

En La
Juega

PROYECTO DE GRADO
DIPLOMADO EN DESIGN THINKING
“En la Juega”

Julián Cesar Ortega Maca
Carlos Andrés Ordoñez Erazo
David Orlando Córdoba Narváez

Universidad Del Cauca
Facultad De Artes
Departamento De Diseño Gráfico
Diplomado En Design Thinking
Popayán
2016

Tabla de contenido

1. Planteamiento del Problema	1	6.1.2. Actividad 2	48
2. Stakeholders	9	6.1.3. Indicadores	50
2.1. Sedentarios	10	6.1.4. Diferenciales semánticos	52
2.2. Obesos	12	7. Propuesta creativa.....	57
2.3. ECNT (Enfermedades Crónicas no trasmisibles).....	13	7.1. Desarrollo de marca.....	58
2.4. Niños adictos a la tecnología	15	7.2. Conformación de equipos.....	60
2.5. Entes gubernamentales	16	7.3. Indumentaria	61
2.6. Profesionales de la Salud	17	7.4. Elementos de juego	62
2.7. Deportistas	18	7.5. Campo de juego	64
2.8. Restaurantes Vegetarianos	19	7.6. Convocatoria	65
3. Objetivo General	22	7.7. Requerimientos técnicos	68
4. Objetivos Específicos	23	8. Observaciones	69
5. Metodología	24	9. Conclusiones.....	71
5.1. Descubrir	25	10. Anexos.....	73
5.2. Mapa mental	26	11. Bibliografía.....	77
5.3. Mapa de stakeholders.....	30		
5.4. Ideación.....	34		
5.4.1. HMW.....	35		
5.4.2. SCAMPER.....	40		
6. Validación.....	42		
6.1. Workflow.....	44		
6.1.1. Actividad 1.....	46		

1. Planteamiento del problema

Desde la creación del internet se han evidenciado en mayor medida todo tipo de avances en tecnología, medicina, ingeniería, educación, política, arte, etc. Debido en parte a la mayor facilidad para comunicarnos. Sin embargo el denominado avance tecnológico ha desbordado, en algunos casos, a las personas y más específicamente a los niños y jóvenes. Esta falta de control en su uso a cambiado algunos aspectos en su diario vivir, de tal manera que en lugar de ser la tecnología una herramienta, se convierte en algo esencial para la cotidianidad de ellos, desplazando o eliminando actividades que antes se realizaban con tanta espontaneidad como lo es la actividad física.

“Los hábitos de vida saludable, específicamente la realización periódica de actividad física, el consumo de frutas y verduras y de una dieta balanceada, y el control del consumo de tabaco, reducen hasta un 80% el riesgo de tener Enfermedades Crónicas No transmisibles (ECNT). Estas enfermedades, actualmente son las responsables del 60% todas las muertes a nivel mundial, y un 80% de estas muertes ocurren en países

reducen hasta un 80% el riesgo de tener Enfermedades Crónicas No transmisibles (ECNT). Estas enfermedades, actualmente son las responsables del 60% todas las muertes a nivel mundial, y un 80% de estas muertes ocurren en países de ingresos bajos y medios como Colombia. Las ECNT son de larga duración y de progresión lenta. Más del 80% de las muertes por enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo II y más de un tercio de los cánceres pueden ser prevenidos eliminando los factores de riesgo que estas enfermedades comparten como el consumo de tabaco, los malos hábitos alimentarios y la inactividad física, todos ellos prevenibles. Dentro de las consecuencias económicas de las ECNT, se estima que las pérdidas por ECNT en los países de ingresos bajos y medios ascenderán a los US \$7 trillones para el periodo de 2011-2025 (en promedio cerca de US \$500 billones por año). En contraste, estudios realizados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para estos mismos países, indican que el costo de intervenciones poblacionales para reducir la inactividad física, la alimentación poco saludable y el consumo de alcohol y

y productos del tabaco, corresponden a US\$ 2 billones por año es decir un costo de aproximadamente US\$ 0,40 por persona. Adicionalmente, los Centros de Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC) y la OMS estimaron en el año 2001 que por cada dólar invertido en planes de promoción de la salud que incluyan actividad física y alimentación saludable, se disminuye 3,2 dólares los gastos en salud. Por lo anterior, la OMS incita de manera urgente a todos los países a invertir en la prevención de ECNT como parte integral del desarrollo socioeconómico sostenible. Es así como recomienda el fortalecimiento de las estrategias que propendan por la reducción del grado de exposición de las personas a los factores de riesgo modificables comunes a las ECNT (inactividad física, alimentación poco saludable, el consumo de alcohol y tabaco).¹



¹ Cita sugerida: Ministerio de la Protección Social, Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Hábitos y Estilos de Vida Saludable. Tomo 1. Documento técnico con los contenidos para el mejoramiento de la gestión territorial de los referentes departamentales, en la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en alimentación y prevención del consumo de tabaco a través de la práctica regular de la actividad física. 2011.

En nuestro contexto, la falta de actividad física en los niños, adolescentes, jóvenes y adultos, está presente en parte debido al sedentarismo, que es causado en muchas ocasiones por el mal uso o uso excesivo que se le da a los dispositivos tecnológicos como celulares, video juegos, Tablet, televisión, etc. Razón por la cual, nos vimos motivados a ocuparnos de esta problemática social y de salud desde nuestra disciplina.

Para ello, partimos de un interrogante general: **¿Cómo podríamos motivar a las personas de Popayán a tener una vida saludable?** Para lo cual, iniciamos la búsqueda de los actores más cercanos al problema, espacios donde se pudieran encontrar entidades relacionadas,

actividades cotidianas que estén en pro o en contra de nuestro planteamiento inicial, comportamientos y hábitos; con todo esto, creamos nuestro proyecto denominado “En la juega” que busca promover la actividad física por medio del juego y especialmente los juegos tradicionales, enfocados a niños y adolescentes.





Como segunda medida recurrimos a investigar, que son los juegos tradicionales y cuáles son los juegos tradicionales más conocidos en el contexto, seleccionar los que impliquen mayor actividad física y retomar la mayor cantidad de elementos de estos juegos para desarrollar eventos que motiven a los niños a realizar actividades lúdicas en su tiempo libre.

“Al hablar de juegos tradicionales nos referimos a aquellos juegos que desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación a generación, siendo transmitido de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia. Son juegos que aparecen en diferentes momentos o

épocas del año, que desaparecen por un periodo y vuelven a surgir; se pueden encontrar en todas partes del mundo, transmiten características, valores, formas de vida, tradiciones de diferentes zonas, favorecen la formación del niño al despertar su interés y permitir su desarrollo físico e intelectual de forma amena.”²

De igual manera, aprovecharemos la gran acogida que tienen las redes sociales a nivel general para mostrar, convocar, motivar y retar no solo a niños sino también a los adultos, padres de familia y todas las personas que en algún momento hayan tenido contacto con estas actividades. Con el fin de realizar una estrategia de promoción de la actividad física a través del juego, en particular los juegos tradicionales como son el BOBY, el

² Juegos tradicionales. Autora: Lic. Claribel Felicia Rodríguez Jiménez, Pág 4, 2015. <http://www.ilustrados.com/documentos/juegostradicionales.pdf>

YERMIS y SALTO EN CUERDA. (Anexo Infografías. Pág.73)

También, generaremos material gráfico que describa tales actividades y los beneficios que aportan a la salud, lo que hará, que los que no conozcan ciertos juegos tradicionales, los aprendan, otros los recuerden y lo más importante que se diviertan para que así se pueda convertir el juego en un hábito para su vida diaria, lo que ayudara a mejorar la calidad de vida al disminuir en alguna medida el sedentarismo, es fundamental este material gráfico para mantener dichos juegos en la memoria de quienes lo vayan a usar y de la población en general.

Pretendemos hacer que los elementos requeridos para cada juego sean de elaboración sencilla, llamativos, agradables a la vista, atractivos para los niños y de alguna manera los puedan reproducir, aportando nuevos elementos para los juegos, en cuanto al campo de juego, implementos y orientación.

Nos interesa que las estrategias propuestas en este documento, proporcionen alternativas valiosas a los padres de familia, colegios, comunas, grupos de recreación y a todos los interesados para estimular a los niños a usar de otras maneras su tiempo libre.



“Se pueden ver los juegos tradicionales, en sus características y en las relaciones que en ellos se entretajan, no como un invento extraído de la realidad, porque no lo creemos posible, si no como parte de la realidad, de la que cada juego tradicional hace parte.

Los juegos tradicionales son eso, expresión de la cultura; llámese dominante, alternativa, sub - cultura o contra cultura, pero parten de allí, de cada retazo de la realidad; independiente desde la perspectiva que ésta sea mirada, los juegos tradicionales se encuentran inmersos y más que estar inmersos, por decirlo así, son un resumen de lo real y no son ajenos a las súper y micro estructuras que los grupos sociales crean, entretajan; brotan de allí, de las relaciones injustas, de los sistemas de poder, de relaciones subjetivas², de éticas y estéticas que tienen su asiento en la vida de los hombres y mujeres que a diario hacen historia; que trabajan, estudian, sostienen relaciones de poder, opciones religiosas, gustos musicales etc.

Los juegos tradicionales, son la muestra del día a día, del hombro a hombro; en suma, son la pequeña muestra de una realidad dinámica y por ello se van transformando en

realidad dinámica y por ello se van transformando en la medida que las condiciones sociales van cambiando.

Lo tradicional, se refleja en los juegos y en los actores de la recreación, cuando en múltiples actividades, se plantea el rescate de los juegos tradicionales o el rescate de valores, que terminan siendo un conjunto de juegos, porque se supone que en el hecho de realizar actividades de este tipo, ya estamos "rescatando valores", dando por sentado que en los juegos tradicionales se viven y evidencian los valores; sin tener en cuenta que como son parte de la cultura, en ellos si es verdad que se viven unos ciertos valores; también es cierto que en los mismos se generan una serie de propuestas contrarias a lo deseado por los realizadores de los mismos programas. Algunos de los valores del juego tradicional son:

Transmisión cultural, ya que nos van pasando la cultura de una generación a otra, sin que ésta se pierda.

Motivación, porque son juegos muy motivantes.

Acercarse a su realidad, puesto que acerca la Educación Física a la realidad del niño, a la calle.

Socio motricidad, refiriéndonos a la motricidad que se da a nivel social.

Utilización del tiempo libre, viendo que el niño hace lo que se le enseña.

Autoestima hacía lo propio, ya que el niño puede sentir que está jugando a sus propios juegos, reforzando así el punto de vista de un mismo.

Salud física, mental y social, porque al igual que otros juegos, éstos también nos proporcionan mejora del estado físico, deshinbición, liberación del estrés cotidiano y relaciones positivas con otras personas.

Creatividad, al jugar a juegos que facilitan nuevos puntos de vista para el niño, donde éste deba abrir su mente y crear normas estandarizadas.

La sofisticación de algunos juegos y juguetes “modernos” contribuyen a la pasividad del niño, que todo lo encuentra hecho; ante el juego donde todo está por hacer.

El mal uso y abuso de la televisión, que favorece el sedentarismo frente a la actividad y creatividad del juego tradicional.

El afán “familiar” por llenar el tiempo libre de los chicos

con actividades extra escolares que no les permiten jugar con el grupo de iguales. La pobreza actual en la comunicación hijos – padres.

La escasa presencia de abuelos en el núcleo familiar.”³



³Los juegos tradicionales y los juegos tecnológicos en la niñez y juventud de cali: relaciones e implicaciones en la actividad física, Daverli Balanta Agrono - María De Los Ángeles Perdomo Mejía, Universidad Del Valle Instituto de Educación y Pedagogía Departamento de Educación Física Y Deporte Ciencias del Deporte Santiago De Cali, Pág 39, 2013.pdf



CARD SORTING



1 - SEDENTARIOS
¿POR QUÉ NO PRACTICAN NINGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA?



2 - OBESOS
¿HAS HECHO ALGO POR CAMBIAR TU ESTILO DE VIDA?



3 - ECNT
¿QUÉ LE APORTA LAS PRACTICAS SALUDABLES A SU CALIDAD DE VIDA?



4 - NIÑOS
¿QUÉ ES LO QUE MÁS TE GUSTA COMER Y HACER EN TU TIEMPO LIBRE?



5 - PROFESIONALES DE LA SALUD
¿USTEDES PRACTICAN TODO LO QUE CONOCEN SOBRE DE VIDA SALUDABLE?



6 - RESTAURANTES VEGETARIANOS
¿CÓMO MOTIVAN A LAS PERSONAS PARA QUE SE ACERQUEN A CONSUMIR SUS PRODUCTOS?



