



**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 Licenciado en  
Ciencias de la Educación, mención Cultura Física.

**Mención Cultura Física.**

**TEMA:**

---

**“LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”.**

---

**AUTOR:** Pablo David Yansapanta Caisa

**TUTOR:** Dr. Ángel Aníbal Sailema Torres, MG.

**Ambato - Ecuador**

**2017**

## **APROBACIÓN POR EL TUTOR**

### **CERTIFICA:**

Yo, Dr. Ángel Aníbal Sailema Torres Mg, con C.C 180201752-3, en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, desarrollado por Yansapanta Caisa Pablo David , 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 el Honorable Consejo Directivo.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Ángel Aníbal Sailema Torres', is written over a horizontal dashed line. The signature is fluid and cursive.

Ángel Aníbal Sailema Torres

C.C. 1802017523

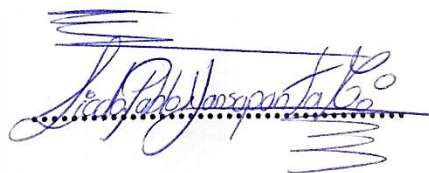
**TUTOR**

## AUTORÍA DE TESIS

La responsabilidad de las opiniones, comentarios, recomendaciones y criterios emitidos en el trabajo de titulación con el tema:

**“LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”.**

Le corresponde exclusivamente a: Pablo David Yansapanta Caisa, Autora bajo la Dirección del Dr. Ángel Aníbal Sailema Torres, Director del trabajo de titulación; y el patrimonio intercultural a la Universidad Técnica de Ambato.




Pablo David Yansapanta Caisa

C.C.1804322517

**AUTOR**

## **CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Cedo los derechos en líneas patrimoniales del presente trabajo final de Grado o Titulación sobre el tema: “LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, 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.



Pablo David Yansapanta Caisa

C.C.1804322517

**AUTOR**

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

La comisión de estudios y calificación del informe del trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: “LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA.”, presentado por Yansapanta Caisa Pablo David, egresado de la Carrera de Cultura Física, de la promoción : Octubre 2016-Marzo 2017, una vez revisada la investigación, se aprueba en razón de que cumple con los principales básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

### LA COMISIÓN



Mg. Segundo Medina



Mg. María Naranjo

## **DEDICATORIA**

Este proyecto de investigación está dedicado a mis padres, por ser el pilar fundamental en mis en vida estudiantil y por hacer de mí una persona de bien respetuosa, amable y honesto con los demás.

A mi dios, porque gracias al cumplí mi sueño tan anhelado ser una persona profesional también por darme vida, salud, sabiduría para poder seguir cosechando experiencias junto a mis docentes, compañeros durante toda mi etapa universitaria por ello una vez más le doy gracias a mi todo poderoso dios.

## **EL AUTOR**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a dios porque él me regalo a unos padres tan buenos quienes me aconsejaron, apoyaron para luchar y llegar a mi objetivo, por último a mis hermanos porque ellos me supieron motivar en cada momento de mi preparación estudiantil.

A la Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias Humanas y de la educación, Carrera de Cultura Física, por permitirme adquirir grandes conocimientos y fortificar mis saberes.

Al Dr. Ángel Sailema mi admirado tutor, que con sus conocimientos profesionales me pudo orientar durante mi realización de este proyecto de investigación.

A la “Unidad Educativa Santa Rosa”, por darme las facilidades para desarrollar mi trabajo de investigación.

## **EL AUTOR**

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
AUTORÍA DE TESIS.....	iii
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR.....	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO .....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS .....	xi
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	xiii
RESUMEN EJECUTIVO .....	xiv
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I.....	3
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	3
1.1 Tema de investigación.....	3
<b>1.1.1 Planteamiento del Problema</b> .....	3
Contextualización.....	3
1.1.2 Árbol de problemas.....	5
1.1.3 Análisis Crítico .....	6
1.1.4 Prognosis.....	6
1.1.5 Formulación del problema .....	6
1.1.6 Interrogantes.....	7
1.1.7 Delimitación del objeto de investigación.....	7
1.1.8 Justificación.....	8
<b>1.2 Objetivos</b> .....	8
1.2.1 General.....	8



1.2.2 Específicos .....	9
CAPÍTULO II .....	10
MARCO TEÓRICO.....	10
<b>2.1 Antecedentes Investigativos</b> .....	10
<b>2.2 Fundamentación Filosófica</b> .....	13
2.2.1 Epistemológica .....	14
2.2.2 Axiología .....	14
<b>2.3 Fundamentación legal</b> .....	14
<b>2.4 Categorías fundamentales</b> .....	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 de la variable dependiente .....	35
<b>2.5 Hipótesis</b> .....	49
<b>2.6 Señalamiento de variables</b> .....	49
2.6.1 Variable independiente .....	49
2.6.2 Variable dependiente.....	49
CAPÍTULO III.....	50
MARCO METODOLÓGICO .....	50
<b>3.1 Modalidad básica de la investigación</b> .....	50
3.1.1 Investigación bibliográfica-documental.....	50
3.1.2 Investigación de campo.....	50
<b>3.2 Nivel o tipo de investigación</b> .....	50
3.2.1 Nivel exploratorio .....	51
3.2.2 Nivel Descriptivo .....	51
3.2.3 Población.....	51

<b>3.3 Operacionalización de variables</b> .....	52
<b>3.4 Plan de recolección de información</b> .....	54
<b>3.5 Plan de Procesamiento de información</b> .....	55
CAPÍTULO IV .....	56
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	56
<b>4.1 Análisis e Interpretación de los Resultados</b> .....	56
<b>4.2 Verificación de hipótesis</b> .....	77
4.3 Modelo Lógico .....	79
CAPITULO V .....	82
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	82
<b>5.1 Conclusiones</b> .....	82
<b>5.2 Recomendaciones</b> .....	83
ANEXOS .....	84
BIBLIOGRAFÍA .....	88

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Población y muestra .....	51
<b>Tabla 2.</b> Operacionalización de variables-La actividad física.....	52
<b>Tabla 3.</b> Operacionalización de variables-Coordinación Motriz .....	53
<b>Tabla 4.</b> Plan de recolección de datos .....	54
<b>Tabla 5.</b> Análisis de la interpretación.....	55
<b>Tabla 6.</b> La actividad física .....	56
<b>Tabla 7.</b> Gestos posturas y orientación del cuerpo.....	58
<b>Tabla 8.</b> El muslo liso, esquelético y cardiaco .....	59
<b>Tabla 9.</b> El gasto de energía .....	.60
<b>Tabla 10.</b> La actividad física .....	61
<b>Tabla 11.</b> La agilidad, la recreación, la lateralidad .....	62
<b>Tabla 12.</b> Correr, caminar y saltar .....	63
<b>Tabla 13.</b> Los estímulos sensoriales .....	64
<b>Tabla 14.</b> Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles .....	65
<b>Tabla 15.</b> La coordinación motriz .....	66
<b>Tabla 16.</b> La actividad física .....	67
<b>Tabla 17.</b> Los gestos, posturas y orientación del cuerpo.....	68
<b>Tabla 18.</b> El músculo liso, esquelético y cardiaco .....	69
<b>Tabla 19.</b> El gasto de energía .....	70
<b>Tabla 20.</b> La actividad física .....	71
<b>Tabla 21.</b> La agilidad, la recreación, la lateralidad .....	72
<b>Tabla 22.</b> Correr, caminar y saltar .....	73
<b>Tabla 23.</b> Los estímulos sensoriales .....	74
<b>Tabla 24.</b> Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles .....	75
<b>Tabla 25.</b> La coordinación motriz .....	76
<b>Tabla 26.</b> Frecuencias Observadas .....	78
<b>Tabla 27.</b> Frecuencias Esperadas .....	79
<b>Tabla 28.</b> Chi cuadrado .....	81
<b>Tabla 29.</b> Resultado de la encuesta de los estudiantes .....	99

<b>Tabla 30.</b> Resultados de la encuesta de los docentes .....	101
<b>Tabla 31.</b> Actividades deportivas .....	104

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Árbol de problemas .....	5
<b>Gráfico 2.</b> Categorías fundamentales .....	17
<b>Gráfico 3.</b> Constelación de ideas de la variable independiente .....	18
<b>Gráfico 4.</b> Constelación de ideas de la variable dependiente .....	19
<b>Gráfico 5.</b> La actividad física .....	56
<b>Gráfico 6.</b> Gestos posturas y orientación del cuerpo.....	58
<b>Gráfico 7.</b> El muslo liso, esquelético y cardiaco .....	59
<b>Gráfico 8.</b> El gasto de energía .....	60
<b>Gráfico 9.</b> La actividad física .....	611
<b>Gráfico 10.</b> La agilidad, la recreación, la lateralidad .....	62
<b>Gráfico 11.</b> Correr, caminar y saltar.....	63
<b>Gráfico 12.</b> Los estímulos sensoriales.....	64
<b>Gráfico 13.</b> Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles.....	65
<b>Gráfico 14.</b> La coordinación motriz .....	66
<b>Gráfico 15.</b> La actividad física .....	67
<b>Gráfico 16.</b> Los gestos, posturas y orientación del cuerpo .....	68
<b>Gráfico 17.</b> El músculo liso, esquelético y cardiaco .....	69
<b>Gráfico 18.</b> El gasto de energía .....	70
<b>Gráfico 19.</b> La actividad física .....	71
<b>Gráfico 20.</b> La agilidad, la recreación, la lateralidad .....	72
<b>Gráfico 21.</b> Correr, caminar y saltar.....	73
<b>Gráfico 22.</b> Los estímulos sensoriales.....	74
<b>Gráfico 23.</b> Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles.....	75
<b>Gráfico 24.</b> La coordinación motriz .....	76
<b>Gráfico 25.</b> Campana de Gauss .....	81

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

**TEMA:** “LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”.

**AUTOR:** Pablo David Yansapanta Caisa

**TUTOR:** Dr. Ángel Aníbal Sailema Torres, MG.

**RESUMEN EJECUTIVO**

El presente trabajo investigativo sobre el tema: La actividad física en la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua, tiene como objetivo contribuir en la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa, para lo cual se procedió a establecer las dos variables de la investigación para fundamentarlas bibliográficamente, proceder a realizar la operacionalización y ver la incidencia de la variable independiente en relación sobre la variable dependiente; por ello se empleó la encuesta como medio de recolección de información, la cual es la base fundamental para edificar las conclusiones y las recomendaciones, y prescribo como aportación para la redacción del artículo académico, con el propósito de encontrar una solución ante el problema identificado, que permitirán que las autoridades, docentes y estudiantes tomen en cuenta las recomendaciones citadas en la investigación, para desarrollar la coordinación motriz de los niño en edades tempranas con el fin de desarrollar su desempeño físico, psicológico y social en el entorno cotidiano a través de la práctica de los juegos recreativos coordinados que pueda a futuro ser un ente positivo en la colectividad educativa, Por otra parte este trabajo ayudara aspectos como potencia motora y con la finalidad de obtener niños saludables en la provincia de Tungurahua, aporten con sus capacidades, tanto físicas como intelectuales.

**Palabras Claves:** actividad física, coordinación motriz, capacidades, desarrollo, sociedad, enseñanza-aprendizaje, saludables, psicológico.

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTY OF SOCIAL SCIENCES AND THE EDUCATION**  
**CAREER OF PHYSICAL EDUCATION**

"THE PHYSICAL ACTIVITY IN THE MOTOR COORDINATION OF CHILDREN OF THE SANTA ROSA EDUCATIONAL UNIT OF THE CITY OF AMBATO, TUNGURAHUA PROVINCE".

The present investigative work on the subject: Physical activity in the motor coordination of children of the Santa Rosa educational unit in the city of Ambato, Tungurahua province, aims to contribute to the motor coordination of the children of the educational unit, for which we proceeded to establish the two variables of the investigation to base them bibliographically, proceed to perform the operationalization and see the incidence of the independent variable in relation to the dependent variable; therefore, the survey was used as a means of gathering information, which is the fundamental basis for building conclusions and recommendations, and prescribe as a contribution to the writing of the academic article, in order to find a solution to the problem identified, that will allow the authorities, teachers and students to take into account the recommendations cited in the research, to develop the motor coordination of the children at an early age in order to develop their physical, psychological and social performance in the daily environment through the practice of coordinated recreational games that may in the future be a positive entity in the educational community, On the other hand this work will help aspects such as motor power and with the purpose of obtaining healthy children in the province of Tungurahua, contribute with their abilities, both physical as intellectuals.

**Key words:** physical activity, motor coordination, skills, development, society, teaching-learning, healthy, psychological.

## INTRODUCCIÓN

El siguiente Trabajo de investigación está encaminado a evidenciar “la actividad física en la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua”.

El Trabajo de investigación consta de los siguientes capítulos y contenidos:

**CAPITULO I, EL PROBLEMA:** Contiene el planeamiento del problema, las contextualizaciones a nivel macro, meso y micro, a continuación se expone el árbol de problemas y el correspondiente análisis crítico, la prognosis, la formulación del problema, las interrogantes de la investigación, las delimitaciones, la Justificación y los Objetivos general y específicos.

**CAPÍTULO II, EL MARCO TEÓRICO:** Se señalan los antecedentes investigativos, las fundamentaciones correspondientes, la red de inclusiones conceptuales, las constelación de ideas de cada variable, el desarrollo de las categorías de la variable dependiente y de la variable independiente y finalmente se plantea la Hipótesis y el señalamiento de variables.

**CAPÍTULO III, LA METODOLOGÍA:** Abarca las modalidades de investigación, los niveles o tipos, la población, la operacionalización de las Variables independiente y dependiente, las técnicas e instrumentos de investigación, el plan de procedimientos de la información, la validez y confiabilidad, el plan de procesamientos de la información y el análisis e interpretación de los resultados.



**CAPÍTULO IV, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS:** En este capítulo se muestra el análisis e interpretación de resultados mediante tablas y graficas extraídas de la aplicación de las encuestas realizadas a los niños de la institución de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad Ambato, Provincia de Tungurahua, para comprobar con las comprobaciones de las hipótesis mediante sus argumentos y verificación.

**CAPÍTULO V, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:** En este capítulo se especifica las conclusiones a las que se ha llegado mediante la indagación de campo, y además se plantean las recomendaciones pertinentes.

Finalmente se hace constar la bibliografía, así como los anexos correspondientes.

# CAPÍTULO I

## EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1 Tema de investigación

“LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”.

#### 1.1.1 Planteamiento del Problema

##### **Contextualización**

En el **Ecuador** en la actualidad se ha observado un gran fenómeno que es el sedentarismo por la falta de actividad física este es un grave problema porque provoca el desinterés de no realizar cualquier deporte en su tiempo de ocio. También el desconocimiento de los padres de familia de lo importante que es la actividad física en los niños de nuestro país, este conflicto provoca escaso desarrollo de habilidades coordinativas, condicionales y además el poca interés que se le da a la motricidad en las unidades educativas en especial en las aulas de clase que se ve reflejado en las clases de educación física observando que los niños tienen insuficiencia en la motricidad gruesa. Otro punto problemático es los padres de familia, los docentes de educación básica son los responsables de no ayudar a que los niños no desarrollen su coordinación motriz.

En la provincia de **Tungurahua** existen problemas de coordinación motriz por insuficiencia de actividad física. Dentro de estas causas de la coordinación motriz son porque en edades tempranas los niños no desarrollaron su motricidad fina y gruesa que tienen efectos como descoordinación en los movimientos, mal funcionamiento de sus capacidades físicas. Qué conlleva a tener un bajo nivel de

aprendizaje, desmotivación dentro y fuera de la sociedad. El sano consejo es incrementar actividades recreativas, deportivas por lo menos 30 minutos diarios.

En la **unidad educativa Santa Rosa** se ha observado que tienen poco interés en la actividad física porque en las clases de educación física prefieren simplemente coger una pelota y patear, es por tal motivo que encontré excesivos problemas de coordinación motriz, muchos niños hacen uso de su tiempo libre en la tecnología como, ver la TV, video juegos, redes sociales y otros más, por lo que su estilo de vida en general hacen una forma sedentaria. Asimismo existe un gran porcentaje de estudiantes obesos afectando directamente a que el estudiante tenga más lentitud en la enseñanza-aprendizaje y es notorio en todos los estudiantes. Es importante que el tiempo libre sea sustituido por una actividad física para mejorar su aparato motor y que el docente de educación física encuentre nuevas metodologías de trabajo para motivar al estudiante a realizar actividad física durante la clase.

