Resumen

La actividad física se encuentra ligada al deporte, pero la diferencia es que el deporte tiene una serie de reglas, características y o escenarios donde se practica. La actividad física y el deporte son el eje de este proyecto de investigación, pues se analiza los factores que inciden en ello, sean estos positivos o negativos.

A simple vista, algunas personas pueden pensar la práctica de un deporte no incide en la vida de las personas, pero esto, involucra el desarrollo y coordinación de las habilidades motoras y mentales como lo es el hecho de realizar un movimiento casi perfecto.

La actividad física puede dividirse en dos ramas: 1) El deporte. 2) hobby. La diferencia es que cuando se practica un deporte como tal se le agrega algo que se llama competitividad, lo que hace que la práctica de cualquier deporte sea más frecuente exigiendo disciplina con el propósito de realizar su vida en torno a ello...

El deporte es una pieza fundamental para los niños y jóvenes, en este caso, la población observada son los estudiantes de secundaria de la institución liceo Freire, Para ello se han realizado entrevistas, encuestas, y análisis acorde a los intereses deportivos y a como han llevado el deporte en su cotidianidad.

El proyecto tiene como objetivo fomentar los deportes que se practican dentro de la institución, ya sean estos extracurriculares como los que se llevan a cabo durante la clase de pensamiento corporal, para mejorar el desempeño y ampliar el espectro de participación en eventos como Intercolegiados y olimpiadas escolares.