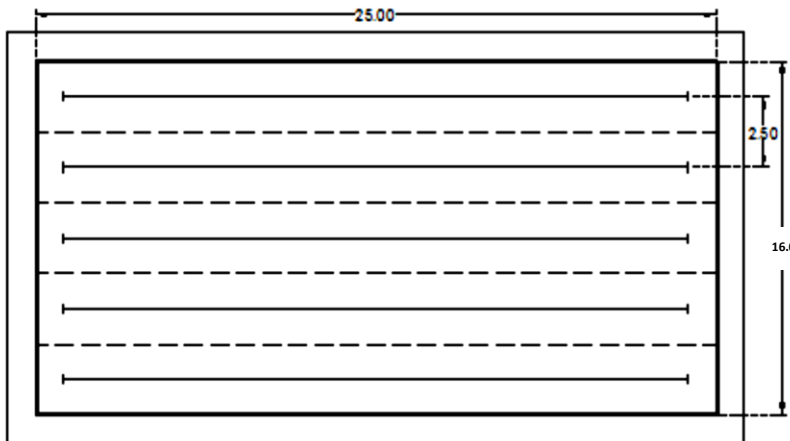
El área se estableció de acuerdo a la normativa, y al siguiente mobiliario:

- 1 escritorio
- 2 sillas
- 1 camilla
- 1 mesa de noche
- 1 SSHH
- 2 sillas de rueda

NATACIÓN

PISCINA POLIVALENTE: 16.66 x 25.00

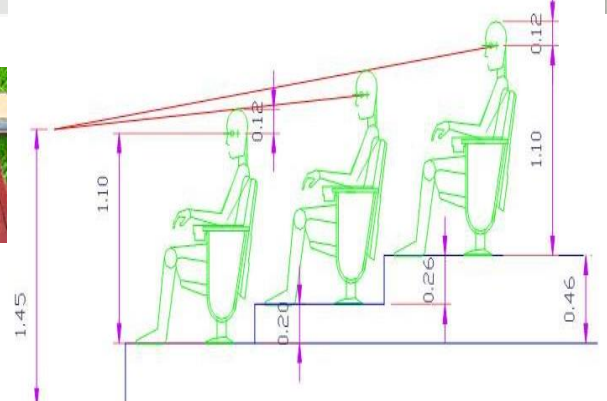
M² x persona: 3



La cantidad de peldaños puede variar, pero comúnmente poseen tres peldaños, siendo el superior de superficie antideslizante, para evitar así cualquier tipo de deslizamiento o corte.



Bordes antideslizantes



DEPORTES INDIVIDUALES: ARTES MARCIALES

CENTRO DE EXPERIENCIA

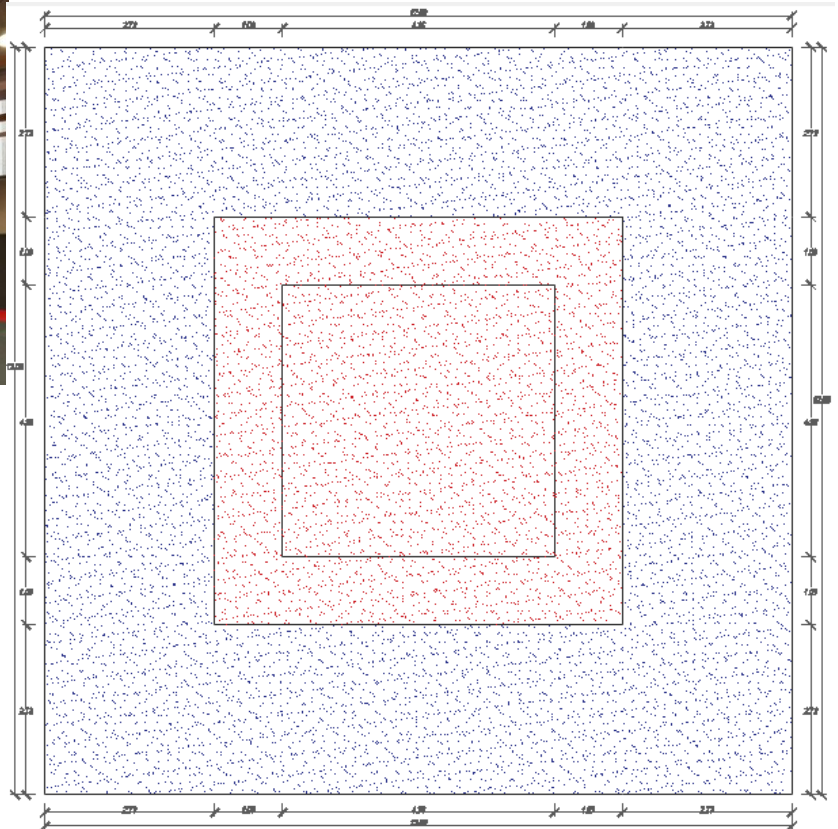
M² x persona: 4.6



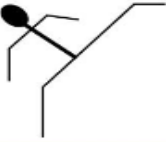
- Sala de video: Proyecciones sobre actuaciones del arte marcial
- Experiencia física: Espacio interactivo para probar los requisitos básicos y condición física
- Espacio de gimnasia

ESPACIO PARA LA FORMACIÓN

M² x persona: 3



- Salas cerradas con ventanas en la parte superior (+3.00) lo cual permite una total privacidad a la hora de los entrenamientos y mejor manejo de la concentración por parte de los deportistas.
- Las salas cuentan con sistemas mecánicos para el manejo del control térmico e iluminación natural a través de los muros y nivel de techo.

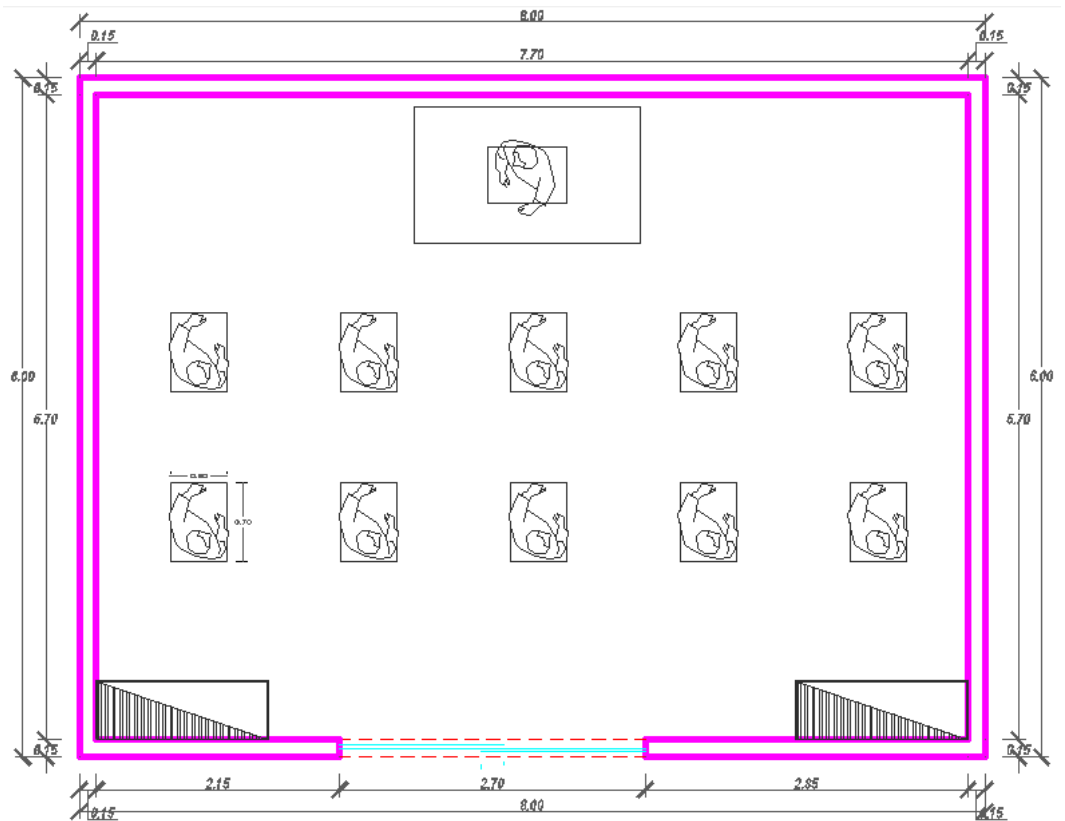
DISCIPLINA	DIMENSIONES ÁREA COMPETENCIA	MATERIAL SUPERFICIE DE PRÁCTICA	EQUIPO PARA PRÁCTICA	EQUIPO MÍNIMO PARA PRÁCTICA	EQUIPO OPCIONAL PRÁCTICA
TAEKWONDO 	10X10 m mínimo 12x12 m máximo Ideal para entre- namiento 4 cuadros de 10x10 m	Piso de goma encau- chada antideslizante	-Espejos -Sacos de arena -Estanterías -Muñeco entre- namiento -Equipo electrónico -Equipo entrenamien- to funcional	-Piso de goma encau- chada antideslizante -Espejos estantería -Bancas -Bodega	-Máquina hielo entren- namiento -Equipo electrónico -Equipo entrenamien- to funcional

NEDEPORTES INDIVIDUALES: ARTES MARCIALES

“ESPACIO PARA EL ESPÍRITU”

M² x persona: 4.6

El espacio, en donde se reúnen las personas para realizar la práctica, generalmente es una planta libre, flexible y adaptable a diferentes usos. Para determinar sus dimensiones, se pueden utilizar las medidas estándar de una colchoneta de yoga (0.50 x 0.70). Se sugiere dejar al menos 50 cm de distancia entre las colchonetas, para permitir el libre movimiento de los usuarios durante los ejercicios.



La sala principal debe ser de mayor altura que el resto de los recintos.

Para la acústica, lo ideal es que el centro esté situado rodeado de la naturaleza libre de coches y ruidos de las ciudades. Si no es así, deberían diseñarse de forma que quede aislado de estos ruidos.

Es importante permitir una ventilación cruzada a través de la sala y asegurar cierta corriente que renueve el oxígeno.

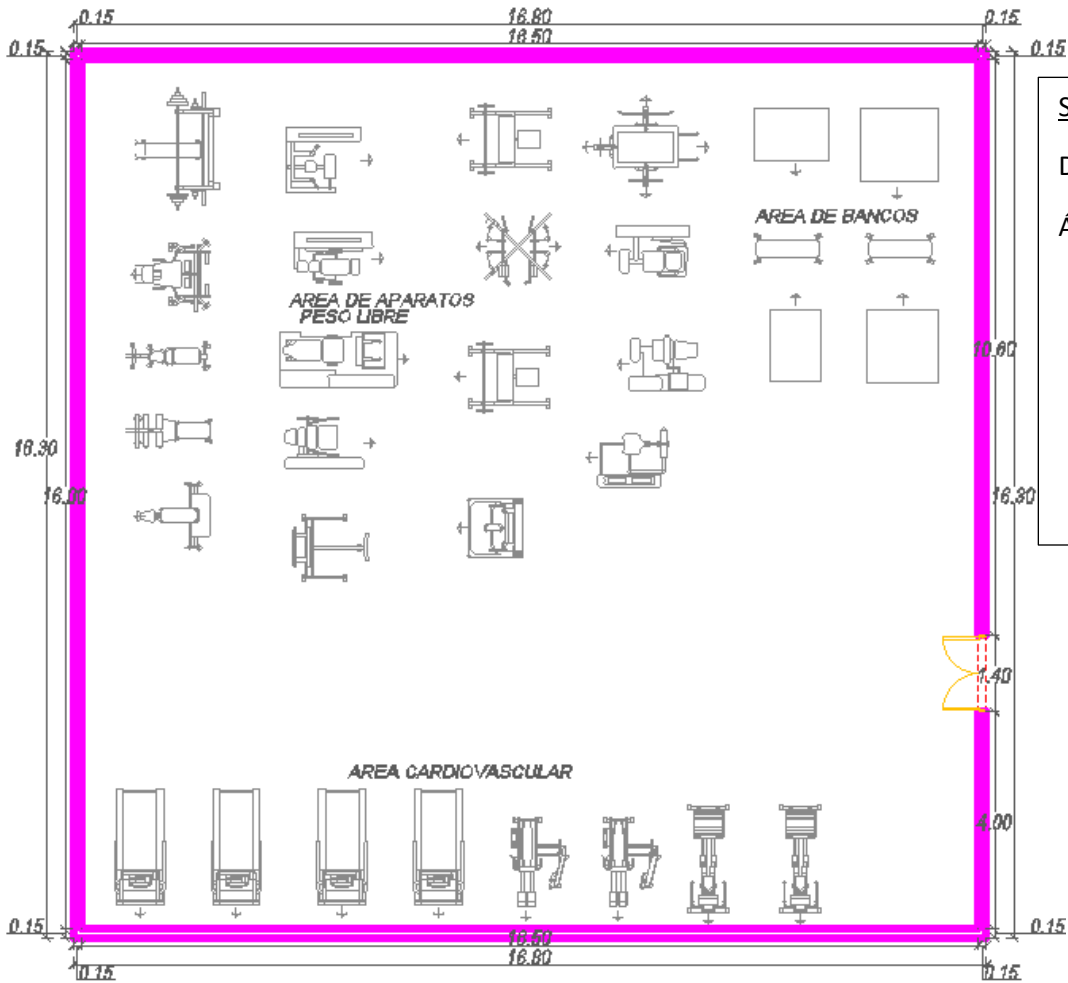


Se deben evitar los elementos distractores o las decoraciones exageradas. Se recomienda utilizar materiales cálidos y colores suaves (o directamente blanco), para ayudar a los asistentes a lograr un cierto grado de concentración inicial. Al ser prácticas que se realizan en contacto permanente con el suelo, los pisos generalmente son revestidos de madera o en materiales 'blandos' y cálidos al tacto.

ZONA COMPLEMENTARIA

GIMNASIO: SALA DE MAQUINAS - SPINNING

M² x persona: 13.20



SALA DE MAQUINAS

DIMENSIÓN: 16.00 x 16.50

ÁREA: 264.00 M²