### 1.1.2 Árbol de problemas

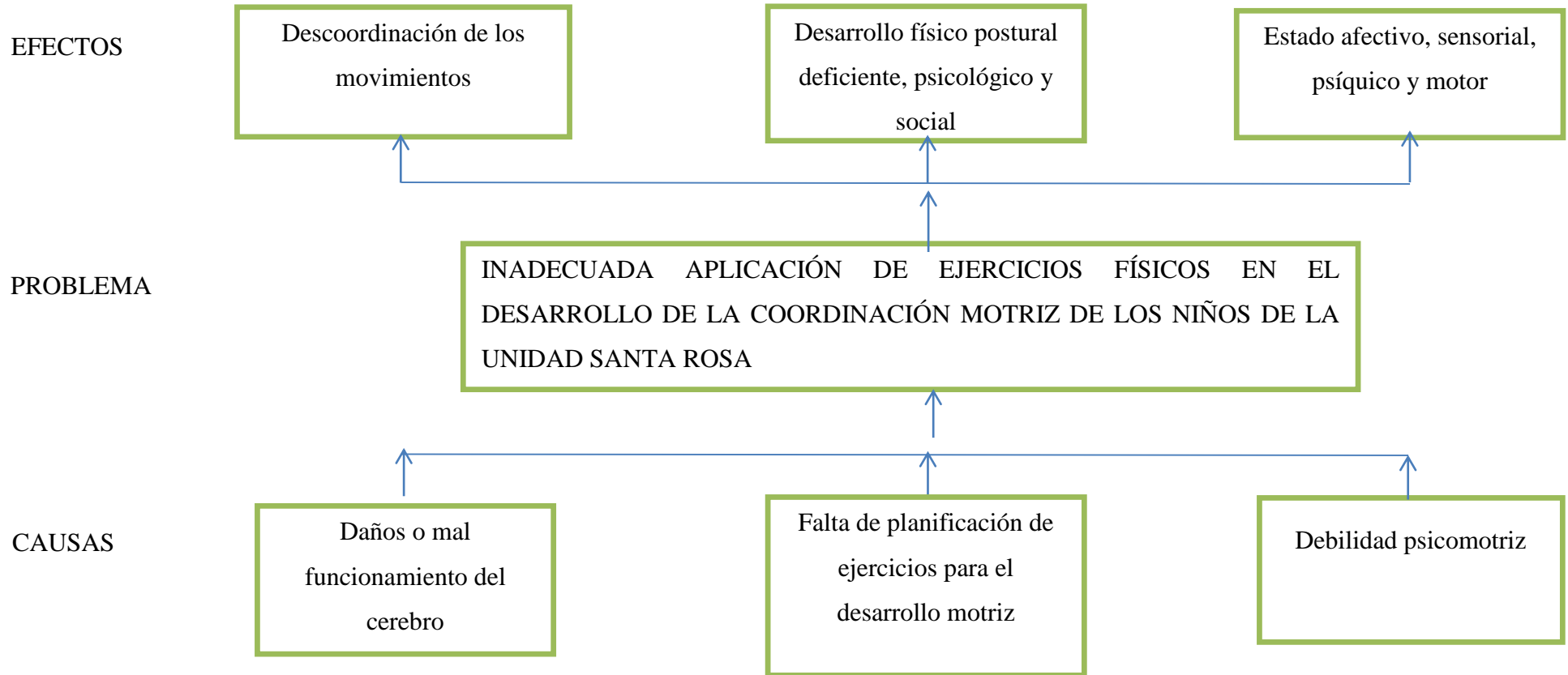


Gráfico 1. Árbol de problemas

Elaborado por: Pablo David Yansapanta Caisa

### **1.1.3 Análisis Crítico**

Hoy en día los daños o mal funcionamiento del cerebro en los estudiantes tienen como efecto descoordinación de los movimientos en las unidades educativas lo cual trae consecuencias como problemas del desarrollo enseñanza-aprendizaje.

La falta de planificación de ejercicios para el desarrollo motriz en los niños tiene como efecto insuficiencia del desarrollo físico postural deficiente, psicológico y social. Por ejemplo lentitud memorística, estado de ánimo bajo, autoestima regular en los niños para ello deben tratar de educarlos y mejorar su salud motora a través de cualquier actividad física y mejorar su motricidad.

Las personas con debilidad psicomotriz tienen muchos factores negativos durante su período educativo por lo que afecta su estado afectivo, sensorial, psíquico y motor. Discriminación en la sociedad educativa, esto implica que sean objeto de maltrato o simplemente como el fenómeno llamando bullying.

### **1.1.4 Prognosis**

El desconocimiento de la coordinación motriz son consecuencias que conduce el desinterés de no realizar actividad física que provoca a los niños un retraso en el desarrollo de las habilidades motoras, o dificultad para coordinar los movimientos en cualquier actividad deportiva y en el proceso de desarrollo cognitivo del niño. Así que el día de hoy no hablamos de esta problemática a pesar de los años se vendrá un sin número de enfermedades para la salud en todos sus factores. Es importante buscar una solución, para que no aumente este fenómeno en los niños de la unidad educativa Santa Rosa y que la actividad física sea parte de la salud preventiva.

### **1.1.5 Formulación del problema**

¿Cómo incide la actividad física en la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua?

### **1.1.6 Interrogantes**

¿Cuál es la situación actual de la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa?

¿Cómo se desarrolla la coordinación motriz en los niños de la unidad educativa Santa Rosa?

¿Qué alternativa propositivas se presentan para solucionar la problemática encontrada?

### **1.1.7 Delimitación del objeto de investigación**

Delimitación de contenidos

Campo: Educativo

Área: Educación Física

Aspecto: actividad física- coordinación motriz

Delimitación Espacial

La investigación se realizó con los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

Delimitación Temporal

Este problema será estudiado en el año lectivo 2016 – 2017.

Unidades de observación

75 Estudiantes y 5 docentes de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua

### **1.1.8 Justificación**

Es **Factible** ya que a través de su ejecución y verificación de esta investigación se podrá ofrecer nuevas opciones para un mejoramiento psicológico, social, estado afectivo por medio de la actividad física, y sea un generador en su desarrollo motor en los niños para una excelente calidad de vida en la sociedad Ecuatoriana.

Ya que es de gran **importancia** realizar actividad física desde edades tempranas por medio de juegos pequeños y grandes así el niño tendrá a futuro una excelente coordinación motriz y poder desempeñar su enseñanza-aprendizaje. El resultado de esta investigación determinará si en realidad la actividad física se puede considerar de **interés**, como un método efectivo para poder disminuir los niveles de descoordinación motriz que produce deterioro mental, problemas de motricidad en los niños que están involucrados para así construir a una atractiva cultura de movimiento para prevenir el impacto de enfermedades.

Los **beneficiarios** de este programa serán los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua para que desarrollen la coordinación motriz

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 General**

- Conocer la actividad física en la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

### **1.2.2 Específicos**

- Determinar los beneficios de la actividad física de los niños de la unidad educativa Santa Rosa.
- Analizar el efecto que causa la coordinación motriz en los niños de la unidad educativa Santa Rosa.
- Elaborar una guía de actividades físicas para mejorar la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Ros



## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 Antecedentes Investigativos

Una vez revisando el repositorio de la Universidad Técnica de Ambato de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Carrera de Cultura Física se pudo encontrar el tema de investigaciones similares al tema:

Tema: “Las Actividades Físicas iniciales y su influencia en la Coordinación Motriz a los niños de segundo año de Educación General Básica de la Escuela Fiscal Vespertina “Fernando Villacís” de la Parroquia de Sangolquí, cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha”. (Jhaya, 2013, pág. 104)

Autor: Germán Guillermo Gómez Jhaya

Conclusiones:

- No todos los docentes conocen técnicas para desarrollar las destrezas motrices en los niños, por lo tanto no pueden tomar en cuenta las necesidades e intereses de cada uno, atendiendo a la diversidad.
- La mayor parte de los docentes no están de acuerdo que el juego potencia las funciones básicas de los estudiantes y que este favorece al desarrollo integral de los niños/niñas que inician su etapa de escolaridad.
- Los docentes en su mayoría consideran que si es importante la asignatura de cultura física.

Las conclusiones citadas por Jhaya (2013) afirma que muchos docentes no conocen tecnicas para enseñar al niño a desarrollar las destrezas mortices por ello

conlleva a no tomar sus propias decisiones y ser un individuo con problemas de motricidad. Durante actividades lúdicas profesionales no están de acuerdo que el juego potencializa las funciones básicas y desarrollo integral del niño en etapas escolares. Pero hay docentes que afirman que es importante la cultura física en el niño.

Tema: “La educación física en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa de los estudiantes de cuarto y quinto grado de educación general básica, en la escuela Lcdo. Jaime Andrade Fabara del cantón Latacunga provincia de Cotopaxi”. (Baño, 2014, pág. 73)

Autor: Luís Wladimir Caguano Baño

Conclusiones:

- Se pudo comprobar no se utilizan adecuadamente que la coordinación de la Psicomotricidad Gruesa en la práctica de la educación física con los estudiantes, Por cuanto al no tratar con importancia esta herramienta los jugadores no poseen un movimiento rítmico, lenguaje corporal y la fuerza apropiada, en el momento de la práctica de educación física.
- Se estableció que el desarrollo de la coordinación psicomotriz gruesa es regular en los jugadores de fútbol sala de los estudiantes Por cuanto la Psicomotricidad al no implementarse desaprovechándose esta técnica educativa, reeducativa y terapéutica que respeta la unidad psicosomática del ser, basada en la acción del cuerpo en su totalidad a través de las vivencias, y por medio de la cual los jugadores entra en relación con el mundo que lo rodea, favoreciendo su dominio corporal y una apertura a la comunicación y al descubrimiento de sus movimientos favoreciendo un dominio corporal en las prácticas de la educación física.
- Es necesario que se desarrolle un Guía de actividades para el desarrollo de la coordinación motriz gruesa vivencial en la práctica de la educación física a de

los estudiantes Puesto que al no poseer la coordinación que es una cualidad vital ya que hace referencia a la eficacia motora diezmando su capacidad al definir la acción motriz en los futuros jugadores profesionales por lo que se debe mejorar el nivel psicomotriz en los estudiantes equilibrado y con fluidez de movimientos para dar respuesta precisa a cualquier requerimiento de una actividad.

Las siguientes conclusiones citas por el autor antes mencionado indica que no se desarrolla correctamente la Psicomotricidad Gruesa durante las clases de educación física, nos indica que además que el desarrollo de la coordinación Psicomotriz Gruesa es regular en los estudiantes de la unidad educativa. Es importante que los docentes encargados de actividades deportivas fortalezcan su dominio corporal en las clases de educación física, porque la coordinación en los estudiantes es el acto motor en los futuras generaciones para mejorar la psicomotricidad y ser precisos en cualquier actividad física.

Tema: La actividad física en el desarrollo cognitivo de los niños/as de 7 a 8 años de edad del centro educativo “Gregoire Girard” de la ciudad de Ambato. (Paul, 2015, pág. 78)

Autor: Barrionuevo Zurita Wilmer Paul

### Conclusiones

- Se evidenció que niños y niñas de 7 y 8 años de edad del Centro Educativo “Gregoire Girard” no realizan actividad física con la frecuencia necesaria, los docentes incluyen en las jornadas diarias, actividades esporádicas que involucran dicha actividad, en casa no existe estímulo familiar, más bien se permite a los niños y niñas mirar demasiada televisión y juegos de video, los fines de semana duermen más horas y no se practica ningún deporte, es decir los niños y niñas tienen en su mayoría una vida sedentaria, en donde además no se consume una alimentación sana lo cual

complica aún más su salud y su desarrollo físico, pues incluso existen estudiantes con sobrepeso.

- El nivel de desarrollo cognitivo de la mayoría de niños y niñas de 7 y 8 años de edad del centro educativo “Gregoire Girard” no se encuentra en un buen nivel, pues los estudiantes laboran con relativa facilidad las primeras horas, sin embargo terminan la jornada de trabajo diaria extremadamente extenuados, asimilando muy poco los aprendizajes y disminuyendo considerablemente su interés, entusiasmo y desde luego su participación y creatividad, teniendo que los docentes realizar tremendos esfuerzos por captar su atención.
- No existe hasta el momento ninguna propuesta de solución al problema para mejorar el desarrollo cognitivo utilizando la actividad física en los niños y niñas de 7 a 8 años de edad, tanto en el centro educativo “Gregoire Girard”, como alguna otra iniciativa externa, por lo tanto el problema persiste y los estudiantes siguen siendo los perjudicados ante esta problemática que de seguir acarreará terribles consecuencias, tanto en su desarrollo físico, en su desarrollo cognitivo en incluso en el aspecto social.

La falta de actividad física en los niños en edades tempranas incluyen en el desarrollo cognitivo, físico, social porque la mayoría de ellos dedican su tiempo a las redes sociales y no tienen tiempo para realizar algún deporte. También tienen una mala alimentación, por lo tanto serán niños con sobrepeso, sedentarios. Esta problemática afecta a su salud y desarrollo físico.

## **2.2 Fundamentación Filosófica**

El presente trabajo de investigación se fundamenta dentro del paradigma crítico propositivo, como una alternativa de investigación que es el cambio del esquema educativo. Señalaremos que es crítico porque cuestiona la situación actual, la realidad de la coordinación motriz en el proceso de enseñanza- aprendizaje y, es

propositivo porque no se enfoca solo en la observación de los fenómenos, sino busca y plantea alternativas de solución social al problema investigado.

### **2.2.1 Epistemológica**

En la parte epistemológica la investigación se basa en fundamentar un paradigma crítico prepositivo por medio de teorías de conocimiento, como reflexiones, análisis, estudios de las ciencias, para que el niño desarrolle totalmente su coordinación motriz y que con el transcurso de los años académicos y de su vida no tenga problemas de coordinación.

### **2.2.2 Axiología**

En la parte axiología la investigación impulsara valores humanos como el respeto, la responsabilidad y el compañerismo que se encuentran inmersos en el sistema educativo, desde la familia y en la escuela para contribuir a la aplicación de alternativas que nos conduzcan a la transformación social.

## **2.3 Fundamentación legal**

Este tipo de investigación se sustenta bajo los derechos y garantías que encuentra dentro de la Constitución de la República del Ecuador, Código de la niñez y la Adolescencia y en la Ley Orgánica de la Educación Intercultural.

## **LEY DEL DEPORTE, EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN**

### **TÍTULO V**

### **DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

#### **Sección 1 GENERALIDADES**

Art. 81.- De la Educación Física.- La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como una área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los

mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo. (LEY DEL DEPORTE, 2010, pág. 17)

Según Ley del deporte (2010) manifiesta que dentro de los panoramas de la cultura del deporte se encuentran generalidades importantes relacionadas con el apoyo a la educación física en general dentro del ámbito educativo, por ello es significativo estimular al niño al ciclo deportivo dentro y fuera de la institución con el fin de emplear seres saludables sin inactividad física.

## TITULO VI - DE LA RECREACION

### Sección 1 GENERALIDADES

Art. 89.- De la recreación.- La recreación comprenderá todas las actividades físicas lúdicas que empleen al tiempo libre de una manera planificada, buscando un equilibrio biológico y social en la consecución de una mejor salud y calidad de vida. Estas actividades incluyen las organizadas y ejecutadas por el deporte barrial y parroquial, urbano y rural.

