



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

MODALIDAD PRESENCIAL

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

Proyecto de investigación previo a la obtención del Título de Licenciada en
Ciencias de la Educación,

Mención Cultura Física.

TEMA:

**“LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS
DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA
UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS”**

AUTOR: Cárdenas Zúñiga Andrea Vanessa

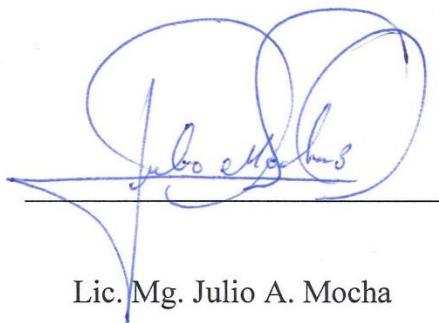
TUTOR: Dr. Mg. Julio Mocha

Ambato - Ecuador

2018

APROBACIÓN POR EL TUTOR

Yo, Lic. Mg. Julio Alfonso Mocha Bonilla, con C.I. N° 1802723161, en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: **“LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS”**. Presentado por el estudiante Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por H. Consejo Directivo.



Lic. Mg. Julio A. Mocha

TUTOR DE TESIS

AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

Las opiniones, ideas, análisis, interpretaciones, comentarios y demás aspectos relacionados con el tema: **“LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS”**, son de exclusiva responsabilidad del autor.



Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga

AUTOR

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente trabajo final de grado o titulación sobre el tema: **“LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS”**, Autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.




Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga

AUTOR


APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del Informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS”**, Presentado por la señorita estudiante: Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga, estudiante de la Carrera de Cultura Física, Modalidad presencial, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.



.....
Mg. Rubén Yáñez
MIEMBRO



.....
Mg. Ángel Sailema
MIEMBRO

DEDICATORIA

A Dios por ser el creador de la vida y ser quien me regala un día más de vida y sobre todo la salud para poder mantenerme firme y de esta manera cumplir con cada meta de mi vida.

A mis padres Onofre Gonzalo Cárdenas Aldás y Dacia Mercedes Zúñiga Jinés y a mi única hermana Joana Cárdenas por ser ellos quienes me apoyaron durante mi vida estudiantil y quienes me dieron un empujoncito para poder seguir adelante y cumplir con mí objetivo propuesto.

A mi esposo Andrés Oñate y especialmente a mi hija Maite Alejandra Oñate Cárdenas por ser ellos el motivo de mi vida y quienes siempre me apoyaron de forma incondicional para hacer de este sueño una realidad.

A mis abuelitos Ángel Cárdenas y Clara Aldás por sus sabios consejos y sus valiosos valores que día a día me supieron inculcar, para así poder llegar a ser quien soy.

Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga

AGRADECIMIENTO

Expreso mi gratitud y agradecimiento a la Universidad Técnica de Ambato por abrirme sus puertas al conocimiento de esta hermosa carrera como lo es Cultura Física, la misma que se ha convertido en mi pasión lo que hace que con responsabilidad y humildad pueda ser un ente activo a la sociedad.

Agradezco a la Carrera de Cultura Física por brindarme las facilidades para el desarrollo del estudio, por haberme formado como persona y a su vez como estudiante capaz de liderar a través del conocimiento.

A los docentes que forman parte de esta prestigiosa universidad principalmente de la Carrera de Cultura Física quienes con sus conocimientos adquirí muchas enseñanzas tanto prácticas como académicas.

Un agradecimiento especial al Lic. Mg. Julio A. Mocha B. por ser aquel docente mentor que con su profesionalismo me oriento y dirigió para poder culminar con este proyecto de investigación.

Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN POR EL TUTOR	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN	iii
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	v
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vii
RESUMEN EJECUTIVO	2
INTRODUCCIÓN	3
CAPITULO I	5
EL PROBLEMA	5
1.1 Tema de Investigación	5
1.2 Planteamiento del problema	5
1.2.1 Contextualización	5
1.2.2 Análisis Crítico	8
1.2.3 Prognosis	8
1.2.4 Formulación del problema	8
1.2.5 Interrogantes	9
1.2.6 Delimitación del objeto de investigación	9
1.3 Justificación	10
1.4 Objetivos	11
1.4.1 Objetivo General	11
1.4.2 Objetivos Específicos	11
CAPITULO II	12
MARCO TEÓRICO	12
2.1 Antecedentes Investigativos	12
2.2 Fundamentación Filosófica	14
2.2.1 Fundamentación Epistemológica	14
2.2.3 Fundamentación Axiológica	15
2.2.4 Fundamentación Psicopedagógica	15
2.3 Fundamentación Legal	15
2.4 Categorías Fundamentales	17
2.4.1. Constelación de Ideas de la Variable Independiente	18
2.4.2 Constelación de Ideas de la Variable Dependiente	19
2.4.3 Fundamentación Teórica de la Variable Independiente	20

2.4.4 Fundamentación Teórica de la Variable Dependiente	42
2.5 Hipótesis.....	60
2.6 Señalamiento de las variables de la hipótesis	60
2.6.1 Variable Independiente	60
2.6.2 Variable Dependiente	60
CAPITULO III.....	61
METODOLOGÍA	61
3.1 Enfoque de la Investigación	61
3.2 Modalidades Básicas de la Investigación	61
3.2.1 Campo	61
3.2.2 Documental-Bibliográfica	61
3.3 Nivel o Tipo de Investigación	61
3.3.1 Descriptiva	61
3.3.2 Exploratorio.....	62
3.4 Población y Muestra	62
3.5 Operacionalización de Variables	63
3.6 Técnicas e Instrumentos de recolección de la Información.....	65
3.7 Recolección de la Información	65
3.8 Procesamiento y Análisis de la Información.....	66
CAPITULO IV	67
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	67
4.1 Resultados de la Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.	68
4.2 Verificación de la Hipótesis.....	96
CAPITULO V.....	103
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	103
5.1 Conclusiones:.....	103
5.2 Recomendaciones	104
Bibliografía	105
ANEXOS.....	112

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Población y Muestra	62
Tabla 2 :Operacionalización de la Variable Independiente	63
Tabla 3: Operacionalización de la Variable Dependiente.....	64
Tabla 4.Recolección de la Información	65
Tabla 5.Procedimiento	66
Tabla 6.Coordinación de movimientos	68
Tabla 7.Coordina movimientos a través de un baile	69
Tabla 8.Durante la práctica física demuestra sus habilidades.....	70
Tabla 9.Cooperación con sus compañeros	71
Tabla 10. Enfatiza su imaginación.....	72
Tabla 11: Desarrollo de actividades físicas.....	73
Tabla 12: El niño se siente cansado después de la práctica física.....	74
Tabla 13: Recuerda las actividades realizadas	75
Tabla 14: Los niños receptan canciones	76
Tabla 15: Introducir monedas	77
Tabla 16: Enhebrar cuentas.....	78
Tabla 17: Dibujar el trazado	79
Tabla 18: Atrapar el saquito.....	80
Tabla 19: Lanzar el saquito a una diana.....	81
Tabla 20: Equilibrio sobre una pierna.....	82
Tabla 21: Andar de puntillas.....	83
Tabla 22: Saltar sobre alfombrillas	84
Tabla 23: Pos –test introducir monedas	85
Tabla 24: Pos-test enhebrar cuentas.....	86
Tabla 25: Pos-test dibujar el trazado.....	87
Tabla 26: Pos-test atrapar el saquito	88
Tabla 27 : Pos-test lanzar el saquito a una diana	89
Tabla 28: Pos-test equilibrio sobre una pierna.....	90
Tabla 29: Pos-test andar de puntillas	91
Tabla 30: Pos-test saltar sobre alfombrillas	92
Tabla 31: Análisis del pre-test de MABC-2.....	93
Tabla 32: Análisis del pos-test de MABC-2	95
Tabla 33: Pruebas no Paramétricas	98
Tabla 34: Prueba de Wilcoxon.....	100
Tabla 35: Estadísticos de contraste	101

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Árbol de problema	7
Gráfico 2: Categorías Fundamentales	17
Gráfico 3: Constelación de ideas Variable Independiente	18
Gráfico 4: Constelación de la Variable Dependiente	19
Gráfico 5: Coordina movimientos.....	68
Gráfico 6: Coordina movimientos a través del baile.....	69
Gráfico 7: Durante la práctica física demuestra sus habilidades.....	70
Gráfico 8: Cooperación con sus compañeros.....	71
Gráfico 9: Enfatiza su imaginación.....	72
Gráfico 10: Desarrollo de actividades físicas	73
Gráfico 11: El niño se siente cansado después de la práctica física.....	74
Gráfico 12: Recuerda las actividades realizadas	75
Gráfico 13: Los niños receptan canciones	76
Gráfico 14: Introducir monedas	77
Gráfico 15: Enhebrar cuentas.....	78
Gráfico 16: Dibujar el trazado	79
Gráfico 17: Atrapar el saquito.....	80
Gráfico 18: Lanzar el saquito a una diana.....	81
Gráfico 19: Equilibrio sobre una pierna.....	82
Gráfico 20: Andar de puntillas.....	83
Gráfico 21: Saltar sobre alfombrillas	84
Gráfico 22: Pos –test introducir monedas	85
Gráfico 23: Pos-test enhebrar cuentas.....	86
Gráfico 24: Pos-test dibujar el trazado.....	87
Gráfico 25: Pos-test atrapar el saquito	88
Gráfico 26: Pos-test lanzar el saquito a una diana	89
Gráfico 27: Pos-test equilibrio sobre una pierna.....	90
Gráfico 28: Pos-test andar de puntillas	91
Gráfico 29: Pos-test saltar sobre alfombrillas	92
Gráfico 30: Análisis del pre-test de MABC-2.....	93
Gráfico 31: Análisis del pos-test de MABC-2	95

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
MODALIDAD PRESENCIAL

TEMA: “LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS”

Autora: Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga

Tutor: Mg. Julio A. Mocha

RESUMEN EJECUTIVO

En el presente proyecto de investigación se pudo determinar en cuanto a los resultados de análisis y la interpretación estadística del trabajo de campo, las conclusiones y recomendaciones sobre como influyó la actividad física para un buen desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de primero y segundo año de educación básica de la “Unidad Educativa Totoras”, para ello en este proceso de investigación se utilizó una ficha de observación y el test de MABC-2, los mismos que permitieron valorar el nivel de motricidad gruesa de los estudiantes. La actividad física beneficia a la salud de las personas sin importar su edad ni sexo y previene todo tipo de patologías. Además contribuye a la vida social y a la imagen corporal. Es primordial realizar una rutina de actividad física y acompañarla de una correcta alimentación que contenga cereales, frutas, hierro, carnes, potasio y lácteos, para contribuir al crecimiento de las personas. La motricidad de los niños es una enseñanza que pretende convertirlos en un ser productivo y se debe desarrollarla en edades tempranas, con ejercicios específicos de acuerdo a su edad y condición física, por lo tanto se concluye que la actividad física y la motricidad gruesa se debe trabajar de forma equitativa para poder obtener un buen desarrollo físico de los niños.

Palabras Claves: Actividad Física, Motricidad Gruesa, Desarrollo Físico, Condición Física.

INTRODUCCIÓN

El proyecto de investigación tiene como tema: **“LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS”**

El desarrollo de este proyecto de investigación, se enfoca en el desarrollo de la actividad física de los niños, debido al aporte que brinda la motricidad gruesa para poder ejecutar una buena práctica deportiva y lo más primordial un buen desarrollo físico de los infantes.

La Licencia de Educación Física se encuentra en contacto con los niños y puede evidenciar los problemas de motricidad gruesa que presenta cada estudiante al momento de ejecutar las clases prácticas y por esa razón no existe un buen desarrollo de las capacidades básicas.

Esta investigación se ha desarrollado a través del siguiente contenido.

CAPÍTULO I

El problema: incluye el problema donde se encuentra la Contextualización Macro, Meso y Micro donde con estos tres aspectos se desarrolla la investigación, el Árbol de problema y su Análisis Crítico, la Prognosis, la Formulación del Problema, las Interrogantes del Problema, las Delimitaciones, la Justificación y finalmente los Objetivos Generales y Específicos.

CAPÍTULO II

El marco teórico; contiene los Antecedentes Investigativos, las Fundamentaciones correspondientes, las Categorías Fundamentales, la Constelación de ideas, el Desarrollo de la Categorías Fundamentales, se plantea la Hipótesis y el señalamiento de las Variables correspondientes.

CAPÍTULO III

La metodología: contiene la metodología que se aplicó en el proyecto de investigación, el Enfoque en el que se basa la investigación, la Modalidad de la investigación, el Nivel o Tipo de investigación, la Población y la Muestra, la Operalización de las variables, el Plan de Recolección de la Información, el Procesamiento y Análisis de la información obtenida.

CAPITULO IV

Análisis e Interpretación de los resultados, se analiza los resultados obtenidos en la investigación y se comprueba la hipótesis investigada.

CAPITULO V

Comprende las conclusiones y recomendaciones de acuerdo al análisis estadístico de los datos recolectados de la investigación.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema de Investigación

“La Actividad física y la Motricidad Gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras”

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Contextualización

La motricidad gruesa es la capacidad y habilidad que posee el cuerpo para ejecutar movimientos, en el **Ecuador** la educación física en primaria se enfoca en mejorar la coordinación motriz, mediante actividades estabilizadoras y locomotrices, la actividad física se realiza de manera planeada y organizada de forma voluntaria con el objetivo de lograr resultados específicos.

Según Andradás, E. (2015) menciona que:

Ser activo físicamente durante la niñez y adolescencia no sólo es primordial para la salud de ese periodo vital, sino también para lograr un estilo de vida de calidad. La realización de actividad física en la infancia permite que los niños y niñas se sientan competentes en sus habilidades físicas y, probablemente, hará que sean más activos y participativos durante la edad adulta. La actividad física realizada diariamente desde edades tempranas, mejora la salud y desarrolla una adecuada forma física en la población infantil y adolescente, aportando beneficios físicos y bienestar emocional, a corto y largo plazo.

Es importante realizar actividad física para mejorar nuestro estilo de vida y prevenir enfermedades cardiovasculares, las mismas que se recomiendan practicarlas desde edades temprana.

A nivel de la provincia de **Tungurahua** las diferentes Unidades Educativas imparten buenas estrategias didácticas para el desarrollo de la actividad física y la motricidad gruesa. Es de gran utilidad el juego, ya que se reafirma como un aliado

del aprendizaje porque a través de él el niño ensaya, imagina y crea. Es una oportunidad para identificar sus potencialidades y más aún si el niño presenta algún tipo de discapacidad, el docente debe actuar con paciencia y especialmente con amor hacia los niños. Es muy importante la actividad motriz gruesa ya que la finalidad es adquirir destrezas y habilidades en los movimientos.

En la Unidad Educativa “**Totoras**” de la ciudad de Ambato he podido observar que los docentes no imparten estrategias didácticas para un correcto desarrollo de la actividad física y la motricidad gruesa. En el grupo de niños que cursan el primero y segundo año de educación básica se ha notado dificultades en la ejecución de la práctica deportiva, problemas de coordinación, lateralidad y equilibrio.

Situación que preocupa a los educadores de los años superiores teniendo tropiezos en el proceso de enseñanza – aprendizaje, razón por la cual se debe realizar nuevos procedimientos que van a generar un espacio donde los niños puedan desarrollar diferentes actividades a través de juegos recreativos. Ya que esta etapa es la más primordial para la vida de un niño en donde debe desarrollar todas sus habilidades y capacidades físicas.

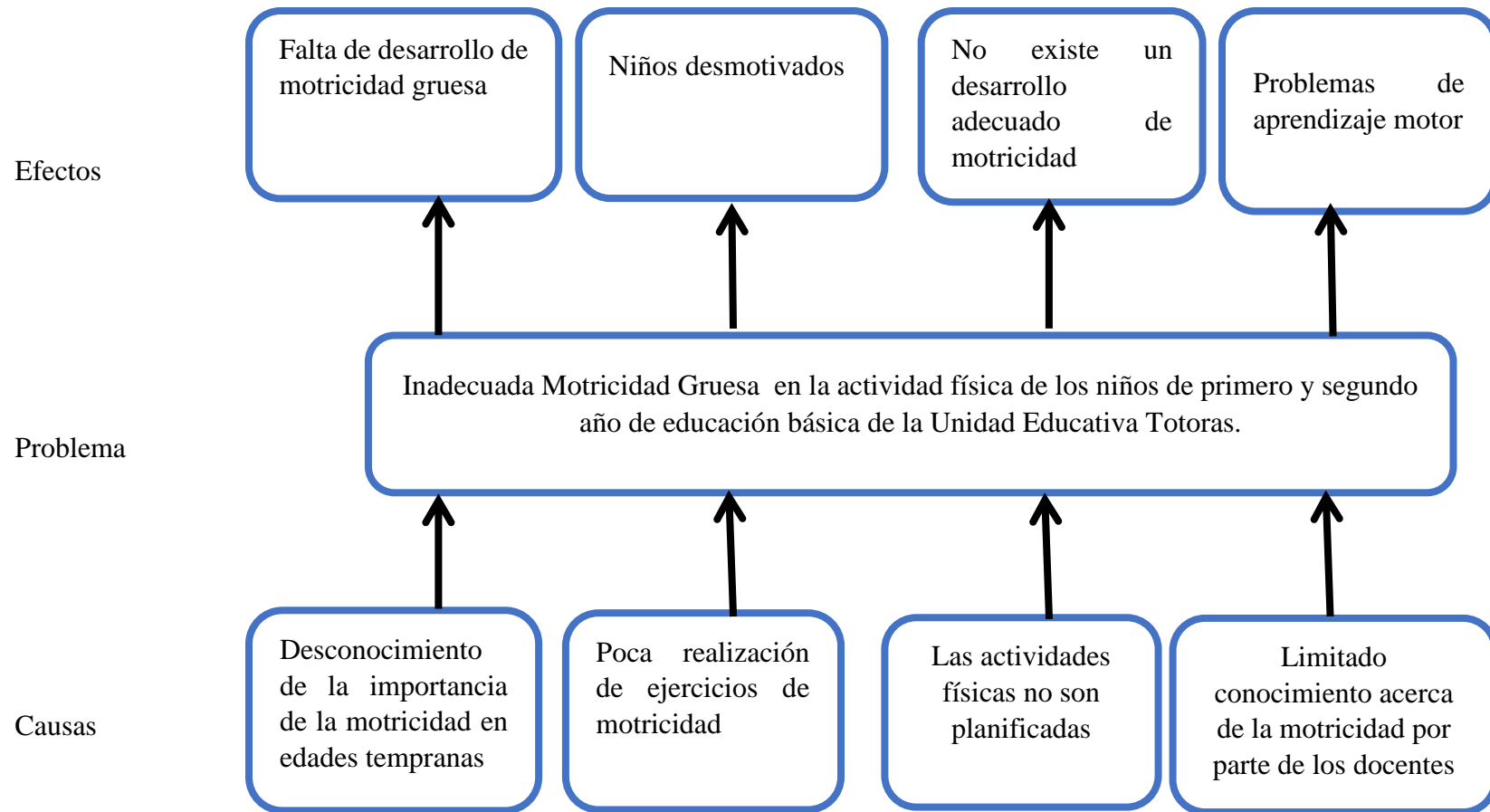


Gráfico 1 Árbol de problema
 Fuente: Investigadora
 Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

1.2.2 Análisis Crítico

En la Unidad Educativa Totoras los niños de primero y segundo año de educación básica presentan dificultades en las actividades físicas, debido al desconocimiento de la importancia de la motricidad en edades tempranas lo cual ha producido la falta de desarrollo de la motricidad gruesa.

La poca realización de ejercicios de motricidad provoca que los niños se desmotiven con las actividades físicas debido a que ellos presentan problemas con la ejecución.

La despreocupación por parte de los docentes en no planificar las actividades físicas tiene como efecto que no exista el desarrollo adecuado de la motricidad gruesa en los estudiantes lo cual provoca problemas en el proceso de enseñanza –aprendizaje.

El limitado conocimiento acerca de la motricidad por parte de los docentes conlleva a problemas de aprendizaje motor en los niños.

1.2.3 Prognosis

Si no se soluciona este problema a futuro será más preocupante y problemático, los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras seguirán presentado problemas con la actividad física y la motricidad gruesa, tendrán dificultades en la coordinación de los movimientos, equilibrio, lateralidad y en la ejecución de las actividades físicas.

Al dar a conocer la importancia de la actividad física y la motricidad gruesa habrá buenos resultados tanto en la parte teórica como en la práctica y de esta manera se logrará que las clases sean más productivas y beneficiarias.

1.2.4 Formulación del problema

¿Cómo incide la actividad física y la motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras?

1.2.5 Interrogantes

- ❖ ¿Cuál es el beneficio de la actividad física en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras de la parroquia Totoras de la ciudad de Ambato?
- ❖ ¿De qué manera incide la motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras de la parroquia Totoras de la ciudad de Ambato?
- ❖ ¿Cómo se relaciona la actividad física en la motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras?

1.2.6 Delimitación del objeto de investigación

Delimitación de contenido

Área: Educación física y salud

Campo: Educación

Aspecto: La Actividad Física y la Motricidad Gruesa

Delimitación Espacial

El problema a investigar fue localizado en la Unidad Educativa "Totoras" ubicado en el Cantón Ambato, provincia de Tungurahua, Parroquia Totoras.

Delimitación Temporal

La investigación se realizó en el periodo Septiembre 2017-Febrero 2018.

1.3 Justificación

La **importancia** de este trabajo de investigación es que la motricidad gruesa cumple un papel fundamental en el desarrollo del niño, y facilita su progreso integral ya que el infante posee una inteligencia, un cuerpo y un espíritu en proceso de construcción y evolución, la misma que ocupa un lugar privilegiado dentro de los medios de expresión del niño.

Es **interesante** debido a que la actividad física y la motricidad gruesa es una herramienta fundamental para lograr la coordinación y equilibrio. Apuntan a que los niños y niñas de la Unidad Educativa Totoras, alcancen un desarrollo motor acorde a su edad mental y cronológica, que les estimule el deseo por ejercitarse y tengan en la motricidad un punto de referencia el cual permitirá adquirir las destrezas físicas las cuales se verán reflejadas en la vida adulta del individuo.

Este proyecto de investigación es **factible** debido a que existe suficiente bibliografía e información al respecto, la implementación de estrategias que ayuden a potencializar las diferentes habilidades y garantizar un aprendizaje que sea más significativo en el niño a partir de las experiencias.

Los **beneficiarios** fueron los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras, porque podrán percibir la importancia del desarrollo de la motricidad.

El **impacto** se centra en el desarrollo que adquirieron los niños y niñas en su proceso de aprendizaje, ya que al tener bien desarrolladas las capacidades su rendimiento académico y la ejecución de las actividades físicas serán óptimas, al igual que el desempeño laboral, social y personal.

La **utilidad** fue para el mismo grupo social ya que al poseer una buena motricidad gruesa en un niño se garantiza adultos seguros, capaces de tomar las mejores decisiones en el momento oportuno, la misma que nos conlleva a mejorar el pensamiento crítico el cual es el pilar fundamental en las acciones de un ser humano.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Determinar la actividad física y la motricidad gruesa de los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras.

1.4.2 Objetivos Específicos

- ❖ Analizar el beneficio de la actividad física en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras
- ❖ Verificar el nivel de motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras.
- ❖ Redactar los resultados de la actividad física y la motricidad gruesa de los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos

Los antecedentes investigativos que presentamos sobre la Actividad Física y su relación con la motricidad gruesa intentan aventurarse en el estudio, actualización y desarrollo de los conocimientos que se posee de una vertiente más conocida y espectacular que es el internet.

TEMA: La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física?

Según Abarca, S. (2015) a pesar de que la inactividad física está reconocida como un importante factor que contribuye al incremento de los niveles de obesidad y de otros problemas de salud, la mayoría de niños y adolescentes de las sociedades occidentales no realizan suficiente actividad física, para llegar a generar beneficios para su salud. El centro escolar representa una oportunidad para promocionar la actividad física, porque los niños permanecen gran parte de su tiempo en él. Para muchos escolares, las clases de Educación Física suponen el único momento a lo largo de la semana, en el que realizan práctica de actividad física. Tradicionalmente se ha considerado a la Educación Física como un área privilegiada en la promoción de la actividad física, bien de una manera directa, contribuyendo a la acumulación diaria de actividad física recomendada, bien de forma indirecta, promoviendo la actividad física fuera del centro escolar, a través del desarrollo de actitudes y competencias que permitan incorporar la conducta hacer práctica de actividad física, en el estilo de vida del individuo.

Este artículo hace relación entre la Educación Física y la Actividad Física, analizando el rol que cumple nuestra área, la cual se enfoca en atender los aspectos que favorezcan a la práctica de actividad física presente y futura, por otra parte, el papel que cumple el docente de Educación Física, quien es el facilitador y promotor de un estilo de vida saludable.

TEMA: Efectos de un programa de actividad física en escolares.

Según Pumar, V. (2015) dice que comprobar el efecto que tiene sobre los estudiantes de Educación Primaria un programa de actividad física durante los recreos escolares a través de juegos pre-deportivos, en la composición corporal y en la condición física de los mismos. Se realizó un análisis de las diferencias antes-después de muestras independientes de las pruebas de condición física y de las medidas antropométricas, así como el valor de p de los contrastes, realizado mediante un análisis estadístico con el programa IBM SPSS 20.0. Fue aplicado a 54 estudiantes de Educación Primaria, de entre 9 y 11 años.

La aplicación de un programa de actividad física en los recreos escolares con una duración de 30 minutos durante tres días a la semana, permite alcanzar un estilo de vida activo, mejora los valores del IMC y la condición física de quienes lo practican.

TEMA: Estado del desarrollo motor en pre-básica de una escuela municipal y un colegio particular subvencionado de la comuna de puerto Montt.

Según Morales, K. (2016) el presente estudio Cuantitativo descriptivo, busca identificar el estado de desarrollo motor de niños de 4 años pertenecientes al nivel educacional pre Básica, a través del test TEPSI, utilizando el sub-test de motricidad, que contiene 12 ítems. Participan 21 niños de cuatro años de establecimientos subvencionado y municipal de la comuna de Puerto Montt. Esta muestra es intencionada no probabilística, donde se investiga que el nivel de su desarrollo motor se encuentra normal de acuerdo a su edad, teniendo como resultado de normalidad en su desarrollo.

A través de éste estudio se reconoce que el nivel de desarrollo motor de los niños, según el test TEPSI, permite verificar un desarrollo normal de acuerdo a su edad.

TEMA: Actividades Lúdicas “Aprendo Jugando” Para Desarrollar La Motricidad Gruesa En Los Niños Y Niñas Del Primer Año De Educación Básica

Según Fernando, M. (2017) el objetivo de la presente investigación, fue elaborar y aplicar una guía didáctica de actividades lúdicas denominada “Aprendo Jugando” para desarrollar la Motricidad Gruesa en los niños y niñas del primer año de educación básica en la Unidad Educativa Santa Mariana de la ciudad de Riobamba. La guía está planificada por un cronograma y consta de juegos para incidir en los movimientos de los músculos grandes. Los juegos ayudan a fortalecer las habilidades motrices básicas y a evaluar la coordinación de los movimientos corporales como: saltar, marchar, caminar, saltar con un solo pie.