7 - DEPORTISTAS
¿CUÁL ES SU MAYOR PARA PRACTICAR DEPO



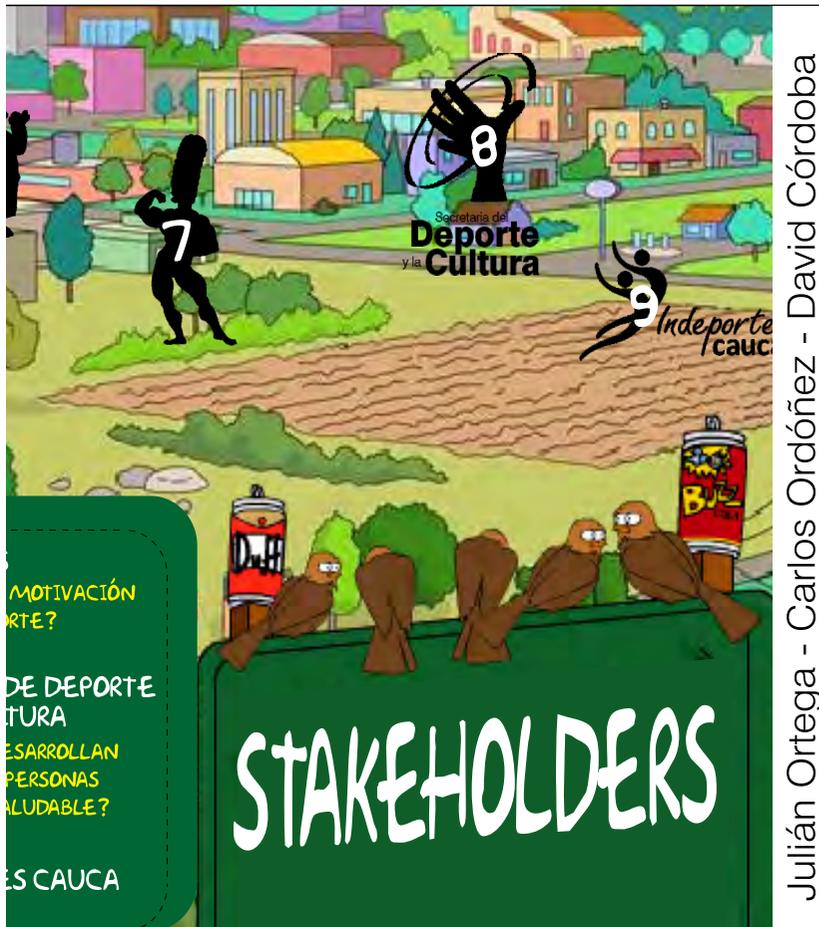
8 - SECRETARIA I Y DE LA CUL

¿QUE PROGRAMAS DE PARA MOTIVAR A LAS A TENER UNA VIDA SA ¿POR QUÉ?



9 - INDEPORTE

2. Stakeholders



Julián Ortega - Carlos Ordóñez - David Córdoba

Para abordar el reto de diseño, inicialmente se realizó un listado de los posibles actores implicados, el nivel de relación con el reto no fue tenido en cuenta en este momento ya que el enfoque se desarrollaría posteriormente, lo importante en este caso es tener distintos puntos de vista acerca del problema. Por lo tanto se efectuó un listado que tenía como criterio base la salud física, buena o mala, entonces los grupos de interés que seleccionamos inicialmente en el proyecto fueron:

2.1 Sedentarios

“Desde el punto de vista semiológico, el término “sedentario” proviene del latín sedere, estar sentado; la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2002, lo definió como “la poca agitación o movimiento”. En términos de gasto energético, se considera que una persona es sedentaria cuando en sus actividades cotidianas no aumenta más del 10% la energía que gasta en reposo (metabolismo basal). Este gasto de energía se mide en MET's (unidad de equivalencia metabólica), durante la realización de diferentes actividades físicas como caminar, podar el pasto, hacer el aseo de la casa, subir y bajar escaleras, entre otras. Según un reporte del US Surgeon General, un individuo es sedentario cuando el total de energía utilizada es menor a 150 Kcal. (Kilocalorías) por día, en actividades de intensidad moderada (aquella que gasta de 3 a 4 equivalentes metabólicos (MET's)).

“La realidad es que los colombianos están muy quietos. De acuerdo con datos del Estudio Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas (ENFREC II), realizado en 1998, por el entonces Ministerio de salud

de Salud, “nunca” es la frecuencia predominante de realización de la actividad física según los tipos de ejercicio: aeróbicos, gimnasia o actividad deportiva. Los adultos entre 18 y 34 años, son los que acostumbran a hacer actividad física aeróbica, una vez a la semana, pero entre el 35 y el 75%, con edades entre los 18 y los 69 años, nunca realizan actividad física de este tipo”⁴

⁴ Muévase contra el sedentarismo Facultad de Rehabilitación y Desarrollo Humano, Universidad del Rosario- Programa de Divulgación Científica/http://www.urosario.edu.co/Universidad-Ciencia-Desarrollo/ur/Fasciculos-Anteriores/Tomo-II-2007/PDF/2007_fasciculo7/

En nuestro trabajo de campo, se abordaron algunas personas, de barrios del sur occidente de Popayán entre los estratos uno, dos y tres que no realizan ningún tipo de actividad física o la que hacen es insuficiente. Estas personas argumentan su poca actividad física por falta de tiempo debido a su trabajo, por causa de afecciones de salud, por falta de recursos económicos o pereza, el poco interés que demuestran por su salud va de la mano con el desconocimiento acerca de las consecuencias que tiene este estilo de vida.

Les hicimos preguntas como: ¿Cuáles son sus gustos o hobbies? Y ¿Cuáles son sus hábitos alimenticios? ¿Qué piensa de la actividad física? ¿Conoce los juegos tradicionales? ¿Qué opina de ellos? El objetivo es corroborar los datos estadísticos y conocer la percepción que tienen las personas de este tipo con respecto a nuestro tema de interés.



Foto: www.aceb.org.co

2.2 Obesos

“La obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Una forma simple de medir la obesidad es el índice de masa corporal (IMC), esto es el peso de una persona en kilogramos dividido por el cuadrado de la talla en metros. Una persona con un IMC igual o superior a 30 es considerada obesa y con un IMC igual o superior a 25 es considerada con sobrepeso. El sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, entre las que se incluyen la diabetes, las enfermedades cardio vasculares y el cáncer. Alguna vez considerados problemas de

países con ingresos altos, la obesidad y el sobrepeso están en aumento en los países con ingresos bajos y medios, especialmente en las áreas urbanas.”⁵

Este grupo se caracteriza por tener sobrepeso, aunque no necesariamente son sedentarios ya que algunos realizan actividad física moderada, sin embargo sus hábitos alimenticios los llevan a padecer esta condición y el riesgo de sufrir enfermedades parecidas a las ocasionadas por el sedentarismo son muy similares. Son niños adolescentes que tienen una fuerte inclinación hacia las comidas rápidas, dulces, bebidas gaseosas y consumen poco o ningún tipo de vegetales.



foto: www.europapress.net/fotoweb/fotonoticia

⁵ OMS, <http://www.who.int/topics/obesity/es/>

2.3 ECNT

Enfermedades crónicas no transmisibles

“Las enfermedades no transmisibles (ENT), también conocidas como enfermedades crónicas, no se transmiten de persona a persona. Son de larga duración y por lo general evolucionan lentamente. Los cuatro tipos principales de enfermedades no transmisibles son las enfermedades cardio vasculares (como ataques cardiacos y accidentes cerebro vasculares), el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas (como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el asma) y la diabetes.

Las ENT afectan a todos los grupos de edad y a todas las regiones. Estas enfermedades se suelen asociar a los grupos de edad más avanzada, pero la evidencia muestra que más de 16 millones de las muertes atribuidas a las enfermedades no transmisibles se producen en personas menores de 70 años de edad; el 82% de estas muertes «prematuras» ocurren en países de ingresos bajos y medianos. Niños, adultos y ancianos son todos ellos vulnerables a los factores de riesgo que favorecen las enfermedades no transmisibles, como las dietas malsanas, la inactividad física, la exposición al humo de tabaco o el uso nocivo del alcohol.”⁶



Foto: www.tncorrientes.com/galeria/enfermedad-chronica

⁶ OMS, Enfermedades no transmisibles, Nota descriptiva Enero de 2015 /<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/es/>

Estas personas son adultos, conocen de su condición de física, esto los hace más conscientes de la importancia que tienen los hábitos sanos como lo son una alimentación balanceada y la actividad física para tener una buena salud, debido a esto se interesan un poco más por las opciones que se plantean para mejorar en alguna medida la calidad de vida.

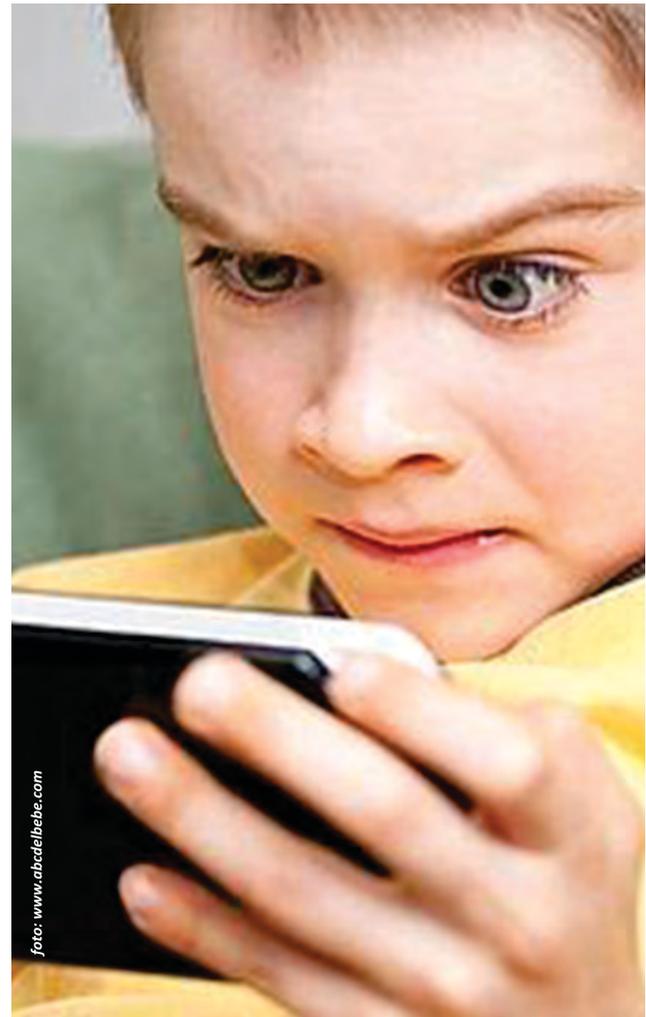


2.4 Niños adictos a la tecnología

“La tecnología se creó para facilitar la vida de las personas, sin embargo, puede llegar a ser muy dañina para quienes generan adicción. Ese es uno de los problemas que enfrentan los padres de la actualidad con niños que, cada vez más, están rodeados de artefactos electrónicos.

Así lo afirma la sicóloga Martha Suescún, directora de la fundación Libérate, que ayuda a padres de familia a tratar todo tipo de adicciones. Y es que, dice la especialista, la dependencia a la tecnología puede llegar a desarrollar síntomas como cualquier otro vicio.

El caso puede tornarse en adicción y dependencia cuando, por ejemplo, los niños y jóvenes recurren a la tecnología como un escape de la realidad, se privan de hacer otras actividades, sacrifican las relaciones familiares y sociales y se ponen irritables cuando no pueden hacer uso de esta.”⁷



⁷ Conozca si su hijo es adicto a la tecnología, Sepa qué hacer si su hijo no se despegaba y abusa del internet, el celular y los videojuegos. Por: ÁNGELA FORERO / 12 de Diciembre de 2015 (www.eltiempo.com)

2.5 Entes gubernamentales

Contamos con la secretaria de Deporte y Cultura e Indeportes.

Tanto la secretaria de Deporte y Cultura como Indeportes Cauca, trazan rutas de prevención en el marco del Deporte, la Salud y el sano esparcimiento, a través de programas de Actividad Física que promueven las buenas prácticas y hábitos saludables, donde uno de sus enfoques son los programas de sedentarismo infantil que atacan de forma recreativa y dinámica esta problemática que día a día está siendo un problema de salud mundial.