Art. 92.- Regulación de actividades deportivas.- El Estado garantizará:

- a) Planificar y promover la igualdad de oportunidades a toda la población sin distinción de edad, género, capacidades diferentes, condición socio económica o intercultural a la práctica cotidiana y regular de actividades recreativas y deportivas;
- b) Impulsar programas para actividades recreativas deportivas para un sano esparcimiento, convivencia familiar, integración social, así como para recuperar valores culturales deportivos, ancestrales, interculturales y tradicionales;
- c) Fomentar programas con actividades de deporte, educación física y recreación desde edades tempranas hasta el adulto mayor y grupos

vulnerables en general para fortalecer el nivel de salud, mejorar y elevar su rendimiento físico y sensorial;

- d) Garantizar, promover y fomentar en la Administración Pública, la práctica de actividades deportivas, físicas y recreativas; y,
- e) Garantizar y promover el uso de parques, plazas y demás espacios públicos para la práctica de las actividades deportivas, físicas y recreativas. (LEY DEL DEPORTE, 2010, pág. 18)

## PLAN NACIONAL DEL BUEN VIVIR

### Objetivo 3

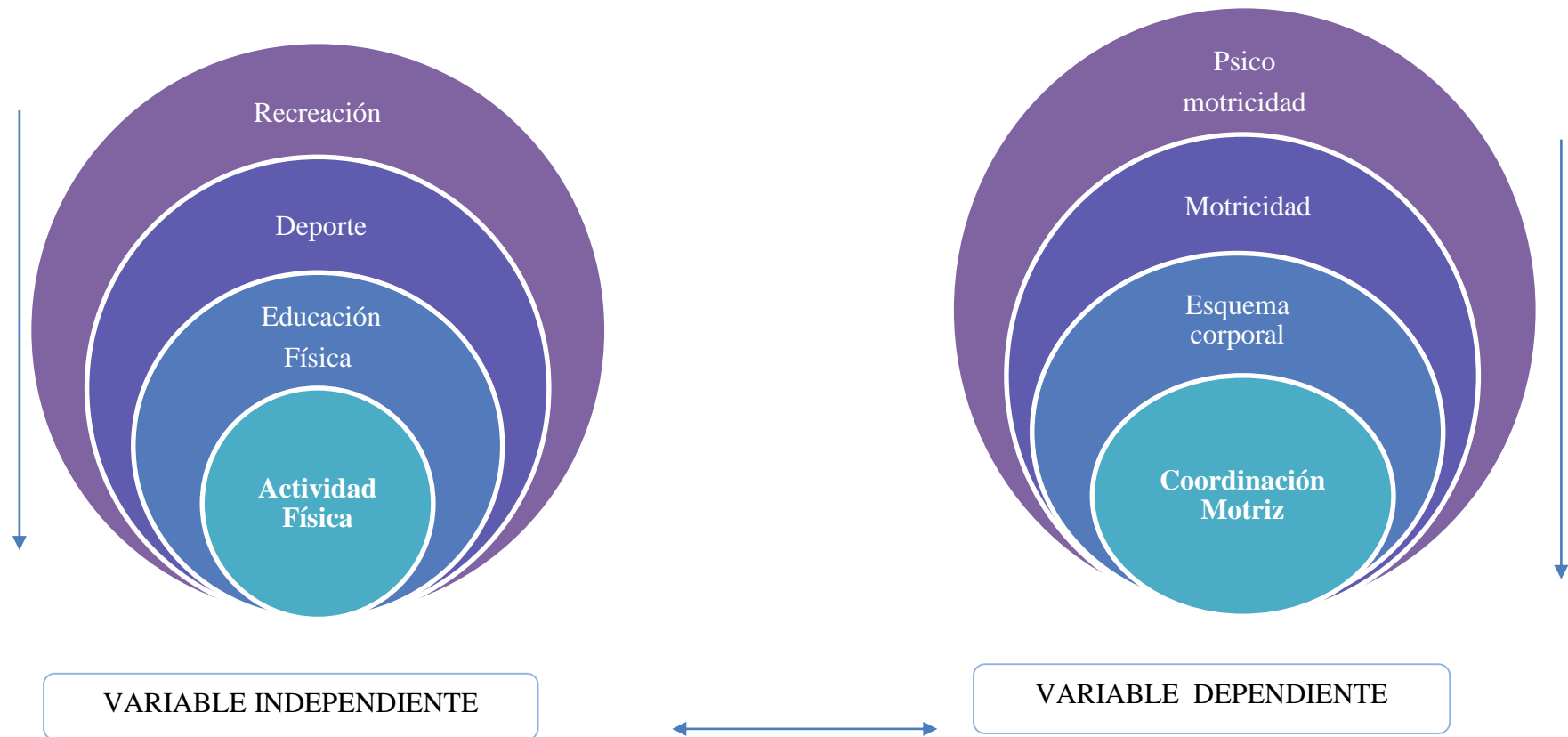
Mejorar la calidad de vida de la población

Mediante a bienes superiores, así como la promoción del ambiente adecuado para alcanzar las metas personales y colectivas. La calidad de vida empieza por el ejercicio pleno de los derechos del Buen Vivir: agua, alimentación, salud, educación y vivienda, como prerrequisito para lograr las condiciones y el fortalecimiento de capacidades y potencialidades individuales y sociales.

La Constitución, en el artículo 66, establece “el derecho a una vida digna, que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física, vestido, seguridad social y otros servicios sociales necesarios”. Por ello, mejorar la calidad de vida de la población es un proceso multidimensional y complejo. (PLAN NACIONAL BUEN VIVIR, 2013, pág. 136)

Según Plan Nacional Buen Vivir (2013) afirma que mediante un buen control nutricional, formación, hogar, labor, ocupación y cultura física la población optimizara su calidad de vida.

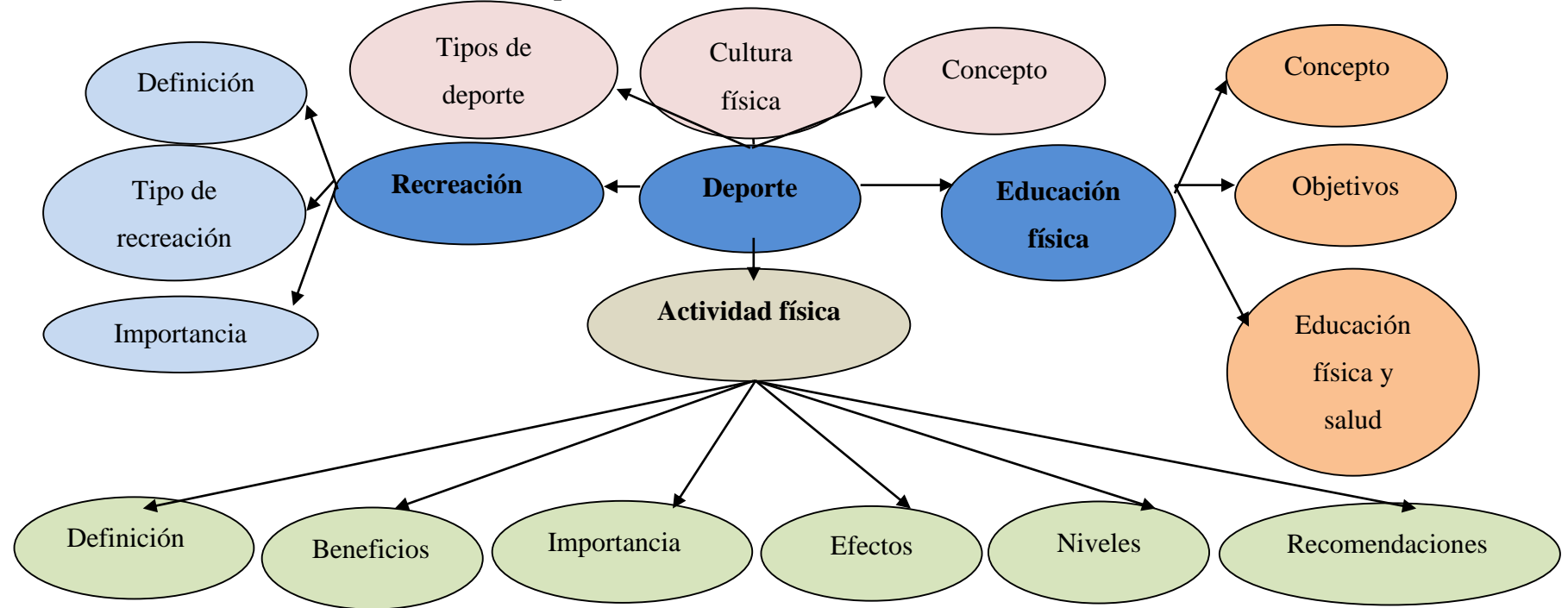
## 2.4 Categorías fundamentales



**Gráfico 2. Categorías fundamentales**  
Elaborado por: Pablo David Yansapanta Caisa

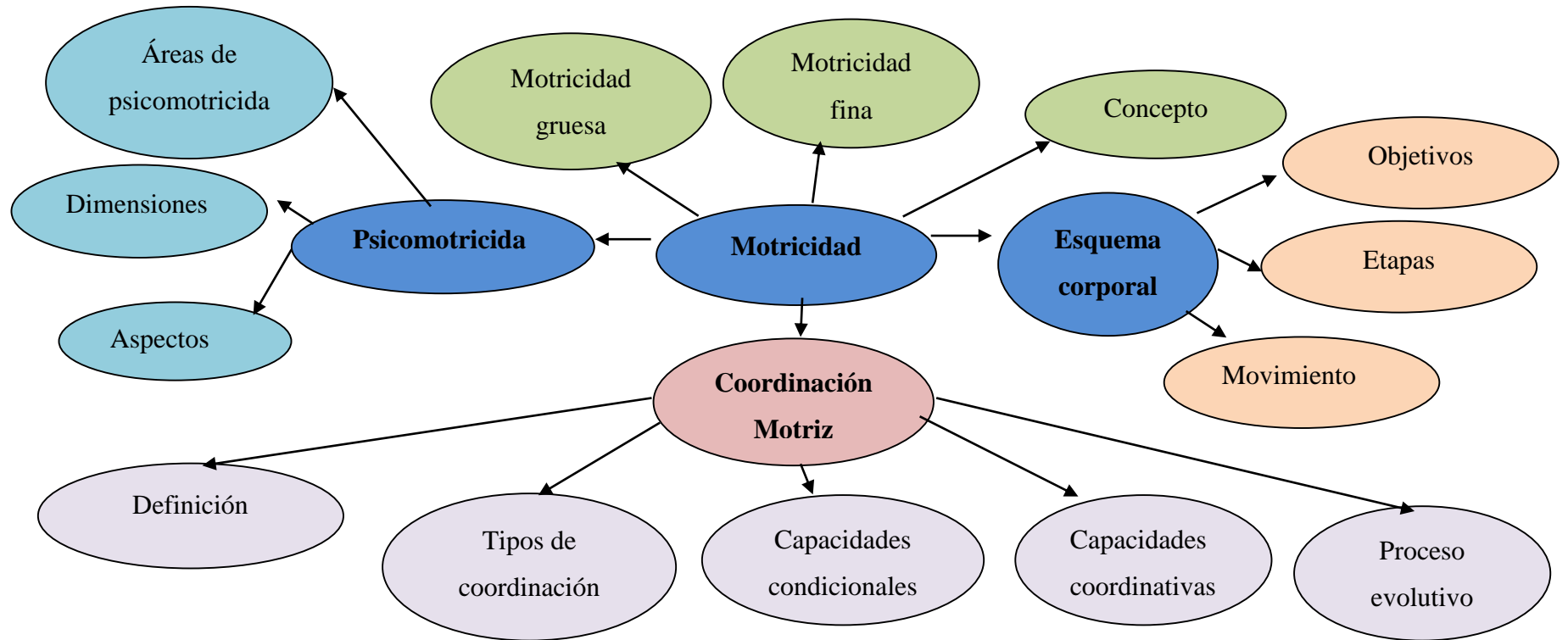


### 2.4.1 Constelación de ideas de la variable independiente



**Gráfico 3.** Constelación de ideas de la variable independiente  
**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### 2.4.2 Constelación de ideas de la variable dependiente



**Gráfico 4.** Constelación de ideas de la variable dependiente  
**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **2.4.3 Fundamentación teórica de la variable independiente.**

#### **Recreación**

“La recreación se refiere a la práctica de actividades socialmente aceptables realizadas en forma voluntaria durante el tiempo libre y por medio de las cuales la personas pueden desarrollarse tanto en el plano físico como en el social, emocional y mental”. (Céspedes, 2003, pág. 131)

Según Céspedes (2003) afirma que la recreación es toda actividad lúdica voluntario en el tiempo de ocio para satisfacer sus necesidades y para su desarrollo físico, social, emocional y mental.

“Una recreación entendida como un tiempo de aprendizaje, de creatividad, de participación y cooperación seguramente quedara en nuestra memoria para ser transferida a múltiples situaciones de nuestra vida cotidiana”. (Rodríguez M. B., 2008, pág. 9)

Según Rodríguez (2008) afirma que la recreación es una parte fundamental del aprendizaje donde los estudiantes por medio de la recreación tienen creatividad.

La recreación es ese punto que libera, que fluye y escapa buscando el placer, quizás desplazando realidades que, por estructura y forma, conforman ciertos límites, que esperan alcanzar objetivos y que permitan ciertos resultados, ¿Cuál es el límite del pensar? La recreación tiene magia de invención, de cosa nueva y distinta, que aunque parta de lo antes hecho y conocido, siempre es rehecho por deleite, por diversión, por entretenimiento o por la necesidad de hacer algo distinto. (Sarduo, 1999, pág. 23)

Según Sarduo (1999) afirma la recreación es la forma de escape a realizar una actividad física para buscar ciertos límites de entretenimiento, diversión o hacer algo distinto para el placer del ser humano.

“Recreación significa re-crear, volver a crear, crear nuevamente desde lo que está creada ya. Es la manera como el hombre cotidiano hace la historia. La historia

suya, personal, y la historia de la cultura en que está inmerso”. (Céspedes, 2003, pág. 10)

Según Céspedes (2003) y Sarduo (1999) manifiestan que recreación es una manera de liberar, disfrutar, divertir, distraerse de cualquier preocupación mediante el juego, se esté con o sin reglas. Con la finalidad de compartir lasos de amistad con personas diferentes, por eso la recreación es tan importante porque permite motivarse a sí mismo para desempeñar sus labores cotidianas con tranquilidad e entusiasmo.

La recreación es recrear algo que ya está creado dentro de su historia personal o cultural.es aquella acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabado o estrés, el objetivo de la recreación es el desarrollo intelectual de las personas.

### **Tipos de recreación**

Según céspedes (2003) afirma que dentro de la recreación encontramos varios tipos por ejemplo recreación industrial, comercial, terapéutica, familiar, comunitaria y escolar. Es importante porque mantiene la armonía entre la rutina diaria y las actividades placenteras, favorece al desarrollo físico y bienestar, ilustra a la enseñanza en valores como el compañerismo y cooperación.

Dependiendo de la población a la que va dirigida y de la entidad de organizar las actividades recreativas, así puede definirse el tipo de recreación de que se trate: al respecto tenemos los siguientes:

- **Recreación industrial:** se refiere a las actividades recreativas desarrolladas para los empleados de determinada compañía o empresa.

- **Recreación comercial:** se refiere a la recreación desarrollada en parques de diversión o aventura. Este tipo de recreación tiene como fin producir ganancias.
- **Recreación terapéutica:** es el tipo de recreación desarrollada en centros hospitalarios, clínicos, asilos, etc., para beneficio de sus pacientes o internos.
- **Recreación familiar:** se refiere a todas aquellas actividades que se realizan en el núcleo familiar durante las horas de esparcimiento.
- **Recreación comunitaria:** este tipo de recreación es el desarrollo en determinadas comunidades para el beneficio de sus habitantes. Usualmente son actividades organizadas por las municipalidades de cada región.
- **Recreación escolar:** es el tipo de recreación organizada a nivel escolar por el personal docente de determinada escuela o colegio para beneficio de sus estudiantes. (Céspedes, 2003, pág. 133)

### **Importancia de la recreación**

Según Céspedes (2003) considera que es importante la recreación en las personas en especial a los niños porque facilita el desarrollo social, físico, emocional e intelectual, para así expresar y experimentar diferentes conocimientos necesarios dentro y fuera del espacio social, también proporcionara al humano a descubrir actividades que les brinden satisfacciones personales que a través del tiempo puedan adquirir destrezas colectivas, individualarles en la sociedad.

Además hace referencia aquel el niño debe actuar o hacer ejercicio al aire libre mediante juegos para aprender de sí mismo, por eso es importante las actividades lúdicas en los niños para desarrollar sus habilidades que le permitan mejorar su coordinación, equilibrio, esfuerzo y resistencia.

De hecho, mediante la recreación los niños se centran en el disfrute continuo, desarrolla cualidades para la convivencia social, actividades culturales para la cooperación, amistad, respeto en otros valores en la sociedad.

**Desarrollo social:** Mediante la interacción libre, espontánea, lúdica con otros niños y adultos, cada niño aprende de sí mismo y de los demás, desarrollando habilidades que le permiten convivir con los otros. Aprende como su comportamiento afecta a otras personas, como el comportamiento de los demás le afecta a él, y cuales actitudes y conductas son aceptadas para convivir en su medio.

Es por esto importante que los niños se dediquen a diversas actividades, y situaciones de juego y que se relacionen con diferentes niños, la dedicación a los juegos de equipo aumenta la sensibilidad del niño hacia lo que constituye un comportamiento socialmente aceptable. Compartir, turnarse, saber esperar, solicitar, aceptar, renunciar, escoger, exigir, conquistar, liderar: son conocimientos necesarios para poder funcionar como miembros de un grupo. Y no hay manera más armoniosa feliz, por consiguiente de aprenderlo, que en el juego.

Los juegos que los niños realizan imitando roles papá, mamá, médico, maestro, comerciante son una extraordinaria escuela acerca de la función de estas personas y la forma en que trabajan juntos.

**Desarrollo emocional:** mediante las actividades recreativas, los niños se vuelven más conscientes de sus emociones y aprenden a manejarlas. “pueden alegrarse por el éxito o entristecerse por el fracaso. Aprenden como se siente la aceptación y el elogio; o la crítica y el rechazo. Al luchar por lo difícil, pueden experimentar la alegría del logro; al arriesgarse, el temor que acompaña al riesgo en lo desconocido, al tratar con estas emociones en situación de juego, los niños experimentan y resuelven diferentes formas de expresar sus problemas, y aprender a sentirse cómodos con sus reacciones y emociones”.

**Desarrollo intelectual:** La recreación es un aprendizaje en vivo desde la realidad, porque proporciona a los niños la oportunidad de expresar y experimentar el mundo natural y artificial que los rodea, observar el desarrollo de una planta, los movimientos de una mariposa, el color y las formas de las nubes; fabricar un papelote y elevarlo. Todo esto permite al niño conocer porque y cómo crecen, cambian y funcionan las cosas.

Unida a la educación formal, la recreación da a los niños la oportunidad de reforzar, profundizar y comprender más ricamente los conocimientos que le transmiten en la escuela y en el hogar. Y es, sin duda, la más adecuada manera de desarrollar un sentido de investigación, coadyuvará a la forma de una personalidad crítica y creativa.