El juego es esencial en la vida del niño, es recomendable practicarlo de forma constante y continua, porque si un niño tiene bien desarrollado la motricidad gruesa,

será un niño que confiara en sí mismo y sobre todo será más fácil de que relacione las habilidades básicas de la motricidad fina.

TEMA: Desarrollo de la Motricidad en Etapa Infantil

Según Morán, A. (2017) el artículo parte de la experiencia de varios docentes que al observar que estudiantes de 1 a 6 años presentan problemas de coordinación motriz. Con el objetivo de descubrir la importancia que tiene la motricidad en el proceso de enseñanza y aprendizaje en los estudiantes, en esta investigación se describen claramente los tipos de motricidad que se deben desarrollar en la etapa infantil. Mediante estos ejercicios o actividades llamamos la atención del personal docente que trabaja con esta edad infantil para que lo utilicen en vías de mejorar las tareas a desarrollar con los educandos.

La motricidad es primordial para lograr un buen desarrollo físico y mejorar el proceso de enseñanza -aprendizaje de los infantes, los docentes deben trabajar con los niños la motricidad gruesa y fina acorde a su edad.

2.2 Fundamentación Filosófica

Según Aguilera, L. (2007) Desde el punto de vista etimológico, el concepto Filosofía procede de las voces griegas: Philos que significa amor y Sophos, sabiduría, lo cual le da el significado de “amor a la sabiduría”

La Filosofía permite lograr un conocimiento real es decir conocer la verdad y proviene de dos vocablos que significan amor a la sabiduría.

2.2.1 Fundamentación Epistemológica

Según Katz, M. (2011), la palabra “epistemología” deriva del griego, epist^ome, “conocimiento” y lñgoj “teoría”. Se la considera una disciplina que estudia los métodos que se emplean para lograr el conocimiento científico y las formas de validar dicho conocimiento. Por ser una ciencia que se ocupa del estudio de la forma de hacer ciencia se la debe considerar una “meta ciencia”. La Epistemología es una rama de la Filosofía de la Ciencia.

Para Piaget, la epistemología "es el estudio del pasaje de los estados de menor conocimiento a los estados de un conocimiento más avanzado" Echeverri, J. (2003).

Las fundamentaciones se basan en la teoría de la ciencia en sí con componentes científicos y académicos, los cuales pueden aplicarse durante la investigación.

2.2.3 Fundamentación Axiológica

Según Gómez, J. (2010) la palabra axiología (del griego axia-valor, y logos-estudio) es de origen reciente, pues su introducción se produce a principios del siglo XXI. Ellos comenzaron por constatar intuitivamente la existencia de los valores, y sólo después se ocuparon de su análisis filosófico. En la vida real el hombre aprende primero a estimar y a desestimar, a evaluar y a devaluar, en fin, a valorar, antes de tomar conciencia plena de qué es en sí el valor o determinado tipo de valor, e indagar acerca del camino de su conocimiento o aprehensión espiritual y exposición teórica.

Durante la práctica deportiva de los niños de la “Unidad Educativa Totoras”, se pudo observar que ellos ponen en práctica un sin número de valores que todos los seres humanos debemos aplicarlos en nuestra vida diaria como el respeto, puntualidad, cooperación y sobre todo el amor hacia lo que hacemos.

2.2.4 Fundamentación Psicopedagógica

Según Bravo, L. (2009), la psicopedagogía formó parte desde el comienzo del currículum que imparten las escuelas de educación y pedagogía para el trabajo con niños que tienen dificultades para aprender, la psicología pedagógica y su desarrollo tuvo un origen algo diferente que la psicología educacional. El objetivo central de la psicopedagogía es el trabajo con los niños, tanto en la práctica como en la teoría. Los enfoques psicológicos son utilizados en la medida en que su aplicación derive de una necesidad escolar y sea una contribución importante para mejorar el aprendizaje.

2.3 Fundamentación Legal

Constitución de la república del Ecuador LEY DEL DEPORTE, EDUCACION FISICA Y RECREACION.

TITULO 1 PRECEPTOS FUNDAMENTALES

Art. 2.- Objeto. - Las disposiciones de la presente Ley son de orden público e interés social. Esta Ley regula el deporte, educación física y recreación; establece las normas a las que deben sujetarse estas actividades para mejorar la condición física de toda la población, contribuyendo así, a la consecución del Buen Vivir.

Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación. - La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado.

TITULO 1- ARTÍCULO DEL ÁMBITO Y EL OBJETO:

Capítulo I

Art. 19 De La Ley del Deporte y Recreación El gobierno ha decretado que todas las personas sean estos niños, jóvenes o adultos tienen el libre albedrío para las actividades físicas, deportivas y recreativas, dando el visto bueno para el uso de canchas parques y establecimientos deportivos todo esto con el respaldo de organismos regentes dentro del campo deportivo y la actividad física. Todo esto en busca de un mejor estilo de vida de la población y la salud física corporal.

Capitulo II

Artículo 34 de la Ley de Educación Las disposiciones del presente reglamento regularan la aplicación de la ley del deporte, educación física y recreación en niños, para la adecuada utilización de la 20 infraestructura y el desarrollo de los organismos deportivos en búsqueda constante del acondicionamiento físico de toda población estudiantil, la promoción del desarrollo integral de las personas, el impulso del acceso masivo al deporte y las actividades deportivas a nivel formativo, la práctica del deporte y la participación de las personas-estudiantes con discapacidad coadyuvando al buen vivir.

2.4 Categorías Fundamentales

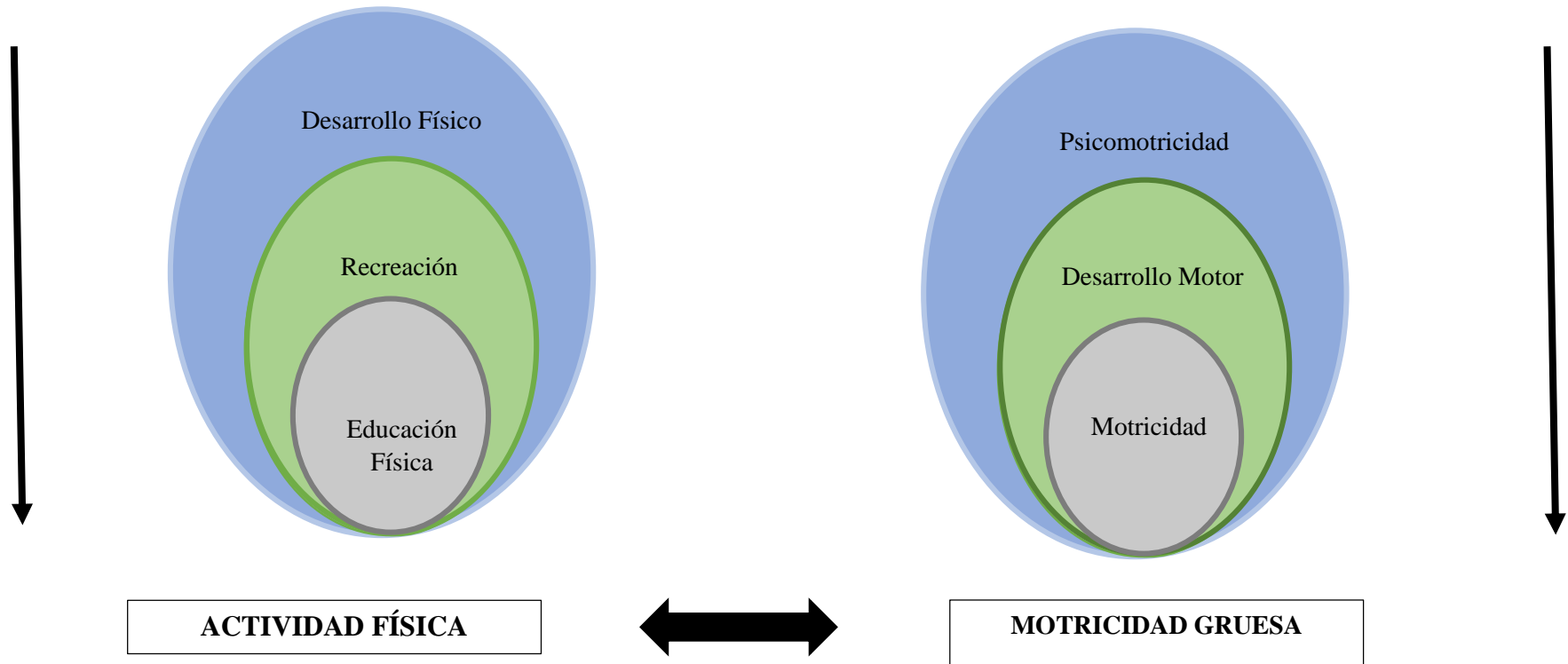


Gráfico 2: Categorías Fundamentales
Fuente: Investigadora
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

2.4.1. Constelación de Ideas de la Variable Independiente

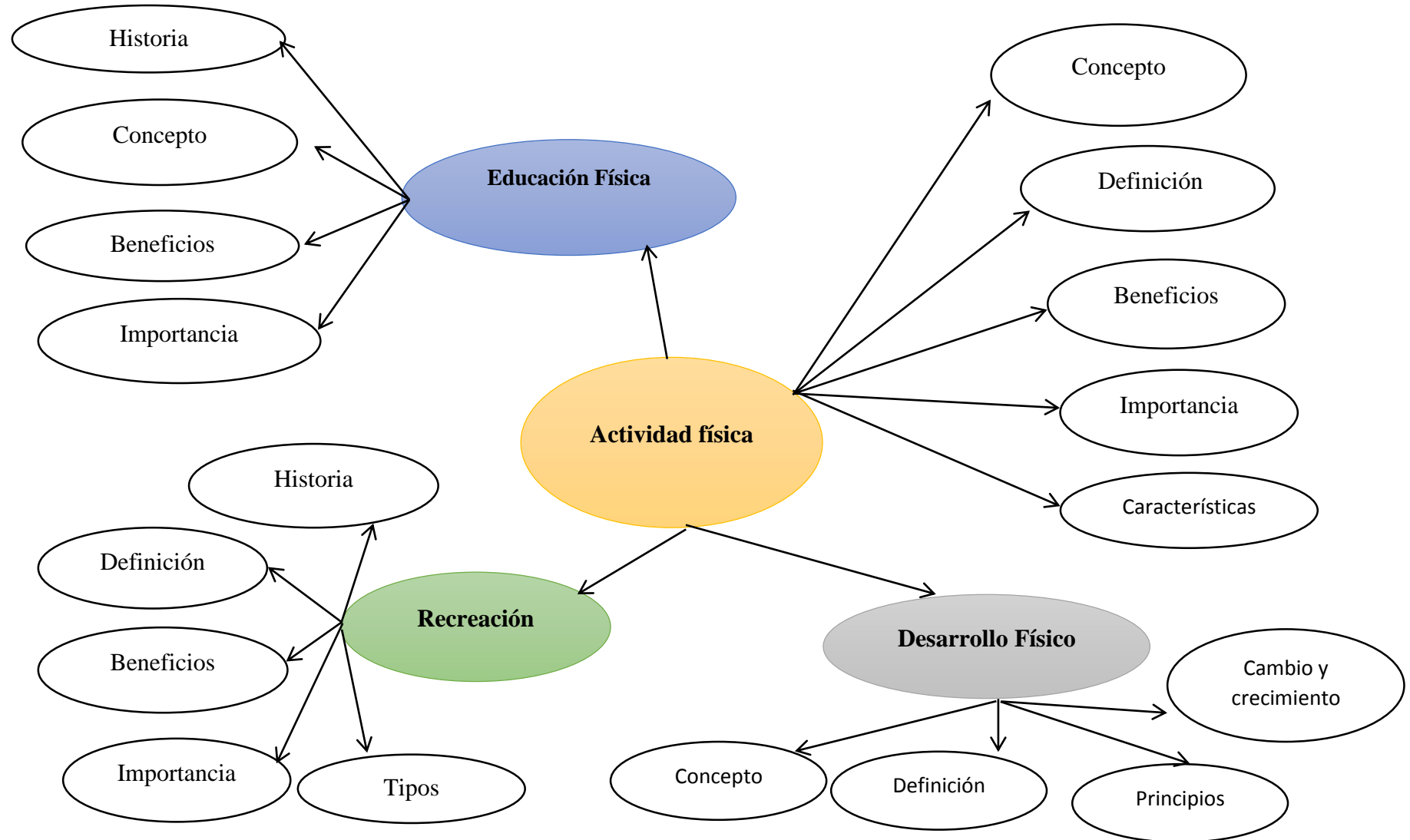


Gráfico 3: Constelación de ideas Variable Independiente
Fuente: La Investigación
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

2.4.2 Constelación de Ideas de la Variable Dependiente

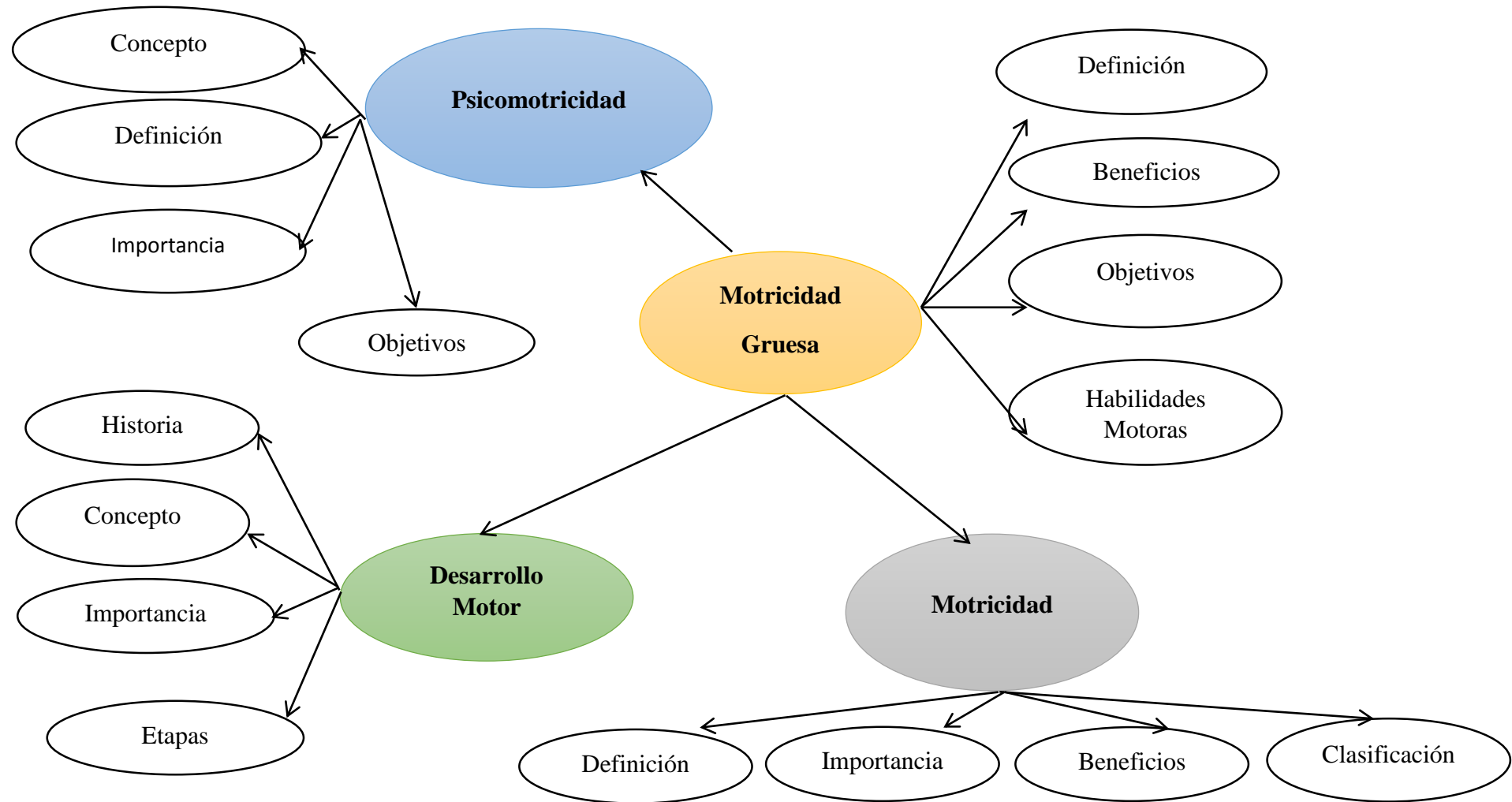


Gráfico 4: Constelación de la Variable Dependiente
Fuente: Investigadora
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

2.4.3 Fundamentación Teórica de la Variable Independiente

Desarrollo Físico

Concepto

Durante el primer año de vida el nivel de crecimiento es apresurado y en el segundo año es moderado. En la adolescencia se activa nuevamente y se interrumpe al finalizar esta etapa. El desarrollo de la cabeza y del cerebro es rápido que del resto del cuerpo, los órganos sexuales reproductores progresan de forma lenta y se precipitan en la adolescencia Illingworth, N. (1983).

El desarrollo físico los infantes en sus primeros años de vida es un proceso rápido, al igual que el desarrollo de su cerebro y de su cabeza.

Qué es el desarrollo físico

Describe los cambios corporales que experimentan las personas, específicamente en peso y altura. El crecimiento es sistemático durante la infancia y juventud Illingworth, N. (1983).

Desarrollo Físico y Motor

Gracias al de juego los niños crecen y logran un buen desarrollo de sus músculos. Las características del niño empiezan a desarrollarse, la cara ya no es redondeada, las extremidades se prolongan. Los juegos y actividades que se realizan durante este periodo van acompañados de movimientos físicos. Las habilidades motoras aumentan durante este ciclo de vida debido a la combinación de la maduración cerebral, la motivación y la práctica Recio, R. (2013).

El juego es una técnica que beneficia al desarrollo corporal de los niños, el cuerpo humano está expuesto a diversos cambios, los cuales se van dando según el avance del tiempo es decir cada una de sus extremidades se va prologando.

Cambio y Crecimiento Físico

En la edad de 3 a 6 años el desarrollo corporal es rápido, surge la primera dentadura. El desarrollo, crecimiento y la salud se basa en la alimentación de los niños.

Los niños de 5 y 6 años ya logran distinguir los tipos de movimientos y combinan una acción con otra Rodríguez, L. (2010).

El ejercicio estimula el desarrollo físico y mental del niño

El ejercicio durante la etapa infantil es de vital importancia ya que permite explotar su energía, mantener una buena salud, compartir experiencias y evitar el sobrepeso, esta actividad tienen múltiples beneficios el más importante es que beneficia y relaja la mente de cada infante logrando profundizar su imaginación y creatividad, el ejercicio permite un desarrollo de los pequeños Mutti, M. (2013).

El desarrollo físico de los niños depende de la actividad física que él lo practique, evita problemas como el estrés, trastornos, ansiedad y depresión, se activan estímulos que permiten relajarse, sentirse seguros y sobre todo tener autoconfianza en sí mismo.

El niño mejora su rendimiento académico, concentración y atención gracias al ejercicio y así el cerebro y el cuerpo se benefician, fortaleciendo sus huesos, sus músculos y articulaciones. Los niños deben practicar actividad física a edades tempranas, ya que así podrán gozar de un sin número de beneficios como por ejemplo evitar enfermedades, sobrepeso y lo más importante es que ellos compartirán experiencias con otras personas, las cuales les ayudarán a interactuar ante la sociedad. Se recomienda que los infantes practiquen de 30m a 60 m de ejercicio al día, ya que así fortalecerá a su desarrollo personal físico y cognitivo.

RECREACIÓN

Historia de la Recreación

La Recreación dentro de la educación ha experimentado cambios profundos que han permitido fortalecer esta área con rigidez, logrando un status cultural dentro de la sociedad, verificando un desarrollo físico y mental que forma parte del que hacer educativo y beneficia al proceso de formación integral de los infantes. El desarrollo de la recreación se ha modificado y se ha establecido un concepto más claro, moderno y lógico Rincon, E. (2013).

La recreación es una actividad muy beneficiosa que permite que los infantes salgan de su rutina y realicen actividades diferentes con sus amigos, vecinos, compañeros y con su familia. Beneficia al desarrollo psicológico y físico de cada infante.

Definición

La recreación es sinónimo de entretenimiento, diversión, actividad sin esfuerzo, que se practica en un tiempo libre, abarca actividades de distinto tipo: valor social, en el tiempo no productivo, y se presenta como una actividad voluntaria. La actitud que se entregue durante la práctica es la que marca la diferencia y específica a calidad de recreación que se aplicó. Cualquier actividad puede ser considerada recreativa, siempre y cuando alguien se proponga a ella por su propia decisión, en su tiempo disponible, sin otro fin que el del placer por la propia actividad Espiga, H. (2015).

La recreación es la acción y efecto de recrear y divertirnos como alivio del trabajo, su objetivo es alegrar, divertir, entretener, deleitar y pasarla bien. Estos espacios motivan la participación grupal e individual ejecutando actividades físicas y deportivas que permitan gozar del juego como una estrategia para renovar fuerzas Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, (2014).

Por lo tanto la recreación es una actividad voluntaria que realizan las personas en su tiempo libre, sin ninguna presión con un objetivo específico como puede ser el

de relajarse, divertirse, distraerse y compartir momentos agradables con sus amigos, vecinos, familiares etc.

Beneficios

Los beneficios de la recreación son:

- **Beneficios individuales:** Permiten a las personas vivir nuevas experiencias, las cuales nos servirán como enseñanza para la vida, manteniendo una vida plena y significativa, poder equilibrar nuestro autoestima y lo más primordial solucionar los problemas que se presentan durante la vida y tomar las mejores decisiones.
- **Beneficios comunitarios:** son ocasiones en donde se puede interactuar con la familia, vecinos, amigos, etc. Ningún ser humano puede vivir necesita de otra persona para sentirse bien y también los parques cumplen un rol importante dentro de la recreación.

Los beneficios de la recreación son: unificación de la familia, paciencia, práctica de actividades deportivas, y todo esto ayuda a reducir la delincuencia” MINISTERIO DE CULTURA INSTITUTO COLOMBIANO DEL DEPORTE. (2012).

Importancia de la Recreación

La recreación ayuda a mantener una buena salud de las personas, ayuda el equilibrio, enriquece la vida de la gente, fomenta cualidades, valores y educa para emplear de una forma correcta el tiempo libre. Los niños aprenden mejor en ambientes relajados, sin obligación. Para lograr el desarrollo intelectual de las personas necesitamos de la recreación como un factor primordial.

Es importante saber que la recreación es voluntaria, cada persona es un mundo diferente y por ende, se recrea como considere necesario, las actividades recreativas son variadas y múltiples como los intereses de los seres humanos. Las áreas de la recreación son: la música, el baile, la lectura, los deportes y los juegos Noreña, O . (2012).

Para que las personas logren tener una salud de calidad sin ninguna patología es necesario que ellos se ejerciten y realicen actividades de recreación sin ser obligados por nadie como por ejemplo caminar, trotar, cantar, correr.

Tipos de Recreación

Según Torres, A. (2014) manifestó que los tipos de recreación son:

Recreación Comunitaria: son actividades que se ejecutan con la participación de todos los moradores, a través de acciones colectivas.

Recreación cultural y artística: permite que las artes plásticas y actividades culturales no solo se presenten como espectáculo a actividad de diversión, si no como objetivo de participación creadora.

Recreación Deportiva: su objetivo está enfocado en la diversión de las personas.

Recreación Pedagógica: forma parte del proceso de enseñanza-aprendizaje y actúa como metodológica de educación que educa para el tiempo libre.

Recreación Turística: promueve mediante actividades recreativas una cultura sostenible y habilidades para la preservación del medio ambiente.

Recreación Terapéutica: es un medio en el proceso de rehabilitación sea físico, social y/o mental.

Características de la Recreación

Según Sánchez, J. (2014) establece las siguientes características:

- La recreación es una acción libre y voluntaria
- Participación dichosa, de felicidad
- Permite que las energías empleadas en el trabajo o estudio se regeneren
- Ayuda a compensar las limitaciones y requerimientos de la vida
- Es saludable porque ayuda al perfeccionamiento de las personas
- Es una buena elección para utilizar nuestro tiempo libre de forma efectiva
- Forma parte del proceso educativo.

Las actividades recreativas se desarrollan de forma personal con el fin de distraerse, relajarse, divertirse y lograr un desarrollo integral de la personalidad. Los beneficios de las actividades recreativas son un medio importante en el proceso de educación y desarrollo de los conocimientos.

Objetivos de la Recreación

Según Abella, H. (2005) expone los siguientes objetivos:

- Beneficiar la formación integral del hombre, desarrollando sus potencialidades biológicas y psíquicas.
- Educar al niño para el buen uso del tiempo libre.
- Instruir al niño mediante el juego a desarrollar capacidades, de acuerdo a sus necesidades y aptitudes de las personas.
- Estimular el interés por la vida.

La recreación nos brinda diversos beneficios los cuales ayudaran a nuestra salud de forma física mental y psicológica evitando así la presencia de patologías en las personas.

Principios de la Recreación

Según Abella, H. (2005) los principios de la recreación son:

- Proporcionar a los niños la oportunidad de realizar actividades que beneficien su desarrollo.
- Todo hombre debe ser animoso a tener uno o más hobbies
- El juego durante la infancia es esencial para el crecimiento normal de los niños
- El hombre se recrea cuando la actividad que seleccionó crea en él un espíritu de juego y halla placer en todos los acontecimientos de su vida.
- El descanso y la reflexión son maneras de recreación que no deben ser sustituidas por otras formas activas.
- Todo ser humano debe saber algunas canciones para que pueda cantar cuando tenga deseo.

Recrearse de manera sana y productiva

La mayor parte de las personas no sabe cómo relajarse de manera sana en su tiempo libre. Desarrollar habilidades para la práctica de actividades de diversión y recreación, es un factor que ayuda al bienestar y la salud mental de las personas. Existen opciones de creatividad, imaginación y habilidad para distraernos y relajarnos las mismas que hay que practicarlas con frecuencia.

- Mirar el paisaje, aprovechar esas oportunidades para conocer más sobre las plantas y los animales.
- Escuchar música de diferentes autores y épocas.
- Planear una actividad diferente con la familia, como una excursión, una comida o una fiesta. Esto permitirá la comunicación, la cooperación entre los miembros de la familia.
- Adquirir nuevos conocimientos en base a la lectura y disfrutar de la diversidad de géneros Pérez, D. (2014).

Es importante utilizar nuestra creatividad e iniciativa para poder innovar estrategias recreativas, las mismas que podrán tener reglas, número de participantes, un lugar específico, materiales y sobre todo un objetivo el mismo que favorecerá el desarrollo personal. Las formas sanas de relajarse contribuyen al bienestar psicológico y a la salud mental.

Áreas para recrearse

Un punto primordial para gozar de una buena actividad deportiva es un espacio físico idóneo, estimulante y multifuncional.

- Piscina recreativa para niños
- Canchas múltiples
- Pista de trote con estaciones de gimnasia
- Juegos Infantiles
- Zonas Verdes
- Árboles y Vegetación
- Jardines con variedad de plantas

La recreación es una herramienta para mejorar la calidad de vida, los parques dejan de ser simples espacios de la ciudad, y se convierten en lugares recreativos que favorecen el desarrollo social Gómez, M. (2006).

Los espacios de recreación son lugares que se encuentran ubicados al aire libre, están acondicionados para realizar prácticas deportivas en donde los niños podrán disfrutar de la resbaladeras, los columpios en sí de todos los juegos recreativos. Las actividades ejecutadas al aire libre permiten la integración de los infantes con el medio ambiente, por eso es importante seleccionar estos espacios, los cuales deben

ser cómodos y seguros para que las personas puedan disfrutar de ellos sin ningún problema.

EDUCACIÓN FÍSICA

Historia

La educación física forma parte del campo de la educación, por todas aquellas actividades que el hombre realiza con el “movimiento corporal”. El hombre definió en el transcurso del siglo XX todas las actividades físicas que la escuela incorporó para los procesos de enseñanza, como la gimnasia, el juego, los deportes, la danza, la vida en la naturaleza y la recreación.

“Movimiento y capacidad perceptiva corporal” constituyen “la unidad” de la vivencia total de los aspectos perceptivos constitutivos del hombre, que se desarrollan y crecen inmersos en la constante relación del “movimiento espacial”. Es decir armonizando relaciones de los planos, integración de niveles espaciales, con cambios de velocidades y desplazamientos, y jugando todo ello con la relación de los volúmenes espaciales de los objetos del mundo personal socio-cultural de cada hombre. A lo largo del proceso de aprendizaje y desarrollo de los movimientos, se definen “procesos evolutivos” que marcan etapas bien definidas de su desarrollo en el tiempo Dallo, A. (2012).

“La Educación Física se encarga de la formación del cuerpo y del movimiento, educar el cuerpo es educar a la persona en su totalidad.” En las Unidades Educativas la educación física ayuda al desarrollo físico y psicológico de las personas, se basa en la idea de que el cuerpo y el movimiento son dos dimensiones significativas Secretaría de Educación, (1999).

La educación física ayuda a mejorar la formación de los niños, logrando un desarrollo total de su cuerpo y haciendo de ello personas disciplinadas y ordenadas. Es la mejor opción para realizar una práctica deportiva y así sentirse mejor mentalmente y físicamente.

Beneficios

A nivel físico:

Elimina grasas y previene la obesidad, aumenta la resistencia ante el agotamiento, previene enfermedades coronarias, mejora la amplitud respiratoria y la eficacia de los músculos respiratorios, reduce la frecuencia cardiaca en reposo, ayuda en el crecimiento, perfeccionamiento el desarrollo muscular, previene la osteoporosis, mejora el rendimiento físico en general, aumentando los niveles de fuerza, velocidad, resistencia. Reduce el estreñimiento provocado por los malos hábitos como el sedentarismo.

A nivel psíquico:

Tiene efectos tranquilizantes y antidepresivos, ayuda con los reflejos y la coordinación, favorece la sensación de bienestar, descarta el estrés, previene el insomnio y regula el sueño.

A nivel socio afectivo:

Estimula la participación e iniciativa, iniciativa con el afán de trabajo en grupo, desarrolla el autocontrol, aceptación y superación de las derrotas, asumir responsabilidades y aceptar las normas, favorece y mejora la autoestima, desarrollo de la imagen corporal Paredes, J. (2012).

La educación física brinda múltiples beneficios ayuda a mantener la autoestima elevado, evita patologías, previene el estrés y la depresión, mejora el desarrollo físico de los niños, evita problemas respiratorios. Por ello se recomienda que los infantes ejecuten actividades físicas en su tiempo libre para que puedan gozar de los beneficios de E.F y logren tener un futuro de calidad.

Valores y actitudes en educación física

Los valores y actitudes de los niños son muy importantes dentro de la educación física. La preocupación por mejorar nuestras formas de interactuar va creciendo a medida que evidenciamos el incumplimiento de los objetivos que una institución se propone cumplir.

El objetivo de la E.F es innovar el método de enseñanza tradicional en las unidades educativas por un método constructivista en donde los infantes sean quienes generen su propio conocimiento a través de la imaginación y de la creatividad, enfocándose con los objetivos de carácter social y afectivo.

1. Rendimiento con las tareas motrices básicas y específicas.
2. Tiene hábito y gusto por la actividad física.
3. Mantener su educación en lugares deportivos, respetando a las personas.
4. Utiliza su pensamiento para solucionar problemas
5. Lograr y mantener un nivel saludable de forma física Prat, G. (2003).

Importancia

La Educación Física se considera como área obligatoria según lineamientos del Ministerio de Educación Nacional para la educación básica. Se ha establecido como una disciplina para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es practicada en edades tempranas, ya permite al niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida.

Las instituciones educativas desconocen la importancia que la Educación Física representa para la básica primaria, porque ella, como otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, ayuda también con el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura. A través de la clase de Educación Física los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas jugadas, lúdicas, recreativas y deportivas. En estas clases el niño puede desenvolverse, ser creativo y descubrir muchas alternativas que pueden ser utilizadas en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento Porras, J. (2009).

La Educación Física es importante dentro de la formación integral de los niños, es decir es la base para que él desarrolle su motricidad e inteligencia mediante experiencias para el desarrollo del conocimiento. Permite mejorar las relaciones individuales y grupales, el ejercicio físico logra un desarrollo armonioso, mejora la postura, el caminar. El niño expresa sus ideas y su creatividad mediante la Educación Física, le permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás.

Los medios de la educación física en el preescolar

Son acciones que ayudan a cumplir con los objetivos. El docente debe planificar las actividades que va ejecutar con sus estudiantes durante la clase de educación física.

- Danza es la acción de expresarse a través del movimiento del cuerpo; manteniendo un ritmo que puede estar acompañado de sonidos.
- Juego es un medio importante dentro de la educación física y forma parte de la vida del hombre, jugamos a vivir, vivimos jugando, jugamos a estar bien y aprendemos jugando.
- Deportes es deber del docente de educación física motivar a los niños la práctica deportiva.
- Expresión es la representación de lo que el cuerpo siente o piensa y se puede expresar mediante el lenguaje hablado y escrito Buitrago, G. (2009).

Didáctica en la educación física

La didáctica se basa en la planificación de enseñanzas durante el ciclo académico.

Incluye los siguientes aspectos:

- Los contenidos y objetivos implantados para el ciclo académico
- La metodología que se va impartir para cumplir con los objetivos
- Los procesos de evaluación para comprobar si la didáctica es o no la correcta
- Actividades de recuperación para los estudiantes
- Materiales didácticos que se va emplear para un buen proceso de enseñanza aprendizaje.

Todos estos elementos son primordiales para el aprendizaje de educación física y se debe cumplir a cabalidad. La función principal de la didáctica es cumplir con el desarrollo de enseñanza-aprendizaje, él mismo que empieza al inicio del periodo académico hasta que termine el mismo. Cada didáctica está formada por los siguientes elementos tales como objetivos, criterios de evaluación, metodología. Las didácticas deben ser realizadas de forma clara y precisa de manera explícita para los estudiantes Contreras, J. (2010).

La didáctica que se debe impartir debe ser la adecuada, enfocándose siempre a un objetivo y sobre todo cumpliendo la planificación estructurada

ACTIVIDAD FÍSICA

Concepto

La actividad física se define como cualquier movimiento corporal, realizado por los músculos esqueléticos obteniendo como resultado un gasto de energía. Forman parte del conjunto cultural de la humanidad, desde la más sencilla como andar, hasta las más complicadas, como el fútbol o cualquier otro deporte Tercedor, P. (2002).

“Las actividades físicas están orientadas bajo un propósito mejorar la estructura corporal en sí misma” Hellín, P. (1998).

Según la OMS, la actividad deportiva es "toda actividad física, especializadas y planificada". Según el INSERM, la actividad física es toda actividad que se puede desarrollar en la casa, trabajo y en el tiempo libre Pillou, J. (2015).

La actividad física está compuesta por un conjunto de movimientos del cuerpo que exige un gasto de energía, para poder mantener una buena salud. Brinda beneficios para la salud en adultos de entre 18 y 65 años de edad, se debe realizar la práctica deportiva de manera moderada con una duración de 30 minutos y 5 días a la semana.

Definición

La actividad física está basada en el ejercicio físico y en las acciones motrices que desarrollan las capacidades aeróbicas y la tonificación de los grupos musculares. Hay que planificar la práctica de ejercicios de resistencia, flexibilidad y fuerza. Los ejercicios físicos ayudan a mantener una vida más saludable.

- Ligeras, moderadas y vigorosas.

Actividades Físicas Ligeras son las encargadas de motivar y crear un grado de aceptación hacia la actividad, ayudan a la rehabilitación cardíaca, y sus efectos son considerados regenerativos. El metabolismo energético utilizado en estas actividades son los ácidos grasos. La intensidad de trabajo es baja con un rango del ritmo cardíaco del 50% al 60% de la FC máx. Se debe realizar con una frecuencia de 3 veces a la semana, y una duración de 45 a 60 García, A. (2003).

Se define a la Actividad Física como "cualquier movimiento corporal, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea" Devís, C. (2000).

Beneficios

Dentro del campo educativo existe sedentarismo, siendo la adolescencia una etapa de vida donde se restringe la práctica de ejercicio físico. Según estudios se ha investigado que existe un elevado número de adolescentes sedentarios especialmente en las mujeres Mendoza, R. (1994).

Según investigaciones se ha llegado a la conclusión de que el nivel de sedentarismo en niños es elevado y por ello se recomienda que los infantes deben practicar actividades recreativas por los menos 3 veces a la semana, de manera voluntaria y realizando lo que a ellos les guste.

Beneficios psicológicos de la actividad física

Durante la práctica de actividades deportivas, se logra mantener un alto nivel de autoestima en los niños y en los adolescentes. La calidad de vida y la satisfacción que sienten las personas durante sus actividades diarias mejoran significativamente su vida.

- Ayuda al equilibrio de la salud mental
- Previene y reduce la depresión
- Favorece a los adolescentes autistas
- Produce bienestar emocional y físico Pillou, J. (2015).

Para que los niños mantengan una buena salud física, mental y eviten todo tipo de enfermedades deben incluirse a la práctica deportiva ya sea de forma grupal como individual.

Beneficios de la actividad física en los jóvenes

Según la Organización Mundial de la Salud, (2004) los beneficios de la actividad física son:

- Formar un aparato locomotor sano
- Mejorar el sistema cardiovascular
- Examinar el sistema neuromuscular
- Mantener un peso corporal saludable
- Control de la ansiedad y la depresión.

La actividad física contribuye al desarrollo social de los jóvenes, permitiéndoles expresarse, fomentando la autoconfianza y la integración. Los jóvenes deben evitar el consumo de tabaco, alcohol y drogas, ellos deben enfocarse a la práctica deportiva para que mejore su rendimiento académico y mantengan una salud de calidad.

Importancia

Lo importante de realizar actividad física es que beneficia a la salud física de las personas sin importar su edad y previene todo tipo de patologías. Además porque contribuye a la vida social y a la imagen corporal.

Es primordial realizar una rutina de actividad física y acompañarla de una correcta alimentación que contenga cereales, frutas, hierro, carnes, potasio y lácteos, para contribuir al y crecimiento de las personas. En el caso las mujeres previenen la celulitis, adiposidad y las estrías Rolón, M. (2015).

Lo primordial es impulsar a los niños y jóvenes a enfocarse en un deporte o actividad que les permita sentirse bien, divertirse, relajarse, imaginarse, explorar y compartir momentos agradables con sus amigos ,vecinos etc.

La actividad física son las tareas en las que el cuerpo utiliza energía, por ejemplo caminar, trotar, subir escaleras, bailar, jugar etc. Si realizamos ejercicios potentes podremos lograr resultados en menos tiempo y hay que ejecutarlos de forma moderada. La práctica de actividades físicas requiere de una repetición, planificación y un objetivo específico que sería el de mejorar nuestro cuerpo y desarrollar las capacidades físicas.

Los niños requieren de por lo menos unos 60 minutos de actividad física cada día, al menos dos veces a la semana, lo cual les ayudara a la fortalecer los huesos, fuerza de los músculos y flexibilidad. Los adultos deben realizar actividades físicas de forma moderada mínimo 30 minutos, lo que les ayudaría a quemar 628 kJ 150 Kcal. Cintra, O. (2011).

Programa de actividades físicas

1. Caminar por lo menos 30 minutos al día, esta actividad aumentará el gasto energético, ayudará al sistema cardiovascular y al sistema respiratorio y mejorará la composición corporal.
2. Realizar ejercicios de flexibilidad que movilicen todas las articulaciones, hay que evitar malas posturas. Estas actividades mejorarán la flexibilidad y movilidad de las articulaciones, fortalecer los ligamentos y tendones Cintra, O. (2011).

Caminar es un ejercicio aeróbico es decir con presencia de oxígeno, es algo muy sencillo de realizar de forma segura y económica, es recomendable caminar a paso acelerado para quemar calorías. No se necesita de entrenamiento solo se requiere un calzado cómodo y seguro.

Esta acción se puede realizar en cualquier momento en la casa, trabajo, en el carro, en la calle, en la playa, etc. Es recomendable realizar ejercicios de flexibilidad antes y después de una práctica deportiva, y durante todo el día

Características

Según investigaciones realizadas por la Encuesta Nacional de Salud del 2006, se puede decir que la actividad física en adolescentes es:

40.4% son inactivos.

24.4% son moderadamente activos.

35.2% son activos Linares, S. (2012).

El avance de la tecnología ha provocado que los niños utilicen su tiempo libre en actividades como mirar tv, juegos online, redes sociales y de ahí la presencia de sedentarismo y obesidad en los niños. Motivo por el cual han perdido el interés por la actividad física.

Se recomienda a los padres de familia y docentes motivar a los estudiantes a practicar una actividad física para evitar el sedentarismo Al participar en dichas actividades los niños se beneficiarán física y mentalmente.

Actividad física en la infancia

Según Linares, S. (2012), estableció los siguientes objetivos y actividades recreativas:

Objetivos:

- Desarrollar en el niño las capacidades básicas
- Elevar el autoestima y prevenir depresión en los niños
- Mejora la salud, previene lesiones y evita malas posturas.
- Mejora el rendimiento escolar.
- Permite vivir experiencia a través del juego
- Desarrollar el pensamiento abstracto mediante nociones como velocidad, distancia, fuerza, juego limpio.
- Desarrollar la capacidad de concentración

Actividades recomendadas para los niños:

- Caminar con los padres por el parque
- Bajar o subir las escaleras
- Correr
- Bailar
- Ayudar a llevar las bolsas del mercado
- Jugar con sus amigos
- Saltar
- Pasear en bicicleta
- Nadar

Precauciones:

Los niños de 5 y 6 años no deben entrenar la fuerza, ellos deben realizar otras actividades físicas y ejercicios dinámicos. Se recomienda ejecutarlos en diferentes lugares y entornos naturales. En caso de que los niños presenten una patología no deben realizar ningún tipo de actividad física, ya que puede afectar a la salud

Los estudios han manifestado que la obesidad en niños se puede mantenerse hasta la edad adulta. Por lo tanto, la actividad física en la infancia genera una protección frente a la obesidad en etapas futuras de la vida.

Las actividades físicas deben ser realizadas por cualquier persona sin importar su género ni edad, serán ejecutadas por voluntad propia sin presión de ninguna persona, ya que el hará lo que le guste y a su manera. La Educación Física es una asignatura primordial que los niños debe practicarla durante su infancia ya que les servirá como preparación para su vida laboral.

Subcategorías de la actividad física

Ejercicio

El ejercicio está relacionado con la actividad física y cumple un objetivo que es: mejorar la salud física y mental. Ejercicio significa “entrenamiento físico y es una subcategoría de la actividad física, es planificado, ordenado y repetitivo.

Esta actividad se desarrolla con un ritmo moderado, es decir se trabaja con intensidades mínimas. Para un entrenamiento competitivo se necesita trabajar con altas intensidades que desarrollen las capacidades físicas.

Deporte

El deporte es una subcategoría de la actividad física y es de carácter competitivo, requiere de entrenamiento físico y altas intensidades. Además está reglamentado por instituciones y organismos estatales. Su objetivo no es el de mejorar y conservar la salud sino que está enfocado a las competencias Delgado, J. (2006).

En conclusión las actividades físicas y los ejercicios físicos permiten a los seres humanos mejorar su calidad de vida, prevenir enfermedades y verse mejor físicamente.

Tipos de actividad física

Según la National, H. (2012) manifestó que los tipos de actividad física son:

- Actividad aeróbica
- Actividades para el fortalecimiento de los músculos.

Actividad aeróbica

Permite el movimiento de los músculos grandes, como los brazos y las piernas. Estas actividades logran que el corazón y los pulmones sean más fuertes y funcionen mejor.

Ejemplo: Correr, nadar, caminar, trotar.

Grados de intensidad en la actividad aeróbica: suave, moderada o intensa. El nivel de intensidad depende de la actividad, las personas que no tengan una buena forma física deberán esforzarse más que las que están en mejor forma.

Actividades suaves y moderadas: las actividades suaves son acciones cotidianas que se ejecutan a lo largo del día y que no requieren de mucho esfuerzo. Producen aumentos de la frecuencia respiratoria y cardíaca.

Actividades intensas: las actividades intensas permiten que el corazón, los pulmones y los músculos trabajen más.

Actividades de fortalecimiento muscular

Mejoran la fuerza, potencia y la resistencia de los músculos. En estas actividades los huesos, los pies y las piernas o los brazos sostienen el cuerpo humano y los músculos hacen presión contra los huesos.

Ejemplo: Realizar flexiones de brazos y de pecho, hacer abdominales, levantar pesas, subir escaleras

Técnicas para aumentar la actividad física

Las personas pasan más tiempo ejecutando actividades sedentarias debido a sus labores.

Diversos estudios exponen que pasar más de dos horas sentado al día, aumenta el riesgo de patologías crónicas como diabetes, cáncer, sobrepeso y obesidad. Mantener una misma rutina de ejercicios de 30 minutos al día, es primordial para lograr una salud de calidad.

1. Identifica cuál es tu ejercicio favorito: descubre el ejercicio adecuado de acuerdo a tu condición física. Experimenta clases en un gimnasio o al aire libre, las mismas que serán de corta duración dinámicas. Intenta diferentes formas de ejercicio hasta encontrar una que te energice física y mentalmente.

2. No te limites a realizar ejercicio por falta de tiempo: debes distribuir el tiempo de ejercicio aeróbico por periodos de 10 minutos por sesión, y distribúyelos durante la semana.

3. Realiza ejercicios en tu trabajo: reemplaza tu silla por una pelota de ejercicio, realiza ejercicios de estiramiento mientras estás en tu silla, Levanta los brazos por encima de la cabeza y estíralos, camina luego de almorzar por los alrededores de tu trabajo y aprovecha despejar la mente.

4. Busca oportunidades para estar de pie: de esa manera se queman más calorías que en la silla. Ejemplo, contesta las llamadas de pie, quédate de pie durante una reunión.

5. Mantente activo en tu casa: limpiar, cocinar, lavar el carro son actividades que se puede realizar en casa. Realiza ejercicios mientras ves televisión, de esta manera reduces el tiempo que persistes sentado por varias horas Estrada, A. (2017).

Hidratación durante la actividad física

La hidratación tiene funciones principales, disolver los diferentes nutrientes, minerales y proteínas; la expulsión de los desechos.

¿Cuánta agua tomar?

La cantidad de agua que se debe tomar, es personal, hay que tener en cuenta los aspectos personales, tales como: edad, sexo, intensidad del ejercicio, cantidad del ejercicio, el metabolismo de cada persona; aspectos exteriores como: condiciones ambientales, humedad, temperatura. En la mayoría de las personas el consumo de 1,5 a 2 litros de agua al día es suficiente, Sin embargo cuando hace mucho calor o ejecutamos actividades físicas son necesarios de 3 a 4 litros Goon, L. (2016).

Lograr un equilibrio hídrico durante el desarrollo de una actividad física o deportiva, cumple un papel importante ya que regula la temperatura corporal durante el ejercicio físico, gracias a la evaporización del sudor a través de la piel, el cuerpo mantiene la actividad muscular sin producir una elevación de la temperatura corporal.

Por lo tanto se recomienda mantener una adecuada hidratación antes, durante y después de realizar una actividad física.

Efecto de la práctica de actividad física

Los jóvenes en la adolescencia son propensos de diferentes enfermedades, diversiones y entretenimientos como el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas es por ello que los jóvenes pierden interés por la práctica del deporte, de las actividades físicas y de la alimentación saludable. Los términos actividad física y deporte tienen diferente significado y representan dos formas distintas de estar físicamente activos. El deporte es la actividad física con fin competitivo y la actividad física se centra a actividades, como por ejemplo jugar a pillar, bailar, saltar, pasear en bicicleta Castillo, I. (2007).

Psicología de la actividad física

La psicología de la actividad física es un área de la psicología que ha evolucionado como ciencia de apoyo para las áreas de la cultura física. La psicología utiliza técnicas de preparación mental como la motivación, el control de la ansiedad, control de la atención, manejo de la personalidad y la autoconfianza.

Busca estrategias como el liderazgo, el desarrollo de la comunicación e incrementar el potencial deportivo de los atletas. Por otra parte la psicología protege los procesos de iniciación y rendimiento deportivo en la formación básica deportiva, así como en el manejo de trastornos alimentarios, lesiones y discapacidad Jimenez, S. (2012).

Consejos para incorporar la actividad física a tu rutina

Según Ferrer, J. (2013) menciona los siguientes consejos:

Encuentre tiempo: identificar el tiempo que tenga disponible y utilizar al menos unos 30 minutos para realizar actividad física, elija actividades de corta duración como caminar, correr o subir escaleras.

Incentive a otras personas: estimule a sus amigos y familiares a realizar ejercicio con usted, haga amistad con personas que sean físicamente activas, intégrese a grupos de danza y bailo terapia.

Siéntase con más energía: programe actividades físicas para los momentos una vez a la semana.

Manténgase motivado: la actividad física debe ser parte integral de su vida diaria, invite a un amigo a realizar ejercicio y hágalo de forma habitual.

Prevenir lesiones: antes de una actividad física debe existir un calentamiento y cuando termine dicha actividad debe realizar ejercicios de estiramiento.

Desarrolle nuevas habilidades: seleccione nuevas amistades que estén dispuestas a enseñarle cosas nuevas.

Use los recursos que tenga a su disposición: seleccione actividades que no se ejecuten en un gimnasio o equipo, ejemplo caminar, correr, realizar movimientos para fortalecer los músculos.

Manténgase físicamente activo durante un viaje: lleve en su maleta una cuerda para saltar y úsela en su habitación, subir las escaleras en los hoteles, camine por una media hora o más.

Ejercicio en la niñez

Para que un niño realice cualquier actividad física hay que tener en cuenta su edad, incorporarle al mundo deportivo poco a poco y mediante el juego. El mismo que beneficiara su formación física y psicológica, potencializara sus valores y la participación ante la sociedad.

2.4.4 Fundamentación Teórica de la Variable Dependiente

Psicomotricidad

Concepto

El concepto de Psicomotricidad surgió a comienzos del siglo XX con los descubrimientos de neuropsiquiatría. Autores como Wernicke, Dupré, Sherrington y otros difundieron el pensamiento, indicando la aplicación y la relación de trastornos motores y mentales.

Es una disciplina encargada del proceso de los niños y jóvenes que descubrían deficiencia psíquica o física, pero hoy en día se la considera una disciplina multifuncional con un objetivo principal que es el bienestar de los niños.

La palabra psicomotricidad está formada por el prefijo PSICO que significa mente y MOTRICIDAD se deriva de la palabra motor, que significa movimiento. Por ello la motricidad se refiere a una relación directa entre la mente y movimiento Pérez, R. (2004).

Psicomotricidad establece una relación entre la actividad psíquica y la capacidad de movimiento, esta disciplina se preocupa del conocimiento, emoción y sobre todo del movimiento para el desarrollo de las personas.

Definición

Según Palacios, T. (2010), define que la psicomotricidad es:

Es la capacidad de realizar movimientos musculares, son los métodos que se pueden modificar manipulando la actividad corporal y su expresión simbólica. Su objetivo es extender la participación de los niños dentro de la sociedad.

La realización del comportamiento motor, implica tres dimensiones

- Dimensión de la función motriz es el desarrollo de la tonicidad muscular, funciones de equilibrio y control del movimiento.
- Dimensión afectiva establece al “cuerpo como relación” y recalca su importancia en la forma como se planifica el movimiento.
- Dimensión cognitiva cree que el movimiento necesita el control de las relaciones espaciales, el dominio de las relaciones temporales y el dominio de las relaciones simbólicas

De que depende el desarrollo psicomotor

- Desarrollo biológico: está formado por dos factores fundamentales: Crecimiento y Maduración.
- Desarrollo neurológico: Es el eje del desarrollo psicomotriz y se localiza en el encéfalo. A los 5 años, el niño se duplica por 5 y la capacidad del encéfalo es del 90%.

- Bases del desarrollo psicomotor: El niño nace con movimientos y dominio de su cuerpo pero de forma descontrolada García, A. (2009).

Importancia de la psicomotricidad

La psicomotricidad es importante en los primeros años de vida de los niños, sirve para que el niño desarrolle su personalidad, le ayuda a ser más autónomo, equilibrado y feliz.

Hoy en día el porcentaje de sedentarismo es alto y la duración de las clases de educación física es reducida como para comenzar un estilo de vida saludable y cuando se llega a la edad adulta se presentan enfermedades cardiovasculares y diabetes en niños y adolescentes debido al sobrepeso y obesidad.

La psicomotricidad ayuda a perfeccionar habilidades y destrezas que son primordiales en la edad temprana para trabajar la multilateralidad y después ejecutar actividades más complejas al estudiante Lander, B. (2012).

La psicomotricidad es un proceso de aprendizaje infantil, favorece a la salud física y mental de los niños. Es una técnica que permite dominar al cuerpo de forma sana y mejorar la relación con la sociedad, es por ello que debe ser desarrollada en edades tempranas para evitar problemas de coordinación, lateralidad, desplazamientos, etc.

Objetivos de la psicomotricidad

Según Tarrazo, G. (2015) concluye los siguientes objetivos:

- Expresar el placer del movimiento y ser capaces de adoptar actitudes posturales adecuadas.
- Beneficiar la adquisición de habilidades senso-perceptivas y motoras que le permitan el acceso progresivo a las conductas motrices.
- Lograr la capacidad de orientarse con su propio cuerpo.
- Establecer un clima de confianza que permita al estudiante la participación con la sociedad.
- Fomentar la expresión, de manera que todos tengan la oportunidad de demostrar sus cualidades.
- Establecer el espacio y el material de forma que se facilite el orden en la acción y pueda participar sin inconvenientes.
- Organizar el tiempo de manera que el estudiante pueda realizar actividades y compartir experiencias

La psicomotricidad es una disciplina educativa que está basada en la acción corporal, su objetivo general es corregir el comportamiento del niño y el desarrollo de todos los aspectos de su personalidad.

Es considerada una herramienta básica para el desarrollo del esquema corporal, la socialización, la capacidad de interactuar, la autonomía y la adaptación al entorno.

Tipos de psicomotricidad

- **Practica Psicomotriz Educativa:** los niños por medio de sus acciones corporales como jugar, saltar, manipular objetos, logran ubicarse en el mundo y adquieren los conocimientos necesarios para desarrollarse.
- **Práctica de Ayuda Psicomotriz:** se aplica en las unidades privadas y en las fiscales, de forma grupal e individual pero siempre teniendo en cuenta las características de cada niño, ya que cada niño es un mundo diferente. Su objetivo es lograr la participación con los demás y el mundo que les rodea.
- **Psicomotricidad acuática:** la estimulación acuática es importante cuando el niño necesita experimentar sus capacidades de movimiento. El agua produce sensaciones como pérdida de peso, volumen e imagen corporal, sensaciones de sostén, apoyo, contención y equilibrio. Es decir el niño dentro del agua podrá realizar actividades que fuera de ella no puede ejecutarlas Alfaro, E. (2009).

Para qué sirve la psicomotricidad

La psicomotricidad son técnicas que ayudan a los niños para que mejoren el dominio de su propio cuerpo. Los niños hasta los 7 años amplifican sus ideas, aprendizajes y conocimiento mediante la intervención con las demás personas. La psicomotricidad permite:

- Dominar su cuerpo
- Incentiva a la creatividad y expresión de las emociones a través de alegrías o sentimientos
- Socializar con otros niños y poder tener nuevas amistades
- Fortalecer la autoestima de forma grupal e individual
- Reafirma los conceptos básicos a través de juegos, músicas y actividades participativas
- Evita inconvenientes de lateralidad, coordinación y equilibrio Lorenzo,S. (2017).

La psicomotricidad ayuda a los niños a tomar conciencia sobre su cuerpo, no está restringida para ningún tipo de discapacidad al contrario tiene múltiples beneficios, permite que el niño supere sus miedos, sus inseguridades ya que estos conlleva a la ansiedad. Por lo tanto cumple un papel importante en el desarrollo de los niños.

Ejercicios de psicomotricidad

Según Gloria, M. (2010) expuso los siguientes ejercicios:

La psicomotricidad se encarga de la maduración del niño, es por ello que hay que practicarla:

- Encontrar objetos con los ojos vendados
- Oprimir con fuerza una pelota
- Tapar y destapar botellas
- Realizar dibujos con plastilina
- Pasar páginas de un libro una por una
- Realizar trozos de papel con las manos
- Formar bolitas de papel higiénico
- Clasificar objetos pequeños y grandes
- identificar los colores en varios objetos
- Pintar dibujos con los dedos

Coordinación de Pies

- Subir y bajar escaleras
- Caminar de puntillas
- Jugar a la rayuela
- Caminar sobre una línea recta con un pie manteniendo el equilibrio
- Saltar la cuerda con los pies juntos.

Como llevar a cabo una clase para mejorar la psicomotricidad

Comunicar a los niños que las sesiones de psicomotricidad se realizarán a través de actividades y juegos. La duración de la práctica sería de 25 a 30 minutos, tres veces a la semana. El tiempo de la práctica se divide en tres momentos:

1. Introducción: se explica al niño sobre que se va a trabajar durante la práctica y cuál será el objetivo a cumplir, recomendaciones e indicaciones. Se debe realizar ejercicios para evitar lesiones.

2. Desarrollo: tendrá una duración de 10 a 15 minutos, se desarrollarán las actividades seleccionadas por el docente según su planificación.

3. Finalización: se llevara a cabo entre 8-10 minutos. Se reduce el nivel de intensidad de las actividades hasta volver a la calma. En las actividades de finalización se pueden agregar canciones de relajación Sáenz, A. (2010).

Lo primordial sería cumplir con un objetivo específico por sesión. Hay que respetar el orden primero la parte teórica y luego la práctica, es importante adecuar el material que se va a emplear evitando inconvenientes con los estudiantes.

DESARROLLO MOTOR

Historia

El desarrollo motor se fundamenta en dos elementos que son: la postura y la coordinación, el progreso de la mente está limitado por el desarrollo del sistema nervioso y por el transcurso del tiempo. Se manifiesta que el desarrollo motor hace relación entre lo psicológico y lo motriz como un todo Palacios, R. (2009).

El desarrollo motriz permite que los infantes logren un buen desarrollo de sus capacidades y habilidades, es una acción secuencial que se mejora a través del tiempo, primero se fomentan las funciones simples y luego las complejas es decir todas las partes del sistema nervioso intervienen de manera coordinada.

La evolución del desarrollo motor

Son los cambios que los seres humanos atraviesan durante el transcurso de su vida, es un estudio que no es independiente porque es parte del desarrollo humano.

Terminología del desarrollo motor

Abarca varios términos como son:

Maduración es el proceso por el cual pasan las personas hasta llegar a un punto máximo, en lo psicológico se refiere cuando las personas alcanzan plenitud de sus capacidades.

Crecimiento es el aumento de la estatura y peso de las personas.

Medio Ambiente es el lugar donde habitan las personas.

Desarrollo es la evolución del organismo, el desarrollo de sus estructuras y el crecimiento del cuerpo.

Adaptación se relaciona con los cambios de las personas durante la vida Carrasco, D. (2014).

El desarrollo motor se evoluciona desde arriba hacia abajo es decir primero logra la coordinación de la cabeza y luego la del tronco, son técnicas de cambio que siguen un secuencia y están relacionados con la edad de los niños y los factores internos y externos de la sociedad.

Concepto

El Desarrollo Motriz es un proceso continuo mediante el cual se adquiere capacidades y habilidades motoras. Este proceso desarrolla los movimientos simples y complejos, el medio ambiente y su propio desarrollo motor. Para lograr un buen desarrollo de las habilidades motoras en los niños se les debe motivar utilizando material didáctico, ya que cuando ellos están motivados pueden crear un nuevo comportamiento motor Sardo, P. (2016).

Desarrollo motriz es un grupo de cambios que los seres humanos perciben del resultado de su desarrollo y crecimiento. Es una etapa integral y requiere de práctica para poder perfeccionar sus habilidades.

Importancia

Los niños cuando nacen ejecutan movimientos involuntarios, los mismos que desaparecen después de un mes de nacidos, y empiezan a ejecutar movimientos voluntarios. Los movimientos voluntarios deben ser fortalecidos mediante terapias y rehabilitaciones.

Durante los 12 meses los infantes desenvuelven la mayor parte de su capacidad cerebral, dejan de ser niños dependientes de los papás y pasan a ser niños independientes, porque ya pueden caminar y ejecutar múltiples actividades. El desarrollo motriz se divide en: **Motricidad gruesa y fina**, la gruesa se basa en habilidades que los infantes adquieren para los músculos de su cuerpo y la fina es la coordinación de movimientos musculares pequeños

El niño construye su propio aprendizaje mediante actividades que él mismo va experimentar con el transcurso del tiempo, la principal actividad que hay que realizar con los niños es facilitar objetos para que experimente con ellos.

Instrumentos de evaluación del desarrollo motor

Para un docente de Educación Física los instrumentos de evaluación son primordiales ya que le permite saber qué características y habilidades poseen sus estudiantes, para que así pueda retroalimentar los conocimientos y planificar las técnicas que necesita emplear de acuerdo a las necesidades.

Desarrollo motor en los infantes

La motricidad permite crear movimientos por sí mismo, para ello debe haber una buena coordinación.

Motricidad Gruesa es la destreza que el niño tiene para movilizar los músculos de su cuerpo y conservar el equilibrio de la cabeza, del tronco y las extremidades.

Motricidad Fina aparece después y se enfoca a los movimientos voluntarios, que pretenden una mejor coordinación. Juega un papel importante para el desarrollo de la inteligencia y se desenvuelven en un orden progresivo Meneses, E. (2013).

El nivel de motricidad desarrollada en cada niño se verá reflejada en una práctica deportiva el momento de ejecutar ejercicios de coordinación y lateralidad, ya que si existe un buen desarrollo motriz no habrá problemas para ejecutar dichas actividades.

Plan de actividades para un buen desarrollo motor

Las habilidades de los niños hay que ir las perfeccionando con prácticas deportivas y para ello hay que realizar una guía de actividades tomando en cuenta la edad de los niños, las patologías y sobre todo las virtudes que cada uno posee. Esa práctica debe ser dinámica y enfocada al objetivo a cumplir.

Etapas del desarrollo motor

Según Machado, G. (2017) establece las siguientes etapas:

Coordinación viso motriz: son los ejercicios controlados que necesitan de precisión para ejecutarlos

Percepción del propio juego: se refiere a la conciencia que se tiene del propio cuerpo.

Ajuste y control postural: capacidad funcional para mantener la estabilidad

Habilidades del juego simbólico: es la capacidad que tiene el niño para mantener representaciones simbólicas en su mente.

Estructura espacio temporal: son los movimientos en el espacio y tiempo de manera coordinada.

Es primordial que los niños pasen por cada una de las etapas ya que desde el día que nace comienza su desarrollo motor y se va evolucionando poco a poco es decir

paso a paso, comienzan desarrollando la motricidad gruesa la que se encarga de los movimientos de brazos y piernas, luego se debe fortalecer la motricidad fina que se refiere a la precisión y exactitud.

Clasificación del desarrollo motor

Desarrollo Motriz Grueso

Los niños en su proceso de desarrollo empiezan sosteniendo su cabeza, después pasan a sentarse sin apoyo, equilibrarse en sus cuatro extremidades, cuando el niño ya cumple su primer año de vida puede pararse y caminar. La capacidad de caminar es una respuesta de una conducta sensorial y motora.

Desarrollo Motriz Fino

Son los movimientos que se ejecutan con precisión .Para empezar a trabajar se requiere de objetos grandes los cuales los niños deberán agarrar con sus manos y de esta forma logren independizar más sus dedos.

Actividades para un buen desarrollo motor:

Trazos de líneas

Diseñar figuras en plastilina o masa

Baja escaleras alternando su pie derecho-izquierdo

Lanzar pelotas hacia arriba dará una palmada y volverá atraparla Cuevas, J. (2012).

Los factores que el medio ambiente nos brinda son los responsables del desarrollo motor, el cerebro de cada pequeño se desarrolla desde su nacimiento y se va perfeccionando los ejercicios.

Factores que determinan el desarrollo motor

Existen tres factores fundamentales que son la genética, contextos del medio y la estimulación.

La genética se refiere al sexo, desarrollo hormonal, alteraciones y enfermedades hereditarias.

Factores del medio son: nutrición, recursos sociales, valores.

La nutrición en los niños es una parte fundamental para poder tener un buen desarrollo motor, los factores sociales y los lugares contaminados afecta al feto y por ella se da las malformaciones Simón, E. (2010).

Desarrollo motor desde Neurodesarrollo

Existen cuatro factores para mantener el control de la postura y el movimiento:

Postura: control total del cuerpo

Alineamiento: relación entre musculo-esquelético, para adoptar esas posturas se necesitan de un mayor gasto de energía para el organismo.

Retroalimentación sensorial: adapta y aprende nuevos movimientos según la práctica

Funciones fisiológicas: control de temperatura, ritmo cardiaco y concentración Salgado, P. (2007).

El Desarrollo Motor es una etapa evolutiva que beneficia el desarrollo de todos los niños, la postura es un factor que se encarga de todo el cuerpo humano, gracias a la práctica deportiva los infantes podrán captar nuevos conocimientos.

MOTRICIDAD

Definición

Es una acción primordial porque intervienen de forma total sobre los sistemas de nuestro cuerpo. Permite ejecutar movimientos y gestos. La primera expresión de la motricidad es el juego, genera movimientos coordinados. Los niños desarrollan algunas etapas antes de ejecutar un movimiento, en los primeros años de vida sus movimientos son involuntarios, después pasan a ser movimientos más rústicos y por último logran ejecutar movimientos controlados y coordinados. La motricidad que los niños van desarrollando a través del tiempo se clasifica en motricidad gruesa y motricidad fina, estas se desarrollan de forma secuencial Baracco, N. (2011).

Importancia

La motricidad es la capacidad de realizar movimientos, que son el resultado de la contracción muscular de los desplazamientos y del mantenimiento del equilibrio. La motricidad de los niños es una enseñanza que pretende convertirlos en un ser productivo. Las unidades educativas son un lugar principal para el desarrollo de la actividad física y la motricidad, la educación motriz es una educación del ser completo, relaciona la consciencia a la acción y permite al niño indagar su ambiente.

La importancia de la motricidad para el aprendizaje se manifiesta mediante todo el cuerpo, el movimiento es una herramienta necesaria para un buen aprendizaje. A través de la acción, la experiencia y la organización los niños adquieren los conocimientos Garófano, V. (2009).

Beneficios de la motricidad

Según Janssen, E. (2016) concluyó los siguientes beneficios:

- Fortalecen sus grandes músculos y su equilibrio mediante las clases de Educación Física y el juego
- Desarrollan su coordinación ojo-mano mediante la manipulación de materiales como el arroz, alverjas etc.

Para del agarre correcto del lápiz y una buena caligrafía, hay que pasar por una etapa de desarrollo y maduración que les permita controlar los músculos del cuerpo.

Clasificación de la motricidad

La motricidad se clasifica en motricidad fina y gruesa:

Motricidad Fina son actividades en las cuales los niños necesitan de precisión y sobre todo de coordinación, son movimientos ejecutados por una o varias partes del cuerpo. Dicha motricidad empieza a desarrollarse desde el año y medio, cuando el niño empieza a rayar o a colocar objetos dentro de un recipiente.

Para una buena motricidad fina se requiere de un alto nivel de maduración y aprendizaje, para lograrlo se debe cumplir un proceso sistemático: comenzar cuando el niño sea capaz, partiendo de actividades simples y luego más complejas en las cuales se establecerá objetivos de acuerdo con las edades de los niños.

Motricidad Gruesa se trata de los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio, es la habilidad que el niño va adquiriendo para movilizar los músculos de su cuerpo, adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos. El nivel de desarrollo varía ya que cada niño es diferente y depende de la madurez del sistema nervioso. Este desarrollo empieza por el cuello, continua con el tronco, sigue con la cadera y termina con las piernas Roxana, J. (2011).

Aportes de la motricidad en la enseñanza

Cada componente que se encuentra dentro del aula, es primordial para la formación del conocimiento, la participación de los niños es fundamental para su desarrollo. Se trenza una red con tres hilos centrales: el primero empieza con los movimientos del docente y los objetos del aula, que se entrelazan para darle una intención al discurso verbal; otro, se enfoca a las anécdotas, sobre las experiencias vividas en la infancia y por último aparece el teatro como una actividad social, cultural y artística, que interviene en la concepción del docente frente al aula.

El hombre toda su vida utiliza el movimiento, es decir la motricidad, no solo para explorar el mundo, sino también para entender y darse a entender con las personas que lo rodean. Este desarrollo empieza desde las etapas infantiles, en donde el niño da a conocer sus necesidades y sentimientos utilizando su cuerpo como un elemento principal Franco, A. (2011).

Etapas de la motricidad

Según Barragán, M. (2014) manifestó las siguientes etapas de la motricidad:

Etapas ganglionar y cerebral: la situación anatómica de esta etapa está ubicada entre la corteza y la médula espinal. Después de abandonar la corteza, la vía piramidal pasa junto a los ganglios basales, situados en la sustancia blanca cerebral. Los ganglios basales se encargan de modificar, perfeccionar, aumentar la precisión y la finura de esta orden de movimiento.

Etapas espinal: se basa en la transmisión del impulso a través de la médula espinal, descendiendo hasta el segmento correspondiente del músculo o músculos a estimular, tomando la raíz nerviosa de dicho nivel como vía de continuación a la orden de movimiento previamente perfeccionada.

Etapas nerviosa: el impulso viaja desde la salida de la raíz nerviosa de la médula espinal hasta las fibras musculares, terminando esta etapa en la unión nervio-músculo, es decir, en la placa motora.

Etapas muscular: aquí se realiza el paso del impulso nervioso al músculo. Nos vamos a encontrar con que el impulso eléctrico se transforma en una señal química, la cual provoca la contracción muscular solicitada por el córtex cerebral, produciendo un movimiento que se vale de una palanca ósea.

Etapas articular: en esta etapa existe movimiento articular, siendo considerado por fin como el actor motor propiamente dicho. Es un conjunto de funciones nerviosas y musculares

Influencia de la motricidad en el desarrollo infantil

La motricidad cumple un papel importante en la vida de los niños. Los infantes que tienen problemas con la motricidad, pueden tener dificultades para delimitar una imagen positiva de sí mismo y teniendo dificultad de relacionarse con los demás.

Desarrollo social: es la interacción con otras personas, si un niño tiene dificultad para jugar con sus compañeros, él es descartado.

Desarrollo físico: los huesos, los músculos y el sistema nervioso se desarrollan con regularidad sólo si se realiza ejercicio físico.

Desarrollo cognitivo: es la capacidad del aprendizaje y el rendimiento son más efectivos cuando el niño se mueve mucho y su motricidad se ha desarrollado bien.

Desarrollo sensorial: se desarrolla con regularidad si la motricidad del niño está al día.

El desarrollo emocional y psicológico: si la motricidad de los niños está perfectamente desarrollada ellos estarán emocionalmente más estables que los niños con déficit motriz, tendrán una buena imagen de sí mismos, serán más seguros y menos ansiosos.

Desarrollo del lenguaje: también depende de la motricidad. Si los movimientos del habla no se ejecutan correctamente, el niño no podrá aprender hablar Raza, E. (2015).

MOTRICIDAD GRUESA

Definición

Motricidad gruesa

La motricidad gruesa es la base de la educación física, está encargada de inspeccionar a los grupos musculares es decir a los movimientos grandes ejemplo correr, trotar, lanzar, estas habilidades que son primordiales para la actividad física. Esta motricidad debe ser desarrollada desde pequeños, así como se examina el progreso del lenguaje, matemáticas, etc. que son parte del desarrollo integral del niño Pontigo, C. (2011).

Las acciones que se realizan con todo el cuerpo es conocido como motricidad gruesa y ayudan a tener control y dominio sobre nuestro cuerpo, es la carga de los movimientos de la cabeza, de la postura que adoptan las personas y de los desplazamientos.

Etapas de la motricidad gruesa

Dentro del desarrollo motor se encuentra la motricidad gruesa y luego se evoluciona la motricidad fina y según Eneso.(2016) manifestó lo siguiente:

- De 0 a 3 meses: él bebe puede girar la cabeza hacia los lados y comienza a elevarla.
- De 3 a 6 meses: Gira su cuerpo.
- De 6 a 9 meses: Se sienta solo y comienza a gatear
- De 9 a 12 meses: Gatea para trasladarse a otros lugares y obtener un juguete, empieza a trepar.
- De 12 a 18 meses: Intenta dar sus primeros pasitos y a inclinarse.
- De 18 a 24 meses: Baja escaleras con ayuda y arroja pelotas.
- De 2 a 3 años: Camina, corre y salta con facilidad.
- De 3 a 4 años: Logra pararse sobre un pie, salta con los dos pies juntos.
- De 4 a 5 años: Gira sobre sí mismo y mantiene el equilibrio sobre un pie.
- 5 años y más: Es la etapa más importante ya que se logra el desarrollo del equilibrio.

Para un desarrollo de la motricidad gruesa influyen los genes hereditarios de cada niño, el desarrollo de la motricidad gruesa es el período infantil más importante para la indagación de nuestro medio y la confianza en sí mismo. Cada etapa del desarrollo motor es fundamental en un niño ya que cada una tiene sus respectivos

beneficios, el hecho de gatear favorece a las habilidades y capacidades físicas, orientación y que logren una buena lateralidad. Los niños adquieren habilidades de coordinación y equilibrio, desarrollando primero la motricidad gruesa que es la encargada de grandes movimientos, después se trabaja la motricidad fina que son los movimientos con puntería y agilidad.

Beneficios de la motricidad gruesa

Las actividades para mejorar la motricidad gruesa deben ser voluntarias y no exigidas por ninguna persona, ya que se debe desarrollar mediante juegos que logren que los infantes fortifiquen los músculos, el equilibrio, la lateralidad y la coordinación. Debemos escoger actividades específicas para los niños acorde a sus edades, ya sea para pequeños que caminen o que gateen.

Gracias a las actividades que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa se evita patologías, se logra trabajar cada uno de los músculos para que tenga control sobre los mismos y así poder practicar deportes que requieren de esfuerzo y equilibrio Camarena, Y. (2015).

Lo más importante de la motricidad gruesa es que permite un buen desarrollo del sistema nervioso, mantener el equilibrio y fortalece la lateralidad en los niños, si el niño no adquiere una buena motricidad gruesa podría presentar lesiones al mínimos esfuerzo que haga.

Objetivos de la motricidad gruesa

Las Unidades Educativas tienen la responsabilidad de formar y guiar a los niños en sus primeros años de vida, deben trabajar con planificaciones específicas y claras, el desarrollo motriz es primordial para luego poder receptar conocimientos como la lectoescritura y las matemáticas. Se recomienda que los niños utilicen su tiempo libre jugando, ya que es un factor que les ayudara a vivir nuevas experiencias y a utilizar su imaginación.

Actividades para el desarrollo de la motricidad gruesa

Si los infantes presentan problemas de motricidad gruesa, puede ser un inconveniente para divertirse. El correr y saltar son ejercicios que necesitan de los músculos grandes del cuerpo.

Jugar a imitar: motive al niño a utilizar su imaginación representando a personajes de cuentos o de animales.

Jugar a la rayuela: saltar puede ser una actividad difícil para los niños que presente problemas de motricidad gruesa. Ya que para estas actividades se necesita de equilibrio y coordinación. Este juego es una ayuda importante porque se practica mediante brincos ya sea con uno o dos pies ayudando al desarrollo del equilibrio.

Reventar burbujas: otra actividad que beneficia al desarrollo de la motricidad gruesa es permitir que los infantes persigan a las burbujas y revienten las que puedan.

Juego de globos: inflar globos pequeños y que el niño lance hacia arriba y mantenga al globo en el aire haciendo que reboten en las palmas de sus manos.

Rodar en una colina: lleve a los niños a un parque que tenga un espacio suave y pueda rodar hacia abajo. Esta actividad permite saber la relación que existe entre la parte superior e inferior de su cuerpo.

Columpiarse en el parque: este ejercicio desarrolla el equilibrio, para llevar a cabo esta actividad hay que coordinar el desplazamiento del peso del cuerpo de un lado a otro y el movimiento de las piernas hacia delante y hacia atrás.

Bailar: permite al infante reconocer el ritmo de cada música y mejorar sus habilidades coordinando el movimiento de brazos y piernas.

Caminar sobre una línea recta: trazar una línea recta sobre una superficie blanda y que cada niño pase sobre ella alternando sus pies derecho luego izquierdo o viceversa Patino, E. (2008).

El juego cumple un rol importante dentro del aprendizaje de los niños, fomenta el desarrollo de la motricidad gruesa, ya que al ejecutar los juegos implica la utilización de nuestro cuerpo y por ende se trabaja el tren superior e inferior, otros juegos requieren también de la agilidad mental y concentración.

Habilidades motoras gruesas

Utilizan los grupos de musculares grandes, como el movimiento de las piernas y los brazos. Son etapas que se desarrollan una tras otra y según avanza su edad.

Logran caminar, trepar y bajar escaleras

Pueden saltar sobre un solo pie

Arma rompecabezas de 8 piezas sin dificultad

Dibuja las partes del cuerpo

Se divierte en los columpios utilizando sus piernas para impulsarse

Corta y pega imágenes Palsy, U. (2015).

Problemas de Motricidad Gruesa

Mediante la memoria muscular los niños aprenden y dominan diferentes actividades como correr y saltar. Para varios niños esta etapa les resulta muy difícil ya que requiere de entrenamiento. Una excusa por la cual existe un bajo desarrollo de la motricidad gruesa es la fuerza de los músculos.

Los infantes deben ser capaces de planear las acciones de motricidad gruesa, ejemplo para subirse a una mesa deben ser capaces de pensar una estrategia sobre cómo van a lograrlo Freeman, M. (2001).

Actividad Motriz en los niños de 5 a 6 años

El proceso de la actividad motriz empieza desde el primer año de vida y debe garantizar que los niños consigan las experiencias y conocimientos básicos que los preparen para la escuela y para la vida. El desarrollo del niño no debe enfocarse desde la vida escolar, sino desde los primeros años, ya que ellos necesitan potenciar su desarrollo motriz, cognitivo y afectivo. Las aventuras que los niños obtienen facilitan el alcance de conocimientos y habilidades.

La etapa preescolar es un ciclo básico para el aprendizaje, los niños necesitan cariño, buen trato y sobre todo que le presten atención estos factores garantizarán el desarrollo armónico e integral de los niños.

Los niños de 5 y 6 años dominan todos los tipos de acciones motrices son capaces de realizar actividades como trepar obstáculos, rodar, lanzar objetos y sobre todo mantenerse en equilibrio. Ellos tienen la habilidad de ejecutar ejercicios como correr y saltar Rodríguez, C. (2002).

2.5 Hipótesis

HO. La actividad física no incide en la motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras.

HI. La actividad física si incide en la motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras.

2.6 Señalamiento de las variables de la hipótesis

2.6.1 Variable Independiente

La Actividad Física

2.6.2 Variable Dependiente

La Motricidad Gruesa

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de la Investigación

El enfoque de esta investigación es **cuali-cuantitativo: cualitativo** porque sirvió para analizar las actividades físicas que ejecutan los niños; y **cuantitativo**, porque se verificó el número de estudiantes que mejoraron su motricidad gruesa mediante la aplicación de actividades físicas.

3.2 Modalidades Básicas de la Investigación

3.2.1 Campo

Esta investigación por ser de carácter educativo con respecto a la actividad física es una investigación de campo porque se permitió poner en contacto con la realidad en el lugar de los hechos y vivencia con los niños de la problemática existente.

3.2.2 Documental-Bibliográfica

Para realizar esta investigación se acudió a documentos y artículos basados en fuentes primarias acerca de la motricidad gruesa tanto documentales y bibliográficos que permite aclarar la investigación llegando a diferentes actores para profundizar, ampliar, clarificar y contextualizar el problema.

3.3 Nivel o Tipo de Investigación

3.3.1 Descriptiva

La investigación es de carácter descriptivo porque permitió detallar elementos esenciales, estructuras, procesos, situaciones y comportamientos de los niños y de la investigación misma para así lograr un impacto significativo en el medio que rodea el campo de estudio.

3.3.2 Exploratorio

La presente investigación fue de carácter exploratorio ya que tuvo una metodología flexible y permitió sondear un problema poco investigado.

3.4 Población y Muestra

La población de esta investigación serán los niños de primero y segundo año de educación general básica, que está compuesta por 50 estudiantes.

POBLACIÓN	MUESTRA	PORCENTAJE
Estudiantes de primero y segundo año de educación general básica.	50	100 %
Total:	50	100 %

Tabla 1: Población y Muestra

Fuente: Investigadora

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

En vista que la población es menor que 100 y es manejable no es necesario calcular la muestra.

3.5 Operacionalización de Variables

Variable Independiente: Actividad Física

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas
Es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo.	<ul style="list-style-type: none"> Movimiento Desarrollar Energía 	<ul style="list-style-type: none"> Movimientos Habilidades Cooperación Imaginación Físico Mental 	¿El niño coordina movimientos a través de la actividad física? SI () NO () ¿En un baile el niño coordina los movimientos? SI () NO () ¿En la práctica física el niño demuestra sus habilidades como correr, saltar, lanzar? SI () NO () ¿A través de un juego el niño coopera con sus compañeros? SI () NO () ¿Al ejecutar un juego el niño enfatiza su imaginación? SI () NO () ¿En el desarrollo de las actividades físicas el niño realiza gestos, expresiones, emociones? SI () NO () ¿Después de las actividades físicas el niño se siente cansado? SI () NO () ¿El niño recuerda las actividades realizadas anteriormente? SI () NO () ¿El niño recepta las canciones de los juegos? SI () NO ()	Encuesta

Tabla 2 :Operacionalización de la Variable Independiente
 Fuente: Investigadora
 Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Variable Dependiente: Motricidad Gruesa

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas
Es el desarrollo físico y emocional del niño, son movimientos coordinados de todo el cuerpo en los cuales intervienen en el control postural, desarrollo emocional, el equilibrio y los desplazamientos.	Desarrollo físico	Lanzar Atrapar	Atrapar el saquito Lanzar el saquito a una diana	Test MABC – 2
	Desarrollo emocional	Dibujar Insertar	Introducir monedas Enhebrar cuentas Dibujar el trazado	
	Movimientos coordinados	Andar Saltar	Equilibrio sobre una pierna Andar de puntillas Saltar sobre alfombrillas	

Tabla 3: Operacionalización de la Variable Dependiente

Fuente: Investigadora

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

3.6 Técnicas e Instrumentos de recolección de la Información

Ficha de Observación: es un instrumento de investigación, evaluación y recolección de datos, enfocado a un objetivo específico, en el que se determinan variables específicas. Se usa para registrar datos a fin de brindar recomendaciones para la mejora correspondiente Soto, M. (2014).

Fue utilizado con mayor importancia porque se realizó un trabajo de campo continuo para determinar las influencias que intervienen en este fenómeno.

Test MABC-2: La Batería de Evaluación del Movimiento para niños -2 (MABC-2) es uno de los test más prestigiosos y utilizados internacionalmente para detectar los Trastornos del desarrollo de la coordinación en los niños de entre 4 y 16 años de edad Sheila E. H. (2016).

3.7 Recolección de la Información

PREGUNTAS BÁSICA	EXPLICACIÓN
1. ¿Para qué?	Cumplir los objetivos y Verificar la hipótesis
2. ¿De qué personajes u objetos?	Primero y Segundo año de Educación General Básica
3. ¿Sobre qué aspectos?	Sobre los indicadores traducidos a ítems
4. ¿Quién quiénes?	Investigador
5. ¿A quién?	A las personas definidas (estudiantes)
6. ¿Quién?	Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga
7. ¿Cuándo?	2017 – 2018
8. ¿Dónde?	Unidad Educativa Totoras
9. ¿Cuántas veces?	2 veces
10. ¿Con qué?	Ficha de Observación – Test
11. ¿En qué situación?	Ambiente Tranquilo

Tabla 4. Recolección de la Información

Fuente: Investigadora

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

3.8 Procesamiento y Análisis de la Información

Para el procesamiento de la información se lo efectuó mediante un test y una ficha de observación; para lo cual se realizó de forma ordenada las respectivas actividades según el cronograma establecido previamente en el proyecto.

PROCEDIMIENTO:
• Ordenar la información
• Revisión de la información obtenida
• Tabulación de los datos
• Análisis de los Resultados
• Interpretación de los Resultados
• Realizar Gráficos Estadísticos
• Presentación de Resultados

Tabla 5.Procedimiento

Fuente: Investigadora

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

La información recopilada mediante la ficha de observación aplicada a los niños de la Unidad Educativa Totoras fue tabulado mediante el conteo total de datos de acuerdo con las alternativas planteadas. Se elaboraron tablas en las que constan las opciones, las frecuencias y los porcentajes obtenidos que luego fueron transformados a porcentajes para facilitar su comprensión y graficación.

El análisis lógico ha sido realizado a través de la identificación de los criterios en función de la información obtenida, este análisis e interpretación se orienta a extraer fielmente las capacidades y habilidades de los niños, cumpliendo el objetivo propuesto que es determinar la actividad física y la motricidad gruesa de los niños.

4.1 Resultados de las encuestas aplicadas a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.

Pregunta # 1. ¿El niño coordina movimientos a través de la actividad física?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	25	50
NO	25	50
TOTAL	50	100%

Tabla 6. Coordinación de movimientos

Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

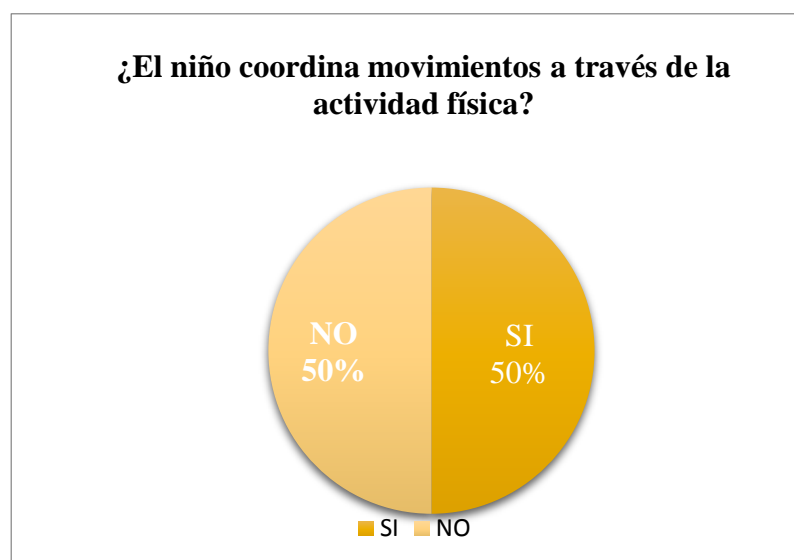


Gráfico 5: Coordina movimientos

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

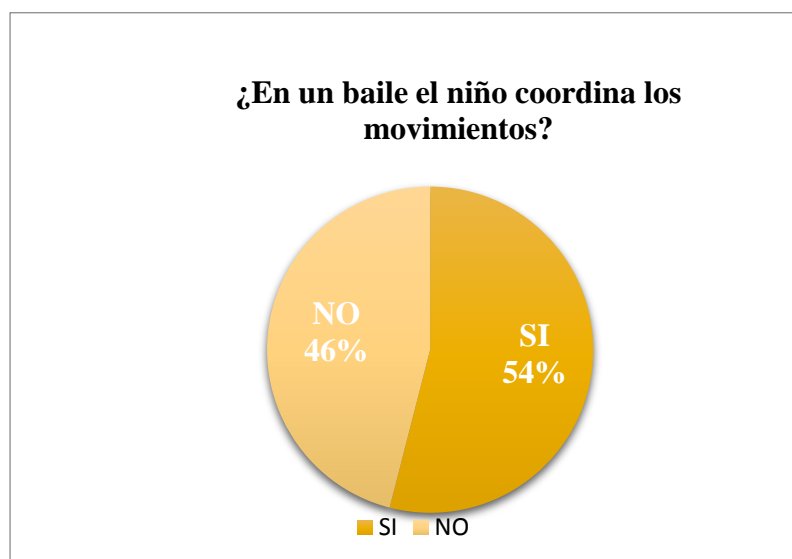
Análisis: El 50% de los niños coordinaron los movimientos a través de la actividad física, mientras que el otro 50% de los niños no coordinaron los movimientos a través de la actividad física.

Interpretación: Se puede interpretar que la mitad de los niños lograron coordinar los movimientos a través de la actividad física, por lo tanto, los niños deben continuar con sus actividades deportivas dentro y fuera de las unidades educativas.

Pregunta # 2. ¿En un baile el niño coordina los movimientos?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	27	54
NO	23	46
TOTAL	50	100%

*Tabla 7. Coordina movimientos a través de un baile
Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E “Totoras”
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)*



*Gráfico 6: Coordina movimientos a través del baile
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)*

Análisis: El 54% de los niños coordinaron los movimientos en un baile, mientras que el 46% de los niños no coordinaron los movimientos en un baile.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños lograron coordinar los movimientos durante la ejecución de un baile, por lo tanto, los niños deben ejecutar bailes durante las clases de educación física para lograr un buen desarrollo de la motricidad y de sus habilidades.

Pregunta # 3. ¿En la práctica física el niño demuestra sus habilidades como correr, saltar, lanzar?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	32	64
NO	18	36
TOTAL	50	100%

Tabla 8. Durante la práctica física demuestra sus habilidades
Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E "Totoras"
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

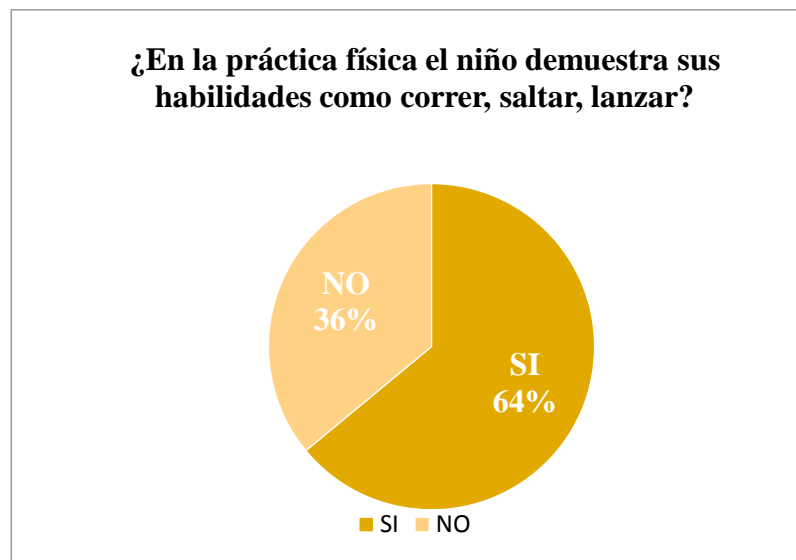


Gráfico 7: Durante la práctica física demuestra sus habilidades
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 64% de los niños en la práctica física demostraron sus habilidades como correr, saltar y lanzar, mientras que el 36% de los niños no demostraron sus habilidades básicas.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños demostraron sus habilidades como correr, saltar y lanzar, por lo tanto, los niños deben practicar actividades físicas por lo menos 3 veces a la semana con una duración de unos 30 minutos.

Pregunta # 4. ¿A través de un juego el niño coopera con sus compañeros?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	27	54
NO	23	46
TOTAL	50	100%

*Tabla 9. Cooperación con sus compañeros
Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E “Totoras”
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)*



*Gráfico 8: Cooperación con sus compañeros
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)*

Análisis: El 54% de los niños mediante de un juego cooperaron con sus compañeros, mientras que el 46% de los niños no cooperaron con sus compañeros.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños cooperaron con sus compañeros en la ejecución de los juegos, se practicó juegos cooperativos y grupales que requieren de coordinación y trabajo en grupo.

Pregunta # 5. ¿Al ejecutar un juego el niño enfatiza su imaginación?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	15	30
NO	35	70
TOTAL	50	100%

Tabla 10. Enfatiza su imaginación

Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

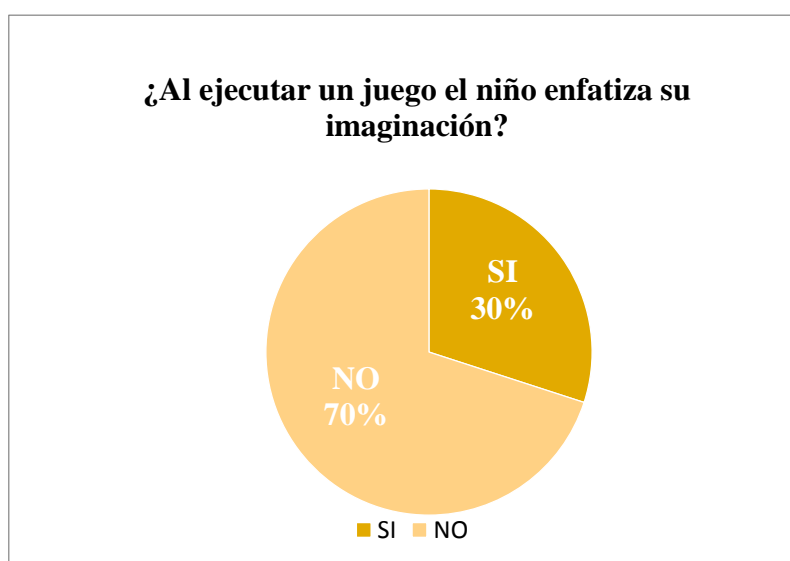


Gráfico 9: Enfatiza su imaginación

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 30% de los niños al ejecutar un juego enfatizaron su imaginación, mientras que el 70% de los niños no enfatizaron su imaginación durante la ejecución de un juego.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños no enfatizaron su imaginación durante la ejecución de un juego y se practicó juegos sin reglas en los cuales los niños fueron quienes propusieron sus propias reglas.

Pregunta # 6. ¿En el desarrollo de las actividades físicas el niño realiza gestos, expresiones y emociones?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	40
NO	30	60
TOTAL	50	100%

Tabla 11: Desarrollo de actividades físicas
Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E “Totoras”
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)



Gráfico 10: Desarrollo de actividades físicas
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

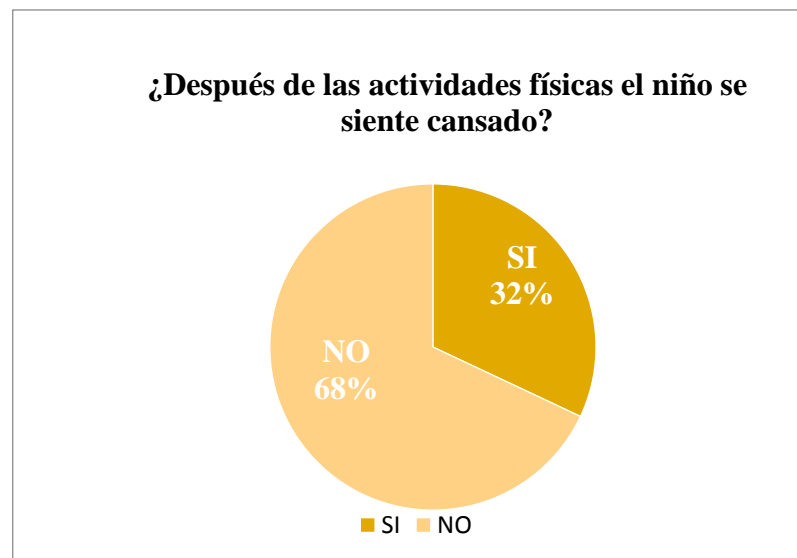
Análisis: El 40% de los niños en el desarrollo de las actividades físicas realizaron gestos, expresiones y emociones y el 60% de los niños en el desarrollo de las actividades físicas no realizaron gestos, expresiones y emociones.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños durante el desarrollo de las actividades físicas no realizaron gestos, expresiones y emociones y por ello las clases se realizaron más dinámicas.

Pregunta # 7. ¿Después de las actividades físicas el niño se siente cansado?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	16	32
NO	34	68
TOTAL	50	100%

*Tabla 12: El niño se siente cansado después de la práctica física
Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E "Totoras"
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)*



*Gráfico 11: El niño se siente cansado después de la práctica física
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)*

Análisis: El 32% de los niños después de las actividades físicas se sintieron cansados y el 68% de los niños después de las actividades físicas no se sintieron cansados.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños después de las actividades físicas no se sintieron cansados, ya que la práctica deportiva que se aplicó fue acorde a su edad y a su condición física.

Pregunta 8. ¿El niño recuerda las actividades realizadas anteriormente?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	21	42
NO	29	58
TOTAL	50	100%

Tabla 13: Recuerda las actividades realizadas
Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E “Totoras”
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

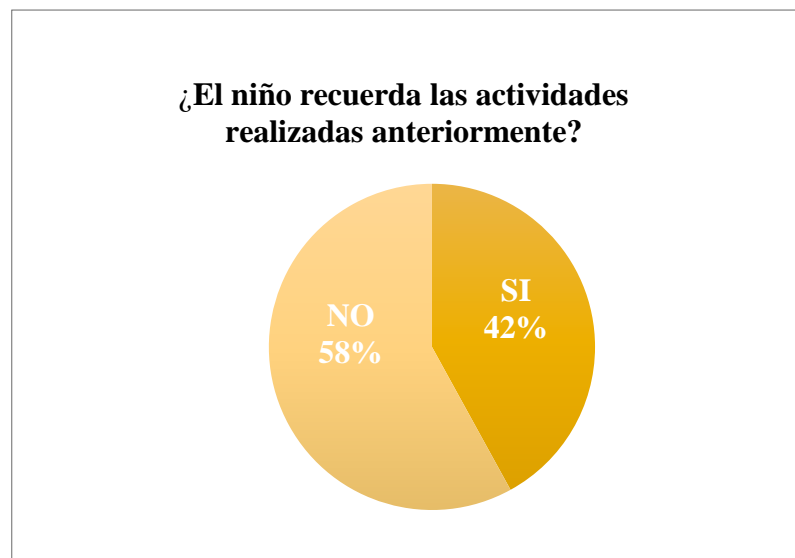


Gráfico 12: Recuerda las actividades realizadas
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 42% de los niños recordaron las actividades realizadas anteriormente y el 58% de los niños no recordaron las actividades realizadas anteriormente.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños no recordaron las actividades que practicaron anteriormente y por ello se realizó una retroalimentación, recordando lo realizado en la clase anterior.

Pregunta 9. ¿El niño recepta las canciones de los juegos?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	38	76
NO	12	24
TOTAL	50	100%

Tabla 14: Los niños receptan canciones

Fuente: Encuesta aplicada a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

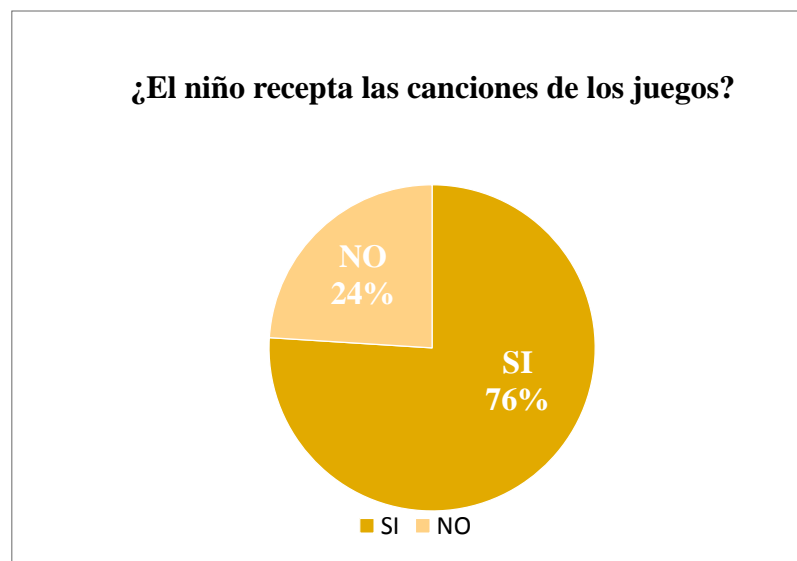


Gráfico 13: Los niños receptan canciones

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 76% de los niños receptaron las canciones de los juegos y el 24% de los niños no receptaron las canciones de los juegos.

Interpretación: Se puede interpretar que la mayoría de los niños tienen una buena memoria y por ello lograron receptar las canciones de los juegos infantiles.

Resultados del PRE -TEST DE MABC-2 aplicado a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.

1. Puntería y Atrape: 1.1. ¿Introducir monedas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	19	38
Regular	2	14	28
Buena	3	12	24
Excelente	4	5	10
	TOTAL	50	100%

Tabla 15: Introducir monedas

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

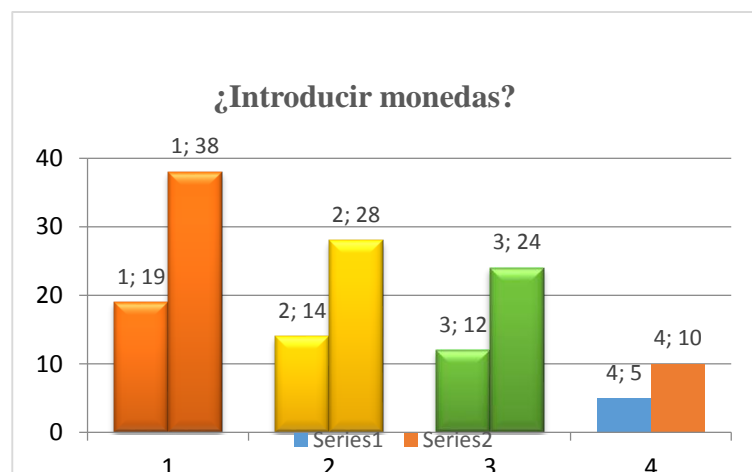


Gráfico 14: Introducir monedas

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 38% de los niños lograron introducir monedas obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 28% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración regular, el 24% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración buena y por último el 10% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración excelente.

Interpretación: El 38% de los niños introdujeron monedas con una puntuación de 1 y una valoración mala, se recomienda practicar ejercicios de puntería para mejorar la motricidad fina.

1. Puntería y Atrape: 1.2. ¿Enhebrar cuentas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	13	26
Regular	2	17	34
Buena	3	20	40
Excelente	4	0	0
	TOTAL	50	100%

Tabla 16: Enhebrar cuentas

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

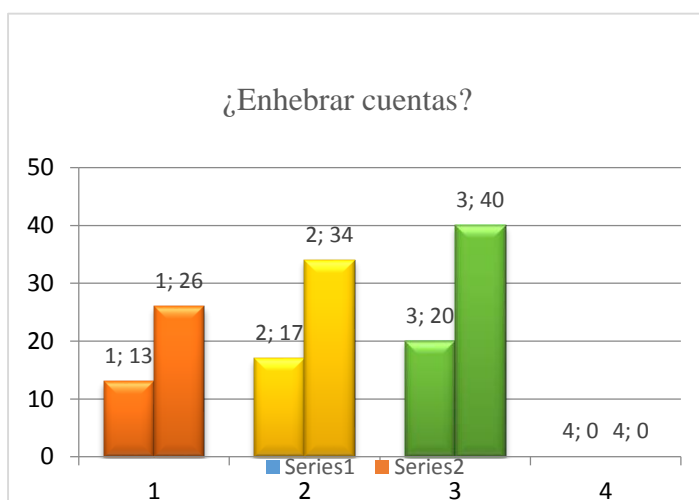


Gráfico 15: Enhebrar cuentas

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 26% de los niños lograron enhebrar cuentas obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 34% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración regular, el 40% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración buena.

Interpretación: El 40 % de los niños lograron enhebrar cuentas obteniendo una puntuación de 3 que equivale a buena por ende ellos deben enhebrar cuentas por lo menos 2 veces al mes.

1. Puntería y Atrape: 1.3. ¿Dibujar el trazado?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	10	20
Regular	2	15	30
Buena	3	20	40
Excelente	4	5	10
	TOTAL	50	100%

Tabla 17: Dibujar el trazado

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

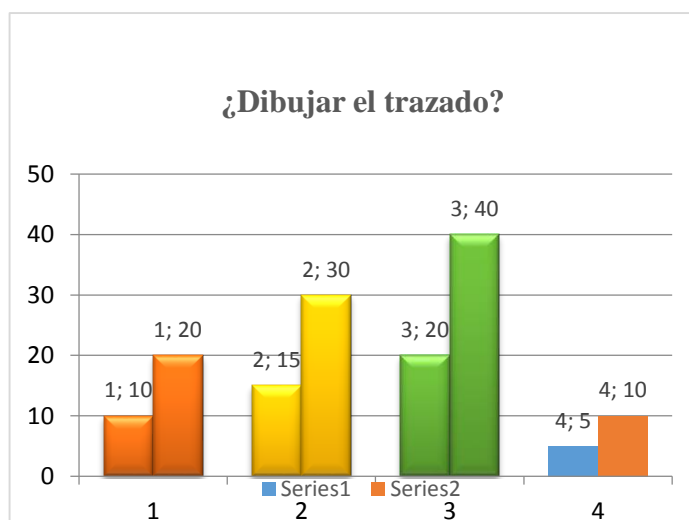


Gráfico 16: Dibujar el trazado

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 20% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 30% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 40% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 10% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración excelente.

Interpretación: El 40 % de los niños dibujaron el trazado con una puntuación de 3 que equivale a buena, la mayoría de estudiantes lograron realizar este ejercicio, pero ellos deben realizar diversos trazados para mejorar la destreza de puntería y atrape.

2. Puntería y Atrape: 2.1. ¿Atrapar el saquito?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	SUJETOS	PORCENTAJE
Mala	1	0	0
Regular	2	15	30
Buena	3	25	50
Excelente	4	10	20
	TOTAL	50	100%

Tabla 18: Atrapar el saquito

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E "Totoras"

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

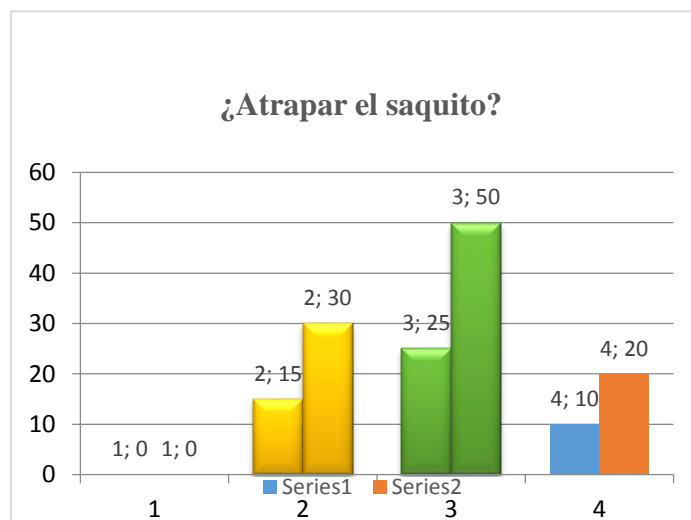


Gráfico 17: Atrapar el saquito

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 30% de los niños lograron atrapar el saquito obteniendo una puntuación de 2 es decir una valoración regular, el 50% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 20% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación:

La mayoría de los niños lograron atrapar el saquito obteniendo una puntuación de 3 y una valoración de buena y por ello se ejecutó actividades de puntería y atrape para mejorar esta destreza.

2. Puntería y Atrape: 2.2. ¿Lanzar el saquito a una diana?

Tabla 19: Lanzar el saquito a una diana

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E "Totoras"

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	20	40
Regular	2	15	30
Buena	3	10	20
Excelente	4	5	10
	TOTAL	50	100%

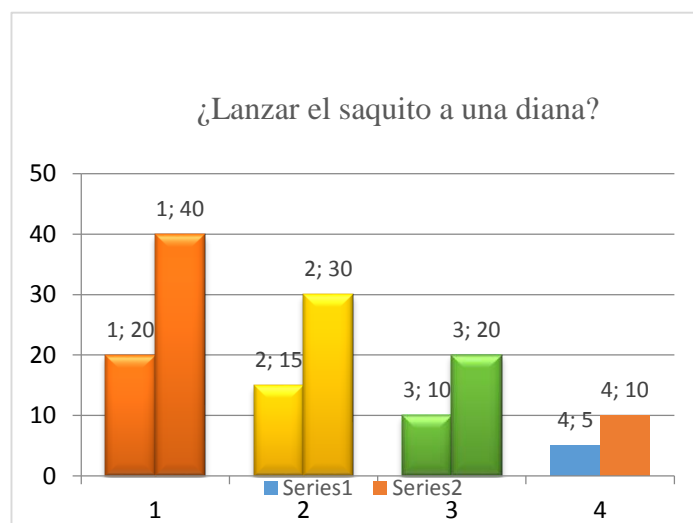


Gráfico 18: Lanzar el saquito a una diana

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 40% de los niños lograron lanzar el saquito a una diana obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 30% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración regular, el 20% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 10% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración excelente.

Interpretación: El 40 % de los niños lanzaron el saquito a una diana con una puntuación de 1 y una valoración mala, por eso se recomienda realizar actividades de lanzamiento y precisión.

3. Puntería y Atrape: 3.1. ¿Equilibrio sobre una pierna?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	7	14
Regular	2	11	22
Buena	3	22	44
Excelente	4	10	20
	TOTAL	50	100%

Tabla 20: Equilibrio sobre una pierna

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

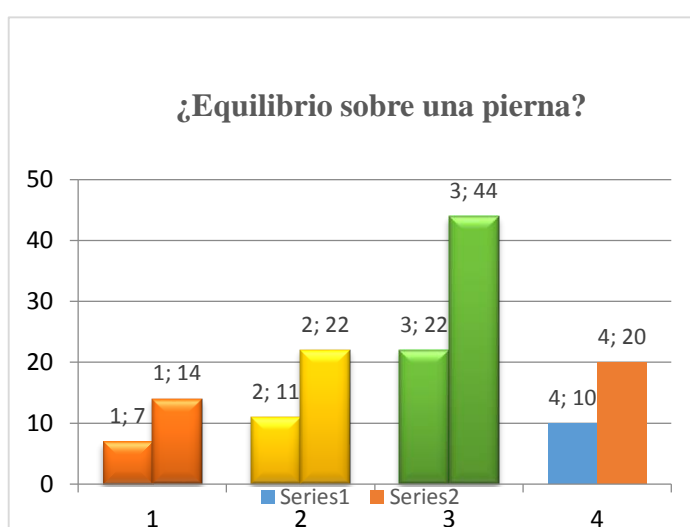


Gráfico 19: Equilibrio sobre una pierna

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 14% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 22% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 44% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 20% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: El 44% de los niños lograron mantener el equilibrio sobre una pierna, obteniendo la puntuación de 3 que equivale a buena, se recomienda practicar más ejercicios de equilibrio, como caminar sobre una línea (pie derecho-pie izquierdo).

3. Puntería y Atrape: 3.2. ¿Andar de puntillas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	18	36
Regular	2	16	32
Buena	3	16	32
Excelente	4	0	0
	TOTAL	50	100%

Tabla 21: Andar de puntillas
 Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”
 Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

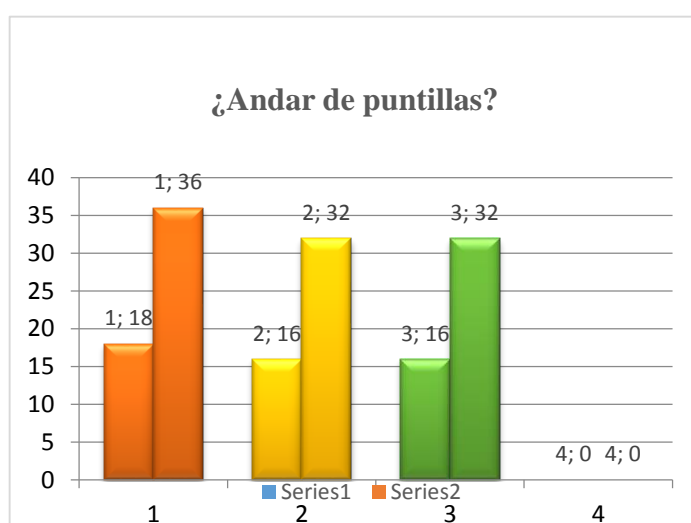


Gráfico 20: Andar de puntillas
 Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 36% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 32% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 32% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena.

Interpretación: El 32 % de los niños lograron andar de puntillas con una puntuación de 2 regular y 3 buena, se realizó ejercicios de equilibrio para que los estudiantes logren realizar de manera correcta.

3. Puntería y Atrape: 3.3. ¿Saltar sobre alfombrillas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	17	34
Regular	2	13	26
Buena	3	12	24
Excelente	4	8	16
	TOTAL	50	100%

Tabla 22: Saltar sobre alfombrillas

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Andrea Cárdenas

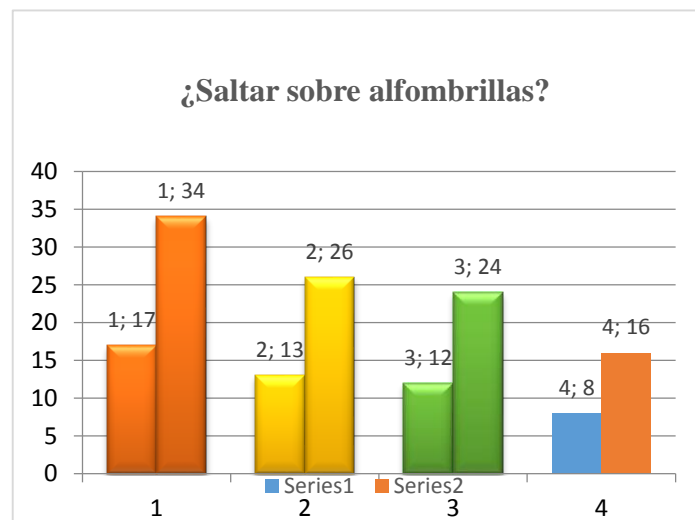


Gráfico 21: Saltar sobre alfombrillas

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 34% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 26% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 24% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 16% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: El 34% de los niños saltaron sobre alfombrillas con una puntuación de 1 y una valoración mala, por ello se realizó una planificación de ejercicios de saltos para mejorar esta destreza.

Resultados del POS-TEST DE MABC-2 aplicado a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.

1. Puntería y Atrape: 1.1. ¿Introducir monedas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	15	30
Regular	2	10	20
Buena	3	9	18
Excelente	4	16	32
	TOTAL	50	100%

Tabla 23: Pos –test introducir monedas

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

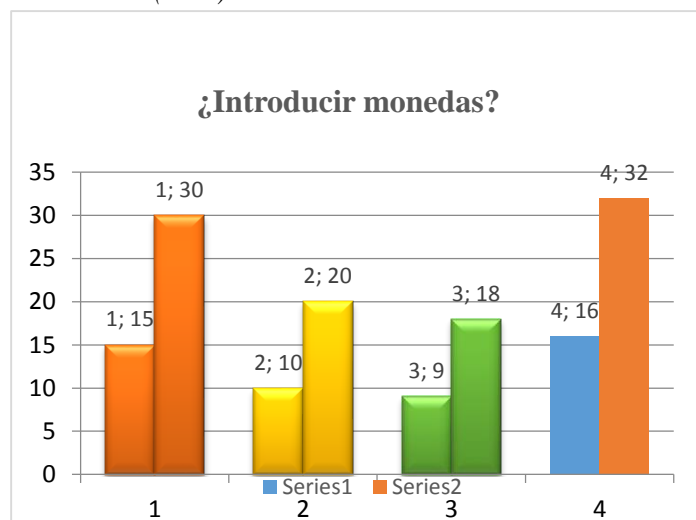


Gráfico 22: Pos –test introducir monedas

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 30% de los niños lograron introducir monedas obteniendo una puntuación de 1 y una valoración mala, el 20% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración regular, el 18% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración buena y por último el 32% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: La mayoría de los niños introdujeron monedas alcanzando una puntuación de 4 que equivale a excelente, esta destreza se logró mejorar gracias a los ejercicios de precisión que se ejecutó.

1. Puntería y Atrape: 1.2. ¿Enhebrar cuentas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	7	14
Regular	2	17	34
Buena	3	16	32
Excelente	4	10	20
	TOTAL	50	100%

Tabla 24: Pos-test enhebrar cuentas

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

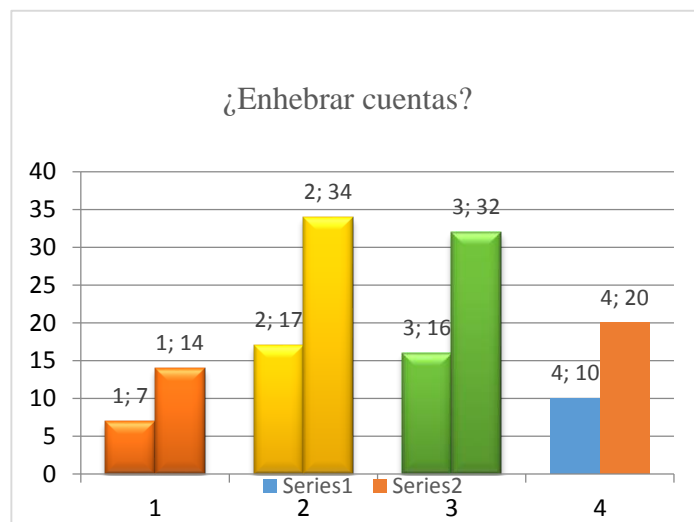


Gráfico 23: Pos-test enhebrar cuentas

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 14% de los niños lograron introducir monedas obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 34% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 32% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 20% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: El 34% de los niños lograron enhebrar cuentas con una puntuación de 2 que equivale a regular, los ejercicios que se aplicó dieron buenos resultados ya que un 20 % de niños que lograron realizar esta actividad con una puntuación de 4.

1. Puntería y Atrape: 1.3. ¿Dibujar el trazado?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	8	16
Regular	2	10	20
Buena	3	14	28
Excelente	4	18	36
	TOTAL	50	100%

Tabla 25: Pos-test dibujar el trazado

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E "Totoras"

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

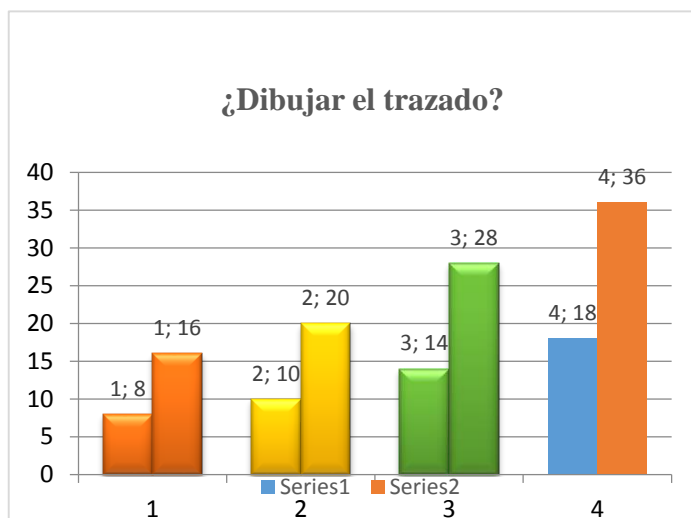


Gráfico 24: Pos-test dibujar el trazado

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 16% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 20% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración regular, el 28% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 36% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: El 36% de los niños dibujaron el trazado de una manera excelente con una puntuación de 4, los ejercicios ejecutados beneficiaron al desarrollo de dicha destreza.

2. Puntería y Atrape: 2.1. ¿Atrapar el saquito?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	0	0
Regular	2	10	20
Buena	3	16	32
Excelente	4	24	48
	TOTAL	50	100%

Tabla 26: Pos-test atrapar el saquito

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E "Totoras"

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

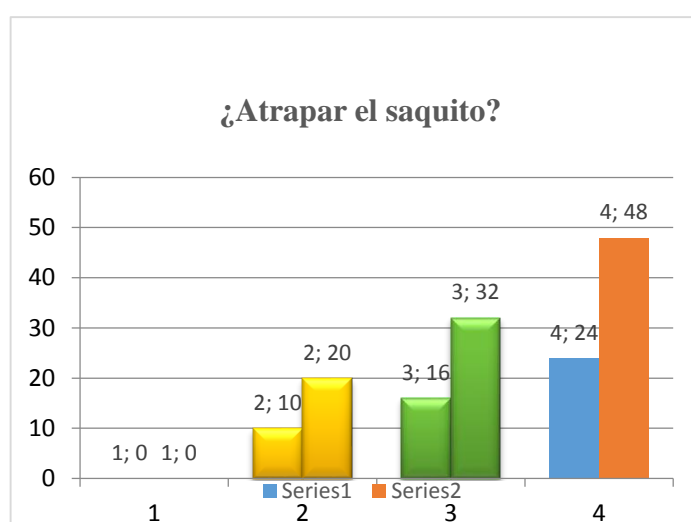


Gráfico 25: Pos-test atrapar el saquito

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 20% de los niños lograron atrapar el saquito obteniendo una puntuación de 2 es decir una valoración regular, el 32% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 48% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: Se puede interpretar que el 48 % de los niños mejoraron esta destreza gracias a los ejercicios de atrape que se ejecutó, como fue atrapar un pelotita, lanzar dar una palmada y atrapar el objeto.

2. Puntería y Atrape: 2.2. ¿Lanzar el saquito a una diana?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	10	20
Regular	2	10	20
Buena	3	12	24
Excelente	4	18	36
	TOTAL	50	100%

Tabla 27 : Pos-test lanzar el saquito a una diana

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

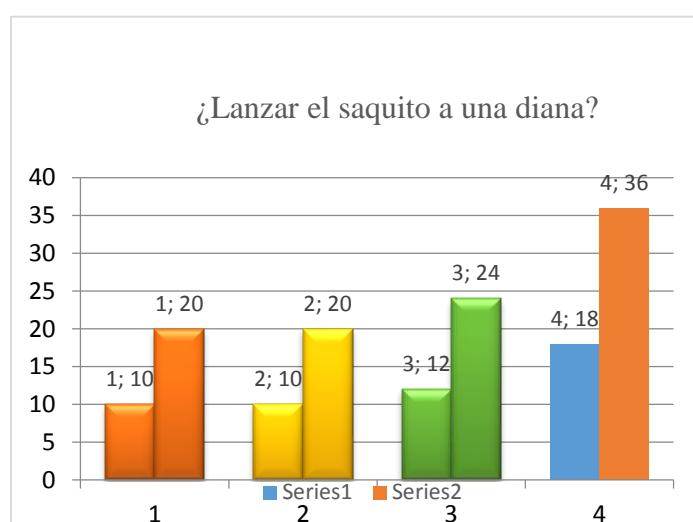


Gráfico 26: Pos-test lanzar el saquito a una diana

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 20% de los niños lograron lanzar el saquito a una diana obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 20% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración regular, el 24% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 36% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración excelente.

Interpretación: La mayoría de los niños lanzaron el saquito a una diana con un puntaje de 4 que equivale a excelente y esto se pudo mejorar gracias a la planificación de actividades ejecutadas.

3. Puntería y Atrape: 3.1. ¿Equilibrio sobre una pierna?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	7	14
Regular	2	14	28
Buena	3	13	26
Excelente	4	16	32
	TOTAL	50	100%

Tabla 28: Pos-test equilibrio sobre una pierna
Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

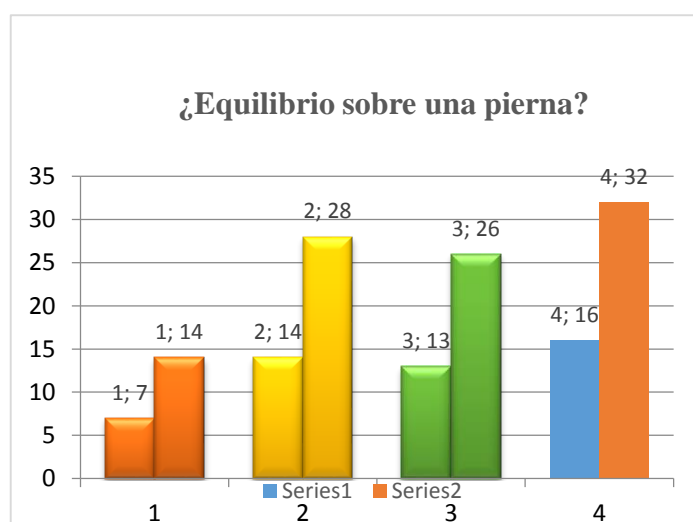


Gráfico 27: Pos-test equilibrio sobre una pierna
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 14% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 28% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 26% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 32% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: Se puede interpretar que un 32% de los niños lograron mantener el equilibrio sobre una pierna, la planificación aplicada pudo aumentar el nivel de equilibrio en los estudiantes.

3. Puntería y Atrape: 3.2. ¿Andar de puntillas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	10	20
Regular	2	13	26
Buena	3	12	24
Excelente	4	15	30
	TOTAL	50	100%

Tabla 29: Pos-test andar de puntillas

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E "Totoras"

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

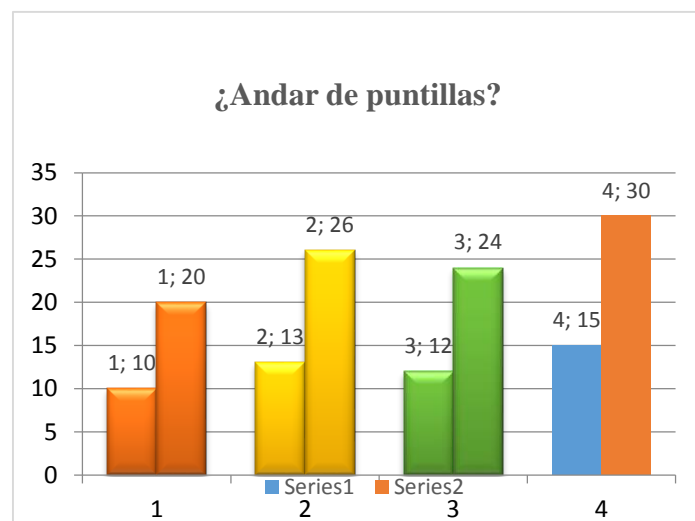


Gráfico 28: Pos-test andar de puntillas

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 20% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 26% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 24% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 30% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: Los ejercicios de equilibrio permitieron que esta destreza se desarrolle de manera adecuada obteniendo un 30% de estudiantes que lograron andar de puntillas con una puntuación de 4 y una valoración de excelente.

3. Puntería y Atrape: 3.3. ¿Saltar sobre alfombrillas?

VALORACIÓN	PUNTUACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mala	1	9	18
Regular	2	13	26
Buena	3	12	24
Excelente	4	16	32
	TOTAL	50	100%

Tabla 30: Pos-test saltar sobre alfombrillas

Fuente: Test aplicado a los niños de la U.E "Totoras"

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

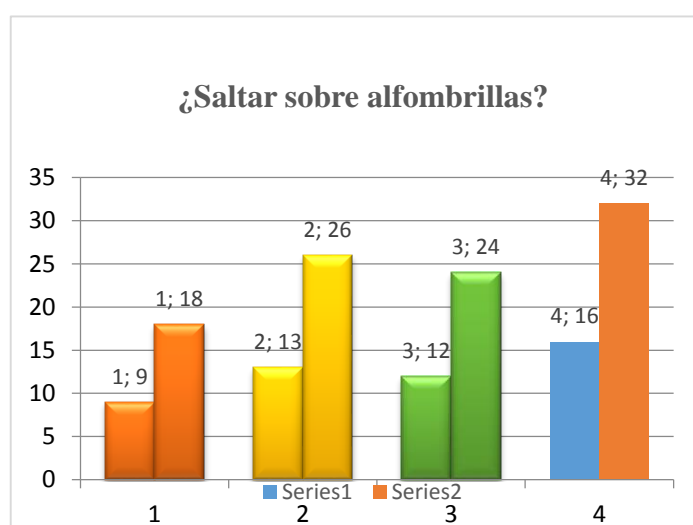


Gráfico 29: Pos-test saltar sobre alfombrillas

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: El 18% de los niños lograron dibujar el trazado obteniendo una puntuación de 1 con una valoración mala, el 26% obtuvieron una puntuación de 2 con una valoración de regular, el 24% obtuvieron una puntuación de 3 con una valoración de buena y por último el 32% de los niños obtuvieron una puntuación de 4 con una valoración de excelente.

Interpretación: La planificación de ejercicios aplicados a los estudiantes, permitió que ellos salten sobre alfombrillas con una puntuación de 4 y una valoración de excelente, un 32% de estudiantes mejoraron el nivel de equilibrio.

Análisis del PRE -TEST DE MABC-2 aplicado a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.

EJERCICIOS:	PUNTUACIÓN				TOTAL:
	1 Mala	2 Regular	3 Buena	4 Excelente	
Atrapar el saquito	0	15	25	10	50
Lanzar el saquito a una diana	20	15	10	5	50
Introducir monedas	19	14	12	5	50
Enhebrar cuentas	13	17	20	0	50
Dibujar el trazado	10	15	20	5	50
Equilibrio sobre una pierna	7	11	22	10	50
Andar de puntillas	18	16	16	0	50
Saltar sobre alfombrillas	17	13	12	8	50

Tabla 31: Análisis del pre-test de MABC-2

Fuente: Resultado del pre-test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

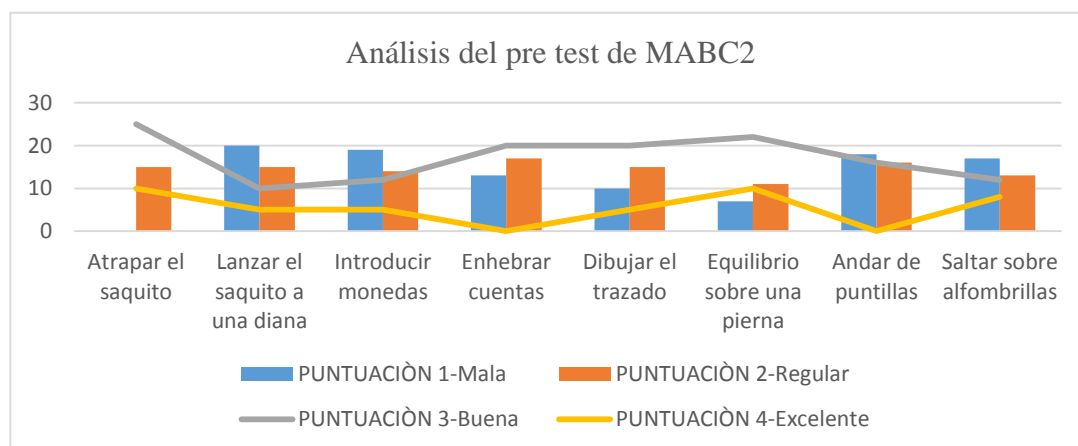


Gráfico 30: Análisis del pre-test de MABC-2

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: En el pre test en la prueba de **atrapar el saquito** de los 50 niños se puede mencionar que 15 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 25 sujetos alcanzaron una puntuación buena y 10 niños alcanzaron una puntuación excelente. En la prueba de **lanzar el saquito a una diana** 20 sujetos alcanzaron una puntuación

mala, 15 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 10 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 5 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **introducir monedas** 19 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 14 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 5 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **enhebrar cuentas** 13 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 17 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 20 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 0 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **dibujar el trazado** 10 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 15 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 20 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 5 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **equilibrio sobre una pierna** 7 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 11 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 22 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 10 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **andar de puntillas** 18 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 16 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 16 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 0 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **saltar sobre alfombrillas** 17 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 13 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 8 sujetos alcanzaron la puntuación excelente.

Análisis del POS-TEST DE MABC-2 aplicado a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.

EJERCICIOS:	PUNTUACIÓN				TOTAL
	1 Mala	2 Regular	3 Buena	4 Excelente	
Atrapar el saquito	0	10	16	24	50
Lanzar el saquito a una diana	10	10	12	18	50
Introducir monedas	15	10	9	16	50
Enhebrar cuentas	7	17	16	10	50
Dibujar el trazado	8	10	14	18	50
Equilibrio sobre una pierna	7	14	13	16	50
Andar de puntillas	10	13	12	15	50
Saltar sobre alfombrillas	9	13	12	16	50

Tabla 32: Análisis del pos-test de MABC-2

Fuente: Resultado del pre-test aplicado a los niños de la U.E “Totoras”

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

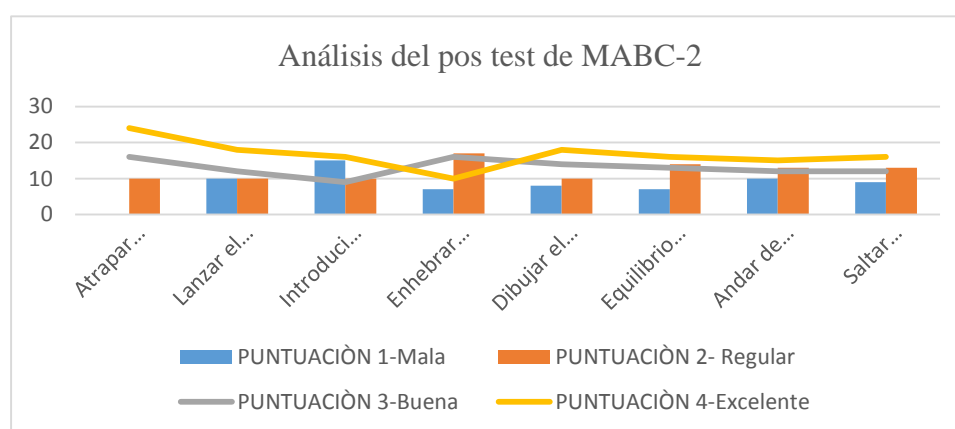


Gráfico 31: Análisis del pos-test de MABC-2

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Análisis: En el pos test en la prueba de **atrapar el saquito** de los 50 niños se puede mencionar que 10 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 16 sujetos alcanzaron una puntuación buena y 24 niños alcanzaron una puntuación excelente. En la prueba de **lanzar el saquito a una diana** 10 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 10 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 18 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **introducir monedas** 15 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 10 sujetos

alcanzaron la puntuación regular, 9 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 16 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **enhebrar cuentas** 7 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 17 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 16 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 10 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **dibujar el trazado** 8 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 10 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 14 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 18 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **equilibrio sobre una pierna** 7 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 14 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 13 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 16 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **andar de puntillas** 10 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 13 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 15 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **saltar sobre alfombrillas** 9 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 13 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 16 sujetos alcanzaron la puntuación excelente.

4.2 Verificación de la Hipótesis

El método seleccionado para la verificación de la investigación fue la **PRUEBA DE WILCOXON** que permite aceptar o rechazar la hipótesis planteada, en esta investigación se utilizó una población de 50 estudiantes de primero y segundo año de Educación Básica de la Unidad Educativa “Totoras” del Cantón Ambato.

GET

DATASET NAME Conjunto_de_datos1 WINDOW=FRONT.

NPAR TESTS

/WILCOXON=V1PRE V2PRE V3PRE V4PRE V5PRE V6PRE V7PRE V8PRE WITH
V1POS V2POS V3POS V4POS V5POS V6POS V7POS V8POS (PAIRED)

/MISSING ANALYSIS.

V1PRE: Atrapar el saquito

V1POS: Atrapar el saquito

V2PRE: Lanzar el saquito a una diana
diana

V2POS: Lanzar el saquito a una

V3PRE: Introducir monedas

V3POS: Introducir monedas

V4PRE: Enhebrar cuentas

V4POS: Enhebrar cuentas

V5PRE: Dibujar el trazado

V5POS: Dibujar el trazado

V6PRE: Equilibrio sobre una pierna
pierna

V6POS: Equilibrio sobre una

V7PRE: Andar de puntillas

V7POS: Andar de puntillas

V8PRE: Saltar sobre alfombrillas
alfombrillas

V8POS: Saltar sobre

PRUEBAS NO PARAMÉTRICAS

Notas

Resultados creados	01-FEB-2018 12:07:43
Comentarios	
Datos	
Conjunto de datos activo	Conjunto_de_datos1
Filtro	<ninguno>
Entrada	
Peso	<ninguno>
Dividir archivo	<ninguno>
Núm. de filas del archivo de trabajo	52

	Definición de los perdidos	Los valores perdidos definidos por el usuario será tratados como perdidos.
Manipulación de los valores perdidos	Casos utilizados	Los estadísticos para cada prueba se basan en todos los casos con datos válidos para las variables usadas en dicha prueba.
Sintaxis		<pre> NPAR TESTS /WILCOXON=V1PRE V2PRE V3PRE V4PRE V5PRE V6PRE V7PRE V8PRE WITH V1POS V2POS V3POS V4POS V5POS V6POS V7POS V8POS (PAIRED) /MISSING ANALYSIS. </pre>
	Tiempo de procesador	00:00:00,03
Recursos	Tiempo transcurrido	00:00:00,05
	Número de casos permitidos ^a	37449

Tabla 33: Pruebas no Paramétricas
Fuente: Investigadora
Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

a. Basado en la disponibilidad de memoria en el espacio de trabajo.

PRUEBA DE LOS RANGOS CON SIGNO DE WILCOXON

Rangos

		N	Rango promedio	Suma de rangos
	Rangos negativos	0 ^a	,00	,00
Atrapar el saquito - Atrapar el saquito	Rangos positivos	19 ^b	10,00	190,00
	Empates	31 ^c		
	Total	50		
	Rangos negativos	0 ^d	,00	,00
Lanzar el saquito a una diana - Lanzar el saquito a una diana	Rangos positivos	35 ^e	18,00	630,00
	Empates	15 ^f		
	Total	50		
	Rangos negativos	0 ^g	,00	,00
Introducir monedas - Introducir monedas	Rangos positivos	23 ^h	12,00	276,00
	Empates	27 ⁱ		
	Total	50		
	Rangos negativos	0 ^j	,00	,00
Enhebrar cuentas - Enhebrar cuentas	Rangos positivos	22 ^k	11,50	253,00
	Empates	28 ^l		
	Total	50		
	Rangos negativos	0 ^m	,00	,00
Dibujar el trazado - Dibujar el trazado	Rangos positivos	22 ⁿ	11,50	253,00
	Empates	28 ^o		
	Total	50		
	Rangos negativos	3 ^p	5,00	15,00
Equilibrio sobre una pierna - Equilibrio sobre una pierna	Rangos positivos	6 ^q	5,00	30,00
	Empates	41 ^r		

	Total	50		
	Rangos negativos	0 ^s	,00	,00
Andar de puntillas - Andar de puntillas	Rangos positivos	34 ^t	17,50	595,00
	Empates	16 ^u		
	Total	50		
	Rangos negativos	0 ^v	,00	,00
Saltar sobre alfombrillas - Saltar sobre alfombrillas	Rangos positivos	24 ^w	12,50	300,00
	Empates	26 ^x		
	Total	50		

Tabla 34: Prueba de Wilcoxon

Fuente: Investigadora

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

- a. Atrapar el saquito < Atrapar el saquito
- b. Atrapar el saquito > Atrapar el saquito
- c. Atrapar el saquito = Atrapar el saquito
- d. Lanzar el saquito a una diana < Lanzar el saquito a una diana
- e. Lanzar el saquito a una diana > Lanzar el saquito a una diana
- f. Lanzar el saquito a una diana = Lanzar el saquito a una diana
- g. Introducir monedas < Introducir monedas
- h. Introducir monedas > Introducir monedas
- i. Introducir monedas = Introducir monedas
- j. Enhebrar cuentas < Enhebrar cuentas
- k. Enhebrar cuentas > Enhebrar cuentas
- l. Enhebrar cuentas = Enhebrar cuentas
- m. Dibujar el trazado < Dibujar el trazado
- n. Dibujar el trazado > Dibujar el trazado
- o. Dibujar el trazado = Dibujar el trazado
- p. Equilibrio sobre una pierna < Equilibrio sobre una pierna

q. Equilibrio sobre una pierna > Equilibrio sobre una pierna

r. Equilibrio sobre una pierna = Equilibrio sobre una pierna

s. Andar de puntillas < Andar de puntillas

t. Andar de puntillas > Andar de puntillas

u. Andar de puntillas = Andar de puntillas

v. Saltar sobre alfombrillas < Saltar sobre alfombrillas

w. Saltar sobre alfombrillas > Saltar sobre alfombrillas

x. Saltar sobre alfombrillas = Saltar sobre alfombrillas

Estadísticos de Contraste

	Atrapar el saquito - Atrapar el saquito	Lanzar el saquito a una diana - Lanzar el saquito a una diana	Introducir monedas - Introducir monedas	Enhebrar cuentas - Enhebrar cuentas	Dibujar el trazado - Dibujar el trazado
Z	-4,359 ^b	-5,708 ^b	-4,796 ^b	-4,690 ^b	-4,690 ^b
Sig. asintót. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000

Tabla 35: Estadísticos de contraste

Fuente: Investigadora

Elaborado por: Cárdenas A. (2018)

Estadísticos de contraste

	Equilibrio sobre una pierna - Equilibrio sobre una pierna	Andar de puntillas - Andar de puntillas	Saltar sobre alfombrillas - Saltar sobre alfombrillas
Z	-1,000 ^b	-5,831 ^b	-4,899 ^b
Sig. asintót. (bilateral)	,317	,000	,000

a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

b. Basado en los rangos negativos.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Según el test de MABC2 aplicado a 50 estudiantes de primero y segundo año de Educación Básica de la Unidad Educativa “Totoras” se concluyó que la destreza manual dio como resultado un nivel de significación 0,000. En la destreza de atrape y puntería se obtuvo como resultado un nivel de significación 0,000 y en la destreza de equilibrio se obtuvo un nivel significativo de 0,000 a excepción del ejercicio de equilibrio sobre una pierna que dio como resultado un nivel que no es significativo con un valor de 0,322.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones:

- La actividad física ayudó al desarrollo motor de los niños, promoviendo así la calidad de vida y formando parte de su etapa infantil.
- La Motricidad Gruesa de los niños se encontró en un nivel moderado deduciendo así que esta destreza influye en el desarrollo de sus habilidades motrices básica.
- Las actividades físicas mostraron un gran impacto en cuanto al desarrollo de la motricidad gruesa beneficiando de tal manera al aprendizaje general y ayudando a la evolución de su personalidad para que puedan ser independientes y felices.

5.2 Recomendaciones:

- Tomar conciencia de la importancia de la motricidad, como parte del desarrollo físico de los niños de la Unidad Educativa “Totoras”.
- Incentivar a la práctica de actividades físicas, la cuales nos brindan grandes beneficios para la salud y mente.
- Practicar diariamente actividades recreativas, con la finalidad de incentivar la participación activa de cada estudiante y mejorar su motricidad obteniendo así una práctica de educación física de calidad.

Bibliografía

- Abarca-Sos, A. M. (2015). La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física. *Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*.
- Abarca-Sos, A. M. (2015). La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física? *REDALYC.ORG*, 28, 155. Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/3457/345741428028/>
- Abella, H. A. (2005). *mailxmail.com*. Obtenido de <http://www.mailxmail.com/curso-expresion-corporal-recreacion/principios-recreacion>
- Abella, H. A. (2005). *mailxmail.com*. Obtenido de <http://www.mailxmail.com/curso-expresion-corporal-recreacion/principios-recreacion>
- Aguilera, L. (2007). *Fundamentos filosóficos de la educación entre la ciencia y la filosofía*. MAR ABIERTO.
- Alfaro, E. L. (19 de Octubre de 2009). *Psicomotricidad Infantil*. Obtenido de <http://psicomotricidadisrael.blogspot.com/2009/10/tipos-de-psicomotricidad.html>
- Andradas Aragonés Elena, et.al. (2015). *ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD Y REDUCCION DEL SEDENTARISMO*. MADRID.
- Baracco, N. (2011). *Motricidad y Movimiento*. Obtenido de <https://sites.google.com/site/noelianona2011/motricidad-y-movimiento>
- Barragán, M. (10 de 2014). *Motricidad en Preecolar*. Obtenido de <http://motricidadenpreescolarmariabar.blogspot.com/2014/10/etapas-de-la-motricidad.html>
- BLANCO, S. G. (s.f.). ORIGEN DEL CONCEPTO «DEPORTE ».
- Bravo, L. (2009). PSICOLOGÍA EDUCACIONAL, PSICOPEDAGOGÍA Y. *Revista IIPS*.
- Buitrago, G. T. (2009). Los medios de la Educación Física en el preescolar. *efdeportes.com*(131).
- Camarena, Y. (2015). *Psicomotricidad*. Obtenido de <http://yesscamarena.blogspot.com/2015/09/beneficios-de-trabajar-la.html>
- Cameselle, R. P. (s.f.). *Psicomotricidad*.
- Carrasco, D. ,. (2014). *Desarrollo Motor*. 5-6-7.
- Castillo, I. B.-M. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de psicología del deporte*.
- CONCEPTOS BÁSICOS DE PSICOMOTRICIDAD . (s.f.). *COREFO*.
- Contreras, J. O. (2010). *Didáctica de la educación física* (Vol. 2).

- CUADRADO MARTINEZ, P. (s.f.). EL DEPORTE ¿QUÉ BENEFICIOS TIENE? .
- Cuevas, J. J. (2012). Obtenido de <https://es.scribd.com/doc/142438258/Caracteristicas-del-desarrollo-motor-y-perceptivo-pdf>
- Dallo, A. R. (2012). La motricidad en las diferentes etapas del desarrollo humano. *studylib*.
- Definicion ABC. (s.f.). Obtenido de <https://www.definicionabc.com/salud/actividad-fisica.php>
- Delgado, J. S. (2006). Definición y Clasificación de Actividad Física y Salud. *actividadfisica.net*.
- Devís, C. (2000). *SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA*.
- Echeverri Jaramillo, G. L. (2003). CINTA DE MOEBIO. *REDALYC.ORG*.
- Echeverri Jaramillo, G. L. (2003). CINTA DE MOEBIO. *REDALYC.ORG*.
- Ejercicio en la niñez. (2017). *webconsultas*. Obtenido de El niño deberá comenzar a realizar ejercicio físico acorde al desarrollo de sus capacidades motoras tales como flexibilidad, coordinación, fuerza y resistencia muscular y resistencia cardiorrespiratoria, vistas anteriormente.
- Eneso. (13 de 10 de 2016). Obtenido de <http://www.eneso.es/blog/desarrollar-la-motricidad-gruesa/>
- Erdociain, L. (s.f.). LOS VALORES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE.
- Escalante, Y. (julio -agosto de 2011). ACTIVIDAD FÍSICA, EJERCICIO FÍSICO Y CONDICIÓN FÍSICA EN EL ÁMBITO. *Rev Esp Salud Pública* .
- Espiga. (2015). Recreacion. *ENCASTRES propuesta para una escuela en juego*, 136. Obtenido de http://www.ceip.edu.uy/documentos/2013/ProgramaMaestrosComunitarios/en-castres/recreacion_imprensa3.pdf
- Espiga, E. S. (s.f.). Recreación. *Encastres*, 8.
- Estrada, A. (2017). Técnicas para aumentar tu actividad física y reducir el sedentarismo. *POR DENTRO*.
- Fernando, B. M. (2017). ctividades Lúdicas “Aprendo Jugando” Para Desarrollar La Motricidad Gruesa En Los Niños Y Niñas Del Primer Año De Educación Básica. *European Scientific Journal*, 13. Obtenido de <https://www.eujournal.org/index.php/esj/article/view/9964>
- Ferrer, J. (2013). Consejos para incorporar la actividad física a tu rutina. *Familias con diabetes*.
- FILOSOFÍA. (s.f.). *FILOSOFÍA*. Obtenido de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Filosof%C3%ADa.pdf>

- Franco, J. A. (2011). APORTES DE LA MOTRICIDAD EN LA ENSEÑANZA. *redalyc.org*.
- Freeman, M. (2001). *muyfitness*. Obtenido de https://muyfitness.com/problemas-de-motricidad-gruesa_13153860/
- García. (Enero de 2009). *EL DESARROLLO PSICOMOTOR EN NIÑOS Y NIÑAS DE 0 A 6 AÑOS*. Obtenido de <http://www.eduinnova.es/ene09/LA%20PSICOMOTRICIDAD.pdf>
- García, A. R. (2003). Actividad física beneficiosa para la salud. *efdeportes.com*, 1.
- García, T. A. (2009). *la psicomotricidad en la educacion infantil*.
- Gloria, M. (2010). Ejercicio de Psicomotricidad. *Jazmín*.
- Gómez, J. A. (2010). EN TORNO A LA AXIOLOGÍA Y LOS VALORES. *Contribuciones a las ciencias sociales*.
- Gómez, M. d. (2006). RECREACION FACTOR DEL DESARROLLO INTEGRAL DEL SER HUMANO. *funlibre*.
- González., J. H. (s.f.). El desarrollo motor.
- Goon, L. (3 de Febrero de 2016). *Segundo Medico.com*. Obtenido de <http://www.segundomedico.com/importancia-de-la-hidratacion-en-el-deporte-y-la-actividad-fisica/>
- Hellín, P. (. (1998). Hábitos físico-deportivos en la Región de Murcia. *efdeportes.com*(193).
- Hernández, B. P. (Junio de 2007). La motricidad fina en la etapa infantil. *PORTALDEPORTIVO.CL*.
- Hernandez, B. P. (2007). la motricidad fina en la etapa infantil . *portaldeportivo.cl*.
- HERRERA, D. R. (s.f.). CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD.
- Illingworth, R. (1985). El niño normal. *El Manual Moderno*. Obtenido de <http://queesela.net/desarrollo-fisico/>
- IMPORTANCIA DEL DESARROLLO MOTOR – ESTIMULAR*. (s.f.). Obtenido de <http://playandmusic.cl/importancia-del-desarrollo-motor-estimular/>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2014). Ocio,recreacion y tiempo libre. *Bienestar Familiar*, 5. Obtenido de http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/ContenidoBienestarEnFamiliarICBF/DescargasBienestarEnFamilia/GuiasDeFamiliaModulo1/M1_Guia13.pdf
- Janssen, E. (Noviembre de 2016). *British School Alegria*.
- Jaramillo Echeverri, L. G. (2003). CINTA DE MOEBIO . *REDALYC.ORG*.
- Jimenez, S. (2012). *Hallazgos*, 9(18).

- Jr.Oxapampa. (s.f.). *bujinkanperu*. Obtenido de <http://www.bujinkanperu.com/desarrollo/>
- Kastberg, N. (s.f.). deporte para el desarrollo en america latina y caribe .
- Katz, M. (2011). Epistemología e Historia de la Química.
- LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS ÁREAS QUE ABARCA. (s.f.). Obtenido de <http://app.kiddyshouse.com/maestra/articulos/la-psicomotricidad-y-las-areas-que-abarca.php>
- Lagos Hernández, R. I. (2011). LA MOTRICIDAD NUESTRA DE CADA DÍA: ANÁLISIS DE LOS ALCANCES CONCEPTUALES. *Revista Motricidad Humana*.
- Lander Bilbao, U. C. (2012). La importancia de la psicomotricidad en la actividad físico deportiva extraescolar. *efdeportes.com*.
- Lic. Osvaldo Cintra Cala, L. Y. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. *Revista Digital. Buenos Aires, .*
- Linares, S. L. (2012). *Características de la Actividad Física necesarios para mantenernos sanos*.
- Linares, S. L. (2012). *Características de la Actividad Física necesarios para mantenernos sanos*.
- Lorenzo, S. P. (2017). Psicomotricidad infantil: qué es y para qué sirve. *Bekiapadres*.
- Machado, G. A. (2017). Obtenido de <https://prezi.com/i6gb6aovlhru/etapas-del-desarrollo-motor/>
- María. (s.f.). *Que es el /la*. Obtenido de <http://queesela.net/desarrollo-fisico/>
- Mendoza. (1994). Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud.
- Meneses, E. A. (2013). DESARROLLO MOTRIZ EN EL NIÑO, ETAPAS Y SUGERENCIAS PARA SU ESTIMULACIÓN. *sieteolmedo*.
- MINISTERIO DE CULTURA INSTITUTO COLOMBIANO DEL DEPORTE. (Marzo de 2012). BENEFICIOS DE LA RECREACION . *Beneficios para la vida*.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL COLOMBIA, .. (2000). EDUCACION FISICA. *CONCEPTOS BÁSICOS*.
- Morales, K. B. (2016). ESTADO DEL DESARROLLO MOTOR EN PRE BÁSICA DE UNA ESCUELA MUNICIPAL Y UN COLEGIO PARTICULAR SUBVENCIONADO DE LA COMUNA DE PUERTO MONTT. *Ciencias de la Actividad Física, 17*. Obtenido de <https://revistacaf.com/ojs/index.php/RCAF/article/view/2/2>
- Morán, A. M. (2017). DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD EN ETAPA INFANTIL. *Espirales revista multidisciplinaria de investigación, 1*. Obtenido de <http://www.revistaespirales.com/index.php/es/article/view/11>

- MOTRICIDAD. (s.f.). Obtenido de https://senaintro.blackboard.com/bbcswebdav/institution/semillas/228101_2_VIRTUAL/OAAPs/OAAP1/act4/materialc/motricidad/oc.pdf
- Muñoz, A. (s.f.). *Cepvi.com*. Obtenido de <http://www.cepvi.com/index.php/psicologia-infantil/desarrollo/desarrollo-fisico>
- Mutti, M. (10 de 02 de 2013). *ARepublica*. Obtenido de <http://pequelia.republica.com/noticias/el-ejercicio-estimula-el-desarrollo-fisico-y-mental-del-nino.html>
- National Heart, L. a. (2012). *Tipos de actividad física*. Obtenido de <https://www.nhlbi.nih.gov/health-spanish/health-topics/temas/phys/types>
- Nelson, W. V. (1983). DESARROLLO FÍSICO Y PSICOMOTOR EN LA ETAPA INFANTIL.
- Noreña, A. O. (2012). *Benefíciate -importancia de la recreacion en nuestras vidas*. Obtenido de <http://beneficiate.com.co/importancia-de-la-recreacion-en-nuestra-vidas/>
- Organizacion Mundial de la Salud. (2004). Obtenido de http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/es/
- Osvado Cintra Cala, Y. B. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. *Revista Digital Buenos Aires*(159).
- Osvado Cintra Cala, Y. B. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. (159).
- Palacios. (2010). El Juego y su incidencia en el desarrollo Psicomotriz en los niños de 5 y 6 años.
- Palacios, R. M. (2009). *espacioLogopèdico*.
- Palsy, U. C. (Junio de 2015). *Generalidades sobre la motricidad y factores que influyen sobre el desarrollo - See more at: http://www.abilitypath.org/espanol-1/motor/motricidad-generalidades-y-factores-que-influyen-el-desarrollo.html#sthash.sIWn906i.dpuf*. Obtenido de <http://ucphuntsville.org/wp-content/uploads/2015/06/Etapas-del-desarrollo-motor.pdf>
- Paredes, J. M. (2012). *Beneficios de la actividad física*. Obtenido de <http://www.deportedigital.galeon.com/salud/beneficios.htm>
- PAREDES, Y. L. (2012). *¿QUÉ ES LA PSICOMOTRICIDAD?* Obtenido de <http://app.kiddyshouse.com/maestra/articulos/que-es-la-psicomotricidad.php>
- Patino, E. (2008). *Understood*. Obtenido de <https://www.understood.org/es-mx/learning-attention-issues/child-learning-disabilities/movement-coordination-issues/8-fun-ways-to-build-gross-motor-skills#slide-8>
- Pérez. (2004). *PSICOMOTRICIDAD* (primera ed.). ideaspropias Vigo.
- Pérez, D. F. (2014). Recrearse de manera sana y productiva. *SaludVida*(3).

- Pérez, M. M. (2004.). LA MOTRICIDAD, CORPOREIDAD Y PEDAGOGÍA DEL MOVIMIENTO.
- Pèrez, M. M. (2004). LA MOTRICIDAD, CORPOREIDAD Y PEDAGOGÍA DEL MOVIMIENTO EN EDUCACIÓN FÍSICA.
- Pillou, J. F. (2015). Beneficios de la actividad física en la salud. *CCM*. Obtenido de <http://salud.ccm.net/faq/3948-beneficios-de-la-actividad-fisica-en-la-salud>
- Pillou, J. F. (2015). Beneficios de la actividad física en la salud. *CCM*.
- Pontigo, C. G. (2011). *Motricidad Gruesa Y Tmgd-2*.
- Porrás, J. M. (2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. *efdeportes.com*(130).
- Prat, G. &. (2003). *Actitudes valores y normas en educación física y el deporte*. INDE publicaciones.
- Propuestas de actividades para trabajar el desarrollo motor de los niños*. (2014). Obtenido de <http://actividadesinfantil.com/archives/2498>
- PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE*. (s.f.). Obtenido de <http://webpersonal.uma.es/~ZACCAGNINI/deporte.htm>
- PSICOMOTRICIDAD. (2009). 4, 21.
- Psicovida*. (2014). Obtenido de <http://www.psico-vida.com/2014/11/motricidad-psicomotricidad-fina-y-gruesa/>
- Pumar Vidal, B. N. (2015). Efectos de un programa de actividad física en escolares. *Educacion Fisica y Ciencia*, 17. Obtenido de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2314-25612015000200001
- Ramírez, L. (2010). Axiología de la Educación.
- Ramírez, L. (2010). Axiología de la Educación. *La Ética Científica, su Método y la Relación con la Pedagogía*.
- Raza, E. (10 de 2015). *Tipos de motricidad infantil*. Obtenido de <http://elymotricidad.blogspot.com/>
- Recio, R. (17 de 01 de 2013). *elconfidencial.com*. Obtenido de https://blogs.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/relacion-padres-e-hijos/2013-01-17/el-nino-de-3-a-6-anos-desarrollo-fisico-cognitivo-y-social_205001/
- Recomendaciones para la práctica de la Educación Física*. (2013). Obtenido de <http://yiselleccrv.blogspot.com/2013/02/recomendaciones-para-la-practica-de-la.html>
- RECREACION Y DEPORTE ALUMBRE*. (s.f.). Obtenido de <https://sites.google.com/site/recreacionydeportealumbre/1-la-historia-de-la-recreacion>

- Rigal, R. (2006). *educacion motriz y educacion psicomotriz en preescolar y primaria*. Barcelona -España: INDE.
- Rincon, E. (24 de 05 de 2013). *Teoría de la Recreación*. Obtenido de <http://historiadela recreacion.blogspot.com/>
- Rodríguez, C. G. (Junio de 2002). La actividad motriz del niño de 5 a 6 años. *efdeportes.com*(49).
- Rodríguez, J. R., Abad Robles, M. T., & Giménez Fuentes-Guerra, F. J. (2009). Concepto, características, orientaciones. *EFDEPORTES.COM*.
- Rodriguez, L. (10 de 11 de 2010). *INSLIDESHARE*. Obtenido de <https://es.slideshare.net/luisrodriguezjocobi/desarrollo-fisico-5743517>
- Rolón, M. d. (2015). La importancia de hacer actividad física. *Clarín*.
- Roxana, J. (Mayo de 2011). *Los niños en la educación inicial*. Obtenido de <http://educacioninicial12.blogspot.com/2011/05/la-motricidad-en-los-ninos-y-su.html>
- Sáenz, .. F. (2010). *Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar*. Obtenido de <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/106811/guia-edu-preescolar.pdf>
- Salgado, P. (2007). *Desarrollo Motor Normal*.
- Sánchez, J. L. (2014). Las actividades recreativas: sus características, clasificación y beneficios. *efdeportes.com*(196).
- Sardo, P. (2016). *premiummadrid*. Obtenido de <https://rehabilitacionpremiummadrid.com/blog/patricia-sardo/que-es-el-desarrollo-motor/>
- Secretaría de Educación. (1999). Pre Diseño Curricular para la Educación General Básica. Obtenido de <http://www.huergo.edu.ar/docs/ed.fisica.pdf>
- Sheila E. Henderson, D. A. (2016). EVALUACIÓN DE LA BATERÍA DE EVALUACIÓN DEL MOVIMIENTO PARA NIÑOS-2 (MABC-2). *EFPA*, 3.
- Simón, E. A. (2010). *Desarrollo Cognitivo y Motor*.
- Soto, M. (13 de 07 de 2014). *Prezi*. Obtenido de <https://prezi.com/uinnphpdjtuz/la-ficha-de-observacion/>
- Tarrazo, G. F. (2015). PROGRAMACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD EDUCACION INICIAL.
- Tercedor, P. (2002). Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física.
- Terracota. (2009). PSICOMOTRICIDAD.
- Terracota. (2009). PSICOMOTRICIDAD.

- Torres, A. M. (9 de Junio de 2014). *Prezi.com*. Obtenido de <https://prezi.com/9hemaUvs3jts/clases-y-tipos-de-recreacion/>
- Vargas, G. A. (s.f.). ACTIVIDAD FÍSICA, EJERCICIO Y DEPORTE. 56.
- Ventura, L. (Mayo de 2012). Fundamentos axiológicos en la educación física. *Pedagogía*.
- Virginia Viciano Garófano, L. C. (2009). IMPORTANCIA DE LA MOTRICIDAD PARA EL DESARROLLO INTEGRAL. *Dialnet*(47).
- Yépez, J. G. (s.f.). El deporte, otras vertientes y la diversidad de sus clasificaciones.

ANEXOS



El niño está aplicando el pre-test la prueba de equilibrio, el ejercicio equilibrio sobre una pierna, podemos observar que no logran mantener mucho tiempo elevada su pierna y para ello se realizó ejercicios de equilibrio para poder obtener mejores resultados.



El niño está desarrollando la prueba de equilibrio, el ejercicio andar de puntillas, para eso se trazó una línea sobre la cancha por la cual los niños debían caminar coordinando sus pies.

ANÁLISIS DE LA MOTRICIDAD GRUESA: CASO DE ESTUDIO NIÑOS PERTENECIENTES A LAS EDADES DE 5 A 7 AÑOS

Andrea Vanessa Cárdenas Zúñiga
Universidad Técnica de Ambato
acardenas4125@uta.edu.ec

RESUMEN

Los docentes durante el proceso de enseñanza – aprendizaje de las clases de Educación Física realizan la práctica de actividades físicas y recreativas buscando generar de esta manera el desarrollo motor en los niños, la motricidad gruesa en la etapa infantil es de gran importancia pues por medio de ella se afianzan las habilidades y destrezas para ejecutar los movimientos corporales más conocidos como hábitos motrices. La investigación presenta un programa de intervención basado en actividades recreativas desarrolladas durante seis meses en las clases de educación física para lo cual se propuso como objetivo evaluar la motricidad gruesa de los niños de primero y segundo año de educación general básica, los datos fueron evaluados mediante la aplicación de test MABC-2 mediante el cual se puede conocer los niveles referentes a la motricidad gruesa, se trabajó con un total de 50 niños, los mismos que corresponden al primero y segundo año de Educación General Básica, las edades estuvieron comprendidas entre los cinco y siete años respectivamente. Los resultados encontrados muestran evidencias significativas tras la intervención del programa en siete de las ocho variables estudiadas, con lo cual se puede mencionar que nuestra intervención produjo mejoras significativas en la motricidad gruesa de los sujetos, sin embargo se debe afianzar el programa en lo referente al equilibrio sobre una pierna.

PALABRAS CLAVES: movimiento, motricidad gruesa, desarrollo motor, actividad física.

ABSTRACT

The teachers during the teaching - learning process of the Physical Education classes carry out the practice of physical and recreational activities seeking to generate this way the motor development in the children, the gross motor in the infantile stage of great importance because through it The skills and abilities to execute the body movements known as motor habits are strengthened. The research presents an intervention program based on recreational activities developed during six months in the physical education classes for which it was proposed to evaluate the gross motor skills of the first and second year of general basic education, the data were evaluated by means of The application of the MABC-2 test, by means of which the levels can be known, refers to gross motor skills. A total of 50 male children were worked on, which were the first and second years of Basic General Education, the five and seven years respectively. The results found significant evidence for the intervention of the program in seven of the eight variables studied, with which it can be mentioned, instead, the program is called tuning in relation to the balance on one leg.

KEY WORDS: movement, gross motor, motor development, physical activity.

INTRODUCCIÒN

Según Andradas, E. (2015) menciona que ser físicamente activo durante la niñez y adolescencia no sólo es primordial para la salud integral, lo cual es importante para lograr un buen estilo de vida. La motricidad gruesa es la capacidad y habilidad que posee el cuerpo para ejecutar diversos movimientos, una de las premisas que hay que tener presente es la creación de hábitos motrices Caballero, (2012) citado en Molina,J.(2017) los cuales deben ser desarrollados mediante una correcta organización y planificación, las prácticas de Educación Física deben enfocarse hacia la mejora de la coordinación motriz durante la etapa del desarrollo infantil, proporcionar a los infantes actividades estabilizadoras, lúdicas y psicomotrices.

La actividad física realizada diariamente desde edades tempranas, mejora la salud general (Oblitas, 2006; Arruza et al., 2008; Carrillo,C.(2017), además la Actividad física desarrolla una adecuada forma física en la población infantil y adolescente, aportando beneficios físicos y bienestar emocional, a corto y largo plazo; otro aspecto fundamental en la adaptación motriz es la realización de actividades físicas espontáneas, es decir, realizadas de forma voluntaria, los cuales proveen beneficios multifactorial con efectos en el sistema inmune González,N.(2018). La actividad física en la infancia permite que los niños se sientan competentes realizando sus habilidades físicas y es probable que en su edad adulta sean más activos y participativos, además el juego contribuye en el desarrollo físico, cognitivo, socioemocional y del lenguaje Loza,S. (2017), ya que se considerada como un aliado del aprendizaje porque a través de él, el niño ensaya, imagina y crea. Es una oportunidad para identificar sus potencialidades y limitaciones por ende las instituciones educativas conjuntamente con los profesionales de la educación física son los encargados de brindar espacios lúdicos y recreativos para fomentar el desarrollo motriz, generar nuevos procedimientos que ayuden a los infantes a

desarrollar diferentes actividades a través del juego, pues la etapa infantil es primordial para que un niño desarrolle todas sus habilidades.

Para la mayoría de los niños las clases de Educación Física son el momento propicio para realizar la práctica de actividades físicas Martínez,F.(2017), por consiguiente la Educación Física está considerada como un área que permite promocionar a la actividad física de forma directa e indirecta Fernández,M.(2017). sin embargo en la Unidad Educativa “**Totoras**” de la ciudad de Ambato he podido observar que no se imparten estrategias didácticas Ferrandis,I.(2017) para el fortalecimiento de la motricidad gruesa, existe un grupo de niños que cursan el primero y segundo año de educación general básica, en los cuales se nota dificultades en la ejecución de las actividades motrices durante las prácticas de educación física, los problemas de coordinación, lateralidad y equilibrio ha sido una gran preocupación en las autoridades y docentes, y situación que preocupa a los educadores físicos que trabajan en los años superiores ya que se puede notar que no poseen un desarrollo motriz idóneo para la edad respectiva, existiendo tropiezos en el proceso de enseñanza – aprendizaje, razón por la cual en nuestro trabajo hemos propuesto como objetivo evaluar la motricidad gruesa de los niños de primero y segundo año de educación general básica de la Unidad Educativa Totoras de la ciudad de Ambato.

REVISIÓN DE LA LITERATURA

Con el pasar de los años se han probado varios instrumentos de medición para evaluar la motricidad, se ha utilizado el test de eficiencia manual el cual permite conocer las diferencias QUE EXISTE entre el brazo dominante y el no dominante Márquez,S. (1998), la motricidad y la enseñanza son saberes que se imparten en el aula y en la práctica deportiva, por lo tanto se define a la motricidad como un saber durante el proceso de enseñanza, es decir, las categorías cuerpo-motricidad son un eje de la enseñanza Zuluaga,A.(2015), la Motricidad Humana es una experiencia educativa, un estudio realizado se fundamenta mediante planificaciones de Educación Física utilizando un conjunto de situaciones de aprendizaje basado en ejercicios de autonomía y construcción de conocimiento Da Silva Carmo,C.(2015).

En relación a los instrumentos aplicados para conocer la motricidad gruesa en infantes existen varias alternativas las cuales se describen a continuación: el test TGMD-2 permite obtener resultados confiables y válidos al ser aplicados en niños de cinco a diez años, utilizando el coeficiente de correlación y el método BLAND-ALTMAN Cano-Cappellacci I, M. (2015), al aplicar la escala de desarrollo motor de ALBERTA AIMS, los resultados mostraron que el 63.6% de los niños presentan retraso en su desarrollo motor, siendo la causa principal la desnutrición León, B. (2015), por otra parte el test de TGMD-2 permite evaluar la motricidad Cid, F. (2015), EN CUANTO A LOS programas de intervención motriz para conocer el nivel de motricidad gruesa de los niños, los resultados han permitido observar el nivel de motricidad promedio, mientras que las sesiones las sesiones aplicadas a los niños evidencia mejoras significativas en el desarrollo de sus habilidades Vallejos, M. (2016). ADEMÁS Se aplicó el test TGMD-2 Y EL índice de masa corporal y para evaluar el desarrollo de la motricidad gruesa y la nutrición en niños, los resultados del test lo obtuvieron los niños del nivel de transición I y en el estado nutricional los dos grupos alcanzaron valores similares, concluyendo que existe obesidad en los niños Santana, D. (2016).

La psicomotricidad es el eje de todo desarrollo evolutivo, el aprendizaje del lenguaje en los niños, debiendo ser desarrollada mediante movimientos y juegos, la aplicación de la Prueba de desarrollo Battelle como un instrumento del lenguaje comprensivo y expresivo así como la motricidad gruesa y fina Rodríguez, M. (2017). El test Motor SportComp permite que los docentes de educación física evalúen la coordinación motriz de sus estudiantes, su aplicación es sencilla y ayudar a detectar los problemas motrices, los resultados se analizan en base a la coordinación motriz global Pérez, L. (2017). Al aplicar juegos durante la infancia se observa el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas durante la evaluación de los movimientos corporales en niños, tras la aplicación de una ficha de observación basada en una guía didáctica de actividades lúdicas para la mejora de la motricidad gruesa, se concluye que el juego es una herramienta primordial en la etapa infantil y debe ser practicado de forma habitual Bayas, F. (2017).

Por otra parte el test de MABC-2 ayuda a identificar la precisión de lanzamiento y el rendimiento de captura en los niños, se concluye que una buena precisión de lanzamiento permite un buen rendimiento de captura de los objetos Dirksen,T. (2016), de la misma manera el MABC 2 permite medir la destreza de puntería y atrape Bravo,I. (2017). En definitiva la batería MABC-2 uno de los más reconocidos para la detección de problemas de coordinación, motriz (Pérez 2017), es decir, es una batería integral que identifica y evalúa el desarrollo motor en los niños (Henderson et al., 2007) citado en Hollund,I.(2018), la competencia motriz se debe evaluar usando la Batería del movimiento para niños, cuya segunda edición se la conoce como (MABC-2), una evaluación estandarizada de la habilidad motora fina y gruesa Sumner,E.(2018), luego de revisar la literatura hemos definido a la prueba mabc-2 como la más apropiada para nuestro estudio.

METODOLOGIA

Sujetos

En el programa de intervención participaron 50 niños, los mismos que corresponden al primero y segundo año de Educación General Básica, cuyas edades estuvieron comprendidas entre los cinco y siete años respectivamente, quienes poseen una condición socioeconómica de clase media.

Protocolos

En primera instancia se ejecutó la revisión de la literatura sobre el objetivo a cumplir, posteriormente se procede con el trabajo de campo, aplicando la intervención antes y después de las actividades físico recreativas, pues una intervención permiten una evaluación diagnóstica y el futuro diseño de planes de intervención adecuados Otalvaro,M. (2016). Nuestro programa de intervención fue establecido mediante juegos lúdicos, los cuales se desarrollaron mediante actividades recreativas con juegos asociados a la edad de los participantes durante las clases de educación física, desarrolladas durante 6 meses aplicando una planificación inductiva-deductiva, es decir, diseñadas de lo fácil a lo difícil, una vez conocida la finalidad del estudio se tomaron los datos de cada uno de los

cincuenta participantes, una medición antes de iniciar la intervención y posteriormente luego de los seis meses de trabajo.

Procedimiento

Con los participantes se procedió a la aplicación del test, la participación de los niños fue totalmente voluntaria González,A.(2017), se solicitó mediante consentimiento de los padres de familia por la edad que presentan los participantes, en primera instancia se socializó que el método no tiene carácter invasivo, pues la metodología aplicada no afecta a los niños participantes, y es de gran ayuda para conocer cómo se encuentra la motricidad gruesa de los sujetos de estudio, pues existe una relación entre desarrollo motor y actividad física Weisstaub,G.(2017), todo el proceso se cumplió con los requisitos previstos el pre-test se aplicó durante las clases de educación física, en el mes de enero durante el periodo escolar del año lectivo 2016-2017, posterior a los seis meses se procedió a aplicar el post test y evaluar la motricidad gruesa, de esta manera coincidimos con Benjumea,M.(2017), la coordinación motriz en infantes es un requerimiento para la educación física, permite conocer el nivel de motricidad en niños así como la coordinación de objetos a través de actividades continuas como carreras, saltos y giros.

INSTRUMENTOS

El test de MABC-2 concordando (Bravo,I.(2017) permite evaluar el desarrollo motor de los estudiantes. Durante la aplicación del test, los estudiantes realizaron en primera instancia la prueba de destreza manual la misma que contiene tres ejercicios: introducir monedas, enhebrar cuentas y dibujar el trazado, posteriormente se aplicó la prueba de puntería y atrape, la cual contiene dos ejercicios, atrapar el saquito y lanzar el saquito a una diana, para finalizar el test se administró la prueba de equilibrio la misma que está conformada por tres ejercicios: equilibrio sobre una pierna, andar de puntillas y saltar sobre alfombrillas. Antes de la aplicación del test se les explicó a todos los niños en qué consistía el test y cuál es la finalidad del estudio.

La información fue procesada utilizando el software estadístico IBM SPSS, versión 20.0. Para comparar los resultados del antes y después de la intervención del

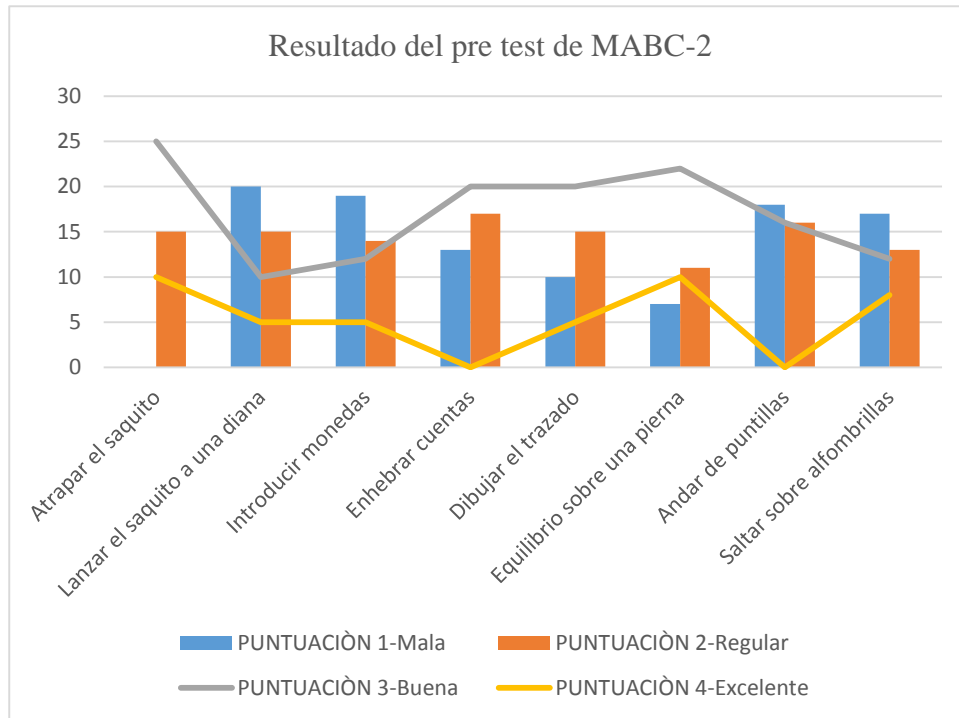
programa de actividad física como lo uso Pumar,B.(2015), para lo cual se utilizó el estadístico de correlación de los rasgos de Wilcoxon con su correspondiente valor de p. aceptado de $< 0,05$ para cada caso.

Las variables analizadas en el estudio fueron: introducir monedas, enhebrar cuentas, dibujar el trazado, atrapar el saquito, lanzar el saquito a una diana, equilibrio sobre una pierna, andar de puntillas y saltar sobre alfombrillas.

RESULTADOS:

Análisis del PRE -TEST DE MABC-2 aplicado a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.

EJERCICIOS:	PUNTUACIÓN				TOTAL:
	1 Mala	2 Regular	3 Buena	4 Excelente	
Atrapar el saquito	0	15	25	10	50
Lanzar el saquito a una diana	20	15	10	5	50
Introducir monedas	19	14	12	5	50
Enhebrar cuentas	13	17	20	0	50
Dibujar el trazado	10	15	20	5	50
Equilibrio sobre una pierna	7	11	22	10	50
Andar de puntillas	18	16	16	0	50
Saltar sobre alfombrillas	17	13	12	8	50

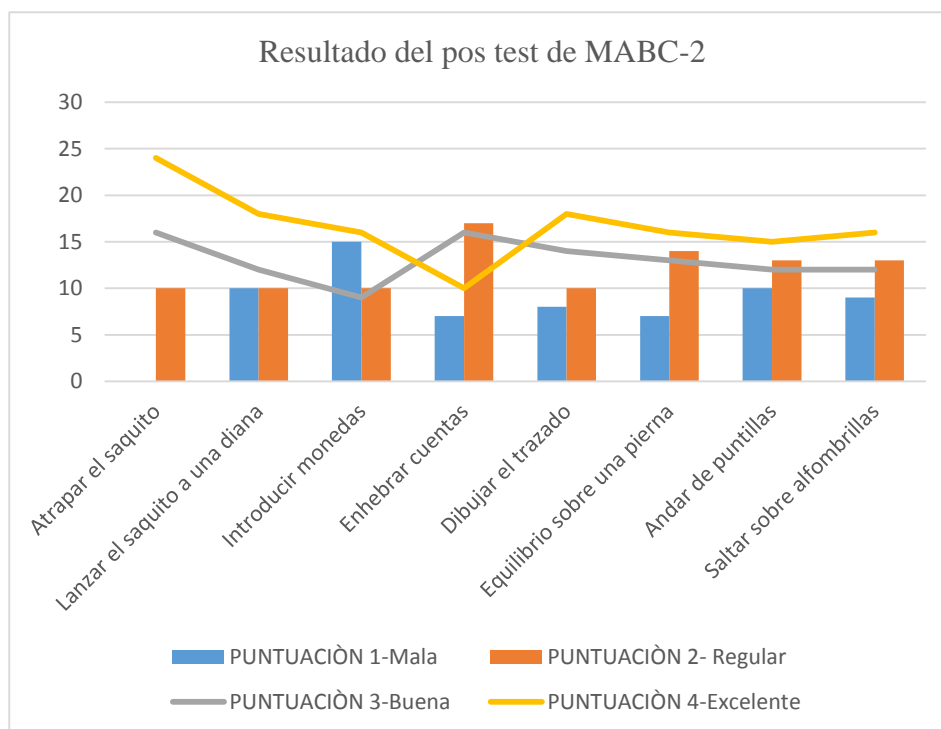


Análisis: En el pre test en la prueba de **atrapar el saquito** de los 50 niños se puede mencionar que 15 sujetos alcanzaron una puntuación regular, 25 sujetos alcanzaron una puntuación buena y 10 niños alcanzaron una puntuación excelente. En la prueba de **lanzar el saquito a una diana** 20 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 15 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 10 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 5 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **introducir monedas** 19 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 14 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 5 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **enhebrar cuentas** 13 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 17 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 20 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 0 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **dibujar el trazado** 10 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 15 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 20 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 5 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **equilibrio sobre una pierna** 7 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 11 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 22 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 10 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **andar de puntillas** 18 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 16 sujetos

alcanzaron la puntuación regular, 16 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 0 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **saltar sobre alfombrillas** 17 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 13 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 8 sujetos alcanzaron la puntuación excelente.

Análisis del POS-TEST DE MABC-2 aplicado a los estudiantes de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa “Totoras”.

EJERCICIOS:	PUNTUACIÓN				TOTAL
	1 Mala	2 Regular	3 Buena	4 Excelente	
Atrapar el saquito	0	10	16	24	50
Lanzar el saquito a una diana	10	10	12	18	50
Introducir monedas	15	10	9	16	50
Enhebrar cuentas	7	17	16	10	50
Dibujar el trazado	8	10	14	18	50
Equilibrio sobre una pierna	7	14	13	16	50
Andar de puntillas	10	13	12	15	50
Saltar sobre alfombrillas	9	13	12	16	50



Análisis: En el pos test en la prueba de **atrapar el saquito** de los 50 niños se puede mencionar que 10 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 16 sujetos alcanzaron una puntuación buena y 24 niños alcanzaron una puntuación excelente. En la prueba de **lanzar el saquito a una diana** 10 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 10 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 18 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **introducir monedas** 15 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 10 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 9 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 16 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **enhebrar cuentas** 7 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 17 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 16 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 10 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **dibujar el trazado** 8 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 10 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 14 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 18 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **equilibrio sobre una pierna** 7 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 14 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 13 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 16 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **andar de puntillas** 10 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 13 sujetos alcanzaron la puntuación

regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 15 sujetos alcanzaron la puntuación excelente. En la prueba de **saltar sobre alfombrillas** 9 sujetos alcanzaron una puntuación mala, 13 sujetos alcanzaron la puntuación regular, 12 sujetos alcanzaron la puntuación buena y 16 sujetos alcanzaron la puntuación excelente.

COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS:

Estadísticos de contraste^a

	Atrapar el saquito - Atrapar el saquito	Lanzar el saquito a una diana - Lanzar el saquito a una diana	Introducir monedas - Introducir monedas	Enhebrar cuentas - Enhebrar cuentas	Dibujar el trazado - Dibujar el trazado
Z	-4,359 ^b	-5,708 ^b	-4,796 ^b	-4,690 ^b	-4,690 ^b
Sig. asintót. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000

Estadísticos de contraste^a

	Equilibrio sobre una pierna - Equilibrio sobre una pierna	Andar de puntillas - Andar de puntillas	Saltar sobre alfombrillas - Saltar sobre alfombrillas
Z	-1,000 ^b	-5,831 ^b	-4,899 ^b
Sig. asintót. (bilateral)	,317	,000	,000

a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

b. Basado en los rangos negativos.

El estadístico de contraste muestra que de los ocho valores de las variables de estudio, el correspondiente al equilibrio sobre una pierna cuyo p-valor “sig. Asintót. = 0.317 > 0.05 muestra que no existe evidencia significativa de mejora en este aspecto entre la pre y pos intervención, mientras que los demás valores obtuvieron diferencias significativas luego del programa de intervención para las variables de: Atrapar el saquito, lanzar el saquito a una diana, introducir

monedas, enhebrar cuentas, dibujar el trazado, andar de puntillas y saltar sobre alfombrillas cuyo p-valor “sig. Asintót. es $0.00 < 0.05$.”

CONCLUSIONES:

- La Actividad Física ayuda al desarrollo motor de los niños, promoviendo así la calidad de vida y formando parte de su etapa infantil.
- La Motricidad Gruesa de los niños se encontró en un nivel moderado deduciendo así que esta destreza influye en el desarrollo de sus habilidades motrices básica.
- Las actividades físicas mostraron un gran impacto en cuanto al desarrollo de la motricidad gruesa beneficiando de tal manera al aprendizaje general y ayudando a la evolución de su personalidad para que puedan ser independientes y felices.

Referencias

- Andradas, A. E. (2015). *ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD Y REDUCCION DEL SEDENTARISMO*. MADRID.
- Bayas, M. F. (2017). Actividades Lúdicas “Aprendo Jugando” Para Desarrollar La Motricidad Gruesa En Los Niños Y Niñas Del Primer Año De Educación Básica. *European Scientific Journal*, 13(26).
- Benjumea, J. M. (2017). (Test de coordinación motriz 3JS: Cómo valorar y analizar su ejecución . *Retos*, 32, 189-193.
- Bravo, I. R.-N. (2017). Diferencias en función del género en la puntería y atrape en niños de Educación Primaria. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, sin volumen* (32), 35-38.
- Cano-Cappellacci, M. L. (2015). Confiabilidad y validez de contenido de test de desarrollo motor grueso en niños chilenos. *Rev Saúde Pública*, 49, 97. doi:10.1590/S0034-8910.2015049005724
- Carrillo, C. M. (2017). Actividad física e IMC de los universitarios de Veracruz y Colima. . *Revista Mexicana de Investigación en Cultura Física y Deporte,,* 53.
- Da Silva Carmo, C. G. (2015). Motricidad escolar: Reflexiones y acciones en una experiencia situada en la educación básica.),. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 41, 51-65.
- Ferradas Garcia, C. (2015). Evaluación de la Lateralidad mediante el test de Harris en niños de 3 y 6 años. *Universidad de Valladolid. Escuela Universitaria de Educación (Soria)*, 21-24.
- Ferrandis, I. G. (2017). Estrategias didácticas innovadoras en la enseñanza de las ciencias. *Enseñanza de las ciencias: revista de investigación y experiencias didácticas*, 35(2), 109-126.
- González, M. A. (2017). Análisis de la formación del maestro/a de educación infantil en expresión corporal. *EmásF: revista digital de educación física*(49), 36-59.
- González, N. F. (2018). Actividad física y ejercicio en la mujer. . *Revista Colombiana de Cardiología*.
- Hollund, I. M. (2018). White matter alterations and their associations with motor function in young adults born preterm with very low birth weight. *NeuroImage: Clinical*(17), 241-250.
- León, B. M. (2015). Desarrollo motor de los niños indígenas atendidos por desnutrición en Valledupar. *Nutr. clín. diet. hosp,,* 36(3), 76-78. Obtenido de <http://revista.nutricion.org/PDF/maureth.pdf>

- Loza, S. B. (2017). La función del juego en el desarrollo integral de los niños de 2 a 4 años. . *Revista PUCE*.
- Márquez, S. (1998). Analisis de la lateralidad y la eficiencia manual en un grupo de niños de 5 a 10 años. *European Journal of Human Movement*, (4), 131-139.
- Martínez, F. D. (2017). Autoconcepto, práctica de actividad física y respuesta social en adolescentes: Relaciones con el rendimiento académico. . *Revista Iberoamericana de Educación*, 73.
- Otalvaro, A. M. (2016). Instrumentos de evaluación de pesquisa de neurodesarrollo en la intervención temprana. *tesis psicológica*, 54 - 71.
- Pérez, L. M. (2017). Evaluar la Coordinación Motriz Global en Educación Secundaria:El Test Motor SportComp. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, XIII(49), 285-301 .
- Pérez, L. M. R., Moro, M. I. B., Otero, I. R., Nieto, M. P., Collado, N. R., Coll, M. V. G., & Manzano, J. A. N. (2017). Evaluar la Coordinación Motriz Global en Educación Secundaria: El Test Motor SportComp. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 13(49), 285-301.
- Pumar Vidal, B. N. (2015). Efectos de un programa de actividad física en escolares. *Educación Física y Ciencia*, 17(2), 1-13.
- Rodríguez, M. G.-A.-M. (2017). La educación psicomotriz en su contribución al desarrollo del lenguaje en niños que presentan necesidades específicas de apoyo educativo. *Revista de Investigación en Logopedia*, 7(1), 89-106. Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/3508/350851047005/>
- Santana, D. O. (2016). Desarrollo motor grueso y estado nutricional en niños preescolares con presencia y ausencia de transición I, que cursan el nivel de transición II. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 18(1). Obtenido de https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2016&q=motricidad+gruesa+en+ni%C3%B1os&oq=motricidad+gruesa
- Sumner, E. L. (2018). Comparing attention to socially-relevant stimuli in autism spectrum disorder and developmental coordination disorder. . *Journal of abnormal child psychology*, 1-13.
- Vallejos, M. S. (2016). Estudio comparativo entre el desarrollo psicomotor y el estado nutricional en niños de kínder, pertenecientes a un establecimiento municipal ya uno particular de la ciudad de Temuco. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 18(2). Obtenido de <https://revistacaf.com/ojs/index.php/RCAF/article/view/82>
- Weisstaub, G. S. (2017). Lactancia materna, desarrollo motor y obesidad,¿ Existe asociación causal? *Revista chilena de pediatría*, 88(4), 88(4), 451-457. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062017000400002>
- Zuluaga, A. E. (2015). .MOTRICIDAD Y ENSEÑANZA: SABERES QUE TRANSITAN EN EL AULA. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 11(2).