También cuentan con una serie de programas de recreación infantil donde se desplazan por las zonas más populares de la ciudad promoviendo el deporte y la Actividad Física en niños y niñas de todas las edades. Todo esto en el marco de un esfuerzo que existe a nivel nacional para combatir el sedentarismo y promover una vida saludable:

“existen programas de promoción para el fomento de la actividad física en diferentes partes del país como:

A moverse dí- game en Santander; Actívate, en Pereira; Buga en movimiento, Cali en movimiento, Guajira activa, Huila activa y saludable, Boyacá activa, Cundinamarca activa y saludable y el programa Muévete Bogotá en el Distrito Capital que ha tenido reconocimientos por el Comité Olímpico Internacional y la Organización Mundial de la Salud. El Distrito también cuenta con un programa para el adulto mayor denominado Tú vales”.⁸



⁸ Muévase contra el sedentarismo Facultad de Rehabilitación y Desarrollo Humano, Universidad del Rosario- Programa de Divulgación Científica/http://www.urosario.edu.co/Universidad-Ciencia-Desarrollo/ur/Fasciculos-Anteriores/Tomo-II-2007/PDF/2007_fasciculo7/

2.6 Profesionales de la salud



Personal profesional capacitado para atender, mantener o mejorar la salud de personas con problemas patológicos desde diferentes áreas de la salud. Lo que buscamos aprender de este grupo es la frecuencia con la cual se usa la actividad física para la prevención o mejora de la salud.

“La Guía de Acción de los Profesionales de la Salud de Exercise Medicine™ proporciona a los médicos y otros profesionales de la salud una herramienta simple, rápida y efectiva para usar la actividad física, en la “dosis” adecuada, como una prescripción altamente efectiva para impedir, tratar y manejar más de 40 de las afecciones de salud crónicas más comunes que se encuentran en la práctica médica primaria”⁹

Para nuestro caso el día de la actividad del proyecto, contamos con una enfermera quien estuvo atenta hacia cualquier evento de primeros auxilios para los niños por si se presentara alguna lesión durante los juegos.

⁹ Guía de Acción de los Profesionales de la Salud, Exercise Medicine, http://www.rafapana.org/attachments/article/10/Guia_de_Accion_para_Profesionales_de_la_Salud.pdf

2.7 Deportistas

Aquellas personas que tienen hábitos saludables, que desarrollan una Actividad física constante con metas claras y objetivos puntuales, ya sea por hobby o para participar de alguna competencia en particular.

Se encontró personas de todo tipo, el hecho de que practiquen deporte no quiere decir que sean personas exentas de padecimientos de salud, sin embargo lo importante de este grupo es su motivación para practicar actividad física y vencer las adversidades o afecciones físicas.

Encontramos una deportista que supero el Síndrome de Guillain-Barre y otro deportista que padece diabetes, ambos superaron las barreras de las enfermedades y llevan actualmente una vida saludable.



foto: periódico el universal

2.8 Restaurantes vegetarianos



Foto: www.viajablog.com

Son sitios que ofrecen alimentación que carece de carne y derivados del tejido animal.

Estos nos permiten de primera mano saber y conocer los hábitos alimenticios a los que están acostumbrados ciertos Payaneses en su propósito por lograr una vida saludable. Y definir otras alternativas a las opciones de alimentación locales.

Cada uno de estos grupos tiene relación con el problema en un nivel diferente. Se puede notar que hay tres grupos de interés que se relacionan de forma negativa, esto quiere decir, que sufren de alguna manera por la falta de actividad física, categorizados como: Sedentarios, obesos, ECNT.

Continuamente hay dos grupos de interés que están relacionados en un nivel neutro. Cabe aclarar que, estos niveles de relación corresponden al primer acercamiento, ya que posteriormente se evidencian más implicaciones. Los niños y entes gubernamentales, el grupo de los niños podría encajar en cualquiera de los tres grupos anteriores, sin embargo, tomamos este grupo como: niños adictos a los dispositivos tecnológicos, ya que abordamos esta práctica como una de las causas de inactividad física pero no es necesariamente una enfermedad. Los entes gubernamentales como Indeportes Cauca y la secretaria de deporte y cultura están inmersos en actividades deportivas y culturales a nivel municipal pero su aporte al problema ya sea positivo o negativo se debe determinar.

Finalmente, se tienen cuatro grupos de interés que se relacionan de manera positiva, ya que aportan al mejoramiento de la salud física, cada uno desde su posición, estos son: Profesionales de la salud, gimnasios (entrenadores, deportistas, propietarios), tiendas de productos nutritivos, restaurantes vegetarianos.

Con este listado de actores implicados, procedimos a realizar entrevistas para buscar una caracterización y determinar la relación entre ellos como actores y el problema. Con esta información adicional se realizó el mapa de empatía el cual aportaría a determinar cuál de los grupos sería nuestro enfoque para abordar el reto.

Estableciendo las relaciones entre los stakeholders, se pudo observar que los niños tienen relación con todos los grupos, (esto se explicará más adelante en la metodología) por lo tanto, todo lo que se realice con ellos, generará un impacto en cierta medida a los demás grupos de interés, es así como se procede a establecer los objetivos de nuestro proyecto.



3. Objetivo general

Desarrollar actividades que motiven a los niños y niñas a realizar actividad física a través de juegos tradicionales en instituciones educativas públicas y sectores populares de la ciudad de Popayán.



4. Objetivos específicos

- 4.1** Enseñar a los niños y niñas a jugar algunos juegos tradicionales que impliquen mayor actividad física, aprovechando las redes sociales para su promoción.
- 4.2** Proponer el juego tradicional como actividad alternativa para que los niños realicen actividad física en su tiempo libre.
- 4.3** Generar espacios en los que se integren los niños y niñas a través de dinámicas propias de su edad, fomentando los juegos tradicionales análogos.
- 4.4** Involucrar a los padres de familia para que jueguen con sus hijos en los espacios propuestos.



5. Metodología

Para empezar es importante destacar que el proyecto “En la juega” se desarrolló en el marco del diplomado en Design thinking que tuvo lugar en la Universidad del Cauca, comprendido en el periodo del 6 de noviembre de 2015 hasta el 29 de enero de 2016, orientado por tres docentes de la Universidad de Nariño.

Design Thinking es un modo de pensamiento para dar posibles soluciones a problemas por medio de métodos de trabajo centrado en las personas, a través de la innovación social. En este proceso, usuarios y diseñadores aportan de cierta forma a la solución adecuada.

En este proceso se cuenta con una serie de herramientas metodológicas que permiten desde plantear un reto de diseño, establecer un problema, plantear objetivos, generar propuestas de diseño hasta validar lo planteado. Todo esto de forma práctica y re evaluada constantemente durante su ejecución.

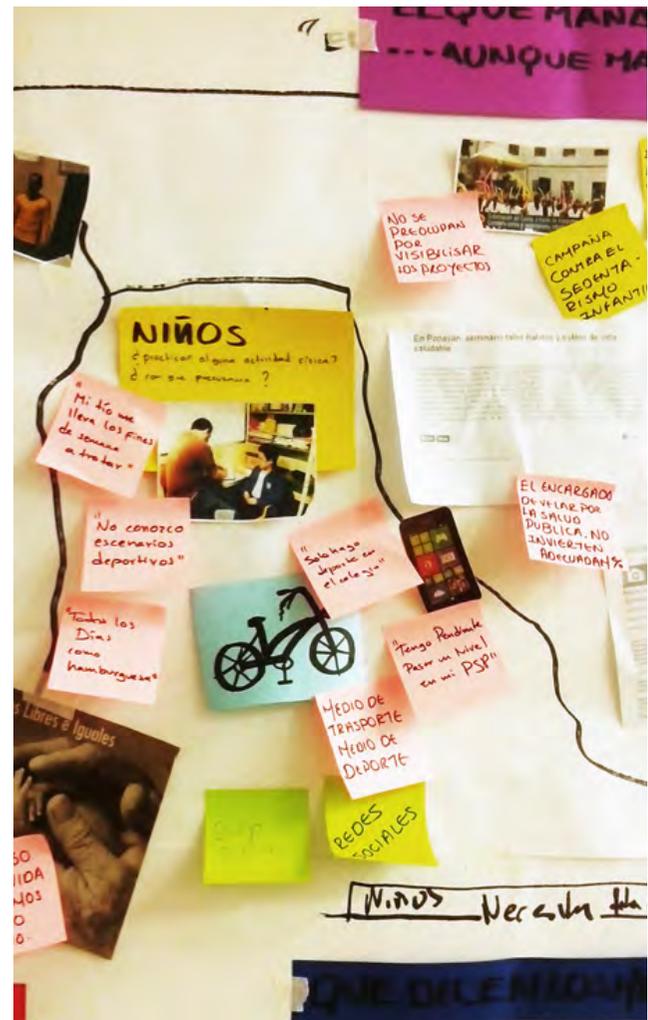
A continuación se describe alguna de las herramientas metodológicas utilizadas en el proyecto “En la juega” y su respectivo aporte al desarrollo del mismo.



5.1 Descubrir

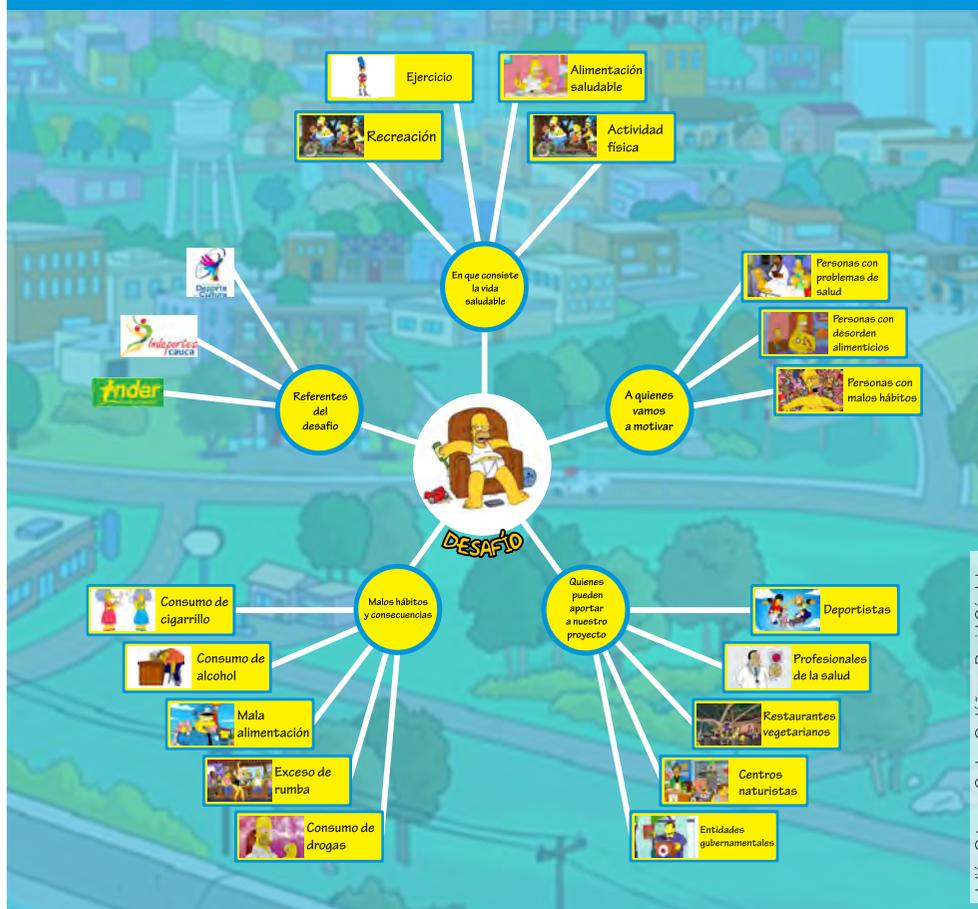
En la primera etapa del proyecto llamada “Descubrir” se planteó un desafío, el cual se originó del dialogo al interior de nuestro grupo. A nivel general, se establecieron temas y se eligieron tres. Esto permitió obtener un punto de partida donde la actividad física, la salud y la recreación fueron la base inicial de este proyecto.

El desafío se planteó de la siguiente manera: **“¿Como podríamos motivar a las personas de Popayán a tener una vida saludable?”**.



5.2 Mapa mental

COMO MOTIVAR A LA GENTE DE POPAYÁN A TENER UNA VIDA SALUDABLE



Julían Ortega - Carlos Ordóñez - David Córdoba

El primer método usado en este proyecto fue el “Mapa mental”. Este consiste en recopilar la mayor cantidad de información alrededor del desafío, para esto se realiza un trabajo de campo que consiste en compilar imágenes tanto de internet como en revistas y catálogos, como también testimonios mediante entrevistas a los grupos de interés (2. stakeholders)

Las entrevistas se registraron por dos integrantes del equipo del proyecto a manera de audio y por escrito, mientras uno realiza la entrevista el otro hace el respectivo registro. Se procedió a preguntar de manera concreta, dentro de lo cual se solicitó que se describa la experiencia alrededor del tema, profundizando el por qué. Se realizó registro fotográfico del contexto de cada entrevistado.