**Desarrollo físico:** ¿Cabe alguna duda de que el crecimiento físico es realizado directamente por el juego? “Correr, saltar, trepar, columpiarse, lanzar, atrapar, todas estas actividades desarrollan la coordinación de los músculos largos. Cortos, pegar, pintar, construir, armar rompecabezas, jugar con arcilla o con títeres; son todas actividades que desarrollan la coordinación de los músculos cortos”. (Céspedes, 2003, pág. 18)

## **Deporte**

Es toda aquella actividad o ejercicio física que se realiza entre una persona o varias siguiendo una serie de reglamentos de carácter competitivo dentro de un espacio físico determinado para mejorar la condición física del individuo que lo practica. En general el deporte va ligado a la actividad física porque requiere la práctica de ejercicios físicos o entrenamiento para mejorar su rendimiento técnico de cualquier deporte se grupal o individual.

## **Cultura física**

Cultura física es la ciencia que requiere métodos, procesos pedagógicos que se enmarquen en el movimiento corporal para el desarrollo integral y armónico de las capacidades físicas, afectivas, cognitivas con la tarea de mejorar la calidad de vida de todos los seres humanos. Es importante también porque nos ayuda fortalecer lasos de amistad, familiares, dentro y fuera de la sociedad en la que vivimos. Es decir, que la cultura física es aquella asignatura que nos dejara los conocimientos previos para el adiestramiento al deporte que el individuo escoja por características y habilidades.

## **Tipos de deporte**

### **Deporte competitivo**

“El deporte competitivo se lo define como “la actividad deportiva institucionalizada competitiva, que implica fuertes ejercicios físicos o el uso de complejas destrezas físicas de individuos cuya motivación en la participación combina factores intrínsecos y extrínsecos” (Chu, 1984)”. (Rodríguez, Martos Fernández, & Paniza Prados, 2001, pág. 90)

Según Rodríguez, Martos Fernández, & Paniza Prados (2001) manifiesta que todo deporte competitivo demanda potencialidades técnico, táctico en el ámbito deportivo para lograr unmejor desempeño competitivo.

### **Deporte en edad escolar**

Es un concepto más amplio y englobará todas aquellas prácticas que desarrollan los escolares durante la etapa escolar independientemente de su ámbito de aplicación (entre 8 y 16 años aproximadamente). Se puede identificar con el tradicional concepto de actividades deportivas extraescolares, con las escuelas deportivas, o con la práctica deportiva de clubes privados. Por tanto, se lleva a cabo fuera del horario lectivo escolar, sin relación con la asignatura de Educación Física, y lo ponen en práctica los entrenadores deportivos. (Fuentes-Guerra, 2003, pág. 20)



Según Fuentes-Guerra (2003) considera que todas las actividades físicas realizadas dentro del entorno educativo por ejemplo deportes institucionales, intercolegiales e incluso las clases del educación física engloban las etapas escolares, para ampliar una relación social.

### **Deporte educativo**

“Deporte en la escuela como vía para una educación equilibrada, para desarrollar una actividad libre, como preparación de una actuación responsable”. (Benítez & Hormigo Gamarro, 2010, pág. 20)

Según Benítez & Hormigo Gamarro (2010) manifiestan que el deporte educativo se refiere a la manera de como enseñar las ciencias de la educación física por medio del docente al alumno para una formación integral a través de conductas motrices, que los individuos mejoren y participen en todas las actividades deportivas.

Por lo tanto, cultura física es el conjunto de actividades físicas porque se centra en la enseñanza de la práctica del deporte individual o grupal establecida por el Ministerio del deporte.

### **Educación física**

De manera resumida, pero explícita, preferimos concebir a la Educación Física como aquella educación que se implementa para y a través del movimiento. Es decir, se educa al individuo para que aprenda una gama de posibilidades de movimientos y para que emplee el movimiento en sí, como un mecanismo de expresión de habilidades. (Ramírez M. C., 2006, pág. 5)

Según Ramírez (2006) afirma que educación física es educación a través del movimiento, donde el ser humano aprende una gran cantidad de movimientos corporales para ejecutar mediante actividades físicas y desarrollar las capacidades físicas. En general educación física es la formación pedagógica del ser humano que engloba toda disciplina deportiva relacionada con el cuerpo humano que se

centra en diferentes movimientos corporales, para mantener un cuerpo y mente sana. También puede transformarse como una actividad social, recreativa, terapéutica o competitiva. El propósito de la educación física es lograr el acercamiento de algún deporte al humano para obtener el conocimiento necesario acerca del ejercicio físico e impartir hacia otros para tratar de disminuir el sedentarismo en la sociedad.

“La educación física correctamente organizada ayuda a desarrollar en los niños el pensamiento lógico, la memoria, la iniciativa, la imaginación y la independencia”. (Yankelévich, 1992, pág. 6)

Según Yankelévich (1992) afirma que la educación física permite al ser humano a garantizar un buen fortalecimiento físico, ser autoindependiente, ser creativo y desarrollando sus habilidades motoras, mentales mediante el ejercicio físico.

### **Objetivos de la educación física**

- Contribuir a la formación de un proyecto de vida mediante la valoración de una buena condición física.
- Promover en el educando actitudes y valores propios e inherentes a la Educación Física y la Recreación.
- Propiciar en el educando, el tratamiento de las informaciones relacionadas con la Educación Física, el Deporte y la Recreación para ser aplicados en beneficio propio y la comunidad.
- Ayudar en la formación integral del individuo, mediante el estímulo de su desarrollo morfológico y motriz.
- Fomentar el desarrollo de habilidades y destrezas psicomotrices.

- Propiciar en el educando una concepción integral de la realidad al emplear actividades lúdicas, como medio para un aprendizaje significativo y permanente.
- Propiciar actividades educativas significativas propias de la Educación Física, Deporte y la Recreación, que comprometan al educando para enfrentar situaciones de emergencia y desastres naturales o provocados por el hombre. (Ramírez M. C., 2006, pág. 12)

Según Ramírez (2006) afirma que los objetivos de la educación física permiten conocer y valorar su propio cuerpo, apreciar la actividad física mediante el ejercicio mostrando una actitud responsable, usar sus capacidades físicas y habilidades motrices para emplear el movimiento a cada situación, utilizar principios y reglas en la práctica deportiva para solucionar problemas motores, ampliar iniciativas de trabajo en equipo para fomentar las normas y reglas establecidas en el juego, participar en actividades físicas, recreativas, juegos tradicionales y populares para rescatar costumbres pasadas y alcanzar una buena condición física de forma creativa.

### **Educación física y salud**

“La actividad física se refiere a la energía utilizada para el movimiento; se trata, por tanto, de un gasto de energía adicional al que necesita el organismo para mantener las funciones vitales como son respirar, digestión, circulación de la sangre”. (Márquez & Garatachea, 2013, pág. 4)

Según Márquez & Garatachea (2013) manifiesta que al realizar actividad física diariamente entre 30 a 60 minutos con ejercicios aerobicos, anaerobicos ayuda al ser humano a tener una vida saludable y sobre todo tiene un efecto positivo en el organismo por ejemplo circulatorio, respiratorio, muscular, esquelético y nervioso.

Ademas reduce enfermedades como la diabetes, el estrés, problemas musculares, la osteoporosis para mantener una vida activa y plena a cualquier edad.

### **Actividad física**

“La actividad física se define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que tiene como resultado un gasto energético que se añade al gasto del metabolismo basal”. (Serra Majen, Román Viñas, & Aranceta Bartrina, 2006, pág. 9)

Según Serra Majen, Román Viñas, & Aranceta Bartrina (2006) afirma que la actividad física abarca todo movimiento corporal.

“La actividad física constituye a mejorar la salud física y psíquica de quien la realiza porque favorece la función de los distintos sistemas corporales y reduce la probabilidad de enfermedades cardiovasculares y degenerativas”. (Márquez & Carbonero Celis, 2009, pág. 84)

Según Márquez & Carbonero Celis (2009) afirma que la actividad física es considerada todo movimiento corporal, esta puede ser realizada de manera planeada o involuntaria. Por lo tanto la actividad física comprende un conjunto de movimientos para obtener resultados específicos por ejemplo disminuir calorías, evitar posibles enfermedades cardíacas, respiratorias y mejorar la salud mental y física.

En general actividad física describe todas aquellas tareas que el cuerpo humano realiza diariamente como caminar, saltar, correr, bailar. Por lo tanto queda confirmado que la actividad física encierra actividades, movimientos que incluyen variedades de ejercicios físicos y como resultado da un gasto energético.

## **Beneficios**

La Organización Mundial de la Salud explica los beneficios de la práctica deportiva adecuada que aquí resumimos:

- Disminuye el riesgo de mortalidad por enfermedades cardiovasculares. Previene y/o retrasa el desarrollo de hipertensión arterial, y disminuye los valores de tensión arterial en hipertensos
- Mejora el perfil de los lípidos en sangre (reduce los triglicéridos y aumenta el colesterol HDL).
- Disminuye el riesgo de padecer Diabetes no insulino dependiente.
- Disminuye el riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer (colon, mama).
- Mejora el control del peso corporal.
- Ayuda a mantener y mejorar la fuerza y la resistencia muscular, incrementando la capacidad funcional para realizar otras actividades físicas de la vida diaria.
- Ayuda a mantener la estructura y función de las articulaciones, por lo que puede ser beneficiosa para la artrosis.
- Ayuda a conciliar y mejorar la calidad del sueño.
- Mejora la imagen personal.
- Ayuda a liberar tensiones y mejora el manejo del estrés.

- Ayuda a combatir y mejorar los síntomas de la ansiedad y la depresión, y aumenta el entusiasmo y el optimismo.
- En adultos de edad avanzada, disminuye el riesgo de caídas, ayuda a retrasar o prevenir las enfermedades crónicas y aquellas asociadas con el envejecimiento. De esta forma mejora su calidad de vida y aumenta su capacidad para vivir de forma independiente. (Ruiz & Zarauz Sancho, 2011)

Según Ruiz & Zarauz Sancho (2011) afirma que la actividad física acarrea una serie de beneficios en los deportistas tale como, mejorar la salud, a nivel corporal (ayuda a la circulación de la sangre, activa el metabolismo, da mayor fuerza en los brazos), a nivel emocional y psíquico (ayuda a desesterarse, la ansiedad y depresión). Esto indica que la actividad física ayuda además a la salud física, a diferentes enfermedades crónicas, al mejoramiento de las funciones articulares y arteriales.

### **Importancia**

Realizar alguna actividad ayuda al niño a mantener sano el corazón, y reduce la grasa corporal. También tiene un impacto positivo en el bienestar de su hijo. Durante el ejercicio, por ejemplo, el cerebro libera unas sustancias químicas llamadas endorfinas, que favorece la relajación del cuerpo. Realizar bien una actividad también ayuda a que el niño suba su autoestima. Participar en deportes y actividades favorece la socialización: da al niño la oportunidad de mezclarse con otros, hacer amigos y aprender sobre el “dar y recibir” necesario para que el juego sea divertido y justo. (Limited, 2003, pág. 105)

Según Limited (2003) considera que es importante porque ayuda al cuerpo a estar en movimiento, a fortificar la autoestima, facilitar la movilidad, fortalecer los músculos, a mantener un peso adecuado, una salud integra, a disminuir enfermedades, a mantener un balance de energía, También es importante la actividad física ya que es útil para todos los humanos, es necesario estar en movimiento de esa manera mejorará y protegerá las funciones articulares y

arteriales de nuestro cuerpo para prevenir el envejecimiento celular, la hipertensión arterial por eso motivo se debe realizar cualquier actividad de deporte.

## **Efectos**

Estudios epidemiológicos observados han reportado factores susceptibles tanto la función y la estructura cerebral como los beneficios en el rendimiento cognitivo y el bienestar psicológico con la realización de la actividad física. Por ejemplo estudios transversales en niños y en adolescentes europeos muestran que entre niveles altos de capacidades cardiovasculares y el rendimiento académico. Otros estudios han reportado que los niños con mayores niveles de fitness cardiovasculares y musculares obtienen mejores resultados académicos y que la actividad física en general tiene un efecto positivo sobre el aprendizaje de algunas tareas escolares específicas. Asimismo, dos recientes meta-análisis mostraron los beneficios del ejercicio físico y la educación física sobre síntomas depresivos y ansiedad en niños y adolescentes escolarizados. (Ramírez, y otros, 2016, pág. 1)

Los jóvenes que practican actividad adicional a la contemplada en los programas de formación en las escuelas tienden a mostrar mejores cualidades como un mejor funcionamiento del cerebro; en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima, y un mejor comportamiento que incide sobre los procesos de aprendizaje. (Ramírez, Vinaccia, & Ramón Suárez, 2004, pág. 15)

Según Ramírez, y otros (2016) afirma que estudios realizados en niños y adolescentes revelan que es beneficioso la actividad física en el ámbito cognitivo y psicológico, porque han confirmado que mientras más mejor se su actividad física en edades tempranas más excelente será su capacidad académica y aprendizaje.

Según Ramírez, Vinaccia, & Ramón Suárez (2004) manifiestan que la practica adicional actividades fisicas mejra las cualidades cognitivas, fortalecimiento cerebral que conlleva a una buena concentración en los procesos de aprendizaje.

## **Niveles**

“Se calcula que más de un 70% de la población en los países desarrollados no realizan la suficiente actividad física como para mantener la salud y controlar el peso corporal”. (Márquez & Garatachea, 2013, pág. 4)

Según Márquez & Garatachea (2013) afirma que en todo el mundo en especial en países desarrollados el 70% de la población tienen carencia de actividades físicas.

Según Seclén-Palacín & Jacoby (2003) considera que el fenómeno llamado sedentarismo; es la falta de ejercicio o inactividad física y uno de los factores más importantes para sufrir enfermedades, otro factor es la obesidad por la mala alimentación, el alcohol y el tabaquismo, todos estos componentes son porcentajes que conducen malos hábitos de vida.

## **Niños y adolescentes**

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, el sedentarismo es uno de los factores de riesgo más importantes de sufrir enfermedades crónicas no transmisibles, junto con la alimentación inadecuada y el tabaquismo. La obesidad, la diabetes, las enfermedades del corazón y algunos cánceres se asocian con 40% de la morbilidad y 60% de la mortalidad general en el mundo y han dejado de ser problemas exclusivos de las sociedades de mayor poderío económico. (Seclén-Palacín & Jacoby, 2003, pág. 256)

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, esta etapa comprende desde los 5 a 17 años de edad. En el caso de niños y jóvenes es recomendable tratar de incorporarlos en la práctica de la A.F. para que la misma contribuya a su desarrollo natural. Al respecto, innumerables investigaciones indican que esta práctica bajo la modalidad moderada o vigorosa por un mínimo de 60 minutos diarios, ayuda a este grupo a tener un perfil de vida saludable. Dentro de los beneficios se destacan: una buena condición cardiorrespiratoria, el desarrollo de masa muscular, sobre todo en la pre-adolescencia y adolescencia; e interviene de igual manera en el incremento del contenido óseo. (Pérez, 2014)



Según Pérez (2014) manifiesta que tanto en las etapas de los niños y adolescentes, es aconsejable de practicar cualquier deporte para un excelente desarrollo de las capacidades físicas y no tolerar padecimientos de enfermedades motrices.

### **Recomendaciones**

Para los niños y jóvenes de este grupo de edades, la actividad física consiste en juegos, deportes, desplazamientos, actividades recreativas, educación física o ejercicios programados, en el contexto de la familia, la escuela o las actividades comunitarias. Con el fin de mejorar las funciones cardiorrespiratorias y musculares y la salud ósea y de reducir el riesgo de ENT, se recomienda que:

Los niños y jóvenes de 5 a 17 años inviertan como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa.

La actividad física por un tiempo superior a 60 minutos diarios reportará un beneficio aún mayor para la salud.

La actividad física diaria debería ser, en su mayor parte, aeróbica. Convendría incorporar, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos. (OMS, 2017)

Según la OMS (2017) afirma que es recomendable específicamente en niños y jóvenes, realicen juegos recreativos porque a través de estas prácticas lúdicas mejorara su estilo de vida dentro y fuera de la sociedad.

Es recomendable que todo niño practique por lo menos 60 minutos de actividad física por 3 días a la semana desde los 5 a 17 años en adelante.

## **2.4.4 Fundamentación de la variable dependiente**

### **Psicomotricidad**

El término de psicomotricidad está formado por el prefijo “psico”, que significa mente, y “motricidad” que deriva de la palabra motor, que significa movimiento. Por tanto, podríamos decir que la psicomotricidad hace referencia a la existencia de una relación directa entre la mente y el movimiento. (Cameselle, 2005, pág. 1)

Según Cameselle (2005) considera que la psicomotricidad deriva del prefijo “psico” mente y “motricidad” motor. Que quiere decir es estudio de la mente y capacidad de movimiento o función motora.

Podemos definir la psicomotricidad como aquella ciencia que, considerando al individuo en su totalidad, psique-soma, pretende desarrollar al máximo las capacidades individuales, valiéndose de la experimentación y la ejercitación consciente del propio cuerpo, para conseguir un mayor conocimiento de sus posibilidades en relación consigo mismo y en con el medio en que se desenvuelve. (Cameselle, 2005, pág. 2)

Según Cameselle (2005) afirma que psicomotricidad una disciplina que abarca la actividad psíquica de la mente humana, el movimiento y la función motriz que tiene como objetivo desarrollar las habilidades motrices.

### **Dimensiones de la psicomotricidad**

Según (Carrera & Carreño González) 2007 concideran que las dimensiones psicomotrices forman parte del desarrollo motor del niño porque presenta de una maduración integral de cuerpo en el entorno social, desarrollar el equilibrio, el tono muscular, el movimiento del niño y desarrollar habilidades, destrezas de cada etapa de la vida.

- **Dimensión motriz instrumental**

En esta dimensión están: La evolución de la tonalidad muscular. El desarrollo de las posibilidades de equilibrio. El desarrollo del control y

disociación de movimiento. El desarrollo de la eficiencia motriz (rapidez y precisión). La definición y afirmación de la lateralidad. Permiten la existencia de las coordinaciones dinámicas generales como correr, trepar, saltar, etc., y las coordinaciones dinámicas manuales: coordinación óculo manual o viso digital.

- **Dimensión emocional**

La emoción posee una conexión con el organismo, con las respuestas primarias del organismo frente al medio.

- **Dimensión cognitiva**

Para realizar un movimiento, es necesario dominar las relaciones espaciales, conocer el cuerpo a través de las experiencias sensorio motrices y perceptivo motrices. (Carrera & Carreño González, 2007, pág. 122)

### **Aspectos de la psicomotricidad**

Se trata de una disciplina que abarca diversos aspectos, entre los que podemos destacar:

- El estudio del desarrollo del movimiento corporal.
- El estudio de las desviaciones y trastornos que pueden producirse en el normal desarrollo del movimiento corporal. El diseño y aplicación de técnicas y programas que faciliten el desarrollo motor normal.
- El diseño y aplicación de técnicas que mejoren las posibles desviaciones que puedan producirse. (Cameselle, 2005, pág. 2)

La práctica de la psicomotricidad ayuda a los niños, desde los primeros momentos de su vida, a que se su desarrollo motor se complete de la manera más adecuada.

- Nos referimos a diversos aspectos, entre los que cabe destacar:
- El esquema y la imagen corporal.
- La lateralización.
- La coordinación dinámica.
- El equilibrio.
- La ejecución motriz.
- La disociación motriz.
- El control tónico postural.
- La coordinación visomotora.
- La orientación y la estructuración espacial.
- El control respiratorio. (Cameselle, 2005, pág. 3)

Según Cameselle (2005) manifiesta que los aspectos psicomotrices engloban estudios correctos para desarrollar el movimiento corporal a través de técnicas y aplicaciones que provea el desarrollo motor del niño, para que así en el futuro no produzca trastornos motrices.

Por ello es muy importante que los niños en edades tempranas desarrollen su sistema motriz por medios de actividades físicas, juegos coordinativas

correctamente dirigirá por un profesional y desarrollar su lateralidad, la coordinación, el equilibrio, La orientación espacial para tener un correcto funcionamiento motor.

## **Motricidad**

La motricidad será, entonces, concebida como dimensión central de lo humano cuando pensemos al sujeto como una totalidad actuante, como Bio-cultura; cuando la vivenciamos como expresión del Ser activo en sentido corporal con todas las implicaciones del entorno social en que vive y donde toda su intencionalidad gire en torno a potencializar su desarrollo integral. (Fernández & Uribe Pareja, 2007, pág. 113)

Se evidencia que la motricidad establece una relación insuperable con la copropiedad y asume como uno de sus componentes del movimiento (entendido como ejecución bio-mecánica) pero lo trasciende a fenómenos más integrales y complejos en la comprensión del ser, dado que, por medio de la motricidad, el sujeto desarrolla la capacidad de relacionarse consigo mismo, con los otros y con el universo: transmite y recrea valores determinados cultural, geográfica, política e históricamente, en la puesta en escena de las expresiones Motrices. (Fernández & Uribe Pareja, 2007, pág. 100)

Según Fernández & Uribe Pareja (2007) afirma que motricidad refiere a la acción voluntaria e involuntaria del movimiento mediante el sistema nervioso para aplicar desplazamientos, gestos por las diferentes funciones motoras.

Por lo tanto la motricidad juega un papel importante con el esquema corporal porque adquiere la acción bio-mecánica del cuerpo.

## **Motricidad gruesa**

La motricidad gruesa abarca los grandes movimientos corporales como correr, trepar, saltar y lanzar- mejora notablemente. Si usted observa a los niños mientras juegan, verá que los torpes niños de 2 años se caen y a veces chocan contra los objetos que están en el lugar. Pero también verá a los niños de 5 años que son hábiles y armoniosos. (W.H. Freeman and Company, 2006, pág. 234)

Según W.H. Freeman and Company (2006) manifiesta que hace referencia a las habilidades que los niños adquieren cuando saltan, corren, bailan, trepan y lanzan. Además están desarrollando sus capacidades físicas básicas, es decir cuando los niños crecen son más hábiles y mejoran su destreza motriz.

### **Motricidad fina**

La motricidad fina, que involucra los pequeños movimientos del cuerpo (especialmente los de las manos y sus dedos) es mucho más difícil de dominar que la motricidad gruesa. Verter jugo en un vaso, cortar la comida con cuchillo y tenedor y lograr algo más artístico que un grabado con un lápiz son difíciles para los niños pequeños, incluso con gran concentración y esfuerzo. (W.H. Freeman and Company, 2006, pág. 235)

Según W.H. Freeman and Company (2006) afirma que motricidad fina es todo aquellos movimientos pequeños difíciles de coordinar que suceden en las partes del cuerpo como: las manos, los pies y los dedos. Cuando pintamos, escribimos o recogemos objetos con las manos.

### **Esquema corporal**

El esquema corporal es el conocimiento del propio cuerpo del niño, la toma de conciencia de las partes que lo constituye, de sus posibilidades y limitaciones, el esquema corporal es la intuición global o conocimiento inmediato del propio cuerpo ya sea en reposo o movimiento, en función de la interrelación de sus partes y de la relación con el espacio y objeto que nos rodean. (Caveda, Moreno, & Garófano, 2004, pág. 34)

Según Caveda, Moreno, & Garófano (2004) considera que cuando el niño realiza actividades físicas o practican algún deporte descubren como está formando su propio cuerpo y de los demás. Aprenden a respetar sus posibilidades y limitaciones de los segmentos corporales durante el movimiento pasivo o activo.

## **Movimiento**

“Movimiento: el análisis del movimiento humano requiere la descripción detallada de los cambios de posición del cuerpo, o de los segmentos”. (Izquierdo, 2008, pág. 18)

Según Izquierdo (2008) menciona que todo ser humano tiene la capacidad de trasladarse de un lugar a otro o ejecutar posiciones del cuerpo mediante movimientos coordinativos.

## **Coordinación**

“Coordinación: para Laurentino Salvador y otros, “la coordinación es la capacidad para contraer grupos musculares diferentes e inhibir otros en orden a la ejecución de una acción o movimiento”. (MINISTERIO DE EDUCACIÓN, 2002, pág. 231)

Según MINISTERIO DE EDUCACIÓN (2002) afirma que al ejecutar cualquier tipo de movimientos grande o pequeño deben ser sistematizados, ordenados en cualquier función que se este efectuando.

“La capacidad de realizar movimientos coordinados intencionales de las extremidades requiere de una coordinación espaciotemporal del control de los músculos y movimiento”. (Vergara & Fonck, 1995, pág. 109)

Según Vergara & Fonck (1995) manifiesta que es la capacidad que abarca todo el sistema nervioso, esquelético porque permite al cuerpo la sincronización de movimientos y trayectorias. La coordinación es la capacidad física complementaria que permite al niño a realizar movimientos coordinados y dirigidos para la desarrollo de un gesto técnico.

## **Objetivos**

Según Caveda, Moreno, & Garófano (2004) concideran que es un proceso mediante el cual identificamos la estructuración, orientación, dirección del cuerpo a travez del movimiento.

Por lo tanto el esquema corporal es la denomicación de la acción en movimiento del cuerpo de sus mienbros, para reconocer las diferentes posturas de los segmentos del cuerpo.

Mediante el esquema corporal encontramos los siguientes objetivos:

- Localizar los distintos segmentos corporales de uno mismo.
- Aprender la denominación de cada o parte corporal.
- Localizar los distintos segmentos corporales en el compañero.
- Aprender las funciones de cada parte o segmento corporal.
- Aprender a observar.
- Aprender a sentir mejor el cuerpo.
- Desenvolverse con armonía y precisión en el espacio circundante. (Caveda, Moreno, & Garófano, 2004, pág. 34)

## **Etapas del esquema corporal**

Según Márquez & Carbenero Celis (2017) afirma que el esquema corporal consta de cuatro periodos durante el nacimiento hasta la formación primaria del niño. En el primer periodo de nacimiento el bebe se desenvuelve en su entorno madre e hijo hasta los dos años, en el segundo periodo infantil el bebe aprende todo lo que ve o escucha de las personas, tambien a relacionarse con objetos y a reconocer a



los demás. en el tercer periodo de transición el niño adquiere conciencia, desarrolla el sistema orgánico hasta los siete años. En el último periodo de educación primaria el niño aprende a controlar su movimiento y a coordinar con precisión.

Indica cuatro periodos

- **Periodo maternal:**

Desde el nacimiento hasta los 2 años. El niño pasa desde los primeros reflejos (bucales) a la marcha y primeras coordinaciones motrices, a través de un diálogo madre-niño, muy cerrado al principio, luego, cada vez más suelto.

- **Periodo infantil o periodo global de aprendizaje y uso de sí:**

De 2 a 5 años, hasta los 4 años va asumiendo los elementos visuales y topográficos. La relación con el adulto es siempre un factor esencial de esta evolución, que permite al niño desprenderse del mundo exterior y reconocerse como individuo.

- **Periodo de transición. De 5 a 7 años:**

Hay una progresiva integración del cuerpo, dirigida hacia su representación y concienciación, con la posibilidad de una transposición de sí mismo a los demás, y de los demás a sí mismo. Aparece el desarrollo de las posibilidades de control postural y respiratorio; la afirmación definitiva de la lateralidad; el conocimiento de derecha e izquierda y la independencia de los brazos con respecto al tronco.

- **Periodo de educación primaria o de elaboración definitiva del esquema corporal. De 7 a 11-12 años:**

Gracias a la toma de conciencia de los diferentes elementos corporales y su control en movimientos. (Márquez & Carbeno Celis, 2017, pág. 10)

Según Márquez & Carbenero Celis (2017) afirma que el esquema corporal consta de cuatro periodos durante el nacimiento hasta la formación primaria del niño. En el primer periodo de nacimiento el bebé se desenvuelve en su entorno madre e hijo hasta los dos años, en el segundo periodo infantil el bebé aprende todo lo que ve o escucha de las personas, también a relacionarse con objetos y a reconocer a los demás. En el tercer periodo de transición el niño adquiere conciencia, desarrolla el sistema orgánico hasta los siete años. En el último periodo de educación primaria el niño aprende a controlar su movimiento y a coordinar con precisión.

### **Coordinación motriz**

La coordinación motriz conlleva el correcto control tónico de la musculatura implicada en cada movimiento, tanto de la musculatura agonista como de la antagonista, y de la musculatura fijadora, además de la capacidad de secuenciar todas las contracciones musculares, de forma que el gesto realizado sea lo más eficaz posible. (Cameselle, 2005, pág. 18)

Según Cameselle (2005) afirma que es la acción de ejecutar diversos movimientos en los que intervienen diferentes segmentos corporales.

La coordinación motriz es la interacción, el buen funcionamiento del sistema nervioso central y la musculatura esquelética durante el ejercicio, es decir, la capacidad de generar movimientos de forma controlada y ajustada. La organización de las sinergias musculares para cumplir un objetivo, por medio de un ajuste progresivo, conduce a la estructuración de una praxis. Así, la praxis puede ser definida como un sistema de movimientos coordinados entre sí en función del objetivo a lograr. (MINISTERIO DE EDUCACIÓN, 2002, pág. 231)

Según MINISTERIO DE EDUCACIÓN (2002) afirma que es el conjunto de capacidades organizadas del sistema nervioso, esquelético, muscular para producir la acción ordenada mediante un acto motor con el objetivo de la orientación y dirección del movimiento.

## **Tipos de coordinación**

Según Cameselle (2005) afirma que en coordinación existen tipos de coordinación, que el niño puede ejecutar movimiento, desplazamientos, fuerza, resistencia y presión a través de la coordinación dinámica general, coordinación viso-motriz y coordinación espacial. Además la coordinación expresa que es una capacidad física para emplear un gesto motor.

A continuación menciona tres importantes tipos de coordinación:

- **Coordinación dinámica general:**

Es la referida a la intervención de grandes grupos musculares. Sus conductas de actuación son la marcha, la carrera, el salto, la reptación, etc.

- **La coordinación viso-motriz (óculo-podal), audio-motriz:**

Conlleva la intervención de un mayor número de músculos más pequeños por lo tanto, también de un mayor número de transmisiones nerviosas. Significa pues un mayor grado de presión en la ejecución y se observa en acciones tales como enhebrar una aguja, rellenar una botella de agua sin que se produzca un derrame, manejar una cámara fotográfica o utilizar la cubertería a la hora de comer. (Cameselle, 2005, pág. 20)

- **Coordinación espacial-temporal:**

Es la capacidad para tener consciencia de las distancias y del tiempo e interrelaciones con la máxima precisión, para realizar acciones ofensivas y defensivas. (López, 2001, pág. 32)32

Según López (2001) considera que para ejecutar desplazamientos, manejar objetos con los pies es importante la coordinación espacial.

## Capacidades físicas

### Capacidades físicas condicionales

Según Obrador & González Barragán (2000) considera que las capacidades físicas condicionales son cualidades y habilidades que poseen el individuo durante un logro del rendimiento físico para ejecutar en cualquier actividad deportiva.

- **Fuerza:** La fuerza puede ser definida como la capacidad de un músculo para superar resistencias, mover pesos u obstáculos externos o internos, mediante su contracción muscular. Esto se puede hacer de forma estática (sin movimiento) o de forma dinámica (con movimiento). (Obrador & González Barragán, 2000, pág. 27)
- **Resistencia:** La resistencia es la capacidad de realizar un esfuerzo el máximo tiempo posible sin cansarse.

Si este esfuerzo implica a uno o varios músculos nos referimos a la resistencia muscular, pero si conlleva un esfuerzo más global de todo el cuerpo estamos hablando de la resistencia cardiovascular porque se exige a los aparatos circulatorios y respiratorios que se ajusten a un determinado trabajo. (Obrador & González Barragán, 2000, pág. 23)

- **Velocidad:** Torres, J. (1996), define la Velocidad como “la capacidad que nos permite realizar un movimiento en el menor tiempo posible, a un ritmo máximo de ejecución y durante un periodo breve que no produzca fatiga”.
- **Flexibilidad:** Es la capacidad que con base en la movilidad articular y elasticidad muscular, permite el máximo recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo realizar al individuo

acciones que requieren agilidad y destreza. (Rivera, Capacidades físicas básicas. Evolución, , 2009)

### **Capacidades coordinativas**

Según (Caveda, Martín Moreno, & Viciano Garófano (2002) manifiesta que las capacidades coordinativas están vinculadas con los genes pero también se puede desarrollar con el entrenamiento o una actividad.

- **Esquema corporal:** es el conocimiento de las partes del cuerpo y la toma de conciencia de ellos, conociendo sus posibilidades de acción y manifestación con el objetivo de desenvolvernó con armonía en el espacio que nos rodea y en relación nuestros iguales. Como bien dice Le Boulch (1979), el esquema corporal es la intuición global o conocimiento inmediato del propio cuerpo, ya sea en reposo o movimiento, en función de la interrelación de sus partes y de la relación con el espacio y objetivos que nos rodean. (Caveda, Martín Moreno, & Viciano Garófano, 2002, pág. 27)
- **La lateralidad:** puede definirse como la predominancia de los dos lados, el derecho o el izquierdo, para la ejecución de acciones. Empleamos el término lateralidad para referirnos al predominio o a la dominación de un hemisferio cerebral sobre otro. Lo que provoca que cada persona use con mayor destreza uno de los dos miembros simétricos en la realización o ejecución de acciones y funciones. (Cameselle, 2005, pág. 21)
- **El equilibrio:** es el estado de un cuerpo en el que la suma de las fuerzas y movimientos que actúan sobre el mismo es cero, pues estas contrarrestan entre sí.

- **La reacción:** consiste en responder a un estímulo conocido o desconocido en el mínimo tiempo posible (tacto, oído y vista). (Guimarales, 2002, pág. 94)
- **El tiempo y ritmo:** todo movimiento tiene un ritmo de acuerdo con el objetivo por alcanzar. El ritmo es un proceso en el cual se divide el tiempo en que se realizan o se ejecutan los movimientos físicos hacia una tarea u objetivo determinado.
- **La diferenciación:** es este caso, es la coordinación muscular óptima para que con el movimiento se alcance la meta. (Guimarales, 2002, pág. 95)

La acción y efecto de diferencia o diferenciarse, es decir, es el orden en que deben trabajar los músculos agonistas y antagonistas.

- **La sincronización:** transmitir la fuerza del pie al tobillo, del tobillo a la rodilla, de ésta a la cadera, de la cadera al tronco, del tronco a los brazos y la cabeza al empujar, lanzar, saltar, etc., como una cadena de movimiento.
- **La orientación:** ubicarse en el espacio para girar, lanzar a la canasta y en el resorte de brazos. (Guimarales, 2002, pág. 96)
- **La capacidad de adaptación al movimiento:** es la capacidad para realizar movimientos difíciles y adaptarse lo más rápido posible a otro movimiento. (Guimarales, 2002, pág. 97)

### **Proceso evolutivo**

Según Rivera (2009) afirma que evolución son transformaciones biológicas dentro del organismo del ser vivo durante su nacimiento hasta su muerte. A sí que es de

suma importancia el proceso evolutivo en la coordinación motriz del niño porque cuando el niño va creciendo adquiere capacidades básicas y coordinativas a través de la enseñanza de la actividad física pero también puede perfeccionarlo mediante el entrenamiento de deporte específico.

Dentro del proceso evolutivo presenta cuatro principios que son:

- **Infancia (0-3 años):** Se adquiere la suficiente madurez nerviosa y muscular como para asumir las tareas de manejo del propio cuerpo. La mayoría de las coordinaciones son globales, aunque ya comienzan las primeras coordinaciones óculo-manuales al coger objetos. Entre los 18-24 meses, se aprecia un mayor desarrollo pudiendo abrir y cerrar puertas, ponerse los zapatos, lavarse, etc. (Trigueros y Rivera, 1991).
- **Educación Infantil (3-6 años):** El repertorio de posibilidades crece con los estímulos que le llegan al niño. Las acciones coordinadas dependerán de la adquisición de un perfecto esquema corporal y del conocimiento y control del propio cuerpo. La actitud lúdica propia de estas edades es protagonista por excelencia de la formación tanto motriz como cognitiva y hacen que las formas motoras se vayan enriqueciendo y complicando.
- **Educación Primaria (6-12 años):** Se determina el desarrollo del sistema nervioso y, por tanto, los factores neuro-sensoriales de la coordinación, de ahí que sea la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices. La mala aptitud de retención motriz en el primer ciclo y parte del segundo exige en estas edades una profundización del aprendizaje a partir de la repetición de los ejercicios, contribuyendo de esta manera a la automatización del movimiento. Al final del segundo ciclo y todo el tercer ciclo, debido al desarrollo sensitivo y cognitivo, se refleja una buena capacidad perceptiva y de observación. Los ajustes motores son muy eficaces.

- **Educación Secundaria y Bachillerato (12-18 años):** Desde comienzos de la pubertad hasta finales de la adolescencia, tiene lugar la maduración sexual y un crecimiento general del cuerpo, esto conllevará un retroceso en la coordinación de los movimientos. Más tarde, la coordinación mejorará en función de la mejora de las cualidades físicas. (Rivera, La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo, 2009)

## **2.5 Hipótesis**

La actividad física mejora la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa “Santa Rosa” del Cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

## **2.6 Señalamiento de variables**

### **2.6.1 Variable independiente**

Actividad física

### **2.6.2 Variable dependiente**

Coordinación motriz



## **CAPÍTULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1 Modalidad básica de la investigación**

El presente trabajo de investigación es cuantitativo-cualitativo que permitirá revisar, analizar, sintetizar, ampliar, profundizar o comparar diferentes puntos de vista de varios autores, teorías, criterios y temas referentes a la actividad física en la coordinación motriz.

Es de campo porque el siguiente trabajo de investigación se realiza en el lugar de los hechos en la unidad educativa Santa Rosa provincia de Tungurahua donde en base a encuestas se trabajará con los docentes y niños de la institución.

##### **3.1.1 Investigación bibliográfica-documental**

La investigación para su veracidad necesita fundamentaciones por lo que es necesario abordar a esta problemática revisando información veraz en fuentes como libros, tesis, repositorios digitales, artículos científicos y revistas referentes al tema.

##### **3.1.2 Investigación de campo**

La presente investigación se desarrollara en el mismo lugar donde se detectó la problemática Unidad Educativa Santa Rosa” de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua utilizando algunas técnicas como la observación, entrevistas y encuestas que ayudaran a obtener resultados positivos.

#### **3.2 Nivel o tipo de investigación**

En el presente trabajo se va hacer uso de los siguientes tipos investigativos:

### 3.2.1 Nivel exploratorio

También conocido como un nivel que se desarrolla en función de temas de interés para realizar la investigación de manera que se utilice técnicas y herramientas que ayuden a recolectar información veraz y oportuna.

### 3.2.2 Nivel Descriptivo

Este nivel trata de dar a conocer con mayor detalle las características en las que se basara un hecho, fenómeno en este caso el trabajo de investigación que estamos desarrollando.

### 3.2.3 Población

La presente investigación es realizada con una población compuesta por 5 docentes y 75 estudiantes de la Unidad Educativa “Santa Rosa” del cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

**Tabla 1.** Población y muestra

<b>UNIDAD DE OBSERVACIÓN</b>	<b>POBLACIÓN</b>	<b>%</b>
<b>Estudiantes</b>	75	94 %
<b>Docente</b>	5	6 %
<b>Total</b>	80	100%

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

Muestra: por ser una población menor a 100, no es necesario calcular la muestra y se trabajará con el total de la población.

### 3.3 Operacionalización de variables

Tabla 2. Operacionalización de variables-La actividad física

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básicos	Técnicas o instrumentos
Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, 2017)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Movimiento corporal</li> <li>• Músculos</li> <li>• Gasto de energía</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestos</li> <li>• Posturas</li> <li>• Orientación del cuerpo</li> <li>• Liso</li> <li>• Esquelético</li> <li>• Cardíaco</li> <li>• Reducción de calorías</li> </ul>	<p>¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?</p> <p>¿Considera usted que los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal?</p> <p>¿Considera usted que el músculo liso, esquelético y cardíaco forma parte de la actividad física?</p> <p>¿Cree usted que el gasto de energía en la actividad física reduce calorías?</p> <p>¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?</p>	<p><b>Técnicas:</b> Encuestas <b>Instrumentos:</b> Cuestionarios</p> <p><b>Técnicas:</b> Encuestas <b>Instrumentos:</b> Cuestionarios</p> <p><b>Técnicas:</b> Encuestas <b>Instrumentos:</b> Cuestionarios</p>

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La Investigación

**Tabla 3.** Operacionalización de variables-Coordinación Motriz

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básicos	Técnicas o instrumentos
<p>La coordinación motriz es aquella capacidad de organizar, regular movimientos ordenados en el cuerpo, mediante el equilibrio para la obtención de patrones motores ante estímulos motrices con el menor gasto de energía .Es decir, que la coordinación es el fundamento principal de las capacidades físicas condicionales, coordinativas para ejecutar un acto motor.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Movimientos ordenados</li> <li>• Patrones Motores</li> <li>• Estímulos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agilidad</li> <li>• Reacción</li> <li>• Lateralidad</li> <li>• Correr</li> <li>• Caminar</li> <li>• Saltar</li> <li>• Sensorial</li> <li>• Auditivos</li> <li>• Táctiles</li> </ul>	<p>¿Cree usted que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados?</p> <p>¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?</p> <p>¿Considera usted que los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz?</p> <p>¿Considera usted que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz?</p> <p>¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destrezas del niño?</p>	<p><b>Técnicas:</b> Encuestas <b>Instrumentos:</b> Cuestionarios</p> <p><b>Técnicas:</b> Encuestas <b>Instrumentos:</b> Cuestionarios</p> <p><b>Técnicas:</b> Encuestas <b>Instrumentos:</b> Cuestionarios</p>

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La investigación

### 3.4 Plan de recolección de información

Es la encargada de recoger e identificar antecedentes generales y temas con relación a un estudio en el presente trabajo, utilizando técnicas y herramientas que ayuden a recolectar información veraz y oportuna, en la que será utilizada para poner en contacto con la realidad en este caso con los niños de la Unidad Educativa Santa Rosa para conocer la actividad física aplicados en los últimos años.

**Tabla 4.** Plan de recolección de datos

<b>PREGUNTAS BÁSICAS</b>	<b>EXPLICACIÓN</b>
¿Para qué?	Para cumplir con los objetivos propuestos en la investigación
¿A quiénes?	Docentes y estudiantes.
¿Sobre qué aspectos?	Variable independiente: actividad física Variable dependiente: coordinación motriz
¿Quién?	Pablo David Yansapanta Caisa
¿Cuándo?	2016-2017
¿Cuántas veces?	Las necesarias para obtener la información
¿Qué técnicas?	Encuesta
¿Con qué?	Cuestionario
¿Dónde?	Unidad Educativa Santa Rosa
¿En qué situación?	Días laborables

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** Investigación directa

### 3.5 Plan de Procesamiento de información

Se pidió el permiso correspondiente a las autoridades de la institución para realizar el proyecto de investigación, luego se procedió a realizar las encuestas a los niños de la Unidad Educativa Santa Rosa tomando en cuenta la población presentada anteriormente se procede a realizar un análisis de cada uno de los ítems.

El análisis de la interpretación se refiere a:

**Tabla 5.** Análisis de la interpretación

<b>PROCEDIMIENTO</b>
• Ordenar la información
• Revisión crítico de Información
• Tabulación de la Información
• Análisis de Resultados
• Interpretación de Resultados
• Realizar Gráficos Estadísticos
• Presentar Resultados
• Recomendaciones

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** Investigación directa

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1 Análisis e Interpretación de los Resultados

Encuesta dirigida a los estudiantes de la Unidad Educativa Santa Rosa ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

Pregunta 1.- ¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?

**Tabla 6.** La actividad física

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	70	93,33
AVECES	5	6,67
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 5.** La actividad física



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

## **Análisis**

De los 75 encuestados, 70 niños que representan 93,33% respondieron que siempre es importante la actividad física en los niños, 5 que representan el 6,67% dijeron que a veces es importante la actividad física en los niños.

## **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que siempre es importante la actividad física en los niños.



Pregunta 2.- ¿Considera usted que los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal?

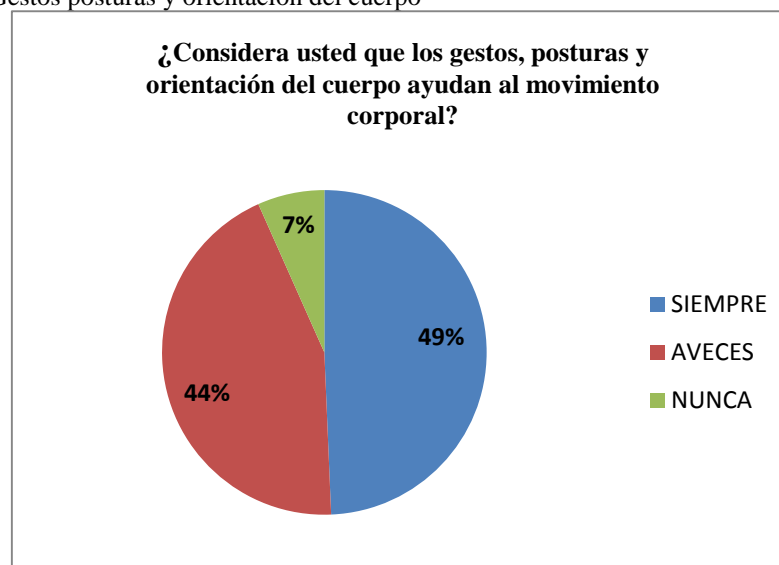
**Tabla 7.** Gestos posturas y orientación del cuerpo

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	37	49,00
AVECES	33	44,00
NUNCA	5	7,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 6.** Gestos posturas y orientación del cuerpo



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo Yansapanta

### Análisis

De los 75 encuestados, 37 niños que representan el 49% indicaron que siempre los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal, 33 que representa el 44% expresaron que a veces los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal y 5 que representa el 7% expresaron que nunca.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal.

Pregunta 3.- ¿Considera usted que el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física?

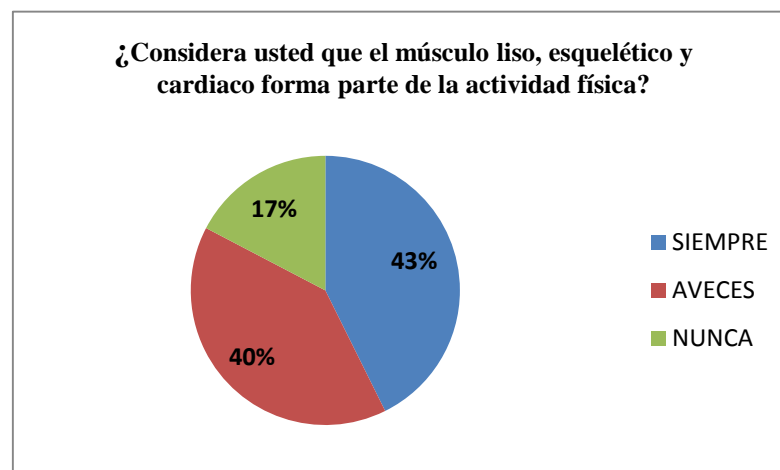
**Tabla 8.** El muslo liso, esquelético y cardiaco

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	32	43,00
AVECES	30	40,00
NUNCA	13	17,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 7.** El muslo liso, esquelético y cardiaco



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 75 encuestados, 32 niños que representan el 43% manifestaron que siempre el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física, 30 que representa el 40% comentaron que el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física y 13 que representa el 17% manifestaron que nunca.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física.

Pregunta 4.- ¿Cree usted que el gasto de energía en la actividad física reduce calorías?

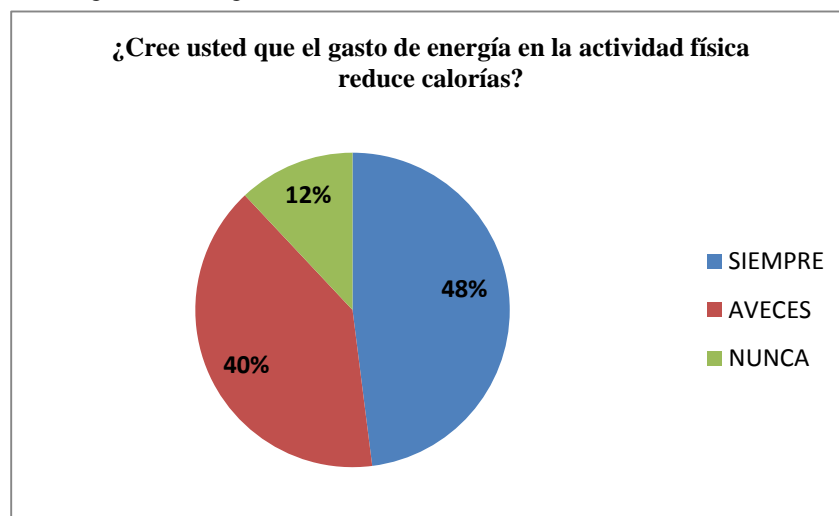
**Tabla 9.** El gasto de energía

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	36	48,00
AVECES	30	40,00
NUNCA	9	12,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 8.** El gasto de energía



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 75 encuestados, 36 niños que representan el 48% dijeron que siempre el gasto de energía en la actividad física reduce calorías, 30 que representan 40% que determinaron a veces el gasto de energía en la actividad física reduce calorías y 9 que representan el 12% establecieron nunca.

### Interpretación

Por lo tanto, esto indica que la mayoría de los encuestados responden que el gasto de energía en la actividad física reduce calorías.

Pregunta 5.- ¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?

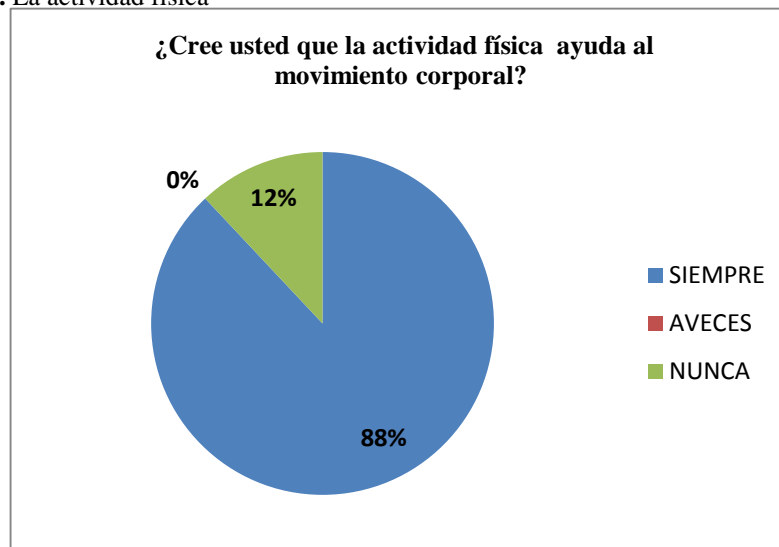
**Tabla. 10** La actividad física

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	66	88,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	9	12,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 9.** La actividad física



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 75 encuestados, 66 niños que representan el 88% manifestaron que siempre la actividad física ayuda al movimiento corporal, 0 que representan 0% explicaron que a veces la actividad física ayuda al movimiento corporal y 9 que representan el 12% indicaron nunca.

### **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que la actividad física ayuda al movimiento corporal.

Pregunta 6.- ¿Cree usted que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados?

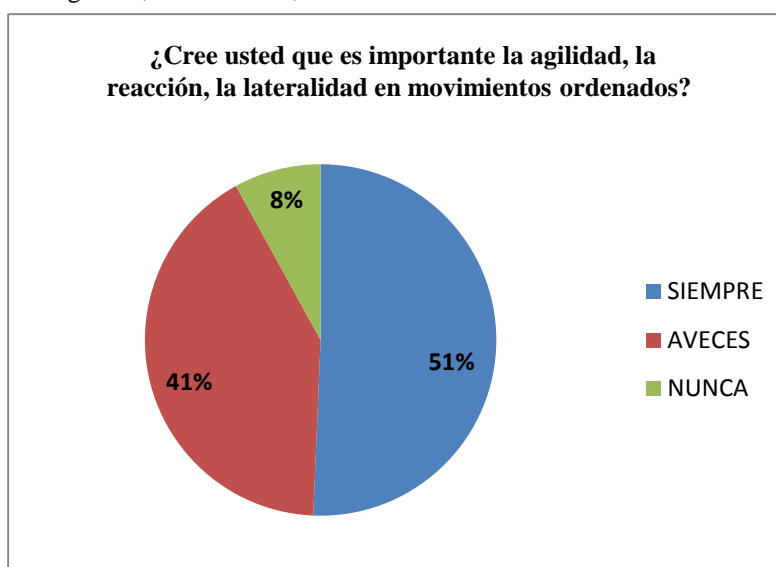
**Tabla 11.** La agilidad, la recreación, la lateralidad

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	38	51,00
AVECES	31	41,00
NUNCA	6	8,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 10.** La agilidad, la recreación, la lateralidad



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 75 encuestados, 38 niños que representan el 51% respondieron que siempre es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados, 31 que representan 41% dijeron que a veces es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados y 6 que representan el 8% determinaron nunca.

### **Interpretación**

Por lo tanto, esto indica que la mayoría de los encuestados responden que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en los movimientos ordenados.

Pregunta 7.- ¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?

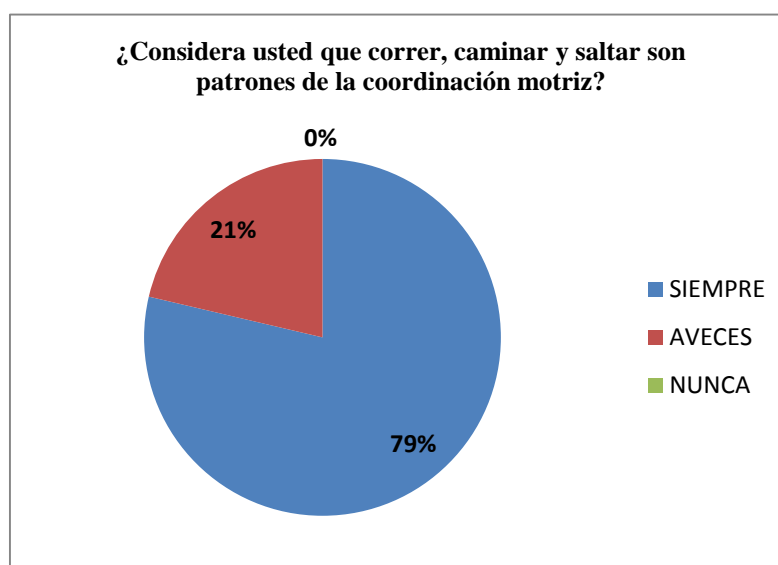
**Tabla 12.** Correr, caminar y saltar

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	59	78,67
AVECES	16	21,33
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 11.** Correr, caminar y saltar



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 75 encuestados, 59 niños que representan el 78,67% dijeron que siempre correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz, 16 que representan 21,33% manifestaron que a veces correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz y o que representan el 0% señalaron nunca.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz.

Pregunta 8.- ¿Considera usted que los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz?

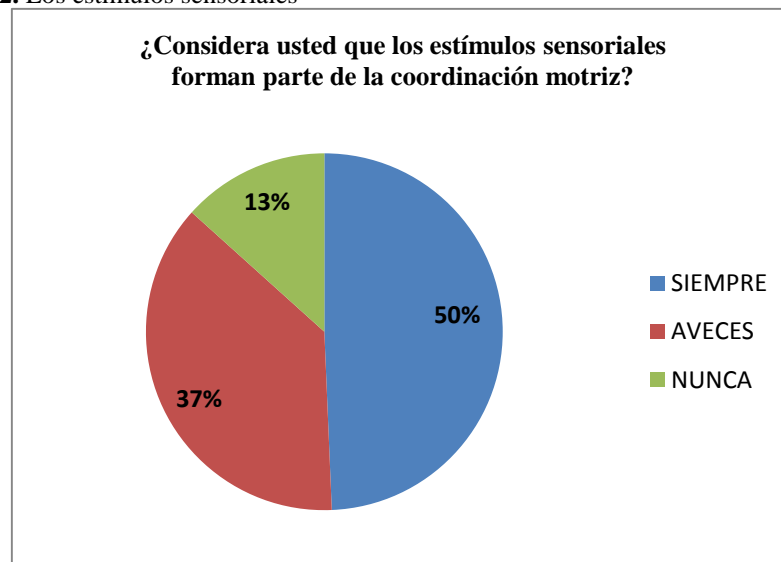
**Tabla 13.** Los estímulos sensoriales

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	37	50,00
AVECES	28	37,00
NUNCA	10	13,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 12.** Los estímulos sensoriales



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 75 encuestados, 37 niños que representan el 50% respondieron que siempre los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz, 28 que representan 37% explicaron que a veces correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz y 10 que representan el 13% dijeron nunca.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz.

Pregunta 9.- ¿Considera usted que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz?

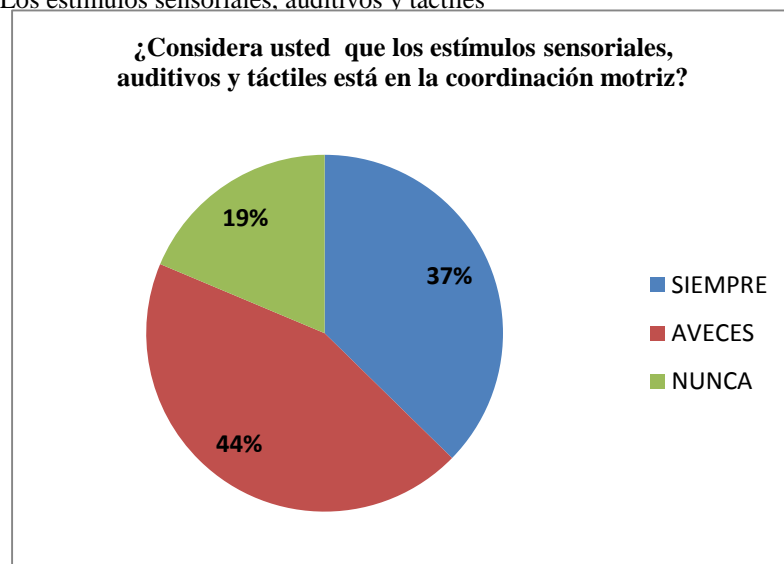
**Tabla 14.** Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	28	37,00
AVECES	33	44,00
NUNCA	14	19,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 13.** Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 75 encuestados, 28 niños que representan el 37% expresaron que siempre los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz, 33 que representan 44% manifestaron que a veces los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz y 10 que representan el 13% dijeron nunca.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz.



Pregunta 10.- ¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño?

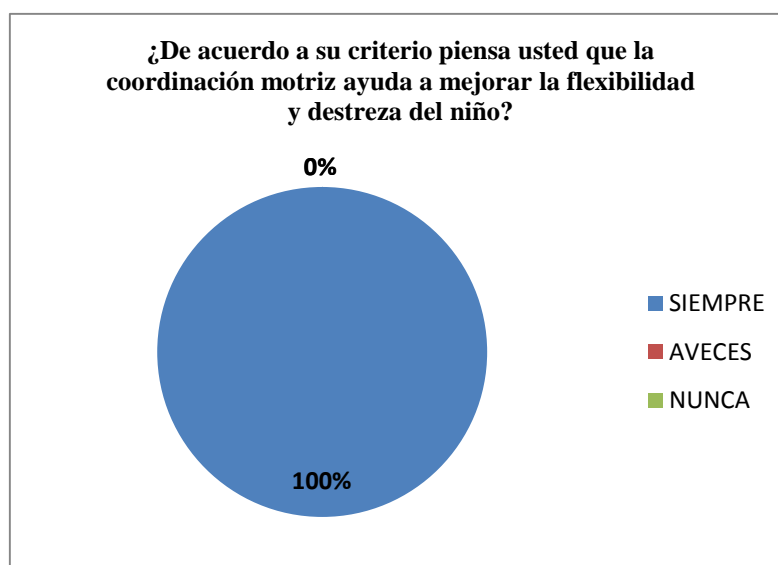
**Tabla 15.** La coordinación motriz

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	75	100,00
AVECES	0	11,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 14.** La coordinación motriz



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 75 encuestados, 75 niños que representan el 100% dijeron que siempre que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño, 0 que representan 11% determinaron que a veces la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño. El 0 que representan el 0% especificaron nunca.

### **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño.

## Encuesta aplicada a los docentes de la Unidad Educativa Santa Rosa

Pregunta 1.- ¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?

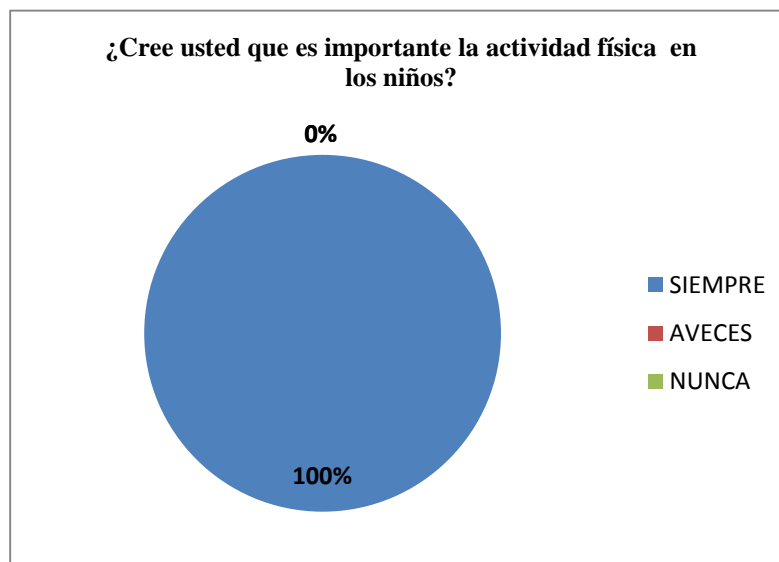
**Tabla 16.** La actividad física

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 15.** La actividad física



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 5 encuestados, 5 docentes que representan 100% respondieron que siempre es importante la actividad física en los niños.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que siempre es importante la actividad física en los niños.

Pregunta 2.- ¿Considera usted que los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal?

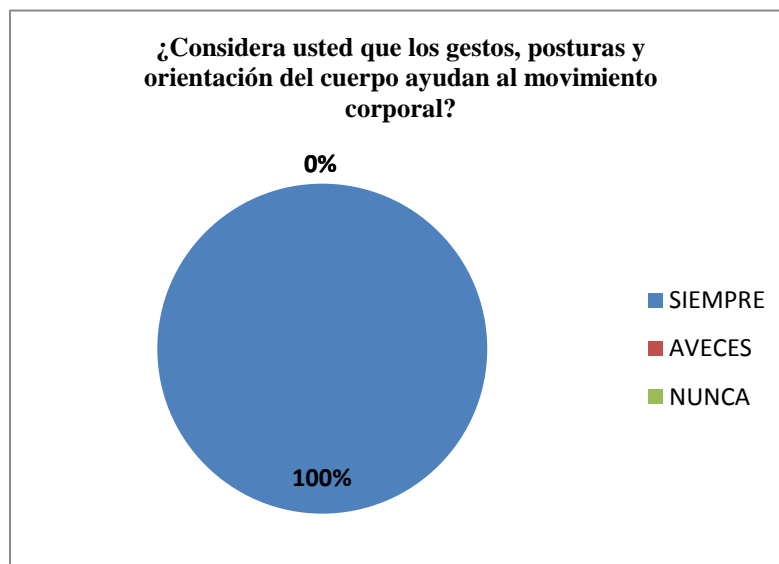
**Tabla 17.** Los gestos, posturas y orientación del cuerpo

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 16.** Los gestos, posturas y orientación del cuerpo



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 5 encuestados, 5 que representan 100% respondieron que siempre los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que siempre los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal.

Pregunta 3.- ¿Considera usted que el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física?

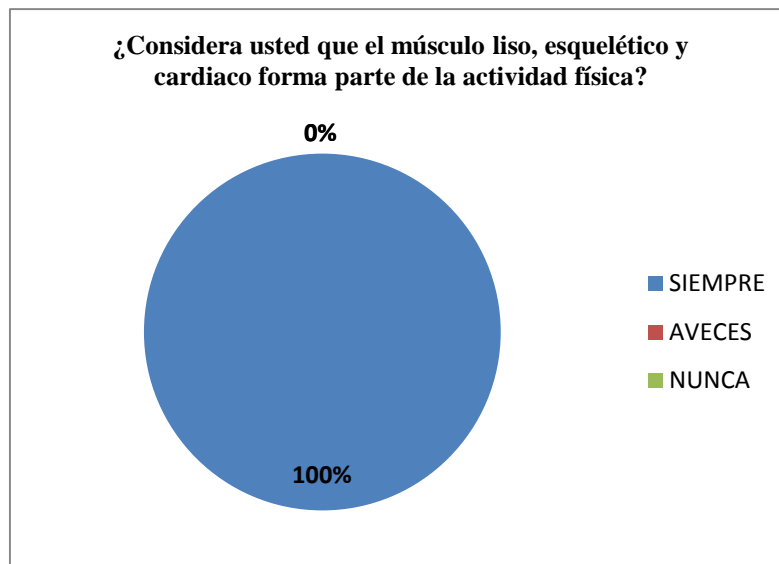
**Tabla 18.** El músculo liso, esquelético y cardiaco

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	5	100,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 17.** El músculo liso, esquelético y cardiaco



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 5 encuestados, 5 que representan 100% respondieron que siempre el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física.

### **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que siempre el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física.

Pregunta 4.- ¿Cree usted que el gasto de energía en la actividad física reduce calorías?

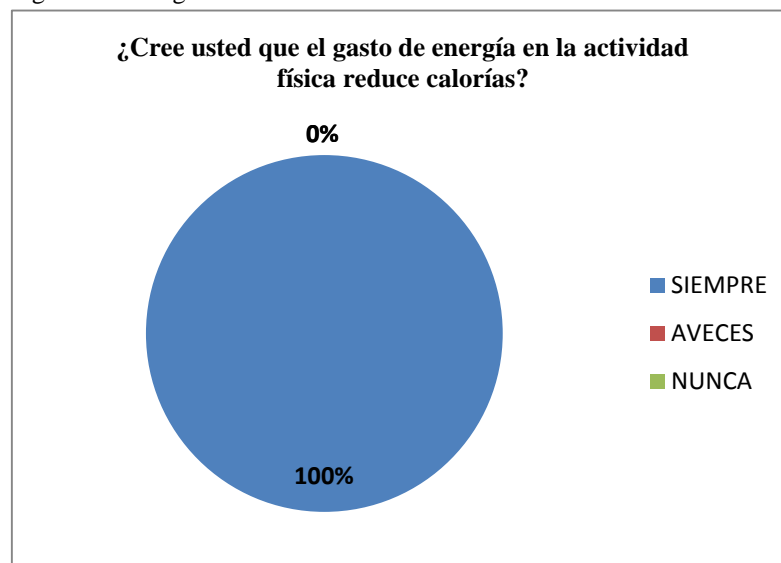
**Tabla 19.** El gasto de energía

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	5	100,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 18.** El gasto de energía



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 5 encuestados, 5 que representan 100% respondieron que siempre el gasto de energía en la actividad física reduce calorías.

### **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que siempre el gasto de energía en la actividad física reduce calorías.

Pregunta 5.- ¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?

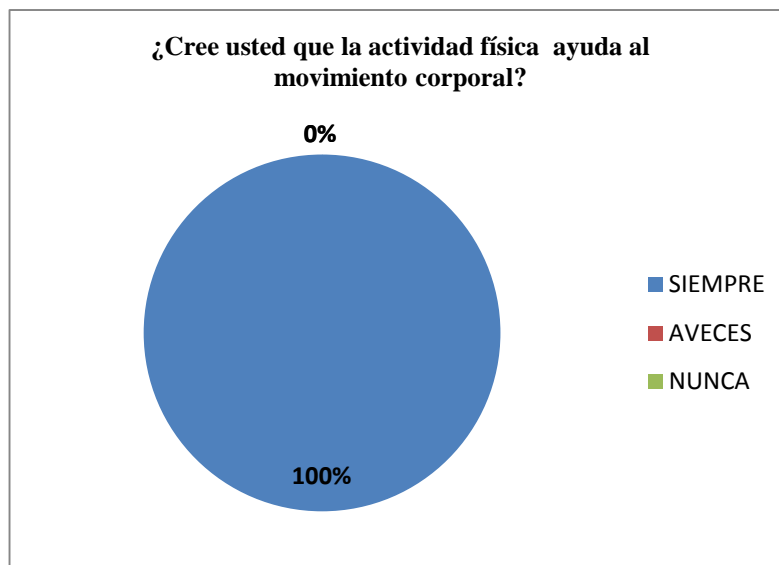
**Tabla 20.** La actividad física

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	5	100,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 19.** La actividad física



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 5 encuestados, 5 que representan 100% respondieron que siempre la actividad física ayuda al movimiento corporal.

### **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que la actividad física ayuda al movimiento corporal.

Pregunta 6.- ¿Cree usted que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados?

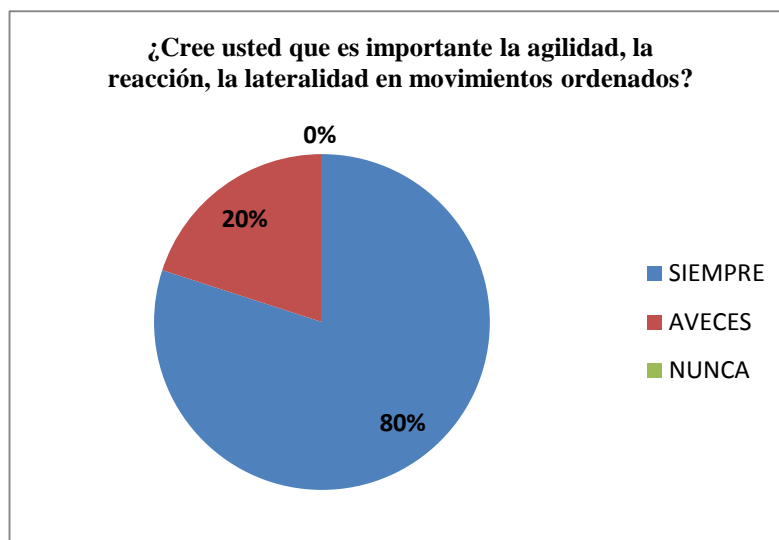
**Tabla 21.** La agilidad, la recreación, la lateralidad

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	80,00
AVECES	1	20,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 20.** La agilidad, la recreación, la lateralidad



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 5 encuestados, 4 que representan 80% respondieron que siempre es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados, 1 que representa el 20% expresaron que a veces es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados.

Pregunta 7.- ¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?

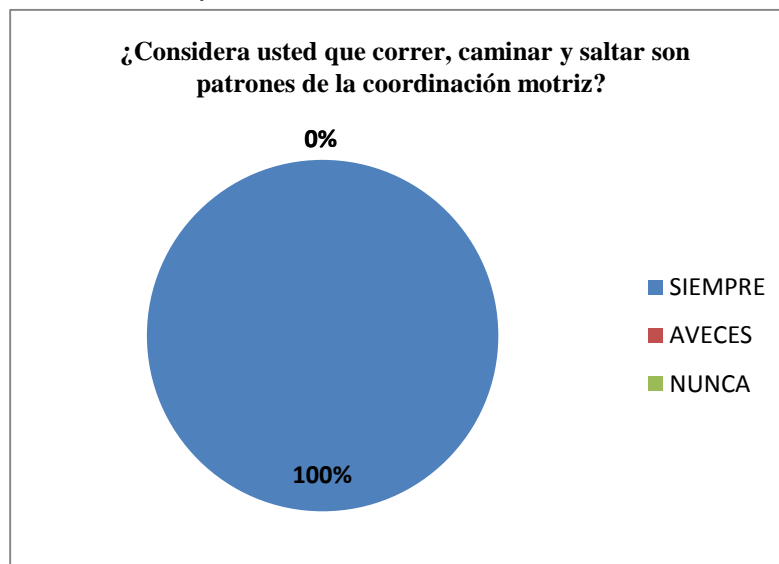
**Tabla 22.** Correr, caminar y saltar

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	5	100,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 21.** Correr, caminar y saltar



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 5 encuestados, 5 que representan 100% respondieron que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz.

### **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz.



Pregunta 8.- ¿Considera usted que los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz?

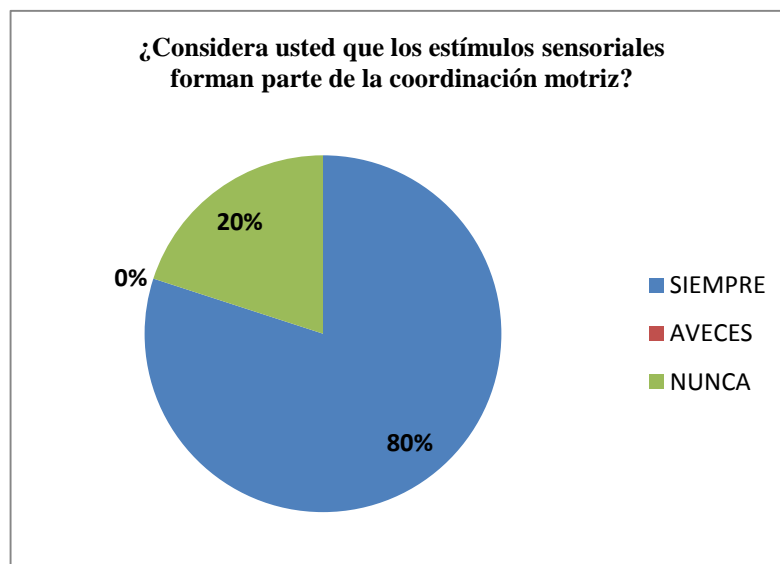
**Tabla 23.** Los estímulos sensoriales

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	80,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	1	20,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 22.** Los estímulos sensoriales



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 5 encuestados, 4 que representan 80% respondieron que siempre los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz, 1 que representa el 20% dijeron que nunca los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz.

Pregunta 9.- ¿Considera usted que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz?

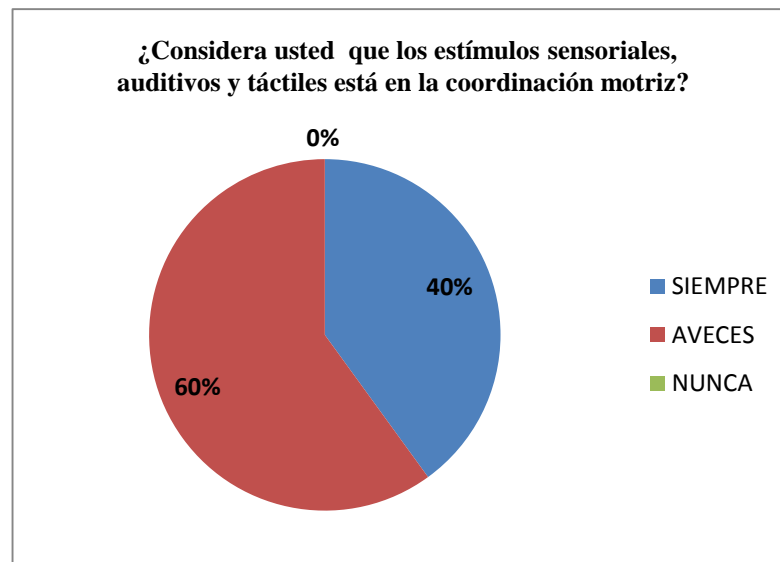
**Tabla 24.** Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	2	40,00
AVECES	3	60,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 23.** Los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### **Análisis**

De los 5 encuestados, 2 que representan 40% respondieron que siempre que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz. 3 que representa el 60% dijeron que a veces que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz.

### **Interpretación**

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles están en la coordinación motriz.

Pregunta 10.- ¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño?

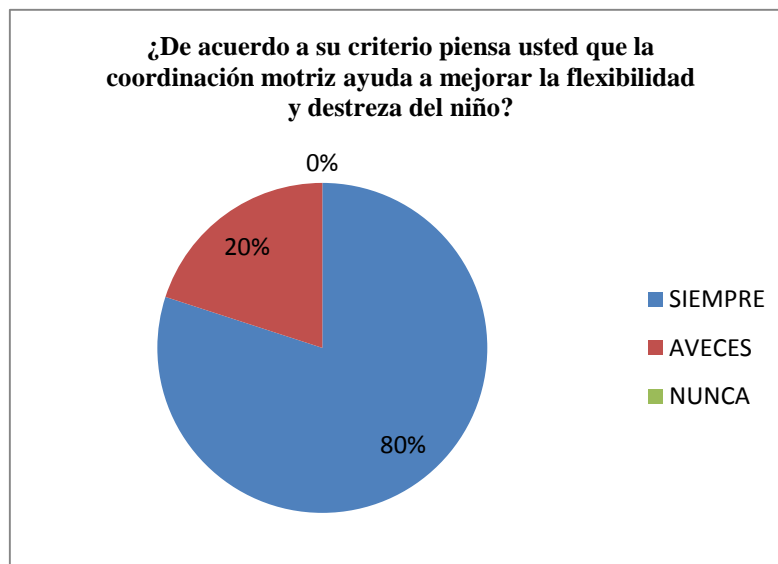
**Tabla 25.** La coordinación motriz

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	80,00
AVECES	1	20,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Gráfico 24.** La coordinación motriz



**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

### Análisis

De los 5 encuestados, 4 que representan 80% respondieron que siempre la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño, 1 que representa el 20% indicaron que a veces que los la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño.

### Interpretación

Por lo tanto esto indica que la mayoría de los encuestados responden que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño.

## 4.2 Verificación de hipótesis

Para comprobar la hipótesis se utiliza la estadísticamente la prueba del chi-cuadrado que permite establecer correctamente los valores observados y esperados para la comparación de distribuciones enteras.

### Combinación de frecuencias

Para establecer la correspondencia se eligieron 4 preguntas representativas a través de la formulación de encuestas de cada una de las variables.

Pregunta 1.- ¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?

**Tabla. 6**

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	70	93,33
AVECES	5	6,67
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

Pregunta 5.- ¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?

**Tabla. 10**

<b>OPCIONES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SIEMPRE	66	88,00
AVECES	0	0,00
NUNCA	9	12,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

Pregunta 7.- ¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?

**Tabla. 12**

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	59	78,67
AVECES	16	21,33
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

Pregunta 10.- ¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño?

**Tabla. 15**

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	75	100,00
AVECES	0	11,00
NUNCA	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Estudiantes de la U.E. "Santa Rosa"

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Tabla 26.** Frecuencias Observadas

Alternativas	SI	A VECES	N0	SUBTOTAL
<b>Pregunta 1.-</b> ¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?	70	5	0	75
<b>Pregunta 5.-</b> ¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?	66	0	9	75
<b>Pregunta 7.-</b> ¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?	59	16	0	75
<b>Pregunta 10.-</b> ¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño?	75	0	0	75
SUBTOTAL	270	21	9	300

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La encuesta

**Tabla 27.** Frecuencias Esperadas

Alternativas	SI	A VECES	NO	SUBTOTAL
1.- ¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?	67,50	5,25	2,25	75,00
5.- ¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?	67,50	5,25	2,25	75,00
7.- ¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?	67,50	5,25	2,25	75,00
10.- ¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño?	67,50	5,25	2,25	75,00
SUBTOTAL	270,00	21,00	9,00	300,00

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La encuesta

### 4.3 Modelo Lógico

#### **Ho** Hipótesis Nula

**Ho=** La actividad física no mejora la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa, ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

#### **H1** Hipótesis Alternativa

**H1=**La actividad física mejora la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa, ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

#### **Grados de Libertad**

Para determinar los grados de libertad se utiliza la siguiente fórmula:

#### **Formula:**

$$GL = (F-1) * (C-1)$$

**Dónde:**

**GL**= Grados de Libertad

**F**= Filas de la tabla

**C**= Columnas de la tabla

**GL**= (filas-1) \* (columnas-1)

**GL** = (4 - 1) \* (3 - 1)

**GL** = (3) \* (2)

**GL** = 6

**Grados de Significación**

$\alpha$  = 5% 0,005

**Calculo del chi- cuadrado**

$$X_c^2 = \sum \left| \frac{(O - E)^2}{E} \right|$$

$X_c^2$  = Chi o JiCuadrado

$\Sigma$ = Sumatoria

**O**= Frecuencia Observada

**E**= Frecuencia Encontrada

**Tabla 28. Chi cuadrado**

O	E	O-E	(O-E) <sup>2</sup>	O-E <sup>2</sup> /E
70	67,50	2,50	6,25	0,09
5	5,25	-0,25	0,0625	0,01
0	2,25	-2,25	5,0625	2,25
66	67,50	-1,50	2,25	0,033
0	5,25	-5,25	27,5625	5,25
9	2,25	6,75	45,5625	20,25
59	67,50	-8,50	72,25	1,07
16	5,25	10,75	115,5625	22,01
0	2,25	-2,25	5,0625	2,25
75	67,50	7,50	56,25	0,83
0	5,25	-5,25	27,5625	5,25
0	2,25	-2,25	5,0625	2,25
				<b>61,553</b>

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La encuesta

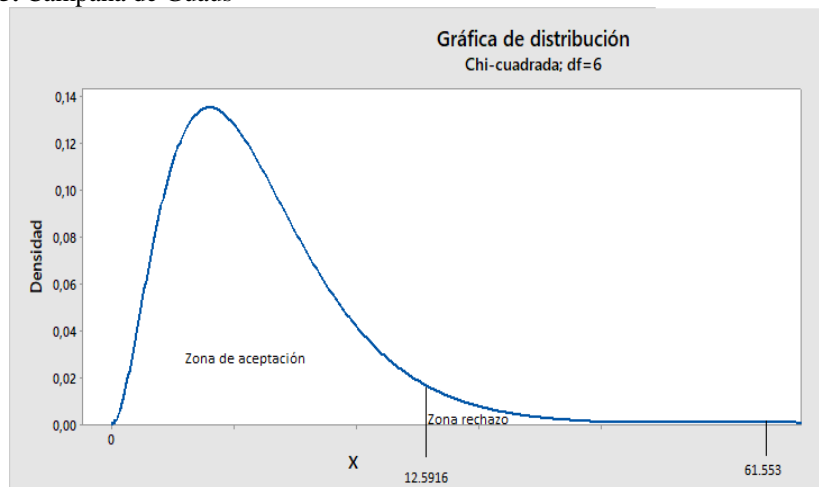
## Decisión

Con los 6 GL y un nivel de significación de 0,05 = 12, 591

## Conclusión

El valor  $X^2_f = 12, 591 < X^2_c = 61,553$ . Por lo tanto se aleja de la zona de rechazo dando como resultado el rechazo de la hipótesis nula y se acepta la alterna **H1**: La actividad física en la coordinacion motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

**Gráfico 25.** Campana de Gaus



**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La encuesta



## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 Conclusiones**

- Se concluyó que existe poco interés de realizar actividad física en los niños de la unidad educativa Santa Rosa porque existe el desconocimiento de metodología de enseñanza en el docente durante las clases de educación física. Por lo tanto al no tratar con importancia este problema afectara su salud, puesto que si no realizan cualquier actividad deportiva adquirirán enfermedades en los niños.
- Se estableció que uno de los efectos notables de la coordinación motriz en la unidad educativa Santa Rosa es regular, porque perjudica el dominio de los movimientos corporales y genera desequilibrio en el hemisferio derecho e izquierdo que causa desmotivación en el niño y en su vida diaria.
- Se desarrolló una guía de actividades físicas que permitan mejorar la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua. Puesto que al no poseer una guía de actividades físicas no se mantendrá una adecuada coordinación motriz, por lo que los niños no podrán ejecutar sus movimientos corporales y perderán su desarrollo motor.

## 5.2 Recomendaciones

- Se recomienda a las autoridades de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua, en conjunto con los docentes del área de cultura, a dar más importancia a la actividad física, a utilizar buenas técnicas, métodos para motivar a los niños a la práctica de cualquier actividad física y prevenir enfermedades psicomotoras.
- Se recomienda promover el desarrollo de la coordinación matriz mediante ejercicios de coordinación e incorporar implementos deportivos para mejorar