



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

DIRECCIÓN DE POSGRADO

MAESTRÍA EN DESARROLLO LOCAL

MODALIDAD: INFORME DE INVESTIGACIÓN

Título:

**Cultura Deportiva, a través de actividades físicas recreativas, en la
Parroquia San Buenaventura en el año
2020- 2021**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de magíster en Desarrollo
Local

Autor:

Espinel Pazuña Rafael Atahualpa

Tutor:

Barbosa Zapata José Nicolás

LATACUNGA –ECUADOR

2021

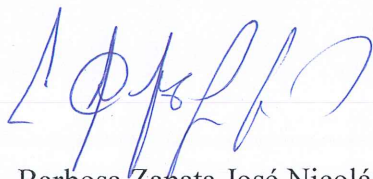
APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “Cultura deportiva a través de actividades físicas recreativas, en la parroquia San Buenaventura en el año 2020-2021” presentado por Espinel Pazuña Rafael Atahualpa, para optar por el título magíster en Desarrollo Local.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y se considera que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación para la valoración por parte del Tribunal de Lectores que se designe y su exposición y defensa pública.

Latacunga, 13 Septiembre 2021



MsC. Barbosa Zapata José Nicolás

CC.: 050188661-8



APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación: Cultura Deportiva a través de actividades físicas recreativas, en la parroquia San Buenaventura en el año 2020-2021, ha sido revisado, aprobado y autorizado su impresión y empastado, previo a la obtención del título de Magíster en Desarrollo Local; el presente trabajo reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la exposición y defensa.

Latacunga, 22, octubre, 2021

.....
Dr. Luis Gonzalo López Rodríguez
1801701945
Presidente del tribunal

.....
Mg. Oscar Xavier Pazmiño Iturralde
0501987374
Lector 2

.....
Mg. José María Bravo Zambonino
0501940100
Lector 3

DEDICATORIA

A mi familia y amigos que me acompañan sin importar las circunstancias.

Espinel Pazuña Rafael Atahualpa

AGRADECIMIENTO

A Dios que le da sabiduría a mi mente, fuerza a mis brazos y vida a mi espíritu.

Espinel Pazuña Rafael Atahualpa

RESPONSABILIDAD DE AUTORÍA

Quien suscribe, declara que asume la autoría de los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de titulación.

Latacunga, 29 Septiembre 2021



.....
Ing. Espinel Pazuña Rafael Atahualpa

0550019202

RENUNCIA DE DERECHOS

Quien suscribe, cede los derechos de autoría intelectual total y/o parcial del presente trabajo de titulación a la Universidad Técnica de Cotopaxi.

Latacunga, 29 Septiembre 2021



.....
Ing. Espinel Pazuña Rafael Atahualpa
0550019202



Universidad
Técnica de
Cotopaxi

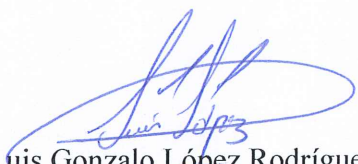


Posgrado

AVAL DEL VEEDOR

Quien suscribe, declara que el presente Trabajo de Titulación: “Cultura Deportiva a través de actividades físicas recreativas, en la parroquia San Buenaventura en el año 2020-2021” contiene las correcciones a las observaciones realizadas por los lectores en sesión científica del tribunal.

Latacunga, 22, octubre, 2021


Dr. Luis Gonzalo López Rodríguez
1801701945

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
DIRECCIÓN DE POSGRADO

MAESTRÍA EN DESARROLLO LOCAL

Título: “Cultura Deportiva, a través de actividades físicas recreativas, en la Parroquia San Buenaventura en el año 2020-2021”

Autor: Espinel Pazuña Rafael Atahualpa

Tutor: Barbosa Zapata José Nicolás Msc.

RESUMEN

El desarrollo local inevitablemente partirá del bienestar personal, el cuidado a la salud física y mental deben ser considerados para la toma de decisiones económicas, sociales y ambientales. La presente investigación estuvo enfocada sobre la cultura deportiva en la parroquia, a fin de identificar estrategias que ayuden a fomentar hábitos deportivos en su población así como goce y disfrute del tiempo libre. El informe de investigación utilizó un enfoque cuantitativo de tipo transversal con alcance analítico, Así también, se efectuó un análisis del entorno a través de la aplicación de una encuesta con preguntas cerradas y de opción múltiple dirigida a una muestra de los moradores de la parroquia San Buenaventura. Con relación a la población de estudio se estableció un marco de muestra según el número de habitantes, identificando una población de 1905 habitantes con un nivel de confianza del 95% y un error de 5% dando como resultado una muestra de 320 personas; a partir de ello se pudo concluir que el 64.4% de sus habitantes no conocen sobre cultura deportiva y beneficios que la misma proporciona, otro aspecto primordial se evidencia en casi la mitad de personas que presenta algún tipo de enfermedad como estrés, obesidad, presión, diabetes, etc ; cabe destacar que el 83.4% de los habitantes estarían dispuestos a participar de programas que incentiven las actividades físicas recreativas.

PALABRAS CLAVE: Cultura deportiva; actividades físicas recreativas; enfermedades; San Buenaventura.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
DIRECCIÓN DE POSGRADO

MAESTRÍA EN DESARROLLO LOCAL

Título: “Cultura Deportiva, a través de actividades físicas recreativas, en la Parroquia San Buenaventura en el año 2020-2021”

Autor: Espinel Pazuña Rafael Atahualpa

Tutor: Barbosa Zapata José Nicolás Msc.

RESUMEN

El desarrollo local inevitablemente partirá del bienestar personal, el cuidado a la salud física y mental deben ser considerados para la toma de decisiones económicas, sociales y ambientales. La presente investigación estuvo enfocada sobre la cultura deportiva en la parroquia, a fin de identificar estrategias que ayuden a fomentar hábitos deportivos en su población así como goce y disfrute del tiempo libre. El informe de investigación utilizó un enfoque cuantitativo de tipo transversal con alcance analítico, Así también, se efectuó un análisis del entorno a través de la aplicación de una encuesta con preguntas cerradas y de opción múltiple dirigida a una muestra de los moradores de la parroquia San Buenaventura. Con relación a la población de estudio se estableció un marco de muestra según el número de habitantes, identificando una población de 1905 habitantes con un nivel de confianza del 95% y un error de 5% dando como resultado una muestra de 320 personas; a partir de ello se pudo concluir que el 64.4% de sus habitantes no conocen sobre cultura deportiva y beneficios que la misma proporciona, otro aspecto primordial se evidencia en casi la mitad de personas que presenta algún tipo de enfermedad como estrés, obesidad, presión, diabetes, etc ; cabe destacar que el 83.4% de los habitantes estarían dispuestos a participar de programas que incentiven las actividades físicas recreativas.

PALABRAS CLAVE: Cultura deportiva; actividades físicas recreativas; enfermedades; San Buenaventura.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
DIRECCIÓN DE POSGRADO

MAESTRÍA EN DESARROLLO LOCAL

Title: "Sports culture, through recreational physical activities, in the San Buenaventura Parish in the year 2020-2021"

Autor: Espinel Pazuña Rafael Atahualpa

Tutor: Barbosa Zapata José Nicolás Msc.

ABSTRACT

Local development will inevitably start from personal well-being, care for physical and mental health must be considered for making economic, social and environmental decisions. This research project was focused on sports culture in the parish, in order to identify strategies that help to promote sports habits in its population as well as enjoyment free time. The research report used a cross-sectional quantitative approach with an analytical scope. Likewise, an analysis of the environment was carried out through the application of a survey with closed questions and multiple choice directed to a sample of the inhabitants of San Buenaventura Parish. Regarding the study's population, a sample frame was established according to the number of inhabitants, identifying a population of 1905 inhabitants with a confidence level of 95% and an error of 5%, resulting in a sample of 320 people; From this it could be concluded that 64.4% of its inhabitants do not know about sports culture and the benefits that it provides, another essential aspect is evidenced in almost half of the people who have some type of disease such as stress, obesity, blood pressure, diabetes, etc; It should be noted that 83.4% of the inhabitants would be willing to participate in programs that encourage recreational physical activities.

KEYWORDS: Sports culture; recreational physical activities; diseases; San Buenaventura

Erika Cecilia Borja Salazar con cédula de identidad número: 0502161094 Licenciada en: Ciencias de la educación especialización Inglés con número de registro de la SENESCYT: 1020-07-747814; **CERTIFICO** haber revisado y aprobado la traducción al idioma inglés del resumen del trabajo de investigación con el título: "**CULTURA DEPORTIVA A TRAVÉS DE ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS, EN LA PARROQUIA SAN BUENAVENTURA EN EL AÑO 2020-2021**"de: **Espinel Pazuña Rafael Atahualpa** aspirante a magister en Desarrollo Local.

Latacunga, Agosto, 19, 2021



Erika Cecilia Borja Salazar, Mg.
CI: 0502161094



ÍNDICE DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
APROBACIÓN TRIBUNAL	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESPONSABILIDAD DE AUTORÍA	vi
RENUNCIA DE DERECHOS.....	vii
AVAL DEL VEEDOR.....	viii
RESUMEN.....	ix
ÍNDICE DE CONTENIDOS	xi
ÍNDICE DE TABLAS	xiv
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.....	xiv
INTRODUCCIÓN	1
Antecedentes:	1
Planteamiento del problema	2
Costo de la inactividad física para los sistemas de salud	3
Formulación del problema.....	4
Objetivo General	5
Objetivos Específicos	5
Justificación.....	6
Metodología.....	9
I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	10
1.1. Antecedentes	10
1.2. Investigaciones a nivel latinoamericano.....	10
1.3. Investigaciones a nivel nacional.....	11

1.4. Epistemología del desarrollo local, deporte, cultura deportiva y actividades recreativas.....	12
1.4.1. Desarrollo local	12
1.4.2. Cultura.....	13
1.4.3. El deporte	14
1.4.4. Actividades recreativas	19
1.5. Conclusiones Capítulo I	22
II. PROPUESTA	23
2.1. Título de la propuesta	23
2.2. Objetivos	23
2.1.1. Objetivo general	23
2.1.2. Objetivos Específicos.....	23
2.3. Justificación.....	24
2.4. Desarrollo de la propuesta.....	24
2.4.1. Elementos que la conforman.....	24
2.5. Planificación integral.....	25
2.6. Potencial endógeno.....	27
2.7. Contexto geográfico	28
2.8. Sistema natural y ambiental	28
2.8.1. Riesgos	29
2.9. Sistema económico productivo	30
2.10. Principales causas de Muerte.....	34
2.11. Espacios deportivos y áreas de recreación.....	34
2.12. Explicación de la propuesta	34
2.13. Premisas para su implementación.....	34

2.14.	Desarrollo de las actividades	43
2.15.	Conclusiones Capítulo II	94
III.	APLICACIÓN Y/O VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA	96
3.1.	Análisis de los resultados	96
3.2.	Discusión de los resultados:	98
3.3.	Evaluación de expertos.....	101
3.4.	Evaluación de usuarios	103
3.5.	Conclusiones del III capítulo.....	103
IV.	CONCLUSIONES GENERALES	105
V.	RECOMENDACIONES	105
VI.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	106
VII.	ANEXOS.....	111

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla N° 1 Tareas por objetivo.....</i>	<i>5</i>
<i>Tabla N° 2 Etapas de la investigación.....</i>	<i>6</i>
<i>Tabla N° 3 Matriz Síntesis de Vocación</i>	<i>35</i>
<i>Tabla N° 4 Matriz de Análisis Estratégico FODA.....</i>	<i>38</i>
<i>Tabla N° 5 Matriz de Estrategias</i>	<i>40</i>
<i>Tabla N° 6 Plan de acción</i>	<i>41</i>
<i>Tabla N° 7 Matriz de Validación</i>	<i>102</i>

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

<i>Ilustración 1. Ruta de la carrera Legumbres y verduras.....</i>	<i>83</i>
<i>Ilustración 2. Porcentaje de participación</i>	<i>103</i>

INTRODUCCIÓN

Antecedentes:

La Investigación en Desarrollo local permite interpretar realidades complejas que atañen a la sociedad mediante estrategias sustentables y equitativas en los ámbitos económico, político, ambiental y social, siendo fundamental sustentar el progreso de la sociedad a través de fundamentos epistemológicos, interdisciplinarios y metodológicos que contribuyan al Buen Vivir y calidad de vida en los territorios de Ecuador.

A partir de un marco normativo y sustento teórico fehaciente surge la presente investigación sobre la cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas, en la Parroquia San Buenaventura en el año 2020-2021; bajo la línea de investigación de Administración y economía para el desarrollo humano y social, la finalidad consiste en comprender la variable antes mencionada para diseñar estrategias que fortalezcan hábitos de vida saludables como es el caso de las actividades recreativas que prevengan el sedentarismo.

De igual manera la investigación busca aplicar los lineamientos establecidos en el nuevo Plan de Acción Mundial de la OMS 2018-2030 (Organización Panamericana de la Salud, 2019) puesto que, impulsa a fomentar la cultura deportiva, así como una mayor coordinación regional y nacional para lograr un cambio de paradigma apoyando y valorando que todas las personas se mantengan activas de manera regular, de acuerdo con su capacidad y a lo largo de toda la vida. Además, en Ecuador de acuerdo con el Plan de Desarrollo Nacional, los ecuatorianos tendrán derecho a beneficiarse de acciones, programas, etc. orientados a preservar la salud, cumpliendo con lo establecido en el eje 1 donde se garantiza una vida digna con iguales oportunidades.

Considerando dichos antecedentes normativos, la investigación contribuirá a reestructurar la cultura deportiva de los moradores de la parroquia San Buenaventura, puesto que, a través de generar estrategias apropiadas se ofrecerá la posibilidad de instaurar en la creencia de la población, a la actividad física como un derecho que aporta innumerables beneficios al cuerpo y mente, además de

disminuir niveles de prevalencia de enfermedades mentales asociadas con el estrés, de esta manera los pobladores tendrán la oportunidad de mantener hábitos saludables.

Planteamiento del problema

Según la OMS, (2020) al menos un 60% de la población mundial no realiza la actividad física necesaria para obtener beneficios para la salud. Esto se debe en parte a la participación insuficiente en actividades físicas durante el tiempo libre y al aumento del sedentarismo durante las actividades laborales y familiares. Las posibles causas que genera dicho fenómeno social se deberían a:

- Superpoblación.
- Aumento de la pobreza.
- Aumento de la criminalidad.
- Gran densidad del tráfico.
- Mala calidad del aire.
- Falta de parques y lugares de esparcimiento.
- Falta de instalaciones deportivas.

Las estimaciones comparativas más recientes disponibles a nivel mundial desde el 2010 indican que, en todo el mundo, el 23% de los adultos y el 81% de los adolescentes (de 11 a 17 años) no siguen las recomendaciones mundiales de la OMS sobre actividad física para la salud. Según cálculos macroeconómicos, se prevé que a futuro la producción mundial presentará pérdidas acumulativas de US \$46 billones, esto a consecuencia de enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias crónicas, cáncer, diabetes y trastornos de salud mental asociadas al sedentarismo; en cuanto a los países de ingresos bajos y medianos, se enfrentan a una carga que refleja indiscutiblemente las inequidades socioeconómicas, explicando que los países con economías débiles, posiblemente tengan menos recursos para cambiar su modo de vida y menos acceso a servicios de salud de calidad que incluyan intervenciones para prevenir o eliminar la exposición a los factores de riesgo como es el sedentarismo, así como servicios de diagnóstico y tratamiento y medicamentos esenciales (Organización Panamericana de Salud[OPS], 2019).

Las diferencias en los niveles de actividad física también se explican por las inequidades significativas en cuanto a las oportunidades de realizar actividad física por género y posición social. Las niñas, las mujeres, las personas mayores, las personas de posición socioeconómica baja, las personas con discapacidad o enfermedades crónicas, las poblaciones marginadas, los indígenas y los habitantes de las comunidades rurales suelen tener menos acceso a espacios y lugares seguros, accesibles, asequibles y apropiados en los que se pueda realizar actividad física. Abordar tales disparidades es una prioridad política y un principio esencial de este plan de acción mundial. Resolver esta brecha implica que tanto las policías públicas estén enfocadas a estos sectores en situación de vulnerabilidad a partir de las necesidades propias de cada grupo, Así también se requiere del trabajo conjunto de instituciones públicas y privadas (OPS, 2019).

Costo de la inactividad física para los sistemas de salud

Se estima que el costo de no participar en deportes es alto a escala global aproximadamente unos \$54.000 millones en atención directa de salud en el 2013, de los cuales el 57% recae en el sector público y unos 14.000 millones adicionales se atribuyen a la pérdida de productividad. Se considera que estas estimaciones son conservadoras, en razón de las limitaciones en los datos disponibles que excluye los gastos relacionados con la salud mental y las enfermedades musculoesqueléticas. Por otro lado, aún no se han incluido en una evaluación del impacto total los costos para la sociedad fuera del sistema de salud, como los posibles beneficios ambientales derivados del aumento del caminar y el uso de la bicicleta y el transporte público y la reducción asociada en el consumo de combustibles fósiles (Ding et al., 2016).

Para Vancampfort et al. (2019) tras concluir un estudio multinacional que incluyó a 181.793 adolescentes de 12 a 15 años de 66 países de ingresos bajos y medianos revelo que existe una relación entre el descuido de los progenitores, consumo de sustancias, violencia y comportamientos sedentarios. Siendo necesario desarrollar múltiples intervenciones de manera integral, en lugar de forma aislada, ya que muchos comportamientos de riesgo de estilo de vida surgen y se desarrollan en este período de la vida y luego persisten hasta la edad adulta. Adoptar un estilo de

vida saludable en la adolescencia puede tener efectos protectores contra la aparición de enfermedades crónicas, múltiples intervenciones de cambio de hábitos no saludables podrían tener el potencial, aunque es difícil de implementar en entornos de bajos ingresos, por lo que enmarcar procesos desde los principios del desarrollo local podría representar una alternativa.

De la misma manera, en el caso del envejecimiento de la población, considerándose como uno de los mayores desafíos socioeconómicos del siglo XXI, ya que el envejecimiento es un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas y discapacidades funcionales. Un estilo de vida sedentario promueve la progresión de enfermedades crónicas y la movilidad reducida en las personas mayores. Por tanto, la actividad física es fundamental para un envejecimiento saludable, no obstante, los programas de ejercicio para las personas mayores no han sido previsto desde la prioridad que merece (Prosegger et al., 2019).

En la parroquia San Buenaventura no existen estrategias que incentiven a sus habitantes a realizar prácticas deportivas y actividades recreativas. Los moradores reconocen que no existen costumbres ni motivaciones suficientes, es decir, no se considera los beneficios que pueden generar el mantener una rutina diaria de ejercicio ya sea individual con la familia o amigos.

Las principales causas recaen en la escasa atención que han prestado las autoridades, explicando que anteriormente el gobierno impulsa campañas para evitar el sedentarismo, pero no se ha evidenciado documentación que respalde la aplicación de dichas estrategias en a la parroquia San Buenaventura. Además, este sector no cuenta con lugares apropiados donde realizar actividades deportivas, así también, la no predisposición o desmotivación por parte de los moradores influyen en el mantenimiento de hábitos sedentarios.

Formulación del problema

¿Cuál es la realidad de la Cultura deportiva en la parroquia San Buenaventura de la ciudad de Latacunga?

Objetivo General

Analizar la realidad de la Cultura deportiva en la parroquia San Buenaventura, para aportar a la salud de sus pobladores.

Objetivos Específicos

- Fundamentar teóricamente los principios de la cultura deportiva mediante estrategias de búsqueda avanzada de acuerdo a las variables de investigación.
- Diagnosticar el contexto actual sobre cultura deportiva y actividades recreativas en la parroquia San Buenaventura.
- Describir un plan de acción a través de actividades físico recreativas para fortalecer la cultura deportiva en la parroquia.

Tareas:

Tabla N° 1 Tareas por objetivo

Objetivo	Actividad (tareas)
1. Objetivo específico Fundamentar teóricamente los principios de la cultura deportiva mediante estrategias de búsqueda avanzada de acuerdo a las variables de investigación.	<ol style="list-style-type: none">1. Levantar información, a través de términos estandarizados y diferentes motores de búsqueda2. Consolidar información, más relevante.3. Redactar datos epistemológicos
2. Objetivo específico Diagnosticar el contexto actual sobre cultura deportiva y actividades recreativas en la parroquia San Buenaventura.	Selección de la población para obtener la muestra. Elaboración y aplicación de un instrumento para el levantamiento de información pertinente (encuesta)
3. Objetivo específico Describir un plan de acción a través de actividades físico recreativas	<ol style="list-style-type: none">1. Identificar las fortalezas de la parroquia con relación a la temática

para fortalecer la cultura deportiva en la parroquia.	2. Plasmar actividades con sus respectivas planificaciones.
---	---

Elaborado por: Espinel R. (2021)

Etapas:

Tabla N° 2 Etapas de la investigación

Etapa	Descripción
Etapa Recopilación de información	1. Información referente a la comunidad además de información epistemológica.
Etapa Diagnóstico	2. Necesidades de actividades deportivas apegadas a la realidad de la parroquia San Buenaventura
Etapa Propuesta.	3. Plantear actividades que incentiven el deporte, cuidado a la salud y desarrollo.

Elaborado por: Espinel R. (2019)

Justificación

Diseñar estrategias para el fortalecimiento de la Cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas en la parroquia San Buenaventura, va de la mano con el derecho a la salud, que se expone en el Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021 “Toda una Vida” (Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, 2017) así como también se sustenta en la Constitución de la República del Ecuador, específicamente en la “Sección sexta referente a Cultura física y tiempo libre” Explicando que el Estado garantizará y promoverá la cultura deportiva, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen al bienestar de los ciudadanos, además se impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciar la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales y fomentará la participación de las personas con discapacidad (Constitución del Ecuador, 2008).

Tanto a nivel internacional como nacional la escasa actividad física ha afectado en gran medida la prevalencia de enfermedades no transmisibles y la salud general de la población mundial. Por ello, se orientará una posible **solución** a partir de

investigaciones que han demostrado que el ejercicio físico regular, reduce el riesgo de enfermedad coronaria y accidente cerebrovascular, diabetes tipo II, presión arterial alta, cáncer de colon, cáncer de mama y depresión. Además, el ejercicio físico es un factor decisivo en el gasto energético, por lo que lograr el equilibrio energético y el control del peso es fundamental (Organización Mundial de Salud [OMS], 2010).

El impacto a corto plazo radica con la influencia de la propuesta en relación al fortalecimiento de la cultura deportiva, es decir, las niñas, las mujeres, las personas mayores entre otros grupos tendrán la oportunidad de acceder a programas y lugares seguros, asequibles y apropiados para realizar actividad física.

Según los hallazgos de Ding et al. (2016), la inactividad física le ha costado a los sistemas de salud internacionales \$53,8 mil millones en todo el mundo en 2013, de los cuales \$31,2 mil millones fueron pagados por el sector público, \$12,9 mil millones por el sector privado y \$9,7 mil millones por hogares. Además, las muertes relacionadas con la inactividad física contribuyen a \$13,7 mil millones en pérdidas de productividad. Los países de ingresos altos soportan una mayor proporción de la carga económica (80,8% de los costos de atención de la salud y 60,4% de los costos indirectos), mientras que los países de ingresos bajos y medianos tienen una mayor proporción de la carga de morbilidad debido a la dificultad para asumir los gastos.

Con base a lo expresado el impacto a mediano y largo plazo incurre en empoderar a los moradores sobre los beneficios de la propuesta y consecutivamente insertar en el sistema de valores de la comunidad las actividades deportivas y recreativas.

Los beneficios, interés y utilidad del proyecto mantienen estrecha relación con mantener hábitos de vida saludables puesto que, la actividad física puede y debe integrarse en los entornos en los que las personas viven, trabajan y juegan. Caminar y montar en bicicleta son medios de transporte esenciales que permiten realizar actividad física regular a diario, pero su papel y popularidad está disminuyendo en muchos países. El deporte y el entretenimiento activo pueden ayudar a promover la actividad física para personas de todas las edades y

capacidades. A nivel mundial, puede ser un motor central del turismo, el empleo y la infraestructura, y también puede ayudar en programas humanitarios, fomentando el desarrollo comunitario y la integración social (Sallis et al., 2016).

Además, invertir en políticas para promover el caminar, el montar en bicicleta, el deporte, la recreación activa y el juego puede contribuir directamente a lograr muchos de los Objetivos del desarrollo sostenible para 2030, es decir, las medidas reguladoras para las actividades deportivas traerán múltiples beneficios sanitarios, sociales y económicos, y contribuirán directamente a la realización de varios Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) del ODS 3 (buena salud y bienestar), sino también de otros objetivos, como el ODS 2 (eliminar todas las formas de desnutrición), el ODS 4 (educación de calidad), el ODS 5 (igualdad de género), el ODS (Trabajo decente y crecimiento económico), el ODS 9 (industria, innovación e infraestructura), ODS 10 (reducir la desigualdad). La prevalencia del sedentarismo en el mundo actual es alarmante, se trata de un factor de riesgo que debe ser reemplazado por prácticas que ofrezcan una amplia multiplicidad de alternativas como son: la gimnasia de bajo impacto, técnicas de relajación, juegos populares, actividades rítmicas expresivas, el trabajo al aire libre etc. Disminuir el sedentarismo es una tarea que implica tanto a los ciudadanos como a las políticas de salud pública poner en práctica hábitos saludables para mejorar la salud, el bienestar de la comunidad y la calidad de vida (Naciones Unidas/CEPAL, 2018).

Las principales limitaciones obedecen por una parte a la escasa información sobre el tema planteado, por lo que se sugiere considerar futuras propuestas que se enfoquen en las actividades deportivas y recreativas. Por otra parte, a nivel práctico, la presente propuesta requiere de inversión económica continua, por lo que se buscará la contribución de actores sociales que deseen vincularse al proceso y además se orientará a los moradores a generar de un capital propio con el fin conseguir que la propuesta sea sostenible.

Impulsar las actividades deportivas y recreativas puede reducir los costos de atención médica al tiempo que mejora la salud, el bienestar de la comunidad y la calidad de vida, siendo ineludible diseñar estrategias para el fortalecimiento de la

Cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas en la parroquia San Buenaventura.

Metodología

La modalidad del presente trabajo obedece a un informe de investigación, con alcance descriptivo, mientras que el tipo de diseño corresponde a un estudio cuantitativo de tipo transversal con alcance analítico, explicando que, se recolectará información de libros, artículos científicos, sitios web oficiales, entre otros, con los cuales se fundamentará teóricamente y se establecerá la relación entre cultura deportiva y actividades recreativas (Hernández et al., 2014).

Así también, se efectuará un análisis del entorno a través de la aplicación de una encuesta con preguntas cerradas y de opción múltiple dirigida a una muestra de los moradores de la parroquia San Buenaventura. Para el cumplimiento de dicha actividad se usará de la aplicación Open Data Kit (ODK Collect), tratándose de una aplicación desarrollada por el Departamento de Ciencias e Ingeniería Informática de la Universidad de Washington, esta aplicación permite diseñar encuestas, recolectar información de forma organizada y un procesamiento de datos eficaz. ODK se encuentra equipado con funciones de ubicación e imagen por GPS siendo útil tanto para la investigación científica como para ejercicios de mapeo. Además, es una aplicación usada por organizaciones internacionales como Organización Mundial de la Salud,

Cruz Roja entre otras. Con relación a la población de estudio se estableció un marco de muestra según el número de habitantes, identificando una población de 1905 habitantes con un nivel de confianza del 95% y un error de 5% dando como resultado una muestra de 320 personas.

I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1.1. Antecedentes

En las últimas décadas, la situación se ha transformado radicalmente como consecuencia de la aparición constante y creciente de innovación tecnológica, tras los inventos de la inteligencia humana se han implantado nuevas formas de atender las tareas domésticas, de trabajar, de producir y distribuir los alimentos, de moverse de un lugar a otro, de organizar el urbanismo y de disfrutar del ocio; siendo el objetivo dejar de precisar de esfuerzo físico y que las tareas que comúnmente practicamos sean cada vez más fáciles y cómodas de ejecutar (Ministerio Español Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad, 2015). Es decir, el desarrollo tecnológico ha generalizado la adopción de estilos de vida sedentarios, explicando que hoy por hoy las tareas cotidianas demandan poca actividad física un claro ejemplo sea el teletrabajo, actividad que se realizan en la mayoría de los casos en una posición sentada, condiciones que podría ser reconocida como en una nueva amenaza para nuestra salud de las personas.

1.2. Investigaciones a nivel latinoamericano

En Venezuela se diseñó un plan de intervención mediante ejercicios físicos y de recreación a partir de las condiciones reales de la comunidad. Los resultados obtenidos fueron satisfactorios y el sedentarismo se redujo un 84% de la población estudiada. La valoración realizada por los especialistas y el nivel de satisfacción de los practicantes corroboran la factibilidad del plan de ejercicios físicos destinado a disminuir esta condición sedentaria (Jomar, 2015).

Así también, Chávez y Zamarreño (2016) concuerdan con especialistas en ciencias médicas y autoridades sanitarias quienes recomiendan realizarse al menos 30 minutos al día, al menos cinco días a la semana, de manera continua o con un tiempo acumulativo de 10 o 15 minutos de actividades de intensidad moderada.

En Chile menos del 20% de su población realiza ejercicio físico de forma regular. Entre las causas que permiten explicar esta situación destaca el desconocimiento de la preeminencia del deporte para la salud, entendiendo que la población chilena mantiene creencias asociadas al deporte con fenómenos de orden lúdico, lo que

contribuye a explicar la permanencia de altos índices de sedentarismo en el país y otros problemas relacionados (Sandoval y García, 2014).

1.3. Investigaciones a nivel nacional

La evolución hacia el encuentro de una sociedad más sana, lleva indisolublemente unido una mayor atención al cuidado del cuerpo tanto por medio de una alimentación más adecuada como por la realización de una actividad física que además es una de alternativa para emplear adecuadamente el tiempo libre, contribuyendo a un mejor estilo de vida en el modelo social actual. De allí radica la necesidad de aplicar distintas actividades físico recreativas según la edad, necesidades y posibilidades existentes en la comunidad por ello, García 2015, constató que las actividades físicas recreativas de juegos con pelotas (baloncesto, voleibol, beisbol, fútbol) y juegos de mesa (parchis, dama, ajedrez), incrementan los indicadores de desarrollo motor de niños entre los 8 y 10 años de edad.

Del mismo modo Calero et al. (2016) demuestran que, las actividades físico-recreativas diseñadas según las preferencias de los participantes son precisas para el mantenimiento de la salud física y mental para lograr de una mejor calidad de vida en el adulto mayor, incrementando la autoestima. Poseer una buena condición física es necesario para mantener la salud, en ese sentido las actividades físico-recreativas potencian factores protectores contra el estrés como por ejemplo potencializar habilidades sociales y estilo de vida saludable, entre otros. Consideración que coincide con los hallazgos obtenidos por Jaramillo y Sotomayor (2017) quienes tras evaluar a estudiantes militares concluyen que la recreación genera mayor atractivo motivacional, siendo importante generar los espacios físico-recreativos necesarios, así como los tiempos y el cumplimiento de los horarios de práctica.

De esta manera se reconoce que proporcionar conocimientos básicos sobre realizar deporte y actividades recreativas, fomentará estilos de vida activos y saludables a largo plazo aportará al crecimiento y un desarrollo saludables de los niños y adolescentes, mientras que en los adultos se verán beneficiados ya que el deporte también actúa como un mecanismo de liberación de tensión emocional aportando a mantener una salud física y mental.

1.4. Epistemología del desarrollo local, deporte, cultura deportiva y actividades recreativas

1.4.1. Desarrollo local

Para Lorenzo y Morales, (2014) el desarrollo local es:

La interacción o relación entre agentes, sectores y fuerzas que interactúan en el territorio. Definiéndolo como un complejo proceso de concertación entre agentes, sectores y fuerzas que interactúan dentro de los límites de un territorio determinado (local, regional) con el propósito de impulsar un proyecto común que combine la generación de crecimiento económico, justicia social, sustentabilidad ecológica, enfoque de género, calidad y equilibrio espacial y territorial, cambio social y cultural, con el fin de elevar el nivel de vida y el bienestar de cada familia y ciudadano que viven en ese territorio o localidad. (p. 454).

De esta manera se puede entender que el desarrollo local se encuentra asociado a un proceso complejo que es producto de una construcción colectiva a nivel local donde el movilizar los recursos con los que cuenta un determinado sector se convierte en un medio para asegurar el bienestar general de la población.

- Desarrollo local en América Latina

Según el Programa de Alianzas Estratégicas para el Desarrollo Local en América Latina en términos conceptuales de Desarrollo, lo define como un proceso de mejoramiento de cinco dimensiones indispensables, donde la ausencia de alguna invalida la posibilidad de hablar sobre desarrollo. Estas dimensiones son: Crecimiento económico; Mejoramiento de la calidad de vida; Afirmación de valores y de la identidad, incluyendo la étnica, clase, género y generación; Ciudadanía y democracia, como valores individuales y colectivos; y Equilibrio ecológico (Gallicchio, 2004).

- Iniciativas locales de desarrollo

Partiendo desde un criterio metodológico generalizado, las iniciativas locales pueden contribuir no sólo a acortar las distancias y a crear una verdadera cooperación entre áreas económicamente fuertes y áreas desfavorecidas, sino que también pueden crear fecundas redes de iniciativa y cooperación; siendo

importante estimular la disposición por parte de la población y la consideración del aprovechamiento de los recursos endógenos (Cabrera et al., 2015).

1.4.2. Cultura

El Comité de la ONU sobre los Derechos Económicos, Sociales y Culturales define cultura de la siguiente manera:

Cultura [...] incluye, entre otras cosas, formas de vida, idioma, literatura oral y escrita, la música y el canto, comunicación no verbal, la religión o creencias, ritos y ceremonias, deportes y juegos, métodos de producción o tecnología, medios naturales y artificiales, la comida, el vestido, la vivienda, las artes, las costumbres y las tradiciones a través de la cual los individuos, grupos de individuos y comunidades expresan su humanidad y el sentido que dan a su existencia, y construyen su visión del mundo representando su encuentro con las fuerzas externas que afectan a sus vidas. (párr. 1).

Los valores de la sociedad son la base sobre la que se construye todo lo demás y, la forma en que estos se expresan, son su cultura siendo parte del ser y configurando la formas de vida; abarca los valores, las creencias, las convicciones, la expresividad humana, las lenguas, los saberes y las artes, las tradiciones, instituciones y modos de vida por medio de los cuales las personas manifiestan su humanidad (Sanchez, 2021).

- **Derechos Culturales**

Según la Declaración Universal de la UNESCO sobre la Diversidad Cultural la cultura debe ser considerada el conjunto de los rasgos distintivos espirituales y materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a una sociedad o a un grupo social y que abarca, además de las artes y las letras, los modos de vida, las maneras de vivir juntos, los sistemas de valores, las tradiciones y las creencias”. El derecho a participar en la vida cultural tiene elementos tanto individuales como colectivos. Pueden ejercerse como un individuo, en asociación con otros, o dentro de una comunidad o grupo. Los Estados deben prestar especial atención a los derechos culturales de los grupos minoritarios e indígenas, entre otros, y proporcionar oportunidades tanto para preservar su cultura como para formar su

desarrollo cultural y social, incluyendo la relación con el lenguaje, la tierra y los recursos naturales (UNESCO, 2005).

1.4.3. El deporte

El deporte es un producto y la construcción del ser humano, hoy en día se ha convertido en un fenómeno de extraordinaria trascendencia social, que merece la atención de investigadores y académicos. Pero también forma parte de los estímulos, situaciones, experiencias y emociones a los que cualquier persona de las sociedades más avanzadas se puede exponer. Así también se suele relacionar el deporte, especialmente la práctica físico deportiva, con numerosos beneficios físicos, psicológicos y sociales. Se trata entonces de un gran instrumento para el desarrollo integral del ser humano (Pérez y Muñoz, 2018).

Así también, el deporte forma parte de lo que llamamos cultura definida como el sistema de creencias y valores, comportamientos y artefactos compartidos utilizados por miembros de la sociedad al interactuar con ellos mismos y su mundo y difundidos a través del aprendizaje. La cultura, pues, se compone tanto de elementos tangibles como intangibles, elementos que se aprenden y que están en constante revisión, provocando que el binomio sociedad cultura sea dinámico y funcional (Águila, 2009).

- **Derechos Deportivos**

Según la Constitución de la República del Ecuador, que la sección sexta sobre la Cultura Física y tiempo libre en el Art. 381 se establece que:

El Estado protegerá, estimulará, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad .(p. 91)

Así también, el Estado Ecuatoriano deberá garantizar los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

- Derechos humanos y deporte

Con relación al deporte y derechos humanos según Venegas (2020) a partir de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de 1978, la Organización de las Naciones Unidas reconoce que toda persona debe acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad. Así también se da importancia al desarrollo de facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte a nivel educativo y social. Siendo indispensable que se garantice oportunidades especiales a los jóvenes, comprendidos los niños de edad preescolar, a las personas de edad y a los deficientes, a fin de hacer posible el desarrollo integral.

De esta manera se entiende que la función que desempeña el deporte y los principales eventos deportivos pueden servir de catalizadores para la creación de conciencia con respecto a la igualdad y no discriminación, es decir, al tratarse de un fenómeno cercano a la mayor parte de personas se convierte en una herramienta para propiciar la paz y el desarrollo.

- Cultura deportiva

El término cultura se relaciona con un conjunto de creencias, conocimientos, pensamientos, comportamientos, costumbres, símbolos, hábitos de personas en su familia y grupos sociales. Estos elementos generalmente se aprenden con el tiempo y se transmiten de una generación a otra a través de la experiencia social. Entendiendo que, la cultura es generada por las experiencias y diversas facetas, una de esas facetas es la que involucra al deporte como fenómeno social, que en muchos casos mueve grandes masas poblacionales. Es entonces cuando se puede decir que existe la cultura deportiva.

A partir de las consideraciones de Pérez y Muñoz (2018) la cultura deportiva es un vínculo social a través del cual un grupo se identifica con una actividad relacionada con el deporte. Generalmente es el nexo entre personas de distintas

ideologías, tendencias políticas, religiosas y hasta de diferentes niveles educativos. Cuando se habla de temas deportivos, quedan en segundo plano los clasismos o mecanismos de diferenciación social, ya que a pesar de que la persona sea un deportista o un simple espectador, el deporte es innegablemente un fenómeno masivo. Todo lo planteado se ve reflejado en los espectáculos de carácter deportivo, estos espectáculos representan para todos los involucrados, sean deportistas o no, espacios de creación y difusión cultural. En este sentido, son también un reflejo del entorno social en el que se han creado y desarrollado a lo largo de la historia.

La cultura deportiva viene dada por dos factores, uno social y otro educativo, moldeando así, el desarrollo humano a partir de la interacción de individuos en un medio ambiente específico. El deporte como actividad social facilita las habilidades y el crecimiento del deportista en el contexto individual y grupal. Esto le permite asumir y comprender valores y actitudes sociales. Así mismo, es un recurso que enseña a los ciudadanos a involucrarse y participar efectivamente dentro de su comunidad. En este aspecto, la cultura deportiva actúa como un vínculo de cambio social y refuerza la formación individual (Camargo et al., 2013).

Para Águila (2009) el dinamismo del entramado cultural entendiendo esto como la posibilidad de cambio, es fundamental a la hora de enfrentarnos al fenómeno deportivo desde una perspectiva crítica. En otras palabras, en contra de una visión biologicista y determinista, es necesario reivindicar que la característica propia de los seres humanos y, posiblemente, la que más nos diferencia de otras especies, es la capacidad para decidir, elegir y transformar la realidad y a nosotros mismos. Ambas tienen a su vez una relación íntima con el propio hombre, ya que la sociedad a través del proceso de socialización permite que éste adquiera una serie de pautas culturales determinadas, pero manifestadas a través de su propia personalidad. No obstante, todo este proceso es dinámico, es así que, desde las primeras edades, las personas pueden introducirse en un campo deportivo, cuya dinámica produce hábitos, emociones, formas de pensar, en definitiva, una cultura dentro del deporte que contribuye al desarrollo de su personalidad y de su forma de ver el mundo.

- Elementos de la cultura deportiva

Para Pérez (2015) una de las razones básicas por las que el deporte debe ser considerado en cualquier tipo de organización o comunidad es el bienestar individual y colectivo. En este sentido, se han realizado numerosos estudios que describen y caracterizan a la cultura deportiva como por ejemplo los elementos que a continuación se mencionan

- Elemento lúdico

Los juegos son una de las principales formas de aprendizaje en los primeros años de vida. Practicarlo puede acercar a las personas a la realidad para comprenderla, promover las responsabilidades adultas y mejorar la comunicación con los demás.

- Elemento agonístico

Una forma de promover el instinto de mejora de las personas es a través de la competencia. Esta práctica es beneficiosa siempre que sea bien dirigida al iniciar una actividad deportiva, ya que experimentar la competencia a través del deporte es una forma de prepararse ante el medio y las adversidades sociales.

- Elemento regulador

En cada deporte, existen pautas y reglas para determinar el desempeño adecuado del deporte y la vida misma. Sin reglas, el respeto y la convivencia podrían ser olvidados conduciendo a una sociedad desordenada y egoísta.

- Elemento simbólico

Los significados simbólicos que existen en el deporte suelen ser similares a muchos aspectos de la realidad, sean agradables o no, se derivan de la realidad. Por tanto, el deportista afronta estos aspectos y se prepara a sí mismo y a las personas con las que interactúa para poder afrontar estas situaciones en el futuro.

- Influencia de la cultura deportiva en la salud mental

Para Vargas (2018) la cultura deportiva, no es hacer eventos, sacar campeones, ganar medallas etc. La cultura deportiva es conocer lo que un país requiere para el desarrollo físico y armónico de todos sus ciudadanos: niños, jóvenes y adultos. No solamente se trata de desarrollar el deporte o a deportistas, es convencer a la

sociedad del beneficio de la práctica y el hábito del ejercicio continuo y permanente. Razón por la que a continuación se identifican fortalezas que las prácticas deportivas y actividades recreativas aportan a las personas.

En el contexto de salud mental, existe una variedad de circunstancias terapéuticas que están asociadas a la práctica deportiva, donde se considera a la actividad física como un aliado en los procesos de intervención en patologías tan frecuentes como el estrés, la ansiedad y la depresión. También, la actividad física y el deporte pueden establecerse como un elemento protector en la aparición de trastornos de personalidad, estrés laboral o académico, ansiedad social, falta de habilidades sociales, disminución del impacto laboral, social y familiar. Actualmente, el padecimiento de síntomas de ansiedad ha pasado a ser un padecimiento común, una de las alternativas para contrarrestar este tipo de dificultad sin duda es la actividad física como la medicación, caminatas, gimnasia entre otras (Barbosa y Urrea, 2018).

Otro de los puntos pertinentes, es el de empoderar a las personas de todas las edades, desarrollando programas que disminuyan los factores de riesgo que comienzan en la infancia y aumenta con la edad; trasladando consigo un detrimento de la calidad de vida y muerte prematura. Esto implica que la actividad deportiva puede considerarse como un elemento central y fundamental en los programas de políticas en promoción de la salud mental. Asimismo, el deporte es un medio necesario para establecer actividades sociales adecuadas, es necesario darse cuenta de que se trata de un proceso de aprendizaje a lo largo de la vida que permite a las personas establecer vínculos afectivos con los demás. Esto requiere adquirir habilidades que conduzcan a mantener conductas de sana convivencia.

- Actividad física

Se considera actividad física a cualquier movimiento de los músculos esqueléticos, que producen un gasto de energía superior al basal, que supone una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea. Así también según la OMS, (2020) la actividad física puede tener lugar durante el desempeño laboral, en el hogar, en el tiempo de recreo u ocio y durante los desplazamientos describiendo los siguientes tipos de actividad:

- Actividades laborales:

Son aquellas actividades realizadas en el entorno laboral y en el tiempo de trabajo: desplazarse, transportar o manipular objetos, manejar máquinas, etc.

- Actividades domésticas:

Incluyen las tareas propias del hogar (barrer, limpiar, cuidar a los niños o a otros familiares, lavar, etc.)

- Actividades recreativas o en tiempo de ocio:

Todas las actividades deportivas que realizamos en nuestro tiempo libre suelen ser entretenidas, aunque pueden tener trascendencia educativa o social (pasear, jugar, bailar, hacer senderismo, cuidar el jardín, etc.). Aunque algunas actividades se realizan por elección y pueden brindar placer, otras actividades deportivas relacionadas con el trabajo o la familia pueden ser necesarias o incluso obligatorias. En comparación con el entretenimiento activo, por ejemplo, es posible que no brinden los mismos beneficios de salud mental o social. Sin embargo, si se realiza con regularidad y con suficiente duración e intensidad, todas las formas de ejercicio físico pueden aportar beneficios para la salud.

1.4.4. Actividades recreativas

En muchos casos, este concepto está vinculado a otros conceptos y ha dado lugar a confundir términos como entrenamiento deportivo o actividades de entretenimiento, desviándose del verdadero componente clave, para comprender el significado de la actividad recreativa es necesario revisar conceptualizaciones tales como:

Según la Real Academia Española, (2020) la recreación es definida como “Acción y efecto de recrear” “Diversión para alivio del trabajo” De la misma manera Gonzalez (2018) reconoce que la recreación debe satisfacer las necesidades básicas de las personas, incluyendo jugar, socializar, hacer deporte, disfrutar de actividades al aire libre, pasatiempos y participar en actividades artísticas. De esta manera, promueve el desarrollo integral, porque favorece la formación de una vida más satisfactoria siendo posible la integración social y la consolidación del sentido de pertenencia o identificación con grupos específicos.

La recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ello, se recrea como considere necesario, por eso se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: la difusión, el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras. Además, la recreación se da normalmente a través de la generación de espacios, en los que los individuos pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más o menos activa de la persona en las actividades a desarrollar (Hourruitiner, 2014)

- Tipo de actividades recreativas

Según Pérez y Merino (2017) las actividades recreativas se caracterizan por una clasificación que las agrupa de la siguiente manera:

- Las que se realizan al aire libre
- Las de creación manual y artística
- Las actividades recreativas que se traducen en asistencia a espectáculos
- Las que son de tipo socio-familiar
- También se encuentran las de lectura
- Las actividades de relajación
- Las deportivas
- Las actividades recreativas lúdicas
- Las culturales participativas
- Las visitas
- Lo que son actividades audiovisuales.
- Las actividades relacionadas con pasatiempos y hobbies

Tras analizar las diferentes perspectivas epistemológicas se comprende que las características, diversidad y beneficios de las actividades recreativas, constituyen el principal medio del proceso educativo del tiempo libre para el desarrollo de conocimientos, habilidades, motivaciones, actitudes, comportamientos y valores relacionados con el equilibrio en la vida de las personas. Asimismo, el avance actual de las actividades recreativas se concibe a través de métodos tanto

personales como educativos, que se complementan para favorecer el desarrollo integral de la persona manteniendo su salud física y mental.

- Fundamentación del estado del arte

En Venezuela, con el objetivo de disminuir los niveles de sedentarismo se diseñó un plan de intervención mediante ejercicios físicos y recreación a partir de las condiciones reales de la comunidad. Las mediciones, experimentos, entrevistas, encuestas y estándares profesionales se encuentran en los métodos utilizados. Los resultados obtenidos son satisfactorios, por lo que el programa de intervención diseñado a través del ejercicio físico redujo el sedentarismo del 84% de la población estudiada. La valoración realizada por los especialistas y el nivel de satisfacción de los practicantes corroboran la factibilidad del plan de ejercicios físicos destinado a disminuir esta condición sedentaria (Jomar, 2015).

Así también, Chávez y Zamarreño (2016) concuerda con especialistas en ciencias médicas y del deporte y consecuentemente con autoridades sanitarias quienes recomiendan que toda persona debe desarrollar actividad física de forma regular, para recuperarse ó mantenerse saludable, enfatice que estas actividades deben realizarse al menos 30 minutos al día, al menos cinco días a la semana, de manera continua o con un tiempo acumulativo de 10 o 15 minutos de actividades de intensidad moderada.

En Chile, luego de revisar los diversos estudios realizados sobre el tema en los últimos años, la educación física y el ejercicio físico son ampliamente considerados como alternativas. Sin embargo, menos del 20% de los chilenos realiza ejercicio físico de forma regular. Entre las causas que permiten explicar esta situación destaca el desconocimiento de la preeminencia del deporte para la salud, entendiendo que la población chilena mantiene creencias asociadas al deporte con fenómenos de orden lúdico, lo que contribuye a explicar la permanencia de altos índices de sedentarismo en el país y otros problemas relacionados (Sandoval y García, 2014).

La evolución hacia el encuentro de una sociedad más sana, lleva indisolublemente unido una mayor atención al cuidado del cuerpo tanto por medio de una alimentación más adecuada como por la realización de una actividad física que

además es una de alternativa para emplear adecuadamente el tiempo libre, contribuyendo a un mejor estilo de vida en el modelo social actual. De allí radica la necesidad de aplicar distintas actividades físico recreativas según la edad, necesidades y posibilidades existentes en la comunidad por ello, García 2015, constató que las actividades físicas recreativas de juegos con (pelotas baloncesto, voleibol, beisbol, futbol) y juegos de mesa (parchi, dama, ajedrez), incrementan los indicadores de desarrollo motor de niños entre los 8 y 10 años de edad.

Del mismo modo Calero et al. (2016) demuestran que, las actividades físico-recreativas diseñadas según las preferencias de los participantes son precisas para el mantenimiento de la salud física y mental para lograr de una mejor calidad de vida en el adulto mayor, incrementando la autoestima. Poseer una buena condición física es necesario para mantener la salud, en ese sentido las actividades físico-recreativas potencian factores protectores contra el estrés como por ejemplo potencializar habilidades sociales y estilo de vida saludable, entre otros. Consideración que coincide con los hallazgos obtenidos por Jaramillo y Sotomayor (2017) quienes tras evaluar a estudiantes militares concluyen que la recreación genera mayor atractivo motivacional, siendo importante generar los espacios físico-recreativos necesarios, así como los tiempos y el cumplimiento de los horarios de práctica.

1.5. Conclusiones Capítulo I

La práctica deportiva resulta fundamental en el mantenimiento de la salud, reconocer los beneficios de la actividad física e invertir en su fomento como una prioridad en la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas supone una alternativa sostenible para garantizar estilos de vida saludables. Invertir en el fortalecimiento de la cultura deportiva permitirá que los costos de la inactividad física disminuyan, contribuyendo al incremento de su impacto positivo en los sistemas de salud, el medioambiente, el desarrollo económico, el bienestar de la comunidad y la calidad de vida para todos.

Las actividades recreativas en la parroquia tienen que integrar las diferentes formas organizativas de participación, buscando igualdad entre los habitantes tanto en el uso educativo, activo y creativo del tiempo libre, de tal, manera la

recreación contribuye al desarrollo humano integral porque ésta favorece la formación de seres humanos más satisfechos de vivir, siendo posible una mejor integración social y la adquisición de un sentido de pertenecer o identificarse con un determinado grupo

La cultura deportiva viene dada por factores social y educativo, moldeando así, el desarrollo humano a partir de la interacción de individuos en un medio ambiente específico. El deporte como actividad social facilita las habilidades y el crecimiento en el contexto individual y grupal permitiendo asumir y comprender valores y actitudes sociales. Así mismo, es un recurso que enseña a los ciudadanos a involucrarse y participar efectivamente dentro de su comunidad.

II. PROPUESTA

2.1. Título de la propuesta

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva en los habitantes de la parroquia San Buenaventura.

2.2. Objetivos

2.1.1. Objetivo general

Diseñar actividades deportivas y recreativas mediante planificaciones para fortalecer la cultura deportiva en los habitantes de la parroquia San Buenaventura.

2.1.2. Objetivos Específicos

Diseñar instrumentos

- Establecer características del territorio de la parroquia de San Buenaventura.
- Planificar actividades e identificar necesidades de cada evento a realizarse en el barrio anfitrión partiendo desde un enfoque de género.
- Socializar las actividades con las autoridades, representantes barriales, lides comunitarias y comunidad.

2.3. Justificación

La parroquia San Buenaventura se encuentra ubicada en la provincia de Cotopaxi, cantón Latacunga, a 2 km del norte de la ciudad de Latacunga. Sus respectivos barrios son: Colaisa, San Francisco, Laigua Santo Domingo, Laigua Centro, San Silvestre, Bellavista, Monjas, Chile, Santa Bárbara, María Jacinta, Libertad, Barrio Centro. La mayor parte de habitantes emplean el tiempo en la producción agropecuaria principalmente por la producción de hortalizas y producción de leche.

Según los resultados de la encuesta aplicada, existe problemáticas como: personas con sobrepeso, adolescentes que no emplean de forma adecuada el tiempo libre, grados elevados de estrés en las personas, uso excesivo del celular, se ha subvalorado los beneficios de compartir en familia actividades como los juegos tradicionales, realizar campeonatos deportivos, es decir, se ha debilitado la cultura deportiva de los habitantes de la parroquia San Buenaventura.

Por otra parte, en la parroquia San Buenaventura los lugares donde se pueda practicar deportes son escasos y la mayoría tienen altos costos de ingresos, por lo que una gran parte de la comunidad ha creado hábitos de sedentarismo. La falta de estos espacios deportivos podría generar factores de riesgos asociados a problemáticas sociales como son: el consumo de drogas, delincuencia, problemas de salud entre otros.

2.4. Desarrollo de la propuesta

2.4.1. Elementos que la conforman

En favor de desarrollar la propuesta de manera apegada a la realidad local se ha seguido los lineamientos que recomienda la metodología planteada por el Instituto Latinoamericano y del Caribe de Planificación Económica y Social (ILPES) y la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) que incorporan la experiencia en alrededor de 30 territorios de América Latina y el Caribe, explicando que para garantizar los resultados y la sostenibilidad de cualquier proyecto o propuesta de trabajo con la comunidad es preciso contar con lineamientos que se adapten correctamente a la complejidad de la dinámica del

territorio y pobladores (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] , 2012).

A continuación, se describen las principales ventajas de tener como referencia dicha metodología.

- **Comprensible:** Es entendible no solo por expertos en materias de planificación, sino por cualquier interesado en su aplicación.
- **Flexible:** Permite adaptarse a las realidades locales y a las técnicas específicas que pueden ser conocidas en el marco de su aplicación.
- **Elevada apropiación:** Su naturaleza comprensiva, flexible y práctica le permite ser rápidamente apropiada por el agente planificador. Esto permite que los procesos de planificación sean realizados preferentemente por los propios encargados del tema a nivel local minimizando la participación de consultores o expertos externos

Según la CEPAL (2012) la metodología se basa en el esquema de planificación integral del desarrollo local, es decir, para ejecutar cualquier propuesta se debe contar con recurso humano especializado que pueda aportar conocimiento y se distinga por la capacidad de trabajar en equipo, de esta manera se conseguirá desplegar una planificación integral adecuada.

2.5. Planificación integral

Para el funcionamiento práctico se debe hacer un esfuerzo de conformar un trabajo coordinado entre cuatro áreas temáticas como mínimo, lo que implica formar cuatro grupos de trabajo que se encargaran de cada área temática proponiendo las siguientes:

- Desarrollo social y capital humano
- Desarrollo institucional, articulación de actores y participación
- Ordenamiento territorial y desarrollo de infraestructuras
- Desarrollo económico local y fomento productivo

A partir de las consideraciones expuestas por la CEPAL (2012) se procede a realizar un análisis de las posibilidades de realizar una planificación integral de la parroquia de San Buenaventura:

En la Parroquia San Buenaventura, se identificó escasos hábitos saludables ya sea por desconocimiento de los beneficios de las actividades recreativas, desmotivación o la inexistencia de lugares apropiados para realizar dichas actividades. Por lo que se propone trabajar inicialmente en la toma de conciencia de los habitantes de dicha parroquia con la finalidad de evitar posibles rechazos y poca participación en la propuesta. Paralelamente se articulará diferentes instituciones afines a los objetivos trazados, solicitando la colaboración de ministerios como por ejemplo el Municipio, el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIESS), de Salud, deporte, cultura entre otros.

Los agentes de cambio que se deben encargarse de impulsar este proceso son tanto públicos como privados, y se resumen básicamente en las autoridades locales, universidades, cámaras empresarias, centros de formación, agencias de desarrollo local, y otras, que es importante que transiten por estos procesos de generación de confianza que potenciarán su accionar. La sinergia institucional pública y de actores particulares permitirá mejorar la comunicación interinstitucional además de focalizar de mejorar manera las inversiones económicas en proyectos sostenibles en la comunidad. En el caso de la propuesta planteada las instituciones aportarán ya sea con capital económico, profesionales especializados, objetos materiales entre otros. Una vez se consiga la participación activa de las diferentes instituciones se podrá plantear el desarrollo de infraestructura necesaria para la ejecución de actividades recreativas como son: canchas de fútbol, bolie, ciclo paseos, parques etc.

En cuanto al desarrollo económico y fomento productivo, cabe destacar que tras haber generado la necesidad de incorporar hábitos saludables como el realizar actividades recreativas y tener espacios e infraestructura apropiada dentro de la comunidad, a más de prevenir el sedentarismo en sus moradores, lo que significa disminuir los gastos en salud, así también puede representar mejoras en el desarrollo económico ya que hacer ejercicio va de la mano de una buena alimentación y la parroquia es capaz de ofrecer productos de calidad como son verduras, carnes, lácteos entre otros. Por otro lado, la parroquia cuenta con extensos espacios verdes, geográficamente podría ser un lugar atractivo para hacer

ejercicio, participar de programas recreativos al aire libre o incluso iniciar con emprendimientos relacionados con el turismo.

De esta manera se puede determinar que, si es posible realizar una planificación integral, además la parroquia cuenta con potencial endógeno como a continuación se resume.

2.6. Potencial endógeno

El potencial endógeno de la Parroquia San Buenaventura se encuentra agrupado en recursos físicos humanos económicos y socioculturales. La mayor parte de habitantes emplean el tiempo en la producción agropecuaria principalmente por la producción de hortalizas y producción de leche.

Así mismo, mediante de la aplicación de la encuesta se identificó que la parroquia San Buenaventura posee recursos propios del denominado capital social, que según el Banco de Desarrollo de América Latina (2003) corresponde a un proceso de desarrollo organizado caracterizando a las buenas relaciones interpersonales redes de interacción y vida asociativa. Recurso que en el caso de la Parroquia San Buenaventura se explicarían debido a que se trata de un poblado que aún conserva sus costumbres y tradiciones enfocadas al bienestar comunitario.

A partir de las recomendaciones metodológicas de CEPAL (2012), para elaborar determinada propuesta se deberá investigar sobre la información que pueda haber sido previamente generada como por ejemplo el plan de desarrollo y organización territorial del cantón Latacunga 2016-2028. En el Plan de desarrollo y organización territorial ofrece información suficiente sobre el espacio territorial determinado por condiciones no sólo político administrativas, sino también sociales, culturales y ambientales con el fin de evaluar y promover su capacidad de desarrollo.

De esta manera, se procede a resumir la información respectiva sobre la Parroquia San buenaventura según los datos encontrados en Plan de desarrollo y organización territorial del cantón Latacunga 2016-2028 (GAD Municipal Latacunga, 2016), describiendo a la parroquia de San Buenaventura de la siguiente manera:

2.7. Contexto geográfico

“El cantón Latacunga cuenta con una superficie de 138.630,60 ha con una población de 183446 habitantes según la proyección del INEC para el año 2014, 94180 (51,33%) son mujeres y 87954 (47,94%) son hombres lo que nos da una densidad poblacional de 0.000132 hab/m² es decir a cada persona le corresponde 7557 m² de superficie en el cantón Latacunga.

El cantón está conformado por 5 parroquias urbanas y 10 rurales. Las parroquias urbanas son las siguientes: La Matriz, Ignacio Flores, Eloy Alfaro, Juan Montalvo, San Buenaventura y las parroquias rurales son: Aláquez, Pastocalle, Joseguango Bajo, Belisario Quevedo, Guaytacama, Poaló, Once de Noviembre, Tanicuchí, Mulaló y Toacaso

2.8. Sistema natural y ambiental

- **Clima**

De acuerdo a la zonificación de la variable climática ecuatorial exotérmico seco, con una extensión de 11.729,300 has. Y un porcentaje de 8,461% del cantón, corresponde las parroquias de Poaló, 11 de Noviembre, y Latacunga, con precipitaciones de menos de 500 ml por año.

- **Suelos**

La parroquia San Buenaventura se encuentra ubicada en la provincia de Cotopaxi y pertenece al cantón Latacunga, siendo una zona netamente volcánica, cuyos productos pertenecen a edades diferentes y a emisiones de diversos volcanes, siendo el principal el Cotopaxi. Las pendientes con mayor incidencia están en el rango de 12-25 moderadamente ondulado con un porcentaje de 17,94% luego en el rango de 0-5 considerado plano a casi plano con un porcentaje de 9,91%.

El espacio agrario está conformado por las zonas en las cuales la intervención humana determina la categoría de uso de suelo. Se considera dentro de este espacio a los diferentes cultivos transitorios, permanentes o de ciclo corto que se producen en el cantón.

Los cultivos de ciclo corto predominantes en el cantón Latacunga son: Maíz, brócoli, papas, habas, fréjol, zanahoria, chocho, remolacha, perejil, cilantro, coliflor, nabo, lechuga.

Las zonas preferentemente agrícolas se ubican desde las cotas más bajas del cantón hasta los 3.700 metros de altura aproximadamente, en terrenos de pendiente baja y corresponden a las parroquias de Latacunga, Belisario Quevedo, Guaytacama, Once de Noviembre, Poaló, Tanicuchi y Toacaso. En esta categoría se incluyen además los cultivos bajo invernadero, en su mayoría de flores y en menor proporción de hortalizas.

En el cantón Latacunga se han identificado once categorías generales de cobertura vegetal y formas de uso humano del suelo, denominadas como espacio natural y espacio agrario, respectivamente.

2.8.1. Riesgos

Riesgo natural: El cantón Latacunga se encuentra propenso a ser afectado ante la ocurrencia de un riesgo natural, especialmente por una erupción del volcán Cotopaxi, debido a que presenta serias falencias en coordinar actividades de prevención y mitigación de desastres naturales, no existe acciones de coordinación ni planificación entre las instancias responsables, hay una ausencia de políticas de comunicación, y la variable de Riesgos Ambientales no tiene un espacio de análisis dentro del reglamento del uso del suelo urbano; por lo que, su aplicación para intervenir en ciertas zonas expuestas amenazas tampoco es viable.

La contaminación ambiental: Latacunga es un tema alarmante, sobre todo refiriéndose al caso de la calidad del agua del río Cutuchi, directamente vinculados a la magnitud de las descargas de aguas servidas, residuos sólidos y desechos industriales y agrícolas, que son directa o indirectamente vertidos sobre el área de aportación del río.

Expansión de la frontera agrícola y ganadera, se observa un deterioro sistemático del territorio, traducido principalmente en la conservación de bosques naturales a pastos, situación que si bien es cierto ha generado para algunas parroquias de Latacunga una vocación lechera reconocida por la elaboración de productos lácteos, también es cierto que esto se ha logrado perdiendo cerca del

80% de los bosques naturales existentes, lo cual refleja la inexistencia de modelos productivos no sostenibles

2.9. Sistema económico productivo

La Población Económicamente Activa del cantón Latacunga representa el 43.34% en relación al total de la población del cantón (73,897 habitantes frente a un total de 170,489 según datos del INEC 2010).

En el cantón Latacunga existe mucha **informalidad** debido a la precaria situación de trabajo, baja productividad e incidencia de salarios mínimos, presentando baja estabilidad laboral donde predominan contratos verbales y temporales.

- Manufactura y artesanía, comercio, servicios

Según resultados del Censo INEC 2010 el número de establecimientos del cantón Latacunga corresponde a 6534, de los cuales el 49.92% corresponde a comercio al por mayor y menor seguido por manufactura y actividades de alojamiento y servicios de comidas con un 13,77% y 9,64% respectivamente.

Del total de patentes del cantón apenas el 5,7% corresponde a ciertas actividades de turismo como son restaurantes, servicios de alimentación, alojamiento entre otros. - El incremento de los establecimientos no se basa en una planificación de acuerdo a un análisis de oferta y demanda en el cantón.

La comercialización de leche en la provincia de Cotopaxi, se realiza de manera similar al canal de distribución nacional. La producción proviene principalmente de los cantones Latacunga y Salcedo, en menor proporción los 5 cantones restantes.

- Grado de organización productiva

En la provincia de Cotopaxi y de manera particular en el sector urbano de la ciudad de Latacunga tenemos que existen microempresas, pequeñas empresas, medianas empresas y empresas grandes unas formales y otras informales. Si bien es cierto las microempresas cuentan con gran informalidad por su naturaleza, las pequeñas y las medianas ya se les exigen que estén reguladas por un organismo de control tributario como es el SRI.

- Acceso a financiamiento

En lo referente a captaciones en el Mercado Financiero del cantón Latacunga según datos del INEC 2010 la Banca Privada y Cooperativas son las que mayor cobertura tienen con un 52,26% y 35,45% respectivamente. La Banca Pública y Mutualistas son las que menor participación tienen con un 3,41% y 8,89%. Esta situación se ha mantenido de forma sostenida en los tres últimos años.

- Recursos turísticos

El cantón Latacunga tiene varios sitios turísticos, de los cuales pocos son los conocidos y que generan un ingreso económico al cantón mientras otros sitios no son conocidos o no se le ha dado el apoyo para su desarrollo turístico y por consiguiente que sea conocido a nivel Nacional e Internacional, a la vez incrementa los ingresos económicos por medio del sector turístico. Actualmente no existe un inventario actualizado de atractivos turísticos del cantón, como tampoco existe un Plan Estratégico de Gestión Turística para el desarrollo del cantón. -El apoyo a nuevos emprendedores turísticos es mínimo, especialmente en artesanías, agroturismo, ecoturismo, que incentiven al turista a visitar la ciudad y el resto de los lugares llamativos del cantón y generen ingresos económicos para la población.

- Demografía
- Tasa de mortalidad general, materna, infantil

En la provincia Cotopaxi según las estadísticas vitales realizadas por el INEC para la provincia de Cotopaxi según el número de defunciones es de 1751 y como proyección de la población es de 43782 con una tasa de mortalidad de 400 por cada 100.000 habitantes y para el cantón Latacunga el número es de defunciones es de 864 con una proyección de la población de 185698 y la tasa de mortalidad es de 465,3 por cada 100.000 habitantes.

La tasa de mortalidad infantil en el cantón Latacunga es alta y mucho más en los niños menores de 1 año ya que se han identificado más casos de neumonía el 18,1, por cada 10000 según la tasa de mortalidad infantil.

- Tasa de analfabetismo

Es importante recalcar que el cantón Latacunga ha reducido su nivel de analfabetismo como base desde el año 1990 hasta el año 2010 se ha reducido de 20,2% a 9,2%.

- Mercado de trabajo
- Desempleo y subempleo

De la población total, el 79,56% está en edad de trabajar (personas de 10 años a 99 años), La población del cantón Latacunga representa el 41,66% de la provincia de Cotopaxi, con una tasa de crecimiento de 1,88% según censo de población y vivienda 2010. De acuerdo a lo que se observa, la población de 0 a 14 años representa un 30% de la población del cantón, mientras que el 35,06% representa a la población de 15 a 34 años que incluyen a personas que estudian y trabajan; a partir de los 41 años la población va disminuyendo.

- Perfiles que caracterizan la oferta de trabajo

La población económicamente activa tiene un promedio de 5 años de escolaridad en la ciudad es de 9 años y en el área rural de 4 años; lo que da cuenta de las diferencias de acceso a la educación entre las dos áreas.

El empleo se volvió más precario en las zonas rurales, al haber aumentado el número de empleos ocasionales; según el tercer censo nacional agropecuario, el 60% son trabajos temporales, en la provincia de Cotopaxi.

- Distribución de ingresos
- Niveles de ingresos por actividad

Dentro de la provincia de Cotopaxi el cantón que más aporta con impuestos es Latacunga con un 76,81% del total según datos proporcionada por el SRI a Septiembre de 2014, seguida de Salcedo con un 9,61% y en tercer lugar La Maná con un 5,43%. Cabe destacar que la provincia ha ido incrementando la generación de impuestos, en el año 2010 declaraba un valor de 18,67 millones de dólares los mismos que han incrementado en un 230% a la fecha, con un total de 42,99 millones de dólares.

- Información sobre procesos productivos

El cantón cuenta con 75 organizaciones registradas en el MAGAP que han sido fuerza productiva.

- Sistema socio cultural
- Base cultural de la población

El dato que se tiene con respecto a la auto-identificación es por mayor porcentaje el mestizo llegando así a un 83,30% para el año 2010, siguiéndole la población que se auto-identifica como indígena en el año 2010 con de 8,50 % pero en el año 2001 la población indígena era de 9,20% por lo tanto se distingue la diferencia de porcentajes entre los años 2001 y 2010, mostrándonos como resultado que la población se auto-identifica como mestizo, En la parroquia de Poaló, aún el 40% de la población se han identificado como indígenas, quienes pertenecen al pueblo “Maca”.

- Educación

Podemos conocer la realidad en educación de la provincia de Cotopaxi, se ve un considerable cambio a partir de los años 2001 y el 2010 ya que ha bajado el índice de analfabetismo notablemente en el año 2010 al llegar al 9,20% esto se debe a la inclusión que en la actualidad existe, ya que se tiene a los niños niñas y adolescentes como personas de atención prioritaria a partir del año 2008.

El nivel de deserción escolar en el área rural para el periodo escolar 2009-2010 de un total de alumnos matriculados 16599 han abandonado el establecimiento de enseñanza el 3,8% pero para el año 2012- 2013 de 17437 la tasa de abandono es de 4,3% esto en el sector rural. No sucede lo mismo en el área urbana ya que 36235 alumnos en el periodo 2009-2010 que se han matriculado han desertado el 3,9% y para el año 2012-2013 se han inscrito 37568 han abandonado el 3,2%. Esto indica que el índice de deserción escolar se ha reducido en el sector urbano desde los años 2009 al 2013.

- Salud

El cantón Latacunga cuenta con un número de 256 médicos y con una población aproximada de 183.446 para el año 2014, la tasa que le corresponde al cantón es de 14.01 estas son proyecciones que tiene según estadísticas de camas y egresos

hospitalarios INEC 2013 según el ministerio de salud el cantón cuenta con 97 médicos por cada 1000 habitantes le corresponde un médico por lo tanto el cantón está cubierto al 100%.

2.10. Principales causas de Muerte

En el año 2013 las principales causas de muerte que se presentan en el cantón Latacunga, son los accidentes de tránsito con mayor reincidencia es en los hombres, neumonía, hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca, diabetes, enfermedad pulmonar, septicemia, infarto agudo, cáncer al estómago.

2.11. Espacios deportivos y áreas de recreación

Tomando en cuenta a parques piscinas pistas como espacios verdes y áreas de recreación se ha establecido un total de 195517,522 metros cuadrados existentes en el cantón.

2.12. Explicación de la propuesta

Según los datos obtenidos mediante la aplicación de la encuesta sobre cultura deportiva se identificó que existe personas con sobrepeso, adolescentes que no emplean de forma adecuada el tiempo libre, grados elevados de estrés en las personas, uso excesivo del celular, escasa igualdad de género además de no contar con espacios debidamente adecuados y con la seguridad requerida para realizar actividades recreativas añadiendo que la falta de estos espacios deportivos podría generar factores de riesgos asociados a problemáticas sociales como son: el consumo de drogas, delincuencia, problemas de salud entre otros. En vista de las insuficiencias identificadas se plantea organizar una propuesta acorde a las necesidades que presenta el sector además de considerar las preferencias relacionadas con las actividades recreativas, además se tomara como base para la planificación las fortalezas que posee la parroquia tal y como a continuación se detalla:

2.13. Premisas para su implementación

A continuación, se describe las fases de la planificación estratégica para la implementación:

Fase 1: Identificación de Vocaciones

El término Vocación en materia de desarrollo local se refiere a la aptitud, capacidad o característica especial que tiene la localidad para su desarrollo. En el caso de la parroquia de San Buenaventura, tras realizar un análisis de vocación según los datos reflejados en el diagnóstico territorial se identifica que la parroquia reúne condiciones de las siguientes vocaciones tradiciones, agricultura y de turística, explicando que sus habitantes poseen una fuerte identidad relacionada con las tradiciones, posee también extensiones de terreno disponible, espacios verdes, suelos con alta calidad agrícola, además la localización geográfica de este poblado se convierte en una ventaja puesto que se encuentra a distancias cortas de cantones aledaños. Sin duda estas características permitirán potenciar actividades estratégicas para impulsar procesos de desarrollo específico

Tabla N° 3 Matriz Síntesis de Vocación

Grupo de trabajo	Eje temático	Ventajas	Dificultades	Metas
Desarrollo Económico y fomento productivo	Especialización productiva	Amplias extensiones de terrenos disponibles, Suelos con alta calidad agrícola	Mano de obra poco capacitada	Asociatividad de los productores de productos agrícolas
	Competitividad laboral		Migración de profesional capacitado	Desarrollo de la mano de obra local dentro de la localidad
Desarrollo Social y capital humano	Calidad de la educación	Acceso a proyectos tecnológicos	Deserción escolar,	Educación de calidad y de acuerdo a las necesidades locales
	Acceso a salud especializada	Centro de Salud tipo B	Difícil acceso de la población a especialistas médicos, no se conoce de proyectos de salud preventivos	Acceso eficiente a servicios de salud especializados, ejecución de proyectos de salud preventivos
Ordenamiento Territorial y desarrollo de	Riesgos	Identificación de zonas seguras,	Cercanía de la población aún volcán activo, personas que habita en zonas de	Internalización y prevención de riesgos

infraestructura	Señalización	riesgo	naturales	
	Crecimiento urbano	Posibilidad de terrenos para nuevas viviendas	Expansión sin infraestructura urbana	Gestión del desarrollo urbano planificado
	Gestión Pública	Posibilidades de Probidad	Escasos funcionarios especializados	Mayor capacidad de formular proyectos
Desarrollo institucional, articulación de actores y participación	Finanzas Públicas		Débil capacidad de gestionar los recursos de manera acorde a la necesidad local	Mayor autonomía del manejo de los recursos propios
	Redes de Actores	Cultura de asociatividad	Desconfianza de emprender proyectos en conjunto, Polarización Política	Construcción de visiones concordadas a largo plazo

Fuente: Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2012)

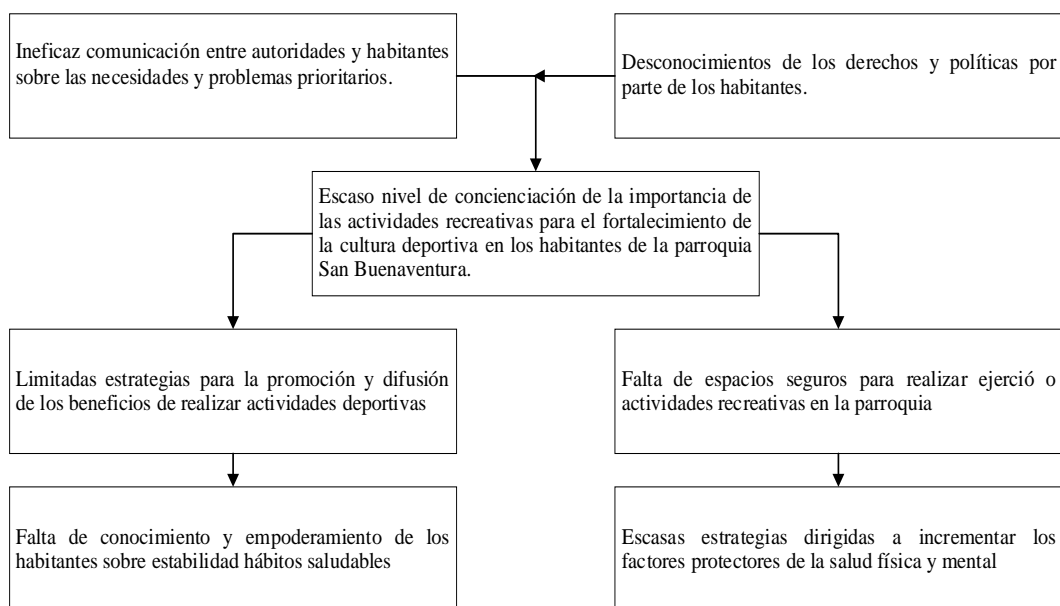
Elaborado por: Espinel R. (2021)

Fase 2: Objetivos estratégicos y específicos

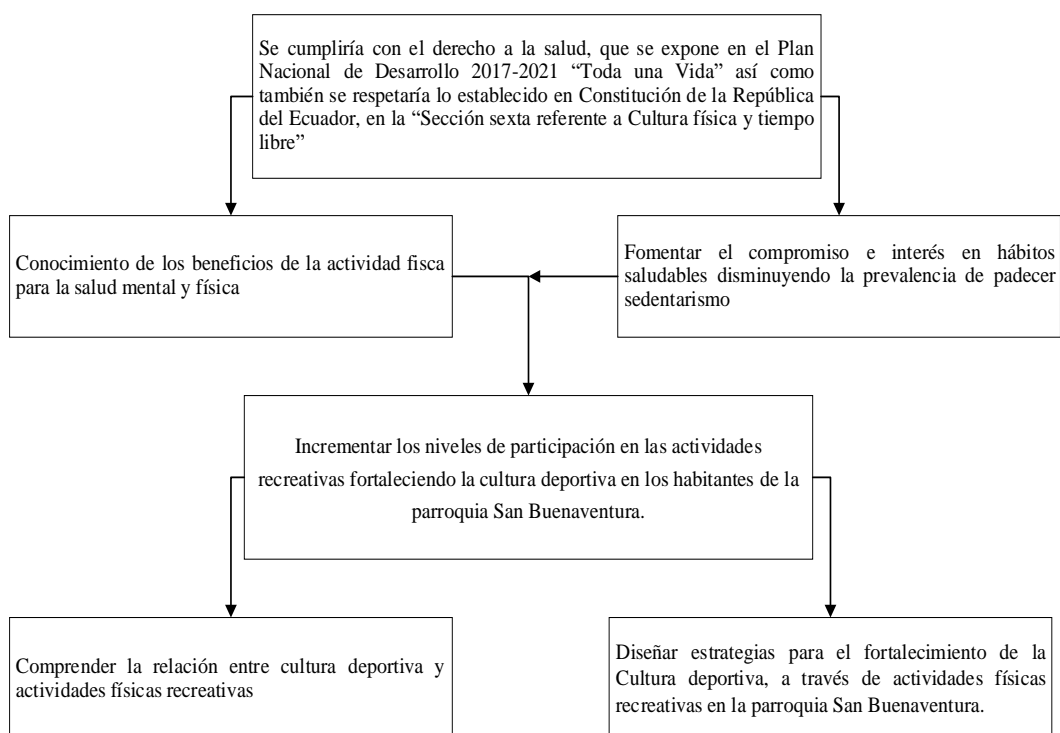
- Técnica de análisis árbol de problemas

El árbol de problemas es una representación conceptual de un conjunto de problemas interconectados mediante relaciones de causalidad y de efectos, que están mediados por un tipo de problema que tiene características distintivas y que denominamos.

Árbol de problemas



Árbol de objetivos



Fase 3: Establecer estrategia

Técnica de formulación de estrategias: El análisis de Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA)

Tabla N° 4 Matriz de Análisis Estratégico FODA

Objetivo Central	Fortalezas (Internas)	Debilidades (Internas)
Incrementar los niveles de participación en las actividades recreativas fortaleciendo la cultura deportiva en los habitantes de la parroquia San Buenaventura	Amplias extensiones de terrenos para realizar actividades recreativas al aire libre Predisposición de los dirigentes barriales	Escaso compromiso de las autoridades en la formulación de proyecto de salud preventivos Escasos espacios públicos adecuados para realizar actividades recreativas Desconocimiento de la población de los beneficios de adquirir hábitos saludables
Oportunidades (externas)	Potencialidades	Desafíos
Disminuir el índice de sedentarismo Ahorro significativo en gastos por atención médica La parroquia dispondrá de espacios adecuados para realizar actividades recreativas	Aprovechar la disponibilidad de áreas verdes para motivar a los habitantes a realizar actividades recreativas Mejorar la salud de los habitantes Motivar a las personas a consumir productos de la localidad como verduras y lácteos que complementaran un estilo de vida saludable Empoderamiento de los dirigentes barriales Vender imagen de marca del territorio	Cambiar las creencias de los habitantes demanda de proyectos de tipo longitudinales Visiones de corto plazo no permiten fomentar hábitos que prevengan enfermedades El encasillamiento del desarrollo local en un enfoque únicamente económico limita el desarrollo integral de la comunidad
Amenazas (Externas)	Riesgos	Limitaciones
Contratiempos con relación al financiamiento inicial	Existe el riesgo del no cumplimiento de las responsabilidades por parte de las autoridades o líderes de la comunidad Afectaciones de la localidad	Escasa confianza por parte de los habitantes debido al débil apoyo que han recibido por parte de las autoridades

debido a amenaza de erupción
volcánica

Elaborado por: Espinel R. (2021)

Una vez definido el objetivo central que proviene del árbol de objetivos desarrollado en la etapa anterior de la metodología de planificación se procederá a definir las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas que la parroquia San Buenaventura presenta para el cumplimiento del objetivo central.

Transformación de los componentes de la matriz FODA en estrategias.

En esta etapa los enunciados formulados en la matriz FODA son transformados a una estructura que permite la redacción y sistematización de los mismos, priorizando las estrategias que provienen de las potencialidades, pues al centrar el esfuerzo en este factor se lograra detectar la relación de los medios disponibles, aquellos en los cuales denotan oportunidades y fortalezas. Las estrategias complementarias o específicas, provienen de los otros cuadrantes y se orientan al cumplimiento o apoyo de la estrategia principal.

Tabla N° 5 Matriz de Estrategias

Objetivo Macro	Objetivo general	Estrategias Principales	Estrategias específicas
<p>Prevenir enfermedades ocasionadas por el sedentarismo</p>	<p>Analizar la realidad de la Cultura deportiva en la parroquia San Buenaventura, para aportar a la salud de sus pobladores.</p>	<p>1. Articulación de instituciones públicas y privadas para crear una red de trabajo integral</p>	<p>Programación de mesas de integración de las instituciones afines al cumplimiento del objetivo central de la propuesta</p>
			<p>Identificar el aporte de cada institución para complementar de la mejor manera la organización de la propuesta</p>
		<p>2. Capacitación dirigida a las autoridades, dirigentes barriales, personas representativas de la localidad sobre como ejecutar y mantener la propuesta</p>	<p>Fijar un monto económico permanente para los primeros años hasta que la propuesta sea autosustentable</p>
			<p>Identificar las fortalezas de cada uno de los 12 barrios de la localidad para desarrollar actividades afines a cada barrio</p>
			<p>Ejecutar actividades durante todo el año donde cada barrio podrá demostrar su capacidad de organización y participación en la propuesta</p>
			<p>Proporcionar herramientas técnicas, guías y fichas de verificación del cumplimiento de actividades</p>

Elaborado por: Espinel R. (2021)

Tabla N° 6 Plan de acción

Estrategias	Actividades	Objetivo	Responsable	Indicadores de Verificación
1.Articulación de instituciones públicas y privadas para crear una red de trabajo integral	Programación de mesas de integración institucional	Identificar qué instituciones estarían dispuestas a contribuir en la propuesta	Equipo técnico	Acta de reunión, lista de participantes, respaldos digitales
	Respaldo institucional	Delimitar los recursos disponibles (personal especializado, implementos de oficina, equipo, financiamiento etc.	Equipo técnico	Acta compromiso de cada institución
2.Empoderamiento de los líderes y representantes de la localidad	Inducción	Capacitar sobre los beneficios de fortalecer la cultura deportiva a través de actividades recreativas	Equipo técnico, personal especializado	Lista de participantes, respaldos digitales
	Fortaleza característica de cada Barrio	Proponer actividades recreativas según la afinidad, disponibilidad de espacios y recursos apropiados. Actividades como: Campeonatos de fútbol Concurso de cometas Competencia de juegos tradicionales	Autoridades, dirigentes barriales, equipo técnico representantes de las instituciones	Fichas de planificación, Permisos para realizar eventos públicos, lista de personas que colaboraron en el evento y evaluación

Pintura de murales	asociadas	de su desempeño, Registros digitales
Carrera de bicicletas		
Carrera de caballos criollos		
Competencia de carros de madera		
Campeonato de ecuavoley		
Concurso de baile y canto		
Carrera de las legumbres		
Concurso del mejor huerto		
Camita a la Piedra Chilintosa		

Elaborado por: Espinel R (2021)

2.14. Desarrollo de las actividades

La propuesta se desarrollará en el lapso de doce meses, iniciando por la socialización donde se describirán los objetivos, beneficios y procedimientos que se deberán llevar a cabo; se expondrán las actividades o concursos que se efectuarán cada fin de mes y que previamente elaborados por un equipo técnico para que cada barrio elija según la disponibilidad de recursos y espacio como por ejemplo el barrio la libertad podría escoger realizar el concurso de cometas a fines de agosto ya que cuenta con un espacio idóneo para esta actividad.

Las actividades que se propondrán son las siguientes:

Barrio	Actividad	Mes
Bellavista	Campeonatos de fútbol	Julio
La Libertad	Concurso de cometas	Agosto
Laigua Centro	Competencia de juegos tradicionales	Septiembre
Centro	Pintura de murales	Octubre
Sto. Domingo,	Carrera de bicicletas	Noviembre
Monjas	Carrera de caballos criollos	Diciembre
Chile	Competencia de carros de madera	Enero
María Jacinta	Campeonato de ecuavoley	Febrero
Santa Bárbara	Concurso de baile y canto	Marzo
Colaiza	Carrera de las legumbres	Abril
Silvestre	Concurso del mejor huerto	Mayo
San Francisco	Camita a la Piedra Chilintosa	Junio

Se aclara que dichas actividades fueron propuestas en base al marco teórico y Metodología para la elaboración de estrategias de desarrollo local de la CEPAL (2012) donde se menciona que al conocer la vocación del territorio toda actividad a realizarse deberá realzar las fortalezas de la localidad.

Es importante señalar que el equipo técnico será el responsable de acompañar en la planificación, ejecución y evaluación de las actividades que realice cada barrio con el fin de poner a disposición las facilidades para un cumplimiento cabal de los objetivos y además incentivar a los participantes a empoderarse de la organización.

Así mismo se propondrá difundir la propuesta a través de canales de comunicación y redes sociales. La inauguración se ejecutará durante las fiestas de la parroquia, el mencionado evento contará con la presencia de autoridades, medios de comunicación, agrupaciones musicales, entre otras actividades. Cabe destacar que cada actividad será ejecutada en sitios al aire libre tomando las medidas de protección respectivas.

Descripción de responsabilidades

Equipo técnico

Profesional en desarrollo local. - Será quien responda por la organización general del proyecto, delegación de funciones, solicitud de permisos asociados a eventos públicos,

Líder barrial. - Una vez los líderes barriales hayan seleccionado un representante para integrar el equipo técnico se solicitará colaborar en el proceso de acercamiento a los diferentes barrios, gestión de recursos propios de la localidad, responsable de dar ruedas de prensa y difundir los avances del proyecto a través de los medios de comunicación.

Además, tanto el profesional en desarrollo local y el líder barrial tendrán la responsabilidad de buscar la participación de actores sociales.

Profesional en publicidad y relaciones públicas. - Se encargará de construir y gestionar la imagen de la propuesta de cara al público en general y a los medios de comunicación

Contador. - Será el encargado de elaborar y presentar los estados financieros con sus correspondientes evidencias y con la periodicidad acordada

Profesionales que integrarán las mesas informativas

Cada actividad realizada por los barrios contará con dos carpas informativas donde se contará con la presencia de los siguientes profesionales:

Médico general/ Egresado de medicina. - Colaboran mediante recomendaciones sobre los beneficios de realizar actividades recreativas y deportivas previniendo hábitos sedentarios.

Nutricionista. - Expondrán a los participantes los beneficios de una alimentación adecuada, entre otros temas que el profesional crea pertinente.

Enfermeras. - Estarán encargados de llevar un registro de evaluación de talla, peso y monitorización de presión arterial, pulso y temperatura de las personas que voluntariamente decidan hacerlo.

Profesionales Psicólogos. - Colaboran en brindar recomendaciones sobre los beneficios de mejorar la cultura deportiva para mantener una adecuada salud mental, además incentiva la igualdad de género en la participación de las actividades propuestas.

Entrenadores deportivos. - Serán los encargados de brindar recomendaciones sobre el calentamiento antes de hacer deporte, consejos para evitar lesiones, relacionadas con el ejercicio, intensidad y frecuencia y en general aspectos relevantes para las personas que desean incorporar el deporte a su diario vivir.

Matriz de actividades

Actividades	Descripción	Responsable	Materiales o recursos	Observaciones
Presentación de la propuesta	Se socializa la propuesta con las autoridades	Equipo técnico	Recurso humano 13 copias anilladas de la propuesta	
Difusión de la propuesta	El profesional a cargo coordinará durante todo el año los avances publicitarios	Profesional en publicidad y relaciones públicas	Banner Vallas publicitarias Traslado de materiales Traslado del profesional Equipos tecnológicos	
Acompañamiento a los barrios	Brindarán asesoría y facilidades para planificar la actividad	Equipo técnico	Movilización del equipo Kit de Papelería Dietas	
Ejecución de las actividades	Cada actividad será ejecutada según la planificación acordada	Equipo técnico Líder barrial Colaboradores Profesionales que integrarán las mesas informativas	Equipos de amplificación Equipos tecnológicos Recursos de publicitarios Profesional Animador Dietas de los organizadores Agrupaciones musicales	Tanto las camisetas como las gorras serán consideradas como premios para los participantes de las diferentes actividades.

			2.000 camisetas 2.000 gorras alusivas al proyecto	
Evaluación de actividades	Se identificarán las debilidades y posibles soluciones	Equipo técnico Líder barrial Colaboradores Profesionales que integrarán las mesas informativas	Movilización del equipo Kit de Papelería Dietas	La evaluación general será el producto de las evaluaciones mensuales

Cronograma de actividades

Enunciado de las actividades	Año 1 por Meses												
	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	
Socialización de la propuesta	X												
Contratar equipo especializado en caso de una emergencia para cada jornada.	X												
Contratación de profesionales que colaborar con los 12 eventos a lo largo del año.	X												
Compra de camisetas, gorras y equipo para el desarrollo de los eventos	X												
Contratar grupos musicales para los eventos.	X												
Difusión de la propuesta en las fiestas de la Parroquia	X												
Contratar el Alquiler de espacios para la realización de ciertos eventos.	X												
Contratación de carpas y todo el equipo tecnológico necesario para la realización de los eventos.	X												

Crear redes sociales para difundir eventos y resultados	X											
Acompañamiento al Barrio Bellavista	X											
Ejecución del campeonato de fútbol por parte del Barrio Bellavista		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Evaluación del programa ejecutado		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Acompañamiento al Barrio La Libertad		X										
Ejecución del “ concurso de cometas ” por parte del Barrio La Libertad.		X										
Evaluación del programa ejecutado			X									
Acompañamiento al barrio Laigua Centro			X									
Ejecución de la “ competencia de juegos tradicionales ” por parte del Barrio Laigua Centro			X									
Evaluación del programa ejecutado				X								
Acompañamiento a Barrio Centro				X								
Ejecución de la actividad “ Pintura de murales ”				X								

por parte del Barrio Centro													
Evaluación del programa ejecutado					X								
Acompañamiento al Barrio Santo Domingo					X								
Ejecución de la “Carrera de bicicletas” por parte del Barrio Santo Domingo.					X								
Evaluación del programa ejecutado						X							
Acompañamiento al Barrio Monjas						X							
Ejecución de la “Carrera de caballos criollos” por parte del Barrio Monjas						X							
Evaluación del programa ejecutado							X						
Acompañamiento al Barrio Chile							X						
Ejecución de la competencia “de carros de madera” por parte del Barrio Chile							X						
Evaluación del programa ejecutado								X					
Acompañamiento a María Jacinta								X					
Ejecución del “campeonato de ecuavoley” por parte de la María Jacinta								X					

Evaluación del programa ejecutado									X			
Acompañamiento al barrio Santa Bárbara									X			
Ejecución del “ concurso de baile y canto ” por parte del Barrio Santa Bárbara									X			
Evaluación del programa ejecutado										X		
Acompañamiento al Barrio Colaisa										X		
Ejecución del concurso “ Carrera de las legumbres ” por parte del Barrio Colaisa										X		
Evaluación del programa ejecutado											X	
Acompañamiento al Barrio Silvestre											X	
Ejecución del concurso de mejor “ Concurso del mejor huerto ” por parte del Barrio Silvestre											X	
Evaluación del programa ejecutado												X
Acompañamiento al Barrio San Francisco												X
Ejecución del concurso “ camita a la Piedra Chilintosa ” por parte del Barrio San Francisco												X

Evaluación del programa ejecutado													X
Evaluación general													X
Presentación de informes finales													X

Aclaraciones:

Las premiaciones se realizaran al término de cada evento y en la ceremonia religiosa de cierre de fiestas.

El equipo técnico apoyara al barrio anfitrión, antes, durante y después de cada evento.

Todos los eventos antes de realizarse deben tener permisos autorizados por la Alcaldía, que serán tramitados por el equipo técnico, presidente parroquial y líderes barriales.



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 1

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Bellavista.

Actividad seleccionada: Campeonato de fútbol mixto.

Participantes: Personas mayores de 18 años.

Lugar: Canchas del Barrio Centro.

Objetivo: Incentivar la igualdad de género dentro de la cancha de fútbol, así como fomentar la amistad y solidaridad entre los participantes.

Fecha de inauguración: 30/07/2022

(Cada jornada del campeonato se efectuará el último sábado de cada mes)

Aspectos importantes: todo equipo jugara con mínimo 2 mujeres.

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Julio 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Julio 2022	Crear invitaciones para cada barrio.	Equipo técnico	

11 de Julio 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios	Equipo técnico	
15 de Julio 2022	Registrar aceptación de participantes	Equipo técnico	
16 de Julio 2022	Contratar árbitros para los encuentros.	Equipo técnico	
20 de Julio 2022	Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para cada jornada.	Equipo técnico	
22 de Julio 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y hora de la inauguración.	Equipo técnico	
22 de Julio 2022	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de la inauguración.	Equipo técnico	
23 de Julio 2022	Crear publicidad mediante medios digitales sobre la inauguración.	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para la inauguración

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	

<p>9:10 – 9:50</p>	<p>Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas.</p> <p>Recomendaciones sobre nutrición.</p> <p>Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.</p>	<p>Psicóloga. Nutricionista. Profesional de la salud. Profesor de educación física.</p>	<p>Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar</p>
<p>9:50 – 10:00</p>	<p>Palabras de las autoridades</p>	<p>Presidente Parroquial</p>	
<p>10:00 – 10:30</p>	<p>Presentación de los equipos a través de una barra que caracterice al barrio.</p> <p>Cada Equipo deberá presentar una mascota mestiza.</p>		
<p>10:30 – 12:30</p>	<p>Apertura del Campeonato de fútbol mixto con la participación de los equipos que corresponda a la primera jornada.</p>	<p>Animador</p>	<p>El campeonato se desarrollará todo el año, durante el último sábado de cada mes; donde se enfrentarán los 12 barrios como se detalla en el anexo de <i>Jornada de</i></p>

			<i>fútbol mixto.</i>
12:30 – 13:00	Elección de la mejor mascota mestiza	Animador	El tiempo dependerá de la actividad
13:00- 14:00	Show musical	Animador	

Tabla. Planificación después de cada jornada.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2/8/2022	Registro de resultados obtenidos por jornada	Equipo técnico	
5/8/2022	Notificación a los barrios que participan en la siguiente jornada.	Representante del barrio anfitrión	
10/8/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	

JORNADA DE FÚTBOL MIXTO



Crea Calendario Torneo Futbol con 12 equipos

Equipo 1: Santa Bárbara
Equipo 2: Chile
Equipo 3: Silvestre
Equipo 4: Urb Villarruel Hnos
Equipo 5: Monjas
Equipo 8: La Libertad

Equipo 7: Bellavista
Equipo 8: Laigua Centro
Equipo 9: Sto. Domingo
Equipo 10: Colaiza
Equipo 11: San Francisco
Equipo 12: Urb Nueva Vida

BUSQUEDAS
PATROCINADAS

plantillas excel	crear tu propio torneo de futbol	tabla de posiciones crear crear
crear mi torneo	torneos futbol 8	calendario anual

Nombre Campeonato:
 Recuerda que puedes gestionar tu campeonato con www.campiono.biz - Sport Tool
 Estampa este documento o sálvalo como PDF.
 PDF es ideal para compartir el CALENDARIO mediante E-MAIL con los otros participantes.

I. Jornada

Chile - Laigua Centro
San Francisco - Monjas
Silvestre - Colaiza
La Libertad - Santa Bárbara
Bellavista - Urb Villarruel Hnos
Sto. Domingo - Urb Nueva Vida

II. Jornada

Santa Bárbara - Chile
Urb Nueva Vida - Silvestre
Urb Villarruel Hnos - Sto. Domingo
Monjas - Bellavista
Laigua Centro - San Francisco
Colaiza - La Libertad

III. Jornada

San Francisco - Chile
Silvestre - Urb Villarruel Hnos
La Libertad - Urb Nueva Vida
Bellavista - Laigua Centro
Sto. Domingo - Monjas
Colaiza - Santa Bárbara

IV. Jornada

Santa Bárbara - San Francisco
Chile - Bellavista
Urb Nueva Vida - Colaiza
Urb Villarruel Hnos - La Libertad
Monjas - Silvestre
Laigua Centro - Sto. Domingo

V. Jornada

Urb Nueva Vida - Santa Bárbara
Silvestre - Laigua Centro
La Libertad - Monjas
Bellavista - San Francisco
Sto. Domingo - Chile
Colaiza - Urb Villarruel Hnos

VI. Jornada

Santa Bárbara - Bellavista
Chile - Silvestre
San Francisco - Sto. Domingo
Urb Villarruel Hnos - Urb Nueva Vida
Monjas - Colaiza
Laigua Centro - La Libertad

VII. Jornada

Urb Nueva Vida - Monjas
Silvestre - San Francisco
Urb Villarruel Hnos - Santa Bárbara
La Libertad - Chile
Sto. Domingo - Bellavista
Colaiza - Laigua Centro

VIII. Jornada

Santa Bárbara - Sto. Domingo
Chile - Colaiza
San Francisco - La Libertad
Monjas - Urb Villarruel Hnos
Bellavista - Silvestre
Laigua Centro - Urb Nueva Vida

IX. Jornada

Urb Nueva Vida - Chile
Silvestre - Sto. Domingo
Urb Villarruel Hnos - Laigua Centro
Monjas - Santa Bárbara
La Libertad - Bellavista
Colaiza - San Francisco

X. Jornada

Chile - Urb Villarruel Hnos
San Francisco - Urb Nueva Vida
Silvestre - Santa Bárbara
Bellavista - Colaiza
Laigua Centro - Monjas
Sto. Domingo - La Libertad

XI. Jornada

Santa Bárbara - Laigua Centro
Urb Nueva Vida - Bellavista
Urb Villarruel Hnos - San Francisco
Monjas - Chile
La Libertad - Silvestre
Colaiza - Sto. Domingo



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 2

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: La Libertad

Actividad seleccionada: Concurso de cometas

Participantes: Participación libre

Objetivo: Promover la actividad recreativa a través de un evento tradicional utilizando materiales reciclables.

Fecha: 27/08/2022

Lugar: Explanada del barrio la Libertad

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Agosto 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Agosto 2022	Crear invitaciones para cada barrio.	Equipo técnico	
11 de Agosto 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios	Equipo técnico	
15 de Agosto 2022	Registrar aceptación de participantes.	Equipo técnico	
20 de Agosto 2022	Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para los participantes.	Equipo técnico	
22 de Agosto 2022	Notificar a los profesionales	Equipo técnico	

	sobre la fecha y lugar del evento.		
22 de Agosto 2022	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de del evento.	Equipo técnico	
23 de Agosto 2022	Crear publicidad mediante medios digitales sobre el evento.	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para el evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:50	Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género. Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas. Recomendaciones sobre nutrición. Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.	Psicóloga. Nutricionista. Profesional de la salud. Profesor de educación física.	Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar
9:50 – 10:00	Palabras de las autoridades	Presidente parroquial	

10:00-10:30	Apertura del concurso	Animador	Se iniciara con las reglas pertinentes al concurso Se regalara camisetas gorras alusivas a la propuesta
10:30 – 13: 00	Desarrollo del concurso: Elección de la cometa “Más creativa”: los participantes desfilaran exhibiendo sus cometas Acto seguido los participantes demostraran su ingenio y capacidad para elevar las cometas	Animador	El tiempo dependerá de la actividad. El jurado será seleccionado por los líderes barriales.
13:00- 14:00	Show musical	Equipo técnico Representante de la parroquia anfitriona	
14:00- 14:30	Premiación	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del Evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
2/9/2022	Registro de resultados obtenidos en el evento.	Equipo técnico	
10/9/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 3

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Laigua Centro

Actividad seleccionada: Competencia de juegos tradicionales

Participantes: Participación libre

Objetivo: Reactivas la transmisión de conocimiento, tradiciones y cultura por medio de actividades divertidas.

Lugar: Cede del Barrio

Fecha: 24/09/2022

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Septiembre 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Septiembre 2022	Crear invitaciones para cada barrio.	Equipo técnico	
11 de Septiembre 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios	Equipo técnico	
15 de Septiembre 2022	Registrar aceptación de participantes.	Equipo técnico	
20 de Septiembre 2022	Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para los participantes.	Equipo técnico	
22 de Septiembre 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y lugar del evento.	Equipo técnico	
22 de Septiembre 2022	Notificar a los	Equipo técnico	

	presidentes barriales sobre la fecha y hora de del evento.		
23 de Septiembre 2022	Crear publicidad mediante medios digitales sobre el evento.	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para el evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:50	Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género. Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas. Recomendaciones sobre nutrición. Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.	Psicóloga. Nutricionista. Profesional de la salud. Profesor de educación física.	Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar
9:50 – 10:00	Palabras de las autoridades	Presidente parroquial	

10:00 – 10:10	Apertura del concurso Categorías: Guaguas (niños de 5 a 7 años) Guambras (adolescentes de 8 a 15) Taitas y mamas Rucos (mayores de 60 años)	Animador	Se iniciará con las reglas pertinentes a la actividad Se regalará camisetas gorras alusivas a la propuesta a los concursantes.
10:10 – 10: 40 10:40- 11:10 11:10- 11:40 11:40- 12:10	Desarrollo del concurso Guaguas (niños de 5 a 7 años) Canicas Saltar la soga Ollas encantadas Guambras (adolescentes de 8 a 15) Carrera de sacos Rayuela Taitas y mamas Baile de la silla Carrera de la cuchara y el huevo Rucos (mayores de 60 años) Tropo loco Baile del tomate	Animador	El tiempo dependerá de la actividad. Previamente el barrio anfitrión deberá delimitar los espacios y adecuarlos según el juego tradicional que corresponda.
12:10 – 13: 00	Show musical	Equipo técnico Representante de la parroquia anfitriona	
13:00 – 13: 30	Premiación	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del Evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
2/10/2022	Registro de resultados obtenidos en el evento.	Equipo técnico	
10/10/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 4

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Centro

Actividad seleccionada: Concurso de murales

Tema: Personajes de la Mama Negra

Participantes: Participación libre

Objetivo: Conocer y valorar nuestras tradiciones mediante el arte y la pintura para fomentar las actividades recreativas.

Fecha: 29/10/2022

Lugar: Centro de la Urbanización Villarruel Hnos.

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Octubre 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Octubre 2022	Crear invitaciones para cada barrio, especificando como se debe presentar las	Equipo técnico	

	propuestas. Especificaciones: Formato A3 horizontal (incluyen texto y gráficos para implementar en el mural).		
11 de Octubre 2022	Enviar invitaciones y especificaciones a los 12 barrios.	Equipo técnico	
15 de Octubre 2022	Registrar y aprobar las propuestas que fueron entregadas en formato A3.	Equipo técnico	
20 de Octubre 2022	Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para los participantes.	Equipo técnico	
22 de Octubre 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y lugar del evento.	Equipo técnico	
22 de Octubre 2022	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de del evento.	Equipo técnico	
23 de Octubre 2022	Crear publicidad mediante medios digitales sobre el evento.	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para el evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del	

		barrio anfitrión	
9:10 – 9:50	<p>Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas.</p> <p>Recomendaciones sobre nutrición.</p> <p>Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.</p>	<p>Psicóloga.</p> <p>Nutricionista.</p> <p>Profesional de la salud.</p> <p>Profesor de educación física.</p>	<p>Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar</p>
9:50 – 10:00	Palabras de las autoridades	Presidente parroquial	
10:00 – 10:20 10:20-12:00	<p>Entrega de materiales y equipos necesarios.</p> <p>Apertura del concurso</p> <p>Pintura del mural con el tema: “Personajes de la Mama Negra”</p>	<p>Equipo Técnico</p> <p>Animador</p>	<p>Se iniciara con las reglas pertinentes al concurso</p> <p>Se regalará camisetas gorras alusivas a la propuesta</p>
12:00 – 13:00	Show musical	<p>Equipo técnico</p> <p>Representante de la parroquia anfitriona</p>	

13:00 – 13:30	Premiación	Representante de la parroquia	
----------------------	------------	-------------------------------	--

Tabla. Planificación después del Evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
2/11/2022	Registro de resultados obtenidos en el evento.	Equipo técnico	
10/11/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 5

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Sto. Domingo

Actividad seleccionada: Carrera de Bicicletas

Participantes: Participación niños de 8 a 10 años.

Objetivo: Conocer y valorar los beneficios de la actividad física.

Fecha: 26/11/2022

Lugar: Vía principal S/N que atraviesa el barrio.

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Noviembre 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Noviembre 2022	Crear invitaciones para cada barrio,	Equipo técnico	

11 de Noviembre 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios.	Equipo técnico	
15 de Noviembre 2022	Registrar participantes designados por cada barrio.	Equipo técnico	
20 de Noviembre 2022	Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para los participantes.	Equipo técnico	
22 de Noviembre 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y lugar del evento.	Equipo técnico	
22 de Noviembre 2022	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de del evento. Y Gestionar apoyo de personal policial para que cierre la vía y brinde apoyo y seguridad.	Equipo técnico	
23 de Noviembre 2022	Crear publicidad mediante medios digitales sobre el evento.	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para el evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido Cierre de la vía	Equipo técnico Personal policial	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	

9:10 – 9:50	<p>Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas.</p> <p>Recomendaciones sobre nutrición.</p> <p>Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.</p>	<p>Psicóloga.</p> <p>Nutricionista.</p> <p>Profesional de la salud.</p> <p>Profesor de educación física.</p>	<p>Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar</p>
9:50 – 10:00	Palabras de las autoridades	Por definir	
10:00-12:00	<p>Apertura del concurso</p> <p>Se sortiaría los grupos de 6 participantes cada uno.</p> <p>Los participantes recorrerán 200 metros en línea recta</p>	Animador	<p>Se iniciará con las reglas pertinentes al concurso</p> <p>Se regalará camisetas gorras alusivas a la propuesta</p>
12:00 – 13:00	Show musical	<p>Equipo técnico</p> <p>Representante de la parroquia anfitriona</p>	
13:00 – 13: 30	Premiación	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del Evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
2/12/2022	Registro de resultados obtenidos en el evento.	Equipo técnico	
10/12/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 6

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Mojas

Actividad seleccionada: Concurso “Carrera de caballos criollos”

Participantes: Participación libre

Objetivo: Generar interés por el deporte ecuestre y el apoyo a emprendimientos propios del barrio.

Fecha: 17/12/2022

Lugar: Iglesia del Barrio

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Diciembre 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Diciembre 2022	Crear invitaciones para cada barrio,	Equipo técnico	

11 de Diciembre 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios.	Equipo técnico	
15 de Diciembre 2022	Registrar participantes designados por cada barrio. Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para los participantes.	Equipo técnico	
16 de Noviembre 2022	<p>Notificar a los profesionales sobre la fecha y lugar del evento.</p> <p>Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de del evento.</p> <p>Y Gestionar apoyo de personal policial para que cierre la vía y brinde apoyo y seguridad.</p> <p>Crear publicidad mediante medios digitales sobre el evento.</p>	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para el evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:50	Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad	Psicóloga. Nutricionista. Profesional de la	Además, los profesionales estarán en las carpas durante

	<p>de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas.</p> <p>Recomendaciones sobre nutrición.</p> <p>Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.</p> <p>El jurado calificador hará un recorrido por la vía en la que se realizara la carrera a fin precautelar la seguridad de animales y jinetes.</p> <p>Se observara si los equinos están en óptimas condiciones</p>	<p>salud.</p> <p>Profesor de educación física.</p>	<p>todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar</p>
9:50 – 10: 00	Palabras de las autoridades	Representante del barrio	
10:00 – 12:00	<p>Apertura del concurso</p> <p>Sorteo de contendientes.</p> <p>Carrera en grupos de 4 participantes.</p>	Animador	
12:00 – 13: 00	Show musical	<p>Equipo técnico</p> <p>Representante de la parroquia anfitriona</p>	
13:00 – 13:30	Premiación	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del Evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
3/01/2023	Registro de resultados obtenidos en el evento.	Equipo técnico	
4/01/2023	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 7

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Chile

Actividad seleccionada: Competencias de carros de madera

Participantes: Participación libre

Objetivo: Fomentar la habilidad de construcción y operación del coche entre participantes.

Fecha: 28/01/2023

Lugar: Centro del Barrio hasta plazoleta de San Buenaventura.

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2/01/2023	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10/ 01/2023	Crear invitaciones para cada barrio,	Equipo técnico	
11 / 01/2023	Enviar invitaciones a los 12 barrios.	Equipo técnico	

15 / 01/2023	Registrar participantes designados por cada barrio. Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para los participantes.	Equipo técnico	
16 / 01/2023	<p>Notificar a los profesionales sobre la fecha y lugar del evento.</p> <p>Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de del evento.</p> <p>Y Gestionar apoyo de personal policial para que cierre la vía y brinde apoyo y seguridad.</p> <p>Crear publicidad mediante medios digitales sobre el evento.</p>	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para el evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:50	<p>Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del</p>	<p>Psicóloga.</p> <p>Nutricionista.</p> <p>Profesional de la salud.</p> <p>Profesor de educación física.</p>	Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar

	deporte mediante actividades recreativas. Recomendaciones sobre nutrición. Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.		
9:50 – 10: 00	Palabras de las autoridades	Presidente Parroquial	
10:00 – 12:00	Apertura del concurso Se otorgará premios a los coches que más creatividad presenten.	Animador	Se iniciará con las reglas pertinentes al concurso. Se regalará camisetas gorras alusivas a la propuesta
12: 00-13:00	Show musical	Equipo técnico Representante de la parroquia anfitriona	
13: 00-13:30	Premiación	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del Evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
3/02/2023	Registro de resultados obtenidos en el evento.	Equipo técnico	
4/02/2023	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 8

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: María Jacinta

Actividad seleccionada: Campeonato de Ecuavoley

Participantes: Participación de equipos conformados por equipos de 3 integrantes, de distintas edades.

Lugar: Canchas del Barrio María Jacinta

Objetivo: Fomentar la práctica del deporte y estrechar lazos de fraternidad entre los distintos barrios.

Fecha de inauguración: 25/02/2023

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Febrero 2023	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Febrero 2023	Crear invitaciones para cada barrio.	Equipo técnico	
11 de Febrero 2023	Enviar invitaciones a los 12 barrios	Equipo técnico	
15 de Febrero 2023	Registrar aceptación de participantes	Equipo técnico	
16 de Febrero 2023	Contratar árbitros para los encuentros.	Equipo técnico	
20 de Febrero 2023	Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para cada jornada.	Equipo técnico	
22 de Febrero 2023	Notificar a los profesionales sobre la fecha y hora de la	Equipo técnico	

	inauguración.		
22 de Febrero 2023	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de la inauguración.	Equipo técnico	
23 de Febrero 2023	Crear publicidad mediante medios digitales sobre la inauguración.	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para la inauguración

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:50	<p>Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas.</p> <p>Recomendaciones sobre nutrición.</p> <p>Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.</p>	<p>Psicóloga.</p> <p>Nutricionista.</p> <p>Profesional de la salud.</p> <p>Profesor de educación física.</p>	<p>Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar</p>

9:50 – 10:00	Palabras de las autoridades	Presidente Parroquial	
10:00 – 10:30	Presentación de los equipos a través de una barra que caracterice al barrio. Sorteo de equipos contenientes.		
10:30 – 13:00	Apertura del campeonato con la participación de los equipos.	Animador	
13:00- 14:00	Show musical	Animador	

Tabla. Planificación después de cada jornada.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2/3/2022	Registro de resultados obtenidos por jornada	Equipo técnico	
10/3/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 9

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Santa Bárbara

Actividad seleccionada: Concurso de baile y canto

Participantes: Participación libre

Objetivo: Fomentar las habilidades artísticas de los participantes

Fecha: 25/03/2023

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de febrero 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de febrero 2022	Crear invitaciones para cada barrio.	Equipo técnico	
11 de febrero 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios	Equipo técnico	
15 de febrero 2022	Registrar aceptación de participantes	Equipo técnico	
20 de febrero 2022	Preparar las gorras, camisetas y equipo necesario para cada jornada.	Equipo técnico	
22 de febrero 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y hora del evento	Equipo técnico	
22 de febrero 2022	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora del evento	Equipo técnico	
23 de febrero 2022	Crear publicidad mediante medios digitales	Equipo técnico	

Tabla. Planificación para el evento

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:20	<p>Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas.</p> <p>Recomendaciones sobre nutrición.</p> <p>Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.</p>	<p>Psicóloga</p> <p>Nutricionista</p> <p>Profesional de la salud</p> <p>Profesor de educación física</p>	Además, los profesionales estarán durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar
9:20 – 9: 35	Palabras de las autoridades	Presidente Parroquial	
9:35 – 9: 45	Apertura del concurso	Animador	Se iniciará con las reglas pertinentes al concurso. Se regalará camisetas gorras alusivas a la propuesta.
9:45 – 11: 00	<p>Desarrollo del concurso</p> <p>El ganador será escogido por el</p>	Animador	El tiempo dependerá de la actividad

	público quien calificara, vestuario, coordinación o afinación.		
11: 00-12:00	Show musical	Equipo técnico Representante de la parroquia anfitriona	
12: 00-13:00	Premiación	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del evento

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2/4/2022	Registro de resultados obtenidos	Equipo técnico	
5/4/2022	Notificación a los barrios que participan el siguiente evento	Representante del barrio anfitrión	
10/4/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 10

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Colaiza

Actividad seleccionada: Carrera de las legumbres y vegetales

Participantes: Participación libre

Objetivo: Fomentar el atletismo y la creatividad para disminuir el sedentarismo

Fecha: 29/04/2023

Aspectos importantes:

- Cada Barrió tendrá una verdura o legumbre que lo representara en la carrera.
- Cada concursante debe tener un distintivo o nombre de la legumbre o verdura que representa.
- El ganador será el Barrió que mayores individuos haya unido a su equipo.

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de marzo 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de marzo 2022	Crear invitaciones para cada barrió.	Equipo técnico	
11 de marzo 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios	Equipo técnico	
15 de marzo 2022	Registrar aceptación de participantes	Equipo técnico	
16 de marzo 2022	Sortear que legumbre va a representar.	Equipo técnico	
18 de marzo 2022	Notificar a cada barrió la legumbre o verdura que	Equipo técnico	

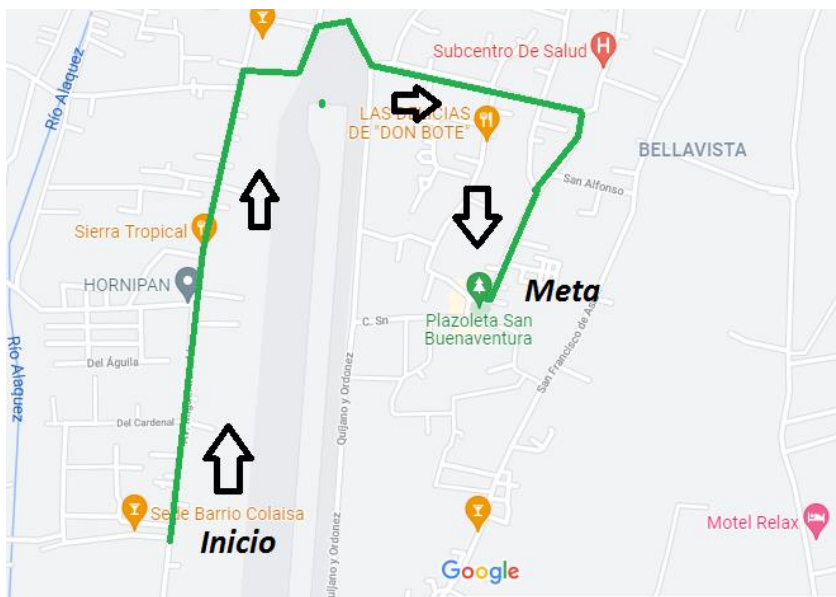
	representa		
20 de marzo 2022	Preparar las gorras, camisetas y equipo necesario para cada jornada.	Equipo técnico	
22 de marzo 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y hora del evento	Equipo técnico	
22 de marzo 2022	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora del evento	Equipo técnico	
23 de marzo 2022	Crear publicidad mediante medios digitales	Equipo técnico	

Ruta:

La partida será desde la Sede del Barrio Colaisa, luego se recorrerá la Av. Miguel Iturralde hasta las 4 esquinas de ingreso al Barrio Centro, redondeando el final del aeropuerto, y subiendo la pendiente del barrio la Libertad y finalmente termina en la plazoleta de la central de la Parroquia San Buenaventura.

Distancia: 5 KM aproximadamente

Ilustración 1. Ruta de la carrera Legumbres y verduras



Elaborado por: Rafael Espinel

Tabla. Planificación para el evento

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:20	Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género. Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas. Recomendaciones sobre nutrición. Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.	Psicóloga Nutricionista Profesional de la salud Profesor de educación física	Además, los profesionales estarán durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar
9:20 – 9: 35	Palabras de las autoridades	Presidente Parroquial	
9:35 – 9: 45	Apertura del concurso Se recordara a todos los presentes los vegetales o legumbres que representa cada barrio.	Animador	Cada concursante debe portar algo distintivo al Barrio que apoya.

9:45 – 11: 00	Desarrollo del concurso El barrio ganador será el que mayor número de participantes haya llegado a la meta.	Animador	El tiempo dependerá de la actividad
11: 00-12:00	Show musical	Equipo técnico Representante de la parroquia anfitriona	
12: 00-13:00	Premiación Se premiara a los concursantes que hayan portado el distintivo más original	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del evento

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2/5/022	Registro de resultados obtenidos	Equipo técnico	
5/5/2022	Notificación a los barrios que participan el siguiente evento	Representante del barrio anfitrión	
10/5/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 11

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: Silvestre

Actividad seleccionada: Concurso del mejor huerto

Participantes: Participación libre

Objetivo: Generar interés en el cultivo de huertos que beneficien la salud de los habitantes de la parroquia San Buenaventura.

Fecha: 17/12/2022

Lugar: Capilla del Barrio

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de Diciembre 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de Diciembre 2022	Crear invitaciones para cada barrio,	Equipo técnico	
11 de Diciembre 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios.	Equipo técnico	
15 de Diciembre 2022	Registrar participantes designados por cada barrio. Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para los participantes.	Equipo técnico	
16 de Noviembre 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y lugar del evento.	Equipo técnico	

	<p>Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora de del evento.</p> <p>Y Gestionar apoyo de personal policial para que cierre la vía y brinde apoyo y seguridad.</p> <p>Crear publicidad mediante medios digitales sobre el evento.</p>		
--	---	--	--

Tabla. Planificación para el evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 – 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
9:00 – 9:10	Bienvenida	Representante del barrio anfitrión	
9:10 – 9:50	<p>Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género.</p> <p>Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas.</p> <p>Recomendaciones sobre nutrición.</p> <p>Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.</p>	<p>Psicóloga.</p> <p>Nutricionista.</p> <p>Profesional de la salud.</p> <p>Profesor de educación física.</p>	Además, los profesionales estarán en las carpas durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar

9:50 – 10: 00	Palabras de las autoridades	Representante del barrio	
10:00 – 12:00	Apertura del concurso El jurado calificador hará un recorrido por los huertos concursantes valorando la calidad y estado de los mismos. Los propietarios de los huertos finalistas expondrán recomendaciones sobre el cultivo y presentarán su mejor producto.	Animador	
12:00 – 13: 00	Show musical	Equipo técnico Representante de la parroquia anfitriona	
13:00 – 13:30	Premiación	Representante de la parroquia	

Tabla. Planificación después del Evento.

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
3/01/2023	Registro de resultados obtenidos en el evento.	Equipo técnico	
4/01/2023	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDAD 12

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión: San Francisco

Actividad seleccionada: Caminata a la Piedra Chilintosa

Participantes: Participación libre

Lugar: Partida desde el ingreso principal del barrio San Francisco

Objetivo: Fomentar el deporte y conservación del medio ambiente mediante la caminata

Fecha: 24/06/2023

Tabla. Planificación antes del evento.

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2 de mayo 2022	Solicitar permisos respectivos.	Equipo técnico	
10 de mayo 2022	Crear invitaciones para cada barrio.	Equipo técnico	
11 de mayo 2022	Enviar invitaciones a los 12 barrios	Equipo técnico	
15 de mayo 2022	Registrar aceptación de participantes	Equipo técnico	
20 de mayo 2022	Preparar las gorras camisetas y equipo necesario para cada jornada.	Equipo técnico	
22 de mayo 2022	Notificar a los profesionales sobre la fecha y hora del evento	Equipo técnico	
22 de mayo 2022	Notificar a los presidentes barriales sobre la fecha y hora del evento	Equipo técnico	

23 de mayo 2022	Crear publicidad mediante medios digitales	Equipo técnico	
-----------------	--	----------------	--

Tabla. Planificación para el evento

Tiempo	Actividad	Responsable	Observaciones
8:00 - 9:00	Colocación de carpas y equipos de sonido	Equipo técnico	
11:00 - 11:10	Bienvenida a la piedra Chilintosa	Representante del barrio anfitrión	
11:10 - 12:00	Recomendaciones sobre la importancia de convivir desde un enfoque de igualdad de género. Recomendaciones sobre la importancia del deporte mediante actividades recreativas. Recomendaciones sobre nutrición. Recomendaciones para evitar lesiones y como practicar correctamente un deporte.	Psicóloga Nutricionista Profesional de la salud Profesor de educación física	Además, los profesionales estarán durante todo el evento atendiendo y dando consejos sobre salud, nutrición y bienestar
12:00 - 13:00	Presentación de banda de pueblo	Equipo técnico Representante de la parroquia anfitriona	
13:00 - 13:15	Palabras de las autoridades	Presidente Parroquial	
13:15 - 14:00	Comparar alimentos saludables	Participantes	

Tabla. Planificación después del evento

Fecha	Actividad	Responsable	Observaciones
2/7/2022	Registro de resultados obtenidos	Equipo técnico	
5/7/2022	Notificación a los barrios que participan el siguiente evento	Representante del barrio anfitrión	
10/7/2022	Publicar resultados obtenidos en redes sociales.	Profesional encargado	

Presupuesto

Tipo de recurso	Elemento	Unidades	Precio por Unidad	IVA	TOTAL
Materiales para el equipo técnico	Hojas de papel	200	0.02	-	4.00
Materiales para el equipo técnico	Impresora	1	250.00	-	250.00
Materiales para el equipo técnico	Computadora	1	680.00	-	680.00
Materiales para el equipo técnico	Esferos	25	0.30	-	7.50
Materiales para el equipo técnico	Carpetas	10	0.75	-	7.50
Subtotal					949
Profesionales	Contrato de Nutricionista	1	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	2400.00
Profesionales	Contrato de Doctor general	1	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	2400.00

Profesionales	Contrato de enfermeras	2	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	4800.00
Profesionales de equipo técnico	Publicista	1	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	1440.00
Profesionales de equipo técnico	Desarrollo local	1	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	2400.00
Profesionales de equipo técnico	Contadora	1	2 horas 1 vez por mes durante un Año	-	960.00
Profesionales de equipo técnico	Psicólogo	1	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	2400.00
Profesionales de equipo técnico	Profesor de educación física	2	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	1920.00
Profesionales de equipo técnico	Animador	1	4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	1920.00
Subtotal					20,640.00
Logística	Alquiler de equipos y espacios para ciertos eventos.			-	3000.00
Logística	Transporte del equipo y profesionales		Contrato por un año	-	1000.00
Subtotal					4000.00
Alimentación	Dietas para el equipo, profesionales de la salud.			-	900.00

Subtotal					900.00
Publicidad	Contratar Agrupaciones musicales,		Contrato por un año	-	3000.00
Publicidad	Banners publicitarios.	2	110	-	220.00
Subtotal					3220.00
Equipo para el desarrollo de los eventos	Balones de fútbol	5	60	-	300.00
Equipo para el desarrollo de los eventos	Balones de ecuavoley	3	60	-	180.00
Equipo para el desarrollo de los eventos	Balones de indor	3	60	-	180.00
Equipo para el desarrollo de los eventos	Red de boly	2	20	-	40.00
Equipo para el desarrollo de los eventos	Alquiler de Carpas		4 horas 1 vez por mes durante un Año	-	1500.00
Equipo para el desarrollo de los eventos	Compra de Amplificación		1200	-	1200.00
Artículos para incentivar el deporte	Compra de camisetas y gorras	1000		-	3000.00
Subtotal					6400.00
Total					36,109.00

Fase 5. Sistema de monitoreo del seguimiento de la propuesta

Para evaluar el cumplimiento de actividades se plantea utilizar el criterio SMART, que es un criterio conocido en la literatura de planificación estratégica y que por sus siglas en inglés corresponde a Specific, Measurable, Attainable, Relevant, Time-bound (específico, medible, realizable, relevante y medible en el tiempo). Según este criterio, un indicador debe cumplir con los siguientes requisitos:

- **Específico:** el indicador y su objetivo es claro y bien definido, es decir, se sabe exactamente qué se está midiendo, el objetivo que se quiere lograr y no deja lugar a la interpretación.
- **Medible:** puede ser expresado en unidades cuantificables.
- **Realizable:** Corresponde a un objetivo que es posible de alcanzar, no se deben plantear metas muy exigentes ya que, como se mencionó en capítulos anteriores, constituye un factor de desmotivación para el logro de objetivos.
- **Relevante:** Contiene características que son importantes y que están asociadas al logro del resultado. Se debe evitar usar indicadores muy específicos y que no aporten
- **Medible en el tiempo:** el indicador debe estar asociado a una escala de tiempo verificable

2.15. Conclusiones Capítulo II

- Seguir la metodología planteada por el Instituto Latinoamericano y del Caribe de Planificación Económica y Social (ILPES) y la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) ha permitido una adaptación adecuada a la dinámica del territorio y pobladores de la Parroquia San Buena Ventura ya que se trata de una metodología que prioriza una planificación comprensible tanto para un técnico o experto como para los propios habitantes, siendo flexible también a la realidad local y posibles cambios. De esta manera se abren las posibilidades de lograr un empoderamiento del sector además de elevar el nivel de aceptación y cumplimiento adecuado de los objetivos de la propuesta.

- A través de la Planificación integral recomendada por la CEPAL (2012) y la aplicación de del instrumento de recolección de datos, se identificó que la Parroquia San Buenaventura presenta escasos hábitos saludables ya sea por desconocimiento de los beneficios atribuidos a las actividades recreativas, desmotivación o la inexistencia de lugares apropiados para realizar dichas actividades. Por lo que se propone trabajar inicialmente en la toma de conciencia de los habitantes. Paralelamente se articulará diferentes instituciones afines a los objetivos trazados, solicitando la colaboración de ministerios como por ejemplo el Municipio, el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIESS), de Salud, deporte, cultura entre otros, sustentando que, la sinergia institucional pública y de actores particulares permitirá mejorar la comunicación interinstitucional además de focalizar de mejorar manera las inversiones económicas en proyectos sostenibles en la comunidad.
- A través del análisis de potencial endógeno, vocaciones y fortalezas de la Parroquia San Buenaventura se destaca que es posible el desarrollo económico y fomento productivo, señalando que al haber generado la necesidad de incorporar hábitos saludables como el realizar actividades recreativas y tener espacios e infraestructura apropiada dentro de la comunidad, a más de prevenir el sedentarismo en sus moradores, lo que significa disminuir los gastos en salud, así también puede representar mejoras en el desarrollo económico ya que hacer ejercicio va de la mano de una buena alimentación y la parroquia es capaz de ofrecer productos de calidad como son verduras, carnes, lácteos entre otros. Así también, la parroquia cuenta con extensos espacios verdes, geográficamente podría ser un lugar atractivo para hacer ejercicio, participar de programas recreativos al aire libre o incluso iniciar con emprendimientos relacionados con el turismo.

III. APLICACIÓN Y/O VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

3.1. Análisis de los resultados

Tras la aplicación de la encuesta en los diferentes barrios de la Parroquia San Buenaventura se obtuvieron los siguientes datos:

De la interpretación del resultado enfocado a género se ha obtenido que el 50.9 % de personas encuestadas son mujeres, el 48.1 % son hombres y el 3% otros géneros, dando como resultado que la mayor población corresponde al género femenino.

En cuanto a la edad se evidenció que el 25,3 % de las personas encuestadas son jóvenes; el 60,6% de las personas son Adultos; el 14.1 % de los encuestados son Adultos Mayores.

La principal ocupación de los habitantes de San Buenaventura, con un 45.9% corresponde a trabajadores por cuenta propia; el 21.9% son estudiantes; 12.8% son empleados privados; el 12.5% son amas de casa; el 4,4% son empleados públicos y el 2.5% son jubilados, dando un estimado de mayor trabajo en el área por cuenta propia

Con relación al porcentaje de conocimiento sobre la cultura deportiva se identificó que el 64.4% de la muestra no sabe qué es cultura deportiva y el 35.6% si conoce sobre la temática. Así también se observa con respecto a la práctica de algún deporte que el 45.6% no hace deporte; el 28.7% realiza 2 horas a la semana; el 17.25% cinco horas y el 8,4% diez o más horas; siendo la mayor parte de la muestra el 45.6%, que no realiza ningún tipo de actividad física.

Se preguntó acerca de alguna enfermedad que se haya presentado en los últimos años y se obtuvo que el 50,3% de la muestra no ha presentado ninguna enfermedad en los últimos años; el 24.1% sufre de estrés; el 13.1% obesidad; el 5.6% sufre de presión arterial; el 5,6% diabetes; y el 1.2% sufre problemas cardíacos. Es sumamente importante mencionar que el 49.7% de la muestra padece una enfermedad; el 25.5% son enfermedades crónicas y el 24.1% sufre de

estrés que con el tiempo puede desembocar en enfermedades muy graves incluidos trastornos mentales.

Con respecto a ocios obtuvimos que el 26.3% de la muestra en sus tiempos libres usa redes sociales y tecnología; el 23.4% no realiza ninguna de las actividades presentadas; el 21.9% mira televisión; el 16.2% realiza deporte y el 12.2% duerme.

Aspectos relevantes con respecto a estos resultados se enuncian a continuación:

- El 26,6 % de los hombres dedica su tiempo libre a redes sociales y tecnología mientras que el 27,6% de las mujeres no realiza ninguna de las actividades mencionadas en las encuestas; es decir la mayor parte de las mujeres en la parroquia San Buenaventura no tienen tiempo libre ya que su día se ve copado por labores como: ayudar a sus hijos con tareas de la escuela, cría de animales de granja o deberes del hogar.
- El 23,4% de los hombres realiza deporte en sus tiempos libres mientras que de las mujeres tan solo el 9,8% realiza actividades deportivas

También se preguntó sobre actividades recreativas de su agrado y se obtuvo que el 28.4% de la muestra le gustaría practicar fútbol; el 23.4% la caminata; el 12.2% la pesca deportiva; el 11.3% la Jardinería; el 7,8 elaborar artesanías; el 7,2 ecuavoley; el 5,6% otras actividades como el ciclismo; el 3.1% cabalgata y finalmente el 1% juegos tradicionales.

Otros datos relevantes se obtuvieron al encuestar al tipo de lugares que asiste la gente para realizar actividades recreativas o deportivas y se obtuvo que el 63.7% de la muestra asiste a lugares públicos; el 23.1% no asiste a lugares públicos y tampoco a privados; y el 13.1% asiste a lugares privados, evidenciando que por varios motivos la mayoría de la muestra opta por espacios públicos.

Al preguntar si en su localidad se realizan programas que incentiven las actividades recreativas y deportivas para prevenir enfermedades, se obtuvo que el 90.0 % de la muestra expresó negación; el 8,4% expresa que si se realizan programas y el 1.6 a veces. Cabe mencionar que antes de la pandemia por Covid

19, solo en el barrio Centro se realizaban actividades de rumba terapia los días viernes.

Finalmente se indago sobre la aceptación de proyectos que promuevan el deporte y las actividades recreativas, **obteniendo** que el 83.4% de la muestra estaría dispuesto a participar y apoyar proyectos que incentiven la cultura deportiva en la parroquia y el 16.6% no participa de dichos proyectos.

3.2. Discusión de los resultados:

Fortalecer la Cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas en la parroquia San Buenaventura contribuirá al mantenimiento de la salud ya que reconocer los beneficios de la actividad física e invertir en su desarrollo como una prioridad en la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas supone una alternativa sostenible para garantizar estilos de vida saludables. De tal manera, los principales resultados coinciden con Vargas (2018) quien sostiene que la cultura deportiva, no es hacer eventos, sacar campeones, ganar medallas etc. La cultura deportiva es conocer lo que un país requiere para el desarrollo físico y armónico de todos sus ciudadanos: niños, jóvenes y adultos. No solamente se trata de desarrollar el deporte o a deportistas, es convencer a la sociedad del beneficio de la práctica y el hábito del ejercicio continuo y permanente.

Según la Planificación integral recomendada por la CEPAL (2012) y la aplicación de del instrumento de recolección de datos, se identificó que la Parroquia San Buenaventura presenta escasos hábitos saludables ya sea por desconocimiento de los beneficios atribuidos a las actividades recreativas, desmotivación o la inexistencia de lugares apropiados para realizar dichas actividades. Describiendo de una manera más detallada se sostiene que con relación al porcentaje de conocimiento sobre la cultura deportiva se identificó que el 64.4% de la muestra no sabe qué es cultura deportiva y el 35.6% si conoce sobre la temática. Así también se observa con respecto a la práctica de algún deporte que el 45.6% no hace deporte; el 28.7% realiza 2 horas a la semana; el 17.25% cinco horas y el 8,4% diez o más horas; siendo la mayor parte de la muestra el 45.6%, que no realiza ningún tipo de actividad física, dichos resultados concuerda con (OMS, 2010; OMS 2020), refiriendo que las recomendaciones mundiales fundamentadas

científicamente acerca de los beneficios, modalidades, asiduidad, frecuencia, intensidad, duración y cantidad total de actividad física necesaria para mejorar la salud no se están cumpliendo a nivel de la población mundial, las posibles causas se deberían a superpoblaciones, aumento de la pobreza, gran densidad de tráfico, escasos lugares debidamente adecuados entre otros.

A consecuencia de la inactividad física se evidencio también que el 50,3% de la muestra no ha presentado ninguna enfermedad en los últimos años sin embargo el 24.1% sufre de estrés; el 13.1% obesidad; el 5.6% sufre de presión arterial; el 5,6% diabetes; y el 1.2% padece de problemas cardiacos. Es sumamente importante mencionar que el 49.7% de la muestra padece una enfermedad; el 25.5% son enfermedades crónicas y el 24.1% sufre de estrés que con el tiempo puede desembocar en enfermedades muy graves incluidos trastornos mentales. Datos que previamente han sido considerados por (Ding et al., 2016; Naciones Unidas/CEPAL, 2018; OPS, 2019) quienes alertan que las consecuencia son alarmantes tanto a nivel del sufrimiento que puede presentar las personas debido a los costes emocionales que demanda una enfermedad como al coste económico ya que según cálculos macroeconómicos el gasto que se deberá invertir en salud se incrementara a consecuencia de enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias crónicas, cáncer, diabetes y trastornos de salud mental asociadas al sedentarismo.

Con respecto a actividades de ocios se obtuvo que el 26.3% de la muestra en sus tiempos libres usa redes sociales y tecnología; el 23.4% no realiza ninguna de las actividades presentadas; el 21.9% mira televisión; el 16.2% realiza deporte y el 12.2% duerme, dichas cifras se explicarían debido a que el desarrollo tecnológico ha generalizado la adopción de estilos de vida en las tareas cotidianas que demandan muy poca actividad física y que se realizan, en la mayoría de los casos, en una posición sentada, condiciones que se reconocen como inactivas sedentarias convirtiéndose en una nueva amenaza para nuestra salud (Ministerio Español Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad, 2015).

Aspectos relevantes con respecto a estos resultados se enuncian a continuación el siguiente hallazgo:

El 26,6 % de los hombres dedica su tiempo libre a redes sociales y tecnología mientras que el 27,6% de las mujeres no realiza ninguna de las actividades mencionadas en las encuestas; es decir la mayor parte de las mujeres en la parroquia San Buenaventura no tienen tiempo libre ya que su día se ve copado por labores como: ayudar a sus hijos con tareas de la escuela, cría de animales de granja o deberes del hogar. Resumiendo, que el 23,4% de los hombres realiza deporte en sus tiempos libres mientras que de las mujeres tan solo el 9,8% realiza actividades deportivas.

El hallazgo concerniente podría deberse a que en Parroquia San Buenaventura la igualdad de género aún no ha cobrado fuerza ya sea debido a la arraigada costumbre que identifica a la mujer como la encargada realizar labores domésticas y cuidado de los hijos o la creencia de muchas mujer en especial de grupo adulto mayor que consideran que hacer deporte le restaría tiempo para el cuidado de sus animales u otras tareas, incluso parecería que las mujeres sienten incomodidad al momento de pronunciarse sobre el tiempo libre, Por tanto, se propone ahondar en dicho hallazgo ya que es importante conocer sobre la percepción, creencias, tradiciones entre otros aspectos que envuelven la conducta femenina de esta parroquia. Las investigaciones que se puedan desarrollar respecto a este tema serán de utilidad para establecer nuevas planificaciones sobre las actividades recreativas que impulsen la equidad de género.

Con respecto a los lugares a donde asisten las personas a realizar deporte se estima que el 63.7% de la muestra asiste a lugares públicos; el 23.1% no asiste a lugares públicos y tampoco a privados; y el 13.1% asiste a lugares privados, se aclara que, los habitantes identifican como espacios públicos a terrenos baldíos con arcos de futbol improvisados al igual que las canchas de ecuavoley, así también las personas que realizan ciclismo están expuesta a accidentes de tránsito ya que no se cuenta con ciclo vías, condiciones que podrían influenciar en la débil motivación de los habitantes a mejorar la cultura deportiva. Por ello es de considerar los señalamientos de Giles et al., (2016) quienes señalan que en la actualidad existen retos sanitarios complejos ya que en los últimos años el enfoque de la atención sanitaria se ha centrado en el tratamiento y de manera aislada en la prevención, reconociendo así, que una parte clave se encuentra en la

planificación urbana, es decir, la población debe disponer de redes de movimiento amigable para los peatones y ciclistas, áreas verdes, entre otros equipamientos que permitan incentivar el adquirir hábitos saludables que promuevan la salud, de esta manera los habitantes de cualquier sector contarán con espacios adecuados donde realizar actividades deportivas y recreativas.

Se indago también, sobre la aceptación de proyectos que promuevan el deporte y las actividades recreativas, obteniendo que el 83.4% de la muestra estaría dispuesto a participar y apoyar proyectos que incentiven la cultura deportiva en la parroquia. Posiblemente el porcentaje elevado de las personas que desean participar corresponde a una reacción propia del confinamiento, ya que, el aislamiento provoco mayores conductas sedentarias además de estrés e inestabilidad emocional. En consecuencia, mantener estilos de vida saludables y la práctica constante de ejercicio físico es vital, Además, el ejercicio también podría tener un efecto protector en el sistema inmunitario, cuyo estado óptimo es crucial para responder de un modo apropiado a la amenaza de la COVID-19 tal como afirma (Rodríguez et al., 2020).

Si bien los resultados obtenidos coinciden con varios autores como ya se ha explicado anteriormente, también es relevante mencionar que se debería indagar más a fondo sobre las características del ejercicio más adecuado teniendo en cuenta la frecuencia, duración, cantidad e intensidad, la intención es impulsar nuevas investigaciones que propicien conocimientos más precisos sobre las mejores recomendaciones en cuanto a ejercicio, sin olvidar las necesidades individuales de cada sujeto y la situación particular de la cuarentena.

3.3. Evaluación de expertos

Para realizar la evaluación de las estrategias propuestas para el fortalecimiento de la Cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas en la parroquia San Buenaventura se tomó en cuenta a dos expertos en el tema como son: PhD. Carmelo Cortez experto en Administración Pública, Dra. Carolina Monteros, Medico General y MSc. Katherine Cordovilla especialista en tratamiento psicológico, quienes evaluaron el contenido de la propuesta con base en 5 criterios:

1. Presentación
2. Claridad
3. Pertinencia
4. Relevancia
5. Factibilidad

Cada uno de los criterios fueron valorados según la escala tipo Likert, además se solicitó colocar recomendaciones, obteniendo los siguientes resultados:

Tabla N° 7 Matriz de Validación

Expertos	Criterios	Exce lente	%	Bue no	%	Regul ar	%	Deficie nte	%
Área de Salud, Administra ción Pública y Psicología	Presentac ión	1	33.3 %	2	66.6 %	-	-	-	-
	Claridad	2	66.6 %	1	33.3 %	-	-	-	-
	Pertinenc ia	3	100 %	0	0	-	-	-	-
	Relevanc ia	3	100 %	0	0	-	-	-	-
	Factibilid ad	2	66.6 %	1	33.3 %	-	-	-	-

Elaborado por: Rafael Espinel

Conforme los resultados obtenidos y con base en el criterio emitido por parte de los expertos, la propuesta para el fortalecimiento de la Cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas en la parroquia San Buenaventura es viable; pues el 66.6% afirma que cumple con una buena presentación, así mismo un 66.6% indica que existe una excelente claridad en el desarrollo de las fases de implementación de la propuesta, el 100% considera que la propuesta posee una apropiada pertinencia y relevancia, además de ser factible su aplicación en un 66.6%.

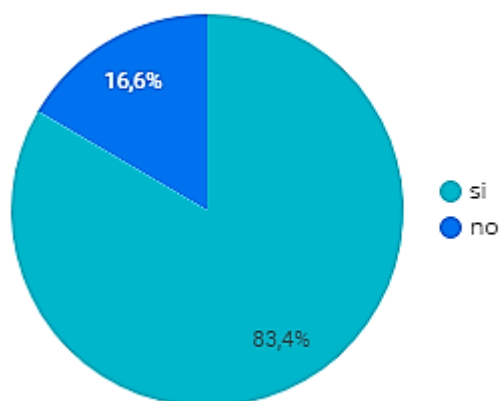
Como recomendaciones por parte de los expertos se destacan el crear un fondo comunitario a partir de cierto porcentaje de las ventas o actividad económica

generados a partir de los programas o actividades barriales, esto con el fin de aportar a la sostenibilidad de la propuesta.

3.4. Evaluación de usuarios

A través de la evaluación a los usuarios se identificó que un 84% indico estar de acuerdo con participar en programas que incentiven el deporte y actividades recreativas para prevenir enfermedades en la Parroquia San Buenaventura, tal como se puede observar a continuación:

Ilustración 2. Porcentaje de participación



Elaborado por: Rafael Espinel

Según los resultados presentados en el gráfico 1, los habitantes de la Parroquia San Buenaventura presentan un 83,4% de aceptación a participar en programas que incentiven el deporte y actividades recreativas para prevenir enfermedades, mientras que un 16,6% no desea participar.

3.5. Conclusiones del III capítulo

- Mediante la aplicación de la encuesta y posterior procesamiento de datos se identificó que la Parroquia San Buenaventura presenta escasos hábitos saludables ya sea por desconocimiento de los beneficios atribuidos a las actividades recreativas, desmotivación o la inexistencia de lugares apropiados para realizar dichas actividades.
- El contenido de las estrategias propuestas para el fortalecimiento de la Cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas en la

parroquia San Buenaventura se compone de cinco fases: identificación de vocaciones de la parroquia, establecimiento de objetivos estratégicos, formulación de estrategias, plan de acción, descripción de actividades y monitoreo.

- Para realizar la evaluación de las estrategias propuestas para el fortalecimiento de la Cultura deportiva, a través de actividades físicas recreativas en la parroquia San Buenaventura se tomó en cuenta a tres expertos en el tema como son: PhD. Carmelo Cortez experto en Administración Pública, Dra. Carolina Monteros, Médico General y MSc. Katherine Cordovilla especialista en tratamiento psicológico, quienes evaluaron el contenido según la presentación, claridad, pertinencia, relevancia y factibilidad. Señalando que la propuesta cuenta una amplia disposición para ser ejecutada.

IV. CONCLUSIONES GENERALES

- A través de analizar la información epistemológica asociada al tema y diagnosticar la situación actual en cuanto a cultura deportiva y actividades recreativas en la parroquia San Buenaventura, evidenciando que los habitantes de la parroquia en su mayoría no realizan actividades físicas recreativas desconociendo los beneficios para la salud y además se destaca que los habitantes estarían dispuestos a participar de programas que incentiven la actividad física.
- Tras recabar dicha información se ha diseñado actividades recreativas que se apegan a la realidad de la parroquia, es decir según las preferencias de las personas y la disponibilidad de espacios entre otros recursos, contribuyendo de esta manera a fortalecer la Cultura deportiva a través de actividades físicas recreativas en la parroquia San Buenaventura.

V. RECOMENDACIONES

- Es Imperativo que la población conozca sobre los beneficios del proyecto para que se empoderen y haya continuidad de la iniciativa.
- La propuesta encaminada a fortalecer la cultura deportiva debe estar encabezada por los dirigentes barriales, pero debe estar acompañada por profesionales en la rama.
- Se recomienda además investigar sobre la equidad de género en la Parroquia San Buenaventura, ya que es importante conocer sobre la percepción, creencias, tradiciones entre otros aspectos que envuelven la conducta femenina de esta parroquia. Las investigaciones que se puedan desarrollar respecto a este tema serán de utilidad para establecer nuevas planificaciones sobre las actividades recreativas que impulsen la equidad de género.

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Águila, C. (2009). Del deporte a la sociedad: sobre valores y desarrollo del ser humano. *Almeria Juega Limpio*, 31. file:///D:/NUEVOS LIBROS RAFA/Cornelio Aguila.pdf
- Banco de Desarrollo de América Latina. (2003). *Capital social: clave para una agenda integral de desarrollo*. https://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/682/Capital_social._Clave_para_una_agenda_integral_de_desarrollo.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Barbosa, S., & Urrea, Á. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, 25, 141–160. file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-InfluenciaDelDeporteYLaActividadFisicaEnElEstadoDe-6369972.pdf
- Calero, S., Díaz, K., Caiza, M., Rodríguez, Á., & Analuiza, F. (2016). Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 35(4), 366–374. <http://scielo.sld.cu>
- Camargo, D., Gómez, E., Ovalle, J., & Rubiano, R. (2013). La cultura física y el deporte: fenómenos sociales. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 31(1), s116–s125. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v31s1/v31s1a14.pdf>
- Chávez, R., & Zamarreño, J. (2016). Ejercicio físico y actividad física en el abordaje terapéutico de la obesidad y el sedentarismo. *Revista Cubana de Medicina Física y Rehabilitación*, 8(2), 215–230. <http://www.sld.cu/sitios/revrehabilitacion/http://www.sld.cu/sitios/revrehabilitacion/>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2012). *Metodología para la elaboración de estrategias de desarrollo local*. file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/S1200383_es.pdf
- Constitución del Ecuador. (2008). Asamblea Constituyente. *Registro Oficial*, 20

de octubre, 113.

Ding, D., Lawson, K. D., Kolbe-Alexander, T. L., Finkelstein, E. A., Katzmarzyk, P. T., van Mechelen, W., & Pratt, M. (2016). The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. *The Lancet*, 388(10051), 1311–1324. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)30383-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30383-X)

GAD Municipal Latacunga. (2016). *Plan De Desarrollo Del Cantón Latacunga 2016-2028*.
http://latacunga.gob.ec/images/pdf/PDyOT/PDyOT_Latacunga_2016-2028.pdf

García, V. (2015). Actividades físico-recreativas para el desarrollo motriz en niños de 8 a-10 años de la escuela rural Ciudad de Riobamba, recinto Santa Lucia, parroquia Camarones del Cantón Esmeraldas, Ecuador. *EFDeportes.com.Revista Digital*, 20(212), 1–16.
http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/12608%0Ahttps://www.researchgate.net/profile/Santiago_Calero_Morales/publication/317040848_Actividades_fisico-recreativas_para_el_desarrollo_motriz_en_ninos_de_8-10_anos_de_la_escuela_rural_%2527Ciudad_de_Riobam

Giles, B., Vernez, A., Reis, R., Turrell, G., Dannenberg, A. L., Badland, H., Foster, S., Lowe, M., Sallis, J. F., Stevenson, M., & Owen, N. (2016). City planning and population health: a global challenge. *The Lancet*, 388(10062), 2912–2924. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)30066-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30066-6)

Gonzalez, F. (2018). Las actividades recreativas: una opción de cuidado en el paciente pediátrico. *Universidad De Cantabria*, 1–31.
<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/14094/GonzalezFernandezA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*.
https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

- Hourrutiner, O. (2014). La Recreación Física en la adolescencia escolar. *EFDeportes.com, Revista Digital*. <https://www.efdeportes.com/efd190/la-recreacion-fisica-en-la-adolescencia-escolar.htm>
- Jaramillo, J., & Sotomayor, P. (2017). Diagnostic study of physical-recreational activities in the ecuadorian army military academy. *Revista Cubana de Investigaciones Biomedicas*, 36(3), 1–16.
- Jomar, E. (2015). *Plan de ejercicios físicos para disminuir los niveles de sedentarismo en adultos de 40 hasta 45 años de Comunidad San Martín de Porres, Barquisimeto, Lara*. file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-PlanDeEjerciciosFisicosParaDisminuirLosNivelesDeSe-5589763.pdf
- Ministerio Español Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad. (2015). Actividad física para la salud y reducción del sedentarismo. Recomendaciones para la población. *Ministerio de Educación, Cultura y Deporte*, 1–28. https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Recomendaciones_ActivFisica_para_la_Salud.pdf
- Naciones Unidas/CEPAL. (2018). Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe. Objetivos, metas e indicadores mundiales. En *Publicación de las Naciones Unidas*. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40155/24/S1801141_es.pdf
- OMS. (2020, noviembre 26). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Organización Mundial de Salud. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. <http://library1.nida.ac.th/termpaper6/sd/2554/19755.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030. Más personas activas para un mundo sano. En *Organización Panamericana de la Salud*. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50904/9789275320600_spa.pdf

f

- Organización Panamericana de Salud/OMS. (2019). *Plan de acción para la prevención y control de las enfermedades no transmisibles en las Américas 2013-2019*. <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2015/plan-accion-prevencion-control-ent-americas.pdf>
- Pérez-Flores, A. M., & Muñoz-Sánchez, V. M. (2018). Deporte, cultura y sociedad: un estado actual de la cuestión. *Revista de Humanidades*, 34, 11. <https://doi.org/10.5944/rdh.34.2018.21881>
- Pérez, J., & Merino, M. (2017). *Definición de actividades recreativas*. Definicion.de. <https://definicion.de/actividades-recreativas/>
- Pérez, S. (2015). Concepto y elementos del deporte. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 1514–3465. <https://www.efdeportes.com/efd208/concepto-y-elementos-del-deporte.htm>
- Prosegger, J., Huber, D., Grafetstätter, C., Pichler, C., Weisböck-Erdheim, R., Iglseder, B., Wewerka, G., & Hartl, A. (2019). Effects of moderate mountain hiking and balneotherapy on community-dwelling older people: A randomized controlled trial. *Experimental Gerontology*, 122(January), 74–84. <https://doi.org/10.1016/j.exger.2019.04.006>
- Real Academia Española. (2020). *Diccionario de la lengua española*. <https://dle.rae.es/recreación?m=form>
- Rodríguez, M. A., Crespo, I., & Olmedillas, H. (2020). Ejercitarse en tiempos de la COVID-19: ¿ que recomiendan hacer los expertos entre cuatro paredes? *Revista Española de Cardiología*, 73(7), 527–529. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7158768/pdf/main.pdf>
- Sallis, J., Cerin, E., Conway, T. L., Adams, M. A., Frank, L. D., Pratt, M., Salvo, D., Schipperijn, J., Smith, G., Cain, K. L., Davey, R., Kerr, J., Lai, P. C., Mitáš, J., Reis, R., Sarmiento, O. L., Schofield, G., Troelsen, J., Van Dyck, D., ... Owen, N. (2016). Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: A cross-sectional study. *The Lancet*, 387(10034), 2207–2217. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01284-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01284-2)

- Sandoval Vilches, P., & García Pacheco, I. (2014). Cultura deportiva en Chile: desarrollo histórico, institucionalidad actual e implicancias para la política pública. *Polis (Santiago)*, *13*(39), 441–462. <https://doi.org/10.4067/s0718-65682014120000020>
- Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. (2017). *Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021-Toda una Vida*. http://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV-26-OCT-FINAL_0K.compressed1.pdf
- Vancampfort, D., Van Damme, T., Firth, J., Hallgren, M., Smith, L., Stubbs, B., Rosenbaum, S., & Koyanagi, A. (2019). Correlates of leisure-time sedentary behavior among 181,793 adolescents aged 12-15 years from 66 low- And middle-income countries. *PLoS ONE*, *14*(11), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0224339>
- Vargas, N. (2018, enero 5). Cultura deportiva. *Diario el Universal*. <https://www.eluniversal.com.mx/columna/nelson-vargas/universal-deportes/mas-deportes/cultura-deportiva>

VII. ANEXOS

ENCUESTA

OBJETIVO: El principal objetivo de la siguiente encuesta es conocer las necesidades que presentan los habitantes de la parroquia San Buenaventura respecto al uso del tiempo libre.

RAZÓN: Se solicita de la manera más comedida se dignen a contestar las siguientes preguntas de la manera más sincera posible ya que de ello dependerá la veracidad de los resultados.

INSTRUCCIONES: Lea detenidamente cada una de las preguntas. Por favor marque con una X la respuesta que usted crea es correcta.

GÉNERO:

FEMENINO.....MASCULINO..... Otro.....

¿Cuál es su edad?

¿Cuál es su ocupación principal?

Estudiante ()

Empleado público ()

Empleado privado ()

Por cuenta propia ()

Ama de casa ()

Jubilados ()

¿Usted sabe que es cultura deportiva?

No () Si ()

¿Cuántas horas a la semana dedica a la práctica de algún deporte?

2 horas

5 horas

10 horas o más

Ninguna

¿Ha presentado alguna enfermedad en los últimos años?

Problemas cardíacos ()

Obesidad ()

Presión arterial ()

Diabetes ()

Problemas por estrés ()

Ninguno ()

¿A qué dedica su tiempo libre?

Redes sociales y tecnología ()

Televisión ()

Dormir ()

Otros ()

¿Qué actividades recreativas son de su agrado?

Jardinería ()

Elaborar artesanías ()

Juegos tradicionales ()

Caminata ()

Cabalgata

Fútbol ()

Ecuavoley ()

Otros ()

¿A qué tipo de lugares asiste para realizar actividades recreativas o deportivas?

Lugares Privados ()

Lugares Públicos ()

Ninguna ()

¿En su localidad se realizan programas que incentiven las actividades recreativas para prevenir enfermedades?

Si ()

No ()

A veces ()

¿Usted participaría en proyectos que promuevan el deporte y las actividades recreativas?

Si ()

No ()



FORMATO DE EVALUACIÓN

Parroquia San Buenaventura

Actividades deportivas y recreativas para fortalecer la cultura deportiva

Barrió anfitrión:

Actividad seleccionada:

Objetivo:

Fecha:

Existieron percances o algún problema durante la ejecución de la actividad:

Si No

En el caso de haber seleccionado la opción NO ¿Cómo considera usted que debería ser resuelto?

.....

¿Cómo califica usted, el cumplimiento del objetivo de la actividad? (marque la opción que corresponda)

<i>Excelente</i>		<i>Muy bueno</i>		<i>Bueno</i>		<i>Regular</i>		<i>Deficiente</i>	
------------------	--	------------------	--	--------------	--	----------------	--	-------------------	--

¿Cómo califica usted, la actividad organización de la actividad?

<i>Excelente</i>		<i>Muy bueno</i>		<i>Bueno</i>		<i>Regular</i>		<i>Deficiente</i>	
------------------	--	------------------	--	--------------	--	----------------	--	-------------------	--

Según su criterio que debería mejorar:

.....

ANÁLISIS DE RESULTADOS

GÉNERO:

FEMENINO 163 MASCULINO 154 OTRO 3

Tabla 1. Género de la muestra en Parroquia San Buenaventura.

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Femenino	163	50,9%	50,94%	50.94%
Masculino	154	48,1%	48,13%	99.07%
Otro	3	0,9%	0,93%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

De la interpretación del resultado enfocado a género hemos obtenido un resultado de 163 personas de género femenino, 154 personas de género masculino y 3 del género otros; de un total de 320 encuestados.

Con base a esto se ha obtenido que el 50.9 % de personas encuestadas son mujeres, el 48.1 % son hombres y el 3% otros géneros, dando como resultado que la mayor población corresponde al género femenino.

Edad

De 0 a 26 años; Jóvenes (81)

De 27 a 59; Adultos (194)

Mayores de 59; Adultos Mayores (45)

Tabla2. Edad de la muestra en Parroquia San Buenaventura.

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Jóvenes	81	25,3%	25,3%	25,3%
Adultos	194	60.6%	60.6%	85,9%
Adultos Mayores	45	14.1%	14.1%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

De la interpretación del resultado enfocado a edad hemos obtenido un resultado de 81 personas de 0 a 26 años; 194 personas de entre 27 a 59 años y 45 personas mayores a 59 años, de un total de 320 encuestados.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 25,3 % de las personas encuestadas son jóvenes; el 60,6% de las personas son Adultos; el 14.1 % de los encuestados son Adultos Mayores.

¿CUÁL ES SU OCUPACIÓN PRINCIPAL?

Por cuenta propia (147)

Estudiante (70)

Empleado privado (41)

Ama de casa (40)

Empleado público (14)

Jubilados (8)

Tabla3. Ocupación de la muestra en Parroquia San Buenaventura.

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Por cuenta propia	147	45.9%	45.9%	45.9%
Estudiante	70	21.9%	21.9%	67.8%
Empleado privado	41	12.8%	12.8%	80.6%
Ama de casa	40	12.5%	12.5%	93.1%
Empleado público	14	4.4%	4.4%	97.5%
Jubilados	8	2.5%	2.5%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 45.9% son trabajadores por cuenta propia; el 21.9% son estudiantes; 12.8% son empleados privados; el 12.5% son amas de casa; el 4,4% son empleados públicos y el 2.5% son jubilados, dando un estimado de mayor trabajo en el área por cuenta propia.

¿USTED SABE QUE ES CULTURA DEPORTIVA?

No (206)

Si (114)

Tabla4. Conocer sobre cultura deportiva

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
No	206	64.4%	64.4%	64.4%
Si	114	35.6%	35.6%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 64.4% no conoce sobre la cultura deportiva mientras que el 35.6% respondió o tuvo noción a los que se refiere el enunciado.

¿CUÁNTAS HORAS A LA SEMANA DEDICA A LA PRÁCTICA DE ALGÚN DEPORTE?

No hace deporte (146)

Dos Horas (92)

Cinco Horas (55)

Diez o Más (27)

Tabla5. Horas a la semana dedicada algún deporte.

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
No hace deporte	146	45.6%	45.62%	45.62%
Dos Horas	92	28.7%	28.75%	74.37%
Cinco Horas	55	17.2%	17.2%	91.57%
Diez o Más	27	8.4%	8.43%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 45.6% no hace deporte; el 28.7% realiza 2 horas; el 17.25 cinco horas y el 8,4% diez o más horas a la semana; siendo la mayor parte de la muestra con un 45.6%, la que no realiza ningún tipo de actividad física.

¿HA PRESENTADO ALGUNA ENFERMEDAD EN LOS ÚLTIMOS AÑOS?

Ninguna (161)

Estrés (77)

Obesidad (42)

Presión Arterial (18)
 Diabetes (18)
 Problemas Cardiacos (4)

Tabla6. Enfermedades en los últimos años

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Ninguna	161	50,3%	50,31%	50.31%
Estrés	77	24.1%	24.1%	74.41%
Obesidad	42	13.1%	13.1%	87.51%
Presión Arterial	18	5.6%	5.62%	93.13%
Diabetes	18	5.6%	5.62%	98.75%
Problemas Cardiacos	4	1.2%	1.25%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 50,3% de la muestra no ha presentado ninguna enfermedad en los últimos años; el 24.1% sufre de estrés; el 13.1% obesidad; el 5.6% sufre de presión arterial; el 5,6% diabetes; y el 1.2% sufre problemas cardiacos.

¿A QUÉ DEDICA SU TIEMPO LIBRE?

Redes sociales y tecnología (84)

Ninguno (75)
 Televisión (70)
 Deporte (52)
 Dormir (39)

Tabla7. Tiempo libre.

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Redes sociales y tecnología	84	26.3%	26.3%	26.3%
Ninguno	75	23.4%	23.4%	49.7%
Televisión	70	21.9%	21.9%	71.6%
Deporte	52	16.2%	16.2%	87.8%
Dormir	39	12.2%	12.2%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 26.3% de la muestra en sus tiempos libre usa redes sociales y tecnología; el 23.4% no realiza ninguna de las actividades presentadas; el 21.9% mira televisión; el 16.2% realiza deporte y el 12.2% duerme.

¿QUÉ ACTIVIDADES RECREATIVAS SON DE SU AGRADO?

¿Qué actividades recreativas son de su agrado?

Fútbol (91)

Caminata (75)

Pesca deportiva (39)

Jardinería (36)

Elaborar artesanías (25)

Ecuavoley (23)

Otros (18)

Cabalgata (10)

Juegos Tradicionales (3)

Tabla8. Actividades de su agrado

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Fútbol	91	28.4%	28.4%	28.4%
Caminata	75	23.4%	23.4%	51.8%
Pesca deportiva	39	12.2%	12.2%	64%
Jardinería	36	11.3%	11.3%	75.3%
Elaborar artesanías	25	7.8%	7.8%	83.1%
Ecuavoley	23	7.2%	7.2%	90.3%
Otros	18	5.6%	5.6%	95.9%
Cabalgata	10	3.1%	3.1%	99%
Juegos Tradicionales	3	1%	1%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 28.4% de la muestra le gustaría practicar futbol; el 23.4% la caminata; el 12.2% la pesca deportiva; el 11.3% la Jardinería; el 7,8 elaborar artesanías; el 7,2 ecuavoley; el 5,6 otras actividades como por ejemplo el ciclismo; el 3.1% cabalgata y finalmente el 1% juegos tradicionales.

¿A QUÉ TIPO DE LUGARES ASISTE PARA REALIZAR ACTIVIDADES RECREATIVAS O DEPORTIVAS?

Públicos (204)

Ninguno (74)

Privados (42)

Tabla9. Tipo de lugares al que asiste la muestra para realizar actividades recreativas o deportivas

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Públicos	204	63.7%	63.75%	63.75%
Ninguno	74	23.1%	23.13%	86.88%
Privados	42	13.1%	13.12%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 63.7% de la muestra asiste a lugares públicos para realizar algún tipo de deporte o actividades recreativas; el 23.1% no asiste a lugares públicos y tampoco a privados; y el 13.1% asiste a lugares privados.

¿EN SU LOCALIDAD SE REALIZAN PROGRAMAS QUE INCENTIVEN LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS Y DEPORTIVAS PARA PREVENIR ENFERMEDADES?

No (288)

Si (27)

A veces (5)

Tabla10. Programas que incentiven actividades recreativas y deportivas

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
No	288	90.0%	90.0%	90.0%
Si	27	8.4%	8.4%	98.4
A veces	5	1.6%	1.6%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 90.0 % de la muestra expresa que no se realizan programas que incentiven actividades recreativas o deportivas dentro de la parroquia; el 8,4% expresa que si se realizan programas y el 1.6 a veces.

¿USTED PARTICIPARÍA EN PROYECTOS QUE PROMUEVAN EL DEPORTE Y LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS?

Si (267)

No (53)

Tabla11. Conocer sobre cultura deportiva

Ítems	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Si	267	83.4%	83.4%	83.4%
No	53	16.6%	16.6%	100%
Total	320	100,0		

Elaborado por: Rafael E.

Como resultado a ello se ha obtenido que el 83.4% de la muestra estaría dispuesto a participar y apoyar proyectos que incentiven la cultura deportiva en la parroquia y el 16.6% no participaría de dichos proyectos.