La información de internet, revistas, prensa y catálogos todo esto se concreta y debate en las sesiones de clase en un soporte físico y se organiza por categorías como las siguientes:

1. “Las excusas no son excusas”.
2. Que dicen los medios.
3. Niños.
4. Experiencias saludables.
5. “El que manda manda, aunque mande mal”

“las excusas no son excusas”: Se ubica la información aportada por los propietarios de gimnasios, deportistas y profesionales de la salud donde priman las motivaciones para realizar actividad física y los obstáculos más frecuentes.

Que dicen los medios: Aquí se contienen datos estadísticos sobre el sedentarismo, resultados cuantitativos en los motores de búsqueda donde se evidencia la diferencia entre información de “vida saludable” y “rumba”.

Publicidad sobre una apariencia física ideal y por otro lado anuncios publicitarios invitando a la gente a consumir comida chatarra y licor.

Niños: En esta categoría se destaca la experiencia de los niños de la localidad, lo que hacen en su tiempo

libre, cuáles son sus intereses (hobbies), hábitos alimenticios y sus actividades escolares.

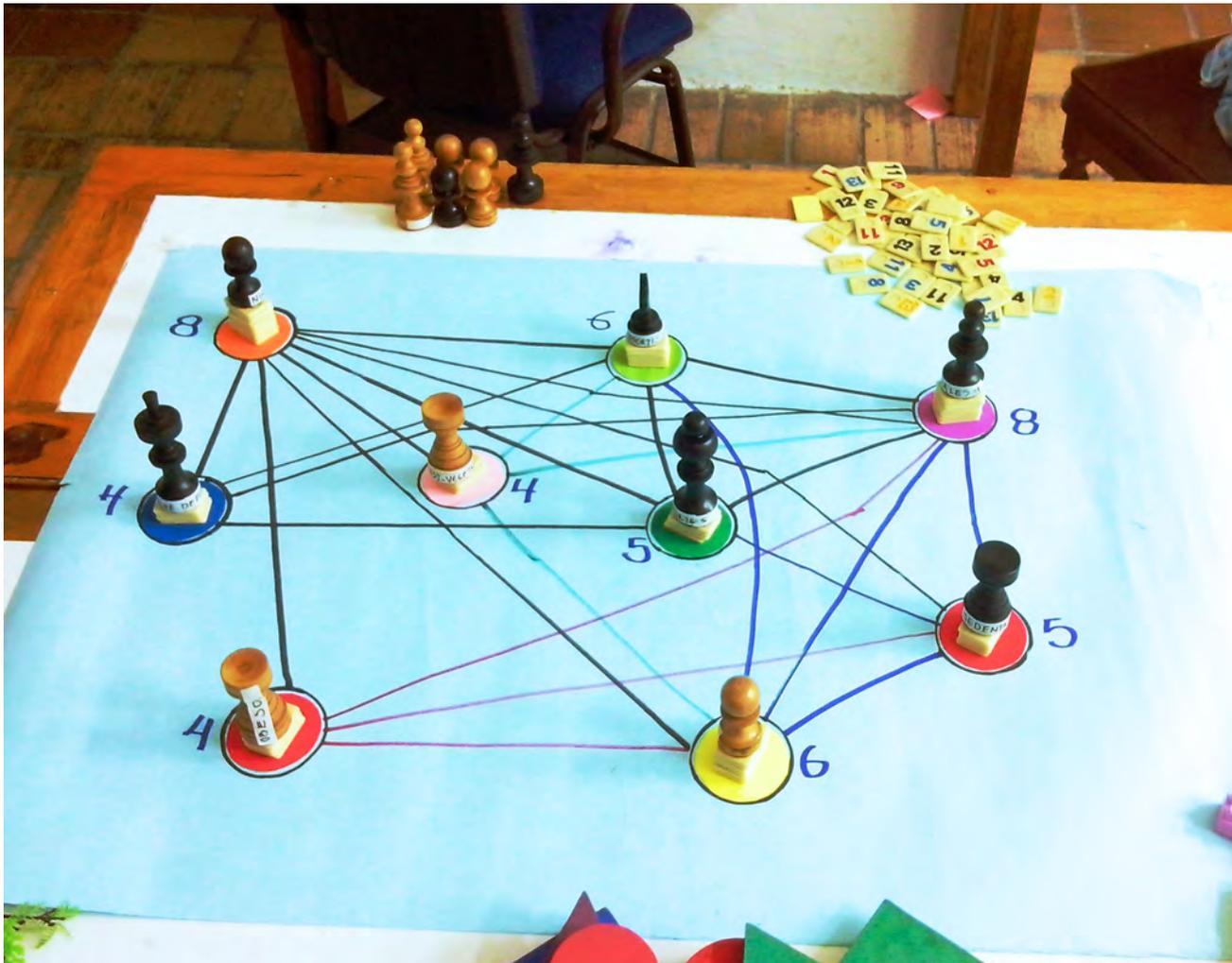
Experiencias saludables: Aquí se evidencia la información recopilada en algunos restaurantes vegetarianos, tiendas de productos naturistas y de nutrición de la zona centro de Popayán.

“El que manda manda, aunque mande mal”: aquí se encuentra todo lo relacionado con los entes gubernamentales, entidades privadas y políticas, programas con relación al tema y las falencias que existen.

Lo anteriormente mencionado, aporta para entender y argumentar nuestro desafío, de tal manera, que se decantó la información para apuntar a un reto de diseño más puntual.



5.3 Mapa de Stakeholders



El segundo método utilizado en el proyecto es el “Mapa de stakeholders”:

Se trata de ubicar a los grupos de interés alrededor de la problemática y visualizar qué relación tienen, si es directa o indirecta, si es en pro o en contra de la problemática y cuál de los stakeholders está más ligado a los otros grupos. De manera que establecimos una ruta que nos permita buscar una solución al reto y tener en cuenta los grupos de interés más influyentes y los elementos más relevantes.

Para este caso se enfoca hacia los niños, debido a que de todos los grupos de interés son los que tienen más vínculos con los demás y las soluciones que se propongan pueden impactar en mayor medida los otros grupos de interés. Además de la diferencia tan marcada que se percibe entre las actividades que realizan los niños de hoy y las que realizaban aquellos en los años ochenta y noventa en nuestra infancia, como lo expresa Lyudmyla en su artículo:

“Qué bonita es la época de la infancia...Tan alegre, feliz e

irrepetible...A menudo los niños tienen las ganas de ser adultos lo antes posible y nosotros, los adultos -volvemos para un instante a nuestro mundo maravilloso de la infancia...Donde no habían ni problemas serios, ni prisas, ni la noria de la vida cotidiana con mil cosas que hay que hacer cada día en el mundo moderno de hoy...

Jugábamos, disfrutábamos de la vida sin pensar lo que va a pasar mañana. A nosotros nos quedan los recuerdos de aquellos tiempos cuando los niños salían a jugar a la calle con los amigos y ni siquiera llevaban los teléfonos móviles para comunicar a los padres por donde andaban...

¿Qué recuerdos tendrán los niños de hoy de su infancia?

Los tiempos modernos de la globalización del mundo, de las nuevas tecnologías y los éxitos científicos hacen nuestros niños más informatizados y más avanzados. Los niños de hoy van creciendo al ritmo de la sociedad moderna. Tienen otros juegos e intereses. Las relaciones y comunicación con los amigos se cambian por los amigos virtuales. Las mascotas, que pedíamos a nuestros padres, a los niños de hoy llegan con los Reyes Magos como los gatitos, los perritos, los loros y los monos que saben hacer las cosas increíbles... y tienen el botón para desactivarlos... Los videojuegos son los favoritos, están olvidando los juegos "de la calle" como "el pilla-pilla", "el escondite", "la comba"...

En muchas ocasiones los niños saben manejar el ordenador, la video consola, MP3 o cualquier otra fuente de informática mucho mejor que algunos adultos. Parece que la vida moderna ha gastado una broma cruel con nuestros niños: se ha cumplido su sueño "crecer lo antes posible". Los niños modernos no tienen infancia, se sientan lo mismo que nosotros, adultos - la falta de tiempo.¹⁰

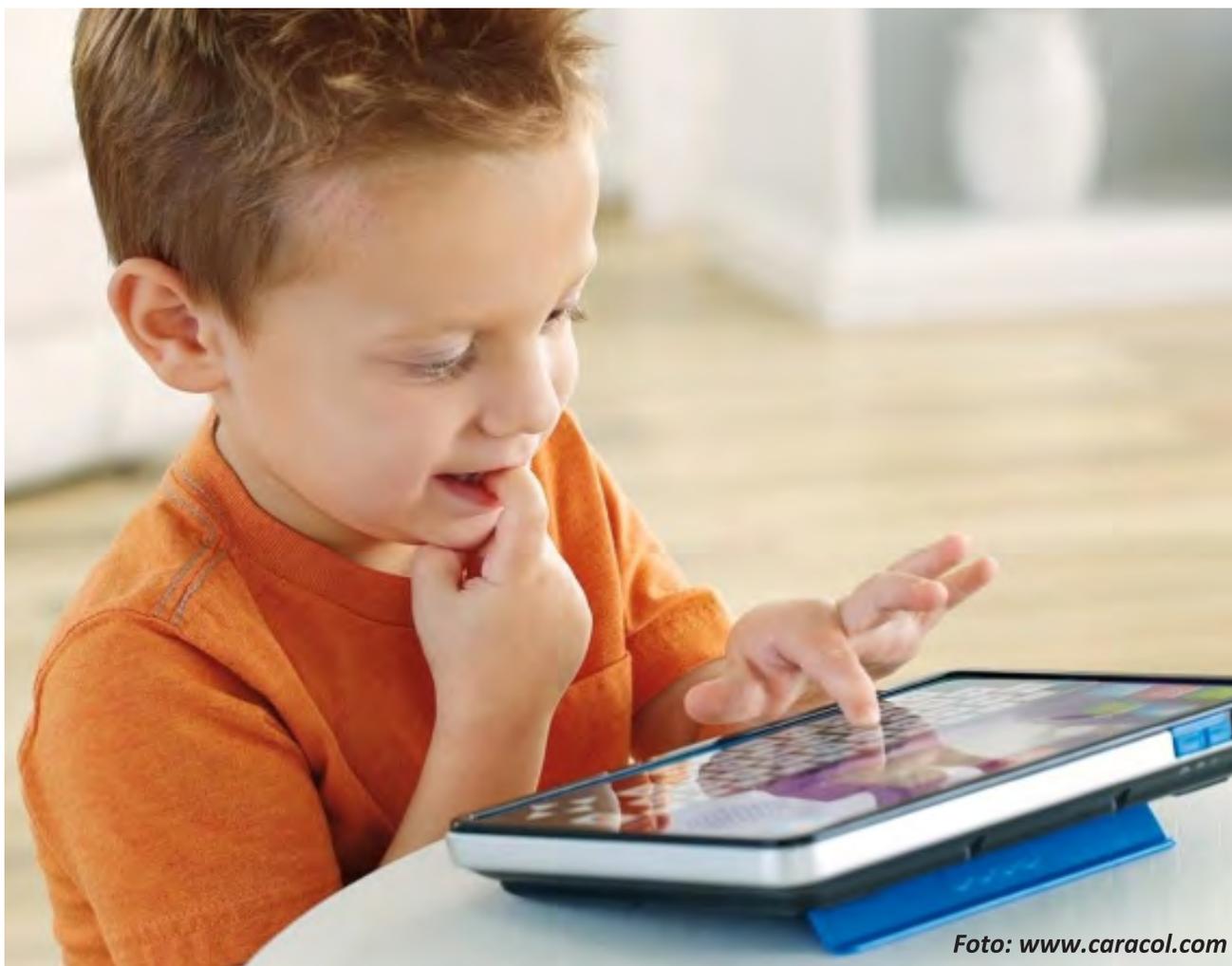
Esto con referencia al uso de la tecnología, ahora es más temprana la edad en la cual los niños tienen la capacidad para manipular los aparatos tecnológicos, factor que influye en la cotidianidad y que se puede usar en alguna medida para nuestros propósitos.

Finalmente, se puede encontrarlos reunidos en distintos contextos como colegios, institutos, escuelas deportivas, grupos recreativos, entre otros. Esto hace que se facilite en cierta medida la convocatoria o el interés para este grupo.

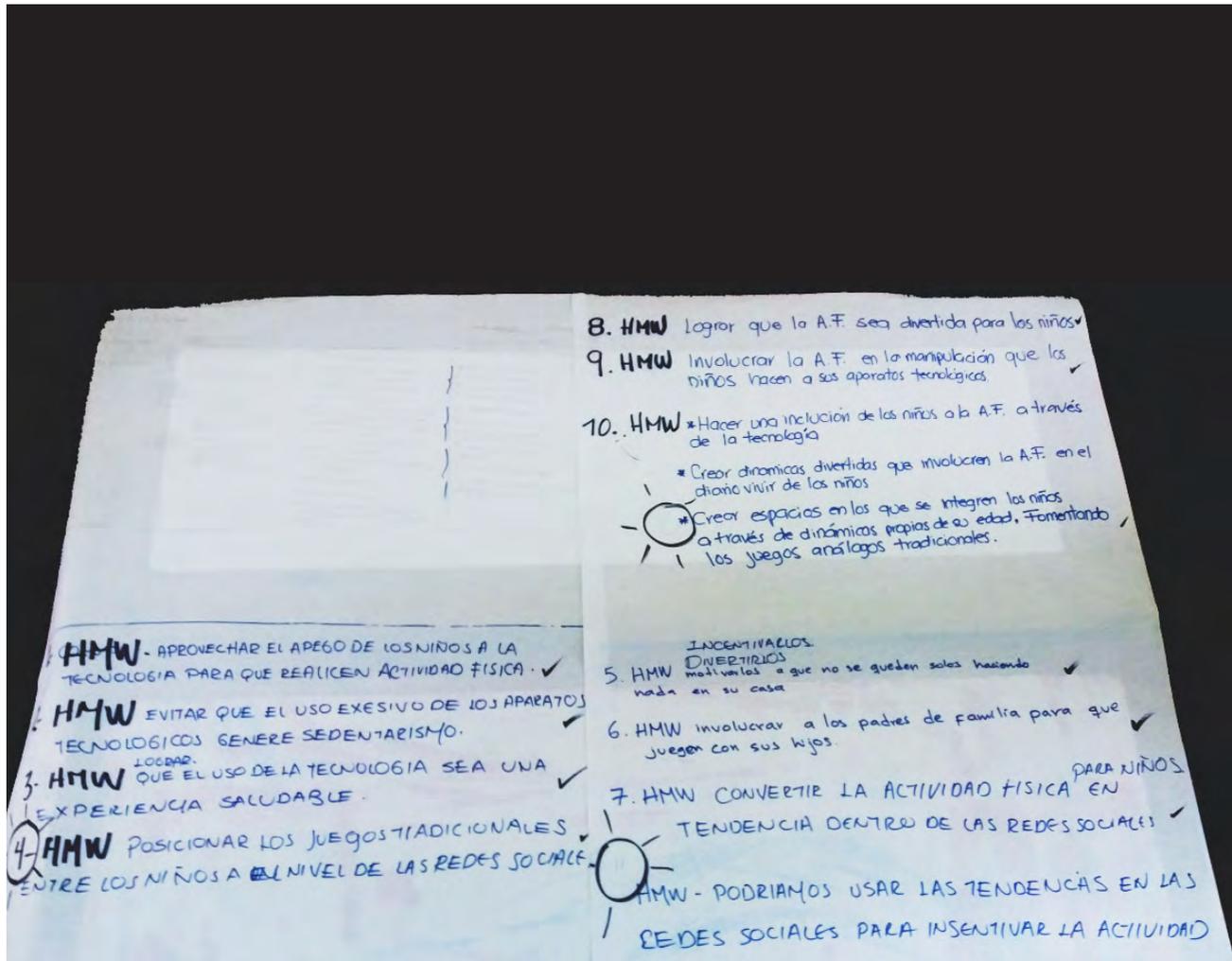
Con estos criterios establecidos, el reto de diseño u objetivo general es: desarrollar actividades para motivar a niños y niñas a realizar actividades físicas a través de los juegos tradicionales en instituciones educativas, públicas y sectores populares de la ciudad de Popayán.

Una vez planteado el reto de diseño iniciamos la segunda fase del diplomado denominada ideación. En esta etapa al igual que en la anterior, se cuenta con una serie de herramientas metodológicas que sirven para generar posibles soluciones o estrategias para encarar nuestro reto.

¹⁰ Por Lyudmyla Stanislavska (Homologación del título de maestra de primaria - Ucrania, Revista Digital El Recreo, Revista Digital de futuros maestros en la Facultad de Educación de Toledo. Director: Ricardo Fernández Muñoz. <http://revistamagisterioelrecreo.blogspot.com.co/2011/05/si-tienen-la-infancia-los-ninos-de-hoy.html>



5.4 fase Ideación



5.4.1 H M W

El brainstorm in a box (lluvia de ideas) junto con el modeloHMW ¿howmighwe? (¿cómo podríamos?), permitieron acumular muchas posibles soluciones, ya que en este método no se realizan juicios, la idea es obtener la mayor cantidad para luego reducirlas y mejorarlas. Esta fluidez permite que se creen mayor número de alternativas.

La pregunta: ¿cómo podríamos? Se conjuga con distintas posibilidades a fines a nuestro reto de la siguiente manera:

Hmw: Lograr que la actividad física sea divertida para los niños.

Hmw: evitar que el uso excesivo de dispositivos tecnológicos genere sedentarismo.

Hmw: integrar a los padres de familia para que interactuen con los niños.

Hmw: crear espacios para que se integren los niños a través de dinámicas propias de su edad.

Con estas preguntas se desarrolló una lluvia de ideas donde se generaron soluciones rápidas, estas ideas se

decantaron, articularon y optimizaron, manteniendo el foco en nuestro objetivo.

Surgieron propuestas puntuales para el proyecto que dan forma a lo que se quiere realizar (una actividad recreativa):

- Visitar colegios
- Incluir padres de familia
- Dar ejemplo (enseñar)
- Intervenir espacios públicos
- Fomentar el juego
- Ejecutar videos de promoción



Con esto iniciamos la etapa de ideación. Aplicamos el método sketch que consiste en maquetar la idea en 3D de las soluciones propuestas. En nuestro proyecto se evidenciaron los elementos que estarían presentes en la actividad.

- El campo de juego: se mostró los espacios donde se desarrollaran los juegos; yermis, bobi y salto en cuerda.
- Los stakeholders: niños, padres de familia, docentes, entes gubernamentales.

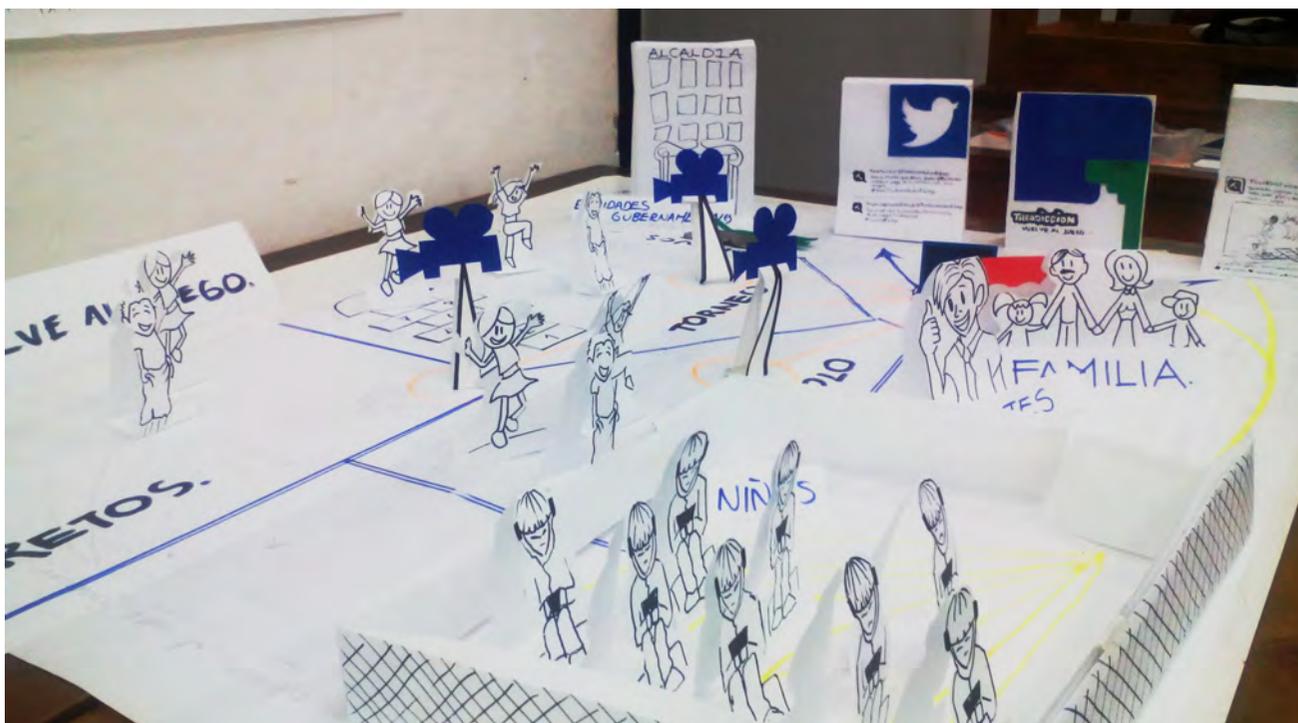
En la maqueta se ubicaron los niños al interior de un salón que representa el poco interés a las actividades de afuera, además de estar todos en una actitud de adicción a sus dispositivos tecnológicos.

- ▶ Los padres estaban en un sitio que representa el hogar, ya que es fundamental para el proyecto, que los padres incentiven a los niños a realizar actividades físicas.
- ▶ Los docentes están en el campo de juego, ya que ellos son parte de la actividad, su papel es organizar y orientar en los juegos establecidos.
- ▶ Los entes gubernamentales en un extremo, su finalidad dentro del proyecto es: una vez realizada la validación se interesen en este proyecto y aporten recursos para su continuidad.

Implementos: cámaras fotográficas y de video, ubicadas en diferentes espacios para registrar toda la actividad.

- ▶ También una parte de la maqueta hace alusión a las redes sociales, porque los resultados gráficos de la validación serán expuestos para que las personas se informen del proyecto y se vinculen en posteriores actividades.

Esta organización nos muestra los elementos existentes en la actividad y las posibilidades alrededor de la misma, la conjugación de estos elementos y las falencias, con esto se evidencian aspectos que se deben ajustar de ser necesario. En nuestro caso se determinó que los entes gubernamentales no eran necesarios en esta etapa, aunque si posteriormente.





5.4.2 Scamper

Luego continuamos con el método:

Sustituir
Combinar
Adaptar
Modificar
Permutar
Eliminar
Redondear

En este método se combina la maqueta anterior con entrevistas a los stakeholders, el objetivo es realizar los últimos ajustes a la propuesta para el día de la validación.

Se invitó a dos de nuestros stakeholders: niños y padres de familia. La idea es exponer la actividad para que ellos analicen las actividades, consideren los elementos y aporten su punto de vista. Factor importante para

ajustar la actividad.

El aporte de esta herramienta a nuestro proyecto radicó en la inclusión de los padres de familia en la actividad ya que inicialmente su participación se tenía contemplada en el hogar (Como inspiración o motivación). Esta inclusión se determinó debido a que la madre que asistió nos manifestó lo difícil que resulta permitir a su hijo salir a la calle a jugar solo debido a la inseguridad, entonces la supervisión de un adulto responsable en la actividad es fundamental.

Con esto realizamos el último paso antes de la validación.

actividad recreativa):

- Visitar colegios
- Incluir padres de familia
- Dar ejemplo (enseñar)
- Intervenir espacios públicos
- Fomentar el juego
- Ejecutar videos de promoción



6. Fase Validación





6.1 Workflow

En La Juega

El juego es un espacio y un tiempo de libertad a través del cual se explora, experimenta y se establecen nuevas relaciones y vínculos entre objetos, personas y el mundo en general, creando incontables posibilidades de aprendizaje; más aun, al hablar del juego tradicional.

Lugar: Patio, Calleo Prado, los juegos tradicionales no tienen unos medidos espaciales definidos, pero siempre es mejor contar con sitios amplios.

Se rifará esto como participa

Actividad #1

El Rey manda...

En este punto un presentador se dirige al grupo de asistentes al evento y explicara el porque del mismo, las dinámicas de juego y las reglas de los mismos.

Actividad #2

1 Definir el espacio de Juego
2 Conformación de Equipos:

3 Desarrollo de los juegos
4 Entrega de implementos

Yermis

Para este juego se requieren 2 equipos de 5 o 6 participantes.

Boby

En este juego se participa individualmente

Cuerda o Soga

Para este juego se requieren 3 participantes como mínimo aunque también se puede jugar por equipos eso depende del largo de la soga.

Se asignaran árbitros para cada juego, quien estará al tanto de la puntuación y la registrara en planillas pre establecidas, habrá un encargado de registrar en fotografía y video cada juego.

Yermis: Se necesitan balles de madera, una pelota y Tejos (en madera o cerámica)

Boby: Se necesita una pelota y tiza o carbón para escribir en unos cuadros los nombres de los jugadores.

Cuerda: Se necesita una soga.



MIÉRCOLES 27 DE ENERO DE 2016. RR HH: Presentador, Encargado de adecuación de espacios, Camaróg



Esta herramienta es el análisis de todos los aspectos operacionales y logísticos de nuestra actividad. Se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos:

- Orden cronológico de las tareas para completar la actividad.
- Descripción clara de lo que se espera que los usuarios realicen para cada tarea.
- Capital humano que interviene en la tarea.
- Insumos necesarios para cada tarea.
- Indicadores de evaluación.

Para el proyecto “En la juega” se plantearon dos actividades que tuvieron lugar:

Fecha: Martes 26 de enero de 2016

Hora: 9: A.M.

Lugar: Barrio Poblado de los sauces, al oriente de la ciudad de Popayán.

6.11 Actividad 1

EL REY MANDA

En esta actividad llamada “El Rey Manda” realizamos la presentación formal de nuestro proyecto, indicándoles a los participantes (niños, niñas y padres de familia) la importancia de la Actividad Física y el disfrute del sano esparcimiento y de nuestra alternativa que a través de los juegos tradicionales les queremos enseñar, que jugando y divirtiéndose es mejor la vida saludable podemos lograr.

Se inició las 9:A.M. Para esta dinámica requerimos de un animador y un presentador, dos entrevistadores, tres personas encargados del registro fotográfico.





6.1.2 Actividad 2

EN SUS MARCAS, LISTOS, YA

En esta actividad desarrollamos los diferentes juegos tradicionales seleccionados (Boby, Yermis y Cuerda o sogá) con los cuales nuestros niños, niñas y padres de familia presentes participaran, de una manera divertida y amistosa de nuestro evento competitivo.

Se registraron en planillas 4 equipos de 6 integrantes con su respectivo capitán.

El primer juego de la actividad fue el denominado "Yermis". Cada equipo se puso un nombre elegido por sus integrantes y se enfrentaron a modo de torneo, los ganadores competían por el título de campeón.

Se hizo entrega de brazaletes con colores llamativos a los jugadores, también los bates, tejos y pelotas.

El campo de juego se adecuó desde tempranas horas de la mañana, delimitando con banderines y cintas plásticas el área de juego, el presentador cumplió con el papel de árbitro dentro del juego. Cada vez que finalizaba un encuentro, se brindaba refrescos a los

competidores. Se contó con la colaboración de una persona para las encuestas, estuvo presente una enfermera para estar atenta a cualquier emergencia que también se prestó para colaborar en la recolección de datos con las encuestas, se tuvo presente un planillero quien estaba a cargo de registrar a los jugadores y la puntuación de los juegos. Además de nuestro equipo de design thinking otra persona tomó registro del evento en fotografía y video.



6.1.3 Indicadores

Indicadores actividad 1:

- Registro fotográfico
- Encuesta
- Entrevista profundización adultos
- Escarapelas entregadas

Indicadores cuantitativos	Previstos	Obtenidos
Entrega de escarapelas	30	32
Entrevistas adultos	5	8
Encuestas niños	20	5

Indicadores actividad 2:

- Planillas (conformación de equipos)
- Entrega de refrigerios
- Registro fotográfico
- Cantidad de likes en Facebook

Indicadores cuantitativos	Previstos	Obtenidos
Conformación Equipos	4	4
Jugadores por equipo	5	7
Refrigerios	50	36



6.1.4 Diferenciales semánticos

(Estos se obtuvieron una vez realizada la validación) Este método se realizó proponiendo una lista de adjetivos a nuestros stakeholders, para que evaluaran cada actividad. Los adjetivos se presentan en forma bipolar, mediando entre ambos extremos una serie de valores intermedios desde -3 hasta 3, en donde el rango (-3) hasta (-1) implica una reformulación de la actividad y el rango (1) hasta (3) determina una aceptación y comprensión de la misma.

Los adjetivos planteados se evalúan al interior del grupo, antes de la validación, para obtener un perfil ideal que nos muestra las expectativas que se tienen con respecto a dicho evento, este perfil ideal se obtiene cuando cada miembro del grupo evalúa cada par de adjetivos indicando un valor en la escala planteada y luego se determina el promedio, esto nos da una serie de valores que son el perfil ideal de la actividad. Esto será contrastado con el perfil del usuario, que se obtiene de la misma forma, y ayudara a constatar la afinidad que el proyecto tiene con los usuarios. Los adjetivos planteados corresponden a conceptos que

necesitamos evaluar en cuanto a desempeño y afecto: la empatía del usuario con el proyecto.

Actividad 1: el rey manda.

Análisis perfiles ideal y de usuario

De los seis valores evaluados 3 estuvieron por encima de las expectativas, 1 igual o lo esperado y 2 por debajo aunque no en escala negativa si no en cero (neutro).

En desempeño los participantes consideraron la propuesta comprensible y novedosa con valores más altos de los esperados, mientras que la motivación estuvo por debajo de la expectativa (reiteramos, no dentro del rango negativo) esta situación corresponde a la falta de recursos humanos para poner en dinámica a los niños mientras se atendían a los que realizaban la actividad, escenario que debe preverse en un futuro evento.

Actividad 1: EL REY MANDA

En La
Juega

¿La información que se le brindó el día de hoy fue?



● PERFIL IDEAL

● PERFIL DÍA DE LA ACTIVIDAD

En afecto se evidencio una afinidad con la actividad ya que se calificó como divertida y agradable por parte de los niños, sin embargo la parte TÉCNICA estuvo por debajo de nuestro perfil ideal.

Todo esto es positivo para la primer actividad ya que de los conceptos evaluados ninguno estuvo en rango negativo y cuatro de ellos superaron la expectativa, por lo tanto los ajustes a realizar son en cuanto a la parte humana y motivación, aspectos que se pueden abordar involucrando más personal que se encargue de los niños cuando no estén en pausa mientras otros realizan actividad.



Actividad 2: en sus marcas, listos, ya

Análisis perfiles ideal y de usuario

La segunda actividad corresponde al desarrollo del juego como tal, se testeó el DESEMPEÑO, EL AFECTO Y LA POSICIÓN DEL USUARIO FRENTE A ESTA. Se evaluaron doce diferenciales semánticos en total.

Desempeño: 1 estuvo por encima del perfil ideal, 2 lo igualaron y 1 por debajo del perfil ideal (sin caer en rango negativo). Así, los participantes percibieron la actividad como fácil agotadora (físicamente) y organizada. Pese a que el par INSUFICIENTE-EXTENSA no estuvo en rango negativo estuvo por debajo de nuestra expectativa, consideramos que fue debido a la falta de juego para algunos niños que observaban mientras los demás participaban, estos momentos de pausa influyen de alguna manera en la percepción y ven estos espacios como inactividad o vacíos.

Afecto: divertida y agradable es la respuesta a nuestra propuesta y estos dos aspectos superaron lo esperado, por otro lado el par POCO EXIGENTE-DESAFIANTE, estuvo por debajo del perfil ideal (sin caer en rango negativo), esto se debe a la falta de otros juegos por la

la escasez de personal.

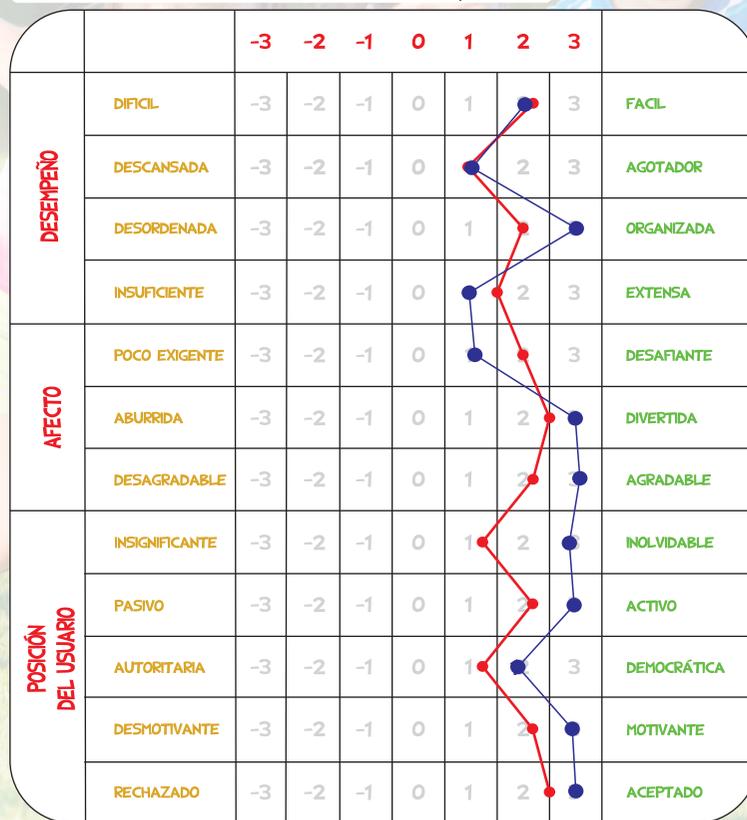
Posición del usuario: de todos los aspectos evaluados este estuvo totalmente por encima de las expectativas. Inolvidable, activo, democrático, motivados y aceptados fueron los aspectos evaluados en este punto. Acá los niños participaron, aportaron a los juegos, recibieron un refrigerio sencillo, pero ausente en muchas ocasiones y se integraron de tal modo que ninguno de los asistentes se quedó sin hacer parte de un equipo.

Al analizar el resultado del contraste de los perfiles observamos un balance muy positivo en cuanto a la aceptación de la propuesta por parte de los participantes, sin embargo hay que hacer ajustes en los puntos que estuvieron por debajo de las expectativas y aunque la mayoría de los aspectos se superaron no está de más mejorar también allí.

Actividad 2: EN SUS MARCAS, LISTOS, YA!

En La Juega

¿Para usted la actividad del día de hoy fue?



● —● PERFIL IDEAL

● —● PERFIL DÍA DE LA ACTIVIDAD

7. Propuesta creativa

Nuestra propuesta apunta a lograr que los niños realicen más actividad física mediante el juego, para esto se tiene previsto realizar un torneo que tenga como actividades centrales juegos tradicionales. Ya que es amplia la gama de esta tipo de juegos, iniciaremos con tres, que a nuestro parecer, requieren de mas movimiento físico en su ejecución estos juegos son: Yermis, Bobby, y Salto en cuerda.

La realización de este torneo requiere que retomemos algunos elementos propios de torneos de otras disciplinas como el futbol por ejemplo para aplicarlos a los juegos tradicionales que por conformidad (conveniencia) carecen de algunas formalidades debido a la espontaneidad con la que se realizan y los lugares donde se juega.

El retomar ciertos elementos de otras disciplinas para aplicar a los juegos tradicionales, busca elevar estas actividades a otro nivel para captar la atención de los niños y en alguna medida a los jóvenes.



7.1 Desarrollo de marca



Este primer paso es fundamental ya que se trata de generar un reconocimiento a nivel local de la actividad, para esto se necesita que las personas que participen recuerden el evento con un nombre propio.

Nuestra actividad se denomina "En la juega" este nombre obedece a una expresión popular muy común, con algunos significados como: estar atento, poner cuidado, tener en cuenta, entre otros. Se eligió el nombre para hacer un llamado de atención a los niños de manera literal.

Las fuentes tipográficas que se utilizaron para la marca fueron shark random funnyess y she always walk alone demo. Donde se denota fluidez, movimiento, diversión. La cromática aplicada a la marca es una serie de colores de gama secundaria con contrastes suaves para lograr una armonía y evocación infantil.

Shark Random Funnyess

-  C:0 M:100 Y:0 K:0
-  C:63 M:11 Y:14 K:0
-  C:0 M:72 Y:100 K:0
-  C:48 M:0 Y:100 K:0

She Always Walk Alone Demo

-  C:40 M:100 Y:0 K:0
-  C:0 M:100 Y:0 K:0
-  C:0 M:20 Y:100 K:0
-  C:100 M:100 Y:0 K:0

7.2 Conformación de equipos

El aporte gráfico para este punto del juego radica en entregar a cada equipo una planilla pre diseñada que contenga espacios para llenar los siguientes datos: nombre del equipo, nombre capitán, nombre de jugadores, nombre del juego, institución a la que representa.

Conformación de equipos *En La Juega*

Nombre Juego: _____

Nombre del equipo: _____

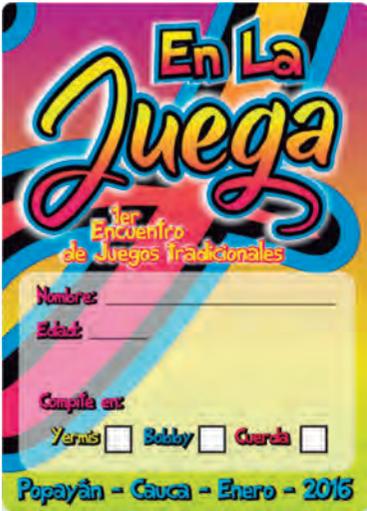
Capitan: _____

Jugadores: (Nombre / Apellido/ Edad)

1. _____

2. _____

3. _____



Yemis *En La Juega*
Planilla confrontación de equipos

Equipo: _____ VS _____
Puntos: _____ Puntos: _____

Equipo: _____ VS _____
Puntos: _____ Puntos: _____

Equipo: _____ VS _____
Puntos: _____ Puntos: _____

También se entregará a cada participante una escarapela que lo identifique ya sea como jugador, capital, arbitro, organizador.

7.3 Indumentaria

Camisetas



Brazaletes

7.4 Elementos de juego

Los elementos de juego utilizados normalmente en este tipo de recreación son objetos que se encuentran a la mano en el entorno tales como: palos de escoba, piedras, tapas de gaseosa, tarros plásticos, trozos de ladrillo para demarcar en las superficies, etc.

Cada uno de estos implementos cumple una función, dependiendo de cada actividad, para los juegos que elegimos funcionan así:

•**Yermis:** Se requieren bates de madera (uno para cada jugador)

Fichas para armar una torre (baldosines o tapas de gaseosa)

Una pelota para ponchar.

•**Boby:** Una pelota para ponchar.

Un trozo de ladrillo (para trazar el tablero y las bases)

•**Salto en cuerda:** Una cuerda entre uno y tres metros (dependiendo el número de jugadores)

Para destacar esta parte en el juego del yermis y sin realizar algo inasequible se elaboraron bates de madera y se usó para la base (agarradera) neumáticos reciclados además se pintaron con colores llamativos. El neumático hace que haya un mejor agarre y el color se sea fácil de distinguir dentro de la actividad y de esta forma tener precaución de posibles accidentes.

Las fichas de armar la torre fueron elaboradas con madera y se construyeron en diferentes tamaños desde la más grande a la más pequeña para dar cierto tipo de dificultad a la hora de armado ya que en la forma tradicional de arma de forma aleatoria, también se pintaron de colores muy vivos (fluorescentes).

Para el juego Bobby se diseñó un tapete impreso, en el cual se elabora el tablero de juego. De esta manera ya no hará falta el trozo de ladrillo para marcar y también se podrá jugar en cualquier superficie, no necesariamente en pisos planos de cemento también sobre prado o tierra.

Para las bases se elaboraron tapetes más pequeños los cuales se pueden colocar en cualquier parte y no será necesario dibujar o clavar algo en ningún lado.

Finalmente para el Salto en cuerda se desarrollo un tablero al igual que en el juego de el boby, portátil, pero este contiene una serie de casillas enumeradas las cuales sirven para incrementar la dificultad del juego de tal manera que los jugadores podrán establecer previamente el orden en el que se realizaran la serie de saltos, por ejemplo, solo saltar en números pares o solo en impares y así, el jugador que salte, deberá desplazarse por el tablero.



7.5 Campo de juego

Los juegos tradicionales se juegan normalmente en parques, calles o zonas verdes y dependiendo de la actividad estos se delimitan con piedras, palos, o líneas dibujadas con trozos de ladrillo haciendo la función de una tiza.

En nuestra actividad se utilizaron banderines elaborados en tubos de pvc y tela impermeable de color rojo esto para que sean livianos y visibles. Se delimita el área de juego con cinta de seguridad amarilla y el perímetro se marca con esta misma.



7.6 Convocatoria

Para invitar a los niños, se elaboraron tres videos clips, para esto se buscó a una persona idónea y con experiencia en el trato con niños. El discurso se elaboró a manera de invitación y explicación de los juegos, el presentador simulaba estar jugando mientras daba la información para los niños.



EN LA JUEGA_INVITACION
BOBY

12 vistas



Julian Ortega

Suscribirse



EN LA JUEGA_INVITACION
YERMIS

39 vistas



Julian Ortega

Suscribirse



EN LA JUEGA, Diviértete con
nosotros

30 vistas



Julian Ortega

Suscribirse

Otro recurso que se utilizó fue la red social facebook, creando un fan page con la marca del proyecto donde se compartieron los clips de video, fecha y lugar del evento también se postearon imágenes y memes alusivos a los juegos tradicionales.

También se consideró importante la difusión de la actividad de los juegos a través de propuestas sonoras tanto en radio como en perifoneo. Además de lo anterior se diseñaron piezas gráficas impresas para difundir el evento en los colegios tales como flyers, pendones, afiches.

Otro recurso para tener en cuenta, fueron las entrevistas que se hizo a las personas con experiencia en el trabajo de recreación con niños para esto, se contactó al representante de la Corporación Vida ONG y su programa 1, 2, 3.15 Servicio Social Comunitario, Jaime Gaitán quien lidera un grupo de recreacionistas. También a Marco Díaz experto en eventos para niños.

David Cordoba actualizó la foto del grupo.
24 de Enero a las 06:10 PM · 🌐

Inicia el 2016 divirtiéndote sanamente, recordemos todos los juegos de antaño, acompañanos a disfrutar y rescatar nuestros juegos tradicionales.



Visto por 45
10 Me gusta · 5 comentarios.
· 6 veces compartido

Me gusta Comentar Compartir

Julian Ortega
25 de Enero a las 11:13 AM · 🌐

Recordar es estar...EN LA JUEGA.



Visto por 15
4 Me gusta · 1 comentario · 3 veces compartido

En La Juega

DIVIERTETE JUGANDO SALUDABLEMENTE

LUGAR:
COLEGIO JOSE EUSEBIO CARO

FECHA:
VIERNES DE ENERO **22**

HORA: 9:00 AM

JUGAREMOS:
EL BOLA, EL PERRITO Y LA CUERDA

INSCRIPCIONES:
NIÑOS, NIÑAS Y MADRES

Deporte Cultura

Indeportes cauca

Universidad del Cauca

En La Juega

DIVIERTETE JUGANDO SALUDABLEMENTE

LUGAR:
COLEGIO JOSE EUSEBIO CARO

FECHA:
VIERNES DE ENERO **22**

HORA: 9:00 AM

JUGAREMOS:
EL BOLA, EL PERRITO Y LA CUERDA

INSCRIPCIONES:
NIÑOS, NIÑAS Y MADRES

Deporte Cultura

Indeportes cauca

Universidad del Cauca

7.7 Requerimientos técnicos

Requerimientos técnicos:

Para la actividad del proyecto, son necesarios los siguientes elementos:

- Cámaras fotográficas
- Cámaras de video
- Sonido: micrófono, parlantes, consola.

Requerimientos necesarios para registrar cada actividad ya que la finalidad del torneo es realizarlo periódicamente y las memorias se editaran en forma de clips de video promocionales, recopilando de esta manera información para próximos torneos.



8. Observaciones

Después de realizar la actividad se evidencia la dificultad que tiene el trabajo con el público, en un contexto real, ya que entre la teoría y la puesta en escena, existe una gran diferencia.

En primer lugar, el espacio donde se desarrollaría la actividad, se hizo inutilizable debido a las condiciones climáticas, como son juegos tradicionales, se tenía previsto usar la calle del barrio. Por lluvias previas al día del evento, el lugar se llenó de lodo por lo que se debió buscar otro sitio. El hecho de ser juegos tradicionales, el espacio para desarrollarlos puede ser cualquiera. En seguida del sitio escogido, se procedió a realizar la adecuación del terreno, lo rastreamos en busca de objetos que pusieran en riesgo a los niños.

Se ubicó los elementos que delimitaran el espacio como banderines, estacas y cintas de seguridad. Posteriormente, se adecuó la carpa para ubicar el equipo de sonido y se esperó la llegada de las personas.

La convocatoria al evento se hizo por videoclips que fueron publicados en youtube, el grupo de recreación

La convocatoria al evento se hizo por videoclips que fueron publicados en youtube, el grupo de recreación "<https://www.facebook.com/unodostresquince/>" que opera en el barrio colaboro con la invitación a los niños de la zona. El trabajo con niños requiere de personal con experiencia en el área de recreación, se contó con un profesional en este tipo de eventos factor que fue determinante para mantener la atención de los niños, evitar que se dispersaran o aburrieran.

Los implementos de juego que se construyeron fueron suficientes, sin embargo, las tallas de los distintivos (brazaletes) no fueron adecuados para todos. Este aspecto es de tenerlo en cuenta para próximas actividades.

En cuanto al desarrollo de la actividad, no se contaba con varios niños de muy poca edad a la prevista aunque eso no fue inconveniente para el desarrollo de los juegos sin embargo, se hizo un poco difícil al momento de encuestarlos, ya que varias de las preguntas no fueron tan claras para ellos.

En cuanto al desarrollo de la actividad, no se contaba con varios niños de muy poca edad a la prevista aunque eso no fue inconveniente para el desarrollo de los juegos sin embargo, se hizo un poco difícil al momento de encuestarlos, ya que varias de las preguntas no fueron tan claras para ellos. Para las siguientes actividades de juego esto se debe contrarrestar con encuestas alternativas para diferentes públicos.

El control del tiempo fue otro factor que no tuvo favorabilidad en la actividad, se tenían establecidos tres juegos tradicionales, sin embargo, en el primer juego se invirtió media jornada (3 horas) y al finalizar ya era medio día, por lo tanto, los otros dos juegos (Boby y salto en cuerda) que se tenían previstos no se realizaron. Aunque esto no impidió que se registrara la atención de los niños hacia la actividad.

Esto ocurre por la falta de personal para realizar todas las actividades en simultáneo, cuando se desarrollo la actividad, todos los ejercicios fluyeron. Lo planeado debió ajustarse en cosas mínimas como: tiempos de

inicio, participantes, espacio. Después de realizar la actividad se evidencia la dificultad que tiene el trabajo con el público, en un contexto real, ya que entre la teoría y la puesta en escena, existe una gran diferencia.



9. Conclusiones

La ejecución de este proyecto en el diplomado design thinking evidencia la diferencia tan marcada entre la teoría y práctica en diseño gráfico.

A lo largo de nuestra formación nos vimos inmersos en proyectos que buscan mediante la investigación, sobre todo teórica, soluciones que igualmente se expresan en teoría y su ejecución queda sujeta a la claridad de la propuesta en el papel. De esta manera si algo no se entiende en la teoría se debe replantear, buscando que una futura ejecución del proyecto no tenga percances, errores, o pérdida de tiempo que sin duda es algo valioso en el proyecto.

Este método sin duda funciona en muchos casos, eso no se discute, sin embargo, en design thinking el error, el ensayo, la prueba, el testeo, hacen parte del proceso, haciendo que los fallos fortalezcan la solución. La solidez de una propuesta no se busca sobre el papel, se busca en la práctica y en el papel se registran los hallazgos positivos y negativos ya que ambos aportan.

No se descarta absolutamente nada de tal manera que las opciones son muchas más amplias y las soluciones más creativas.

La elección de la temática es otro punto que marca una gran diferencia con respecto a lo que se hacía en proyectos anteriores debido a que se realizaba un proceso que no brindaba en cierta manera varias opciones sino obstáculos, lo que hacía que se dificultara el inicio de un proyecto.

Por el contrario en design thinking, es más práctico esta elección siendo parte del proceso decantar una idea hasta formarla en un reto de diseño.



Los métodos y herramientas que aportó el diplomado Design thinking a nuestra formación profesional nutren la visión que teníamos de nuestra disciplina. Ampliando mucho más nuestros recursos para la ejecución de proyectos y nos hace ser más conscientes de las muchas posibilidades de incursión del diseño en nuestra sociedad. Que puede ser en temáticas complejas como “la mafia del aceite” o animalistas como “ruta de pelos” o en temas aparentemente sencillos como en nuestro caso “en la juega”. Todos con posibilidades de profundización, expansión, inclusión, etc. El punto es que lo difícil que resultaba plantear un tema con otros métodos ya no lo es, como tampoco proponer soluciones a un reto en particular.

Somos conscientes que éste, es el primer acercamiento al design thinking y deben existir falencias en su ejecución pero esto no impide que sepamos del gran potencial que encierra esta herramienta y el aporte que puede brindarle a la academia este tipo de espacios para ejecutar un proyecto de grado.

En este momento solo nos queda reflexionar sobre lo positivo y fortalecer los aspectos débiles en este proceso que no finaliza con este proyecto, por el contrario, es el punto de partida para formar otros que también puedan aportar a la sociedad.

En La Juega con el YERMIS

YERMIS es un juego tradicional de Colombia jugado desde 1810 normalmente en parques, calles y zonas verdes de las diferentes localidades del país. Es una mezcla entre el béisbol, los bolos y quemados.

Las reglas son:

1 Se juega entre dos equipos sin límite de personas, normalmente entre 5 y 10 por equipo. Al equipo que este ponchando (o la ofensiva) no se le vale caminar con la pelota, solo pueden hacer pases entre los jugadores de su mismo equipo.

2 Un jugador o la defensiva que recibe un golpe de la bola queda eliminado y debe abandonar el campo de juego. Si un jugador del equipo que está ponchando se tira o la espalda de uno de sus contrincantes, este último no podrá correr más porque quedará "cubierto", entonces utilizará un bate para detener al pelotero.

3 Se usa una pelota generalmente de caucho, preferiblemente que quepa en la mano o una pelota de tenis.

4 El equipo que está a la defensiva porta bates o palos, usados para el despeje de los posibles lanzamientos del equipo contrario, que intenta ponchar a sus rivales.

5 Hay una torre de aproximadamente 12 tapas o gaseas, fichas de madera o fejes que es el eje principal del juego, cada punto nuevo comienza con esta torre armada.

6 Al comenzar el juego el equipo que está a la ofensiva lanza o rueda la pelota contra la torre, si no se desmorona la torre en los lanzamientos de cada jugador se cambia de turno.

Si la torre es desmoronada el equipo a la ofensiva intenta ponchar a los rivales con la pelota quienes no deben dejarse ponchar del otro equipo, mientras que al mismo tiempo intentan armar nuevamente la torre, si lo logran antes de ser ponchados gritan YERMIS. Todos los integrantes del equipo se anotan un punto y no se cambia de turno.

Pero si no logran armar la torre de tapas y son ponchados se cambia de turno, es decir, el otro equipo comienza lanzando la pelota contra la torre de tapas.

Las reglas del juego varían de acuerdo al barrio, zona, colegio o simplemente de acuerdo a quien presente el juego o quienes la van a jugar, algunas reglas que pueden o no aplicarse son:

7 El equipo que se encuentra a la ofensiva (ponchadores) puede intentar derribar con la pelota la torre de fichas en cualquier momento si el equipo que arma (defensiva) ha iniciado el proceso de armar la torre, y no ha terminado o no ha cantado YERMIS, en ese caso se establece un "línea", es decir una zona alrededor de la torre a la que no pueden entrar los ponchadores (ofensiva) y es de uso exclusivo de los que están...

8 Una vez el equipo que arma ha iniciado la construcción de la torre no puede quietarse, correrle o tocar la que ha puesto, debe limitarse a poner fichas en la parte superior y si la torre se cae por fallas en el armado antes de cantar YERMIS debe empezar de nuevo (de igual forma si esto es derribado con la bola por los ponchadores). Si el equipo que arma canta YERMIS y no están en la torre la totalidad de las fichas el punto será para el equipo que estaba ponchando.



Anexos

VALORES DEL JUEGO: Comunicación, Compañerismo, Respeto, Tolerancia y Amistad

En La Juega Con el BOBY

El BOBY es una combinación de base bol, rayuela y ponchado, también conocido como "voy" o "llegue" es un juego de bases, consiste en que cada participante anota su nombre en el cuadro o tablero diseñado para el efecto (sobre el piso); se establece un orden de tiro, que puede ser el mismo que tiene los nombres en el cuadro.

Las reglas son:



1 Todos se ubican en la línea de tiro en formación fila (uno al lado del otro) incluyendo el que lanza la piedra o tapa.

2 Cuando el jugador tira la piedra al tablero de los nombres y esta caiga en uno de ellos, la persona señalada deberá dirigirse hacia donde está la pelota para ponchar; los demás participantes deberán correr hacia la primera base y seguir el orden de estos sin dejarse ponchar.



3 Los jugadores que lleguen a la última base sin ser ponchados deberán gritar ¡BOBY!, para así anunciar la llegada a la meta y dar por terminada su ronda; deben esperar a que todo el grupo de participantes termine de pasar todas las bases.

4 El que tiene la pelota llamado el ponchado, debe lanzarla continuamente hacia arriba (para que puedan correr los demás entre las bases) y tratar de ponchar a los demás.



BOBY	
jugador	xx
jugador	x
jugador	xxx
jugador	
jugador	x
jugador	xxxx
jugador	x

5 Cada vez que un participante sea ponchado recibirá en el tablero, junto a su nombre un punto negativo.



6 Cuando todos hayan pasado por todas las bases, sigue otra persona tirando la piedra; de acuerdo al orden anteriormente fijado y se repite lo mismo, hasta que uno de los participantes sea ponchado.



7 Quien lanzara un tapa de puntas negras, establecerá por todos los jugadores, penal y será fustilado o pagara una pena.



Objetivos Específicos

Permite que el jugador a través del BOBY demuestre sus habilidades motoras a su vez que las desarrolle.
Mejorar la velocidad la reacción utilizando el tren inferior y superior.
Manejar y controlar la carrera.
Obtener equilibrio en posición estática o dinámica.

Ventajas

Permite que el jugador a través del BOBY demuestre sus habilidades motoras a su vez que las desarrolle.
Mejorar la velocidad la reacción utilizando el tren inferior y superior.
Manejar y controlar la carrera.
Obtener equilibrio en posición estática o dinámica.



En La Juega con la CUERDA

El salto con cuerda o soga es una actividad practicada como juego infantil y como ejercicio físico. El uso de las cuerdas para saltar ha sido tradicionalmente una de los juegos favoritos de los niños. El salto con cuerda endurece y renueva la textura de las músculos, y se considera adecuado para el corazón y los pulmones.

Como se juega:



1 El salto o la combe habitualmente consiste en que uno o más participantes saltan sobre una cuerda que se hace girar de modo que pase debajo de sus pies y sobre su cabeza.

2 Si el juego es individual, es una persona que hace girar la cuerda y salta. Si el juego es en grupo, al menos son tres personas las que participan: dos que voltean la cuerda mientras que una tercera salta.



3 Es habitual saltar al ritmo de sencillas canciones populares que entonan los participantes. Si se juega con dos cuerdas, es considerablemente más difícil. Los participantes pueden saltar simplemente hasta que se cansan o incurran en una equivocación. Es un juego popular muy conocido en casi todas partes.

En forma:

Además de proporcionar beneficios al estado físico en general, los ejercicios con cuerda tienen efectos particularmente interesantes para determinadas personas y prácticas deportivas. Los músculos de los brazos y de las piernas (pantorrillas, muslos y glúteos) se desarrollan y fortalecen, perdiendo su flacidez y mejorando su forma, mientras el cuello, los hombros y el pecho se ensanchan y se vuelven firmes. Si se salta hacia atrás, ayuda a fortalecer el busto y a mejorar la postura en general.

Ventajas de este juego

Es un juego practico y fácil de realizar.
No se requieren grandes materiales, maquinas, elementos, mas que una cuerda.
No requiere grandes espacios para practicarlo.
Quema aproximadamente 600 calorías en una hora de practica.
Mejora el sistema cardiovascular.
Fortalece el sistema muscular en piernas y brazos.



Actividad 1 (El Rey Manda)

PREGUNTAS DE PROFUNDIDAD:

Nombre: Marco Tulio Díaz Martínez / re creacionista / 31 años

Encuestas día de la validación

A. ¿Piensa usted que la información del presentador al inicio de la actividad, lo motivo a participar en los juegos?

Rta: si, fue bien especificada para niños y niñas.

B. ¿La información que brindo el presentador para usted, le es familiar?

Rta: si, hubo un buen lenguaje. Y si había escuchado acerca de estos juegos.

C. ¿La información que dio el presentador, le pareció que tuvo aceptación entre los niños?

Rta: si, lo hizo por medio de lúdica.

D. ¿La información al inicio de la actividad, fue acorde al desarrollo de la misma?

Rta: si, aunque fue recreación dirigida, supo introducir a los niños en el tema de los juegos tradicionales.

E. ¿Considera usted que la introducción a la actividad fue agradable?

Rta: si, se vinculó a los niños motivadamente.

Actividad 2 (En sus marcas, listos, ya)

A. ¿Considera usted que los juegos fueron suficientes para los niños?

Rta: si, porque no fueron muchos.

B. ¿Los juegos como Yermis y Bobby exigieron en gran porcentaje físicamente a los niños?

Rta: si, porque el correr influyó para el cansancio.

C. ¿Piensa usted que los niños comprendieron las reglas de los juegos, para el desarrollo adecuado de los mismos?

Rta: si, porque no fueron muchas.

D. ¿Considera usted que el evento en general, tuvo una buena organización por parte de sus monitores?

Rta: si, tuvo buena organización, las camisetas, escarapelas y los demás elementos llaman la atención.

E. ¿Usted considera que al final de la actividad los niños quedaron satisfechos con su desempeño?

Rta: si, porque quedaron cansados y compartieron una buena experiencia.

Actividad 1 (El Rey Manda)

PREGUNTAS DE PROFUNDIDAD:

Nombre: Julio Ortega / Maestro de construcción / 51 años

- A.** ¿Piensa usted que la información del presentador al inicio de la actividad, lo motivo a participar en los juegos?
Rta: si, por la alegría y la expresión espontanea.
- B.** ¿La información que brindo el presentador para usted, le es familiar?
Rta: si, de niño y en la juventud se habían practicado.
- C.** ¿La información que dio el presentador, le pareció que tuvo aceptación entre los niños?
Rta: si, porque fue muy dinámico y divertido, lleno de expresión
- D.** ¿La información al inicio de la actividad, fue acorde al desarrollo de la misma?
Rta: si, pues en el juego se participa y se coordina adecuadamente junto con los adultos.
- E.** ¿Considera usted que la introducción a la actividad fue agradable?
Rta: si, divertida porque los niños tuvieron un rato de sano esparcimiento.

Actividad 2 (En sus marcas, listos, ya)

- A.** ¿Considera usted que los juegos fueron suficientes para los niños?
Rta: No, con más tiempo se hubiera podido organizar mas juegos y con mas niños.
- B.** ¿Los juegos como Yermis y Boby exigieron en gran porcentaje físicamente a los niños?
Rta: si, en particular por el sol pues los hace quemar energía y necesitaran hidratación.
- C.** ¿Piensa usted que los niños comprendieron las reglas de los juegos, para el desarrollo adecuado de los mismos?
Rta: si, para ser la primera vez, las comprendieron aunque los niños de corta edad demoraban en asimilarlo.
- D.** ¿Considera usted que el evento en general, tuvo una buena organización por parte de sus monitores?
Rta: si, a pesar de ser la primera vez se compartió bien.
- E.** ¿Usted considera que al final de la actividad los niños quedaron satisfechos con su desempeño?
Rta: si, porque tuvieron un momento para compartir y se entretuvieron.

- Homologación del título de maestra de primaria - Ucrania, Lyudmyla Stanislavska Revista Digital El Recreo, Revista Digital de futuros maestros en la Facultad de Educación de Toledo. Director: Ricardo Fernández Muñoz. 2015

- Muévase contra el sedentarismo Facultad de Rehabilitación y Desarrollo Humano, Universidad del Rosario- Programa de Divulgación Científica/http://www.urosario.edu.co/Universidad-Ciencia-Desarrollo/ur/Fasciculos-Anteriores/Tomo-II-2007/PDF/2007_fasciculo7/

- Guía de Acción de los Profesionales de la Salud, Exerciseis Medicine,
http://www.rafapana.org/attachments/article/10/Guia_de_Accion_para_Profesionales_de_la_Salud.pdf

Juegos tradicionales. Autora: Lic. Claribel Felicia Rodríguez Jiménez, Pág 4, 2015
<http://www.ilustrados.com/documentos/eb-juegos%20tradicionales.pdf>

<http://revistamagisterioelrecreo.blogspot.com.cosi-tienen-la-infancia-los-ninos-de-hoy/2011/05/>

11. Bibliografía

-Ministerio de la Protección Social, Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Hábitos y Estilos de Vida Saludable. Tomo 1. Documento técnico con los contenidos para el mejoramiento de la gestión territorial de los referentes departamentales, en la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en alimentación y prevención del consumo de tabaco a través de la práctica regular de la actividad física. 2011.

Design thinking, Tim Brown, Harvard business review, September, 2008.pdf.

El «design thinking» como estrategia de Creatividad en la distancia, Reinhold Steinbeck, Stanford (USA) / São Paulo (Brasil)2011.pdf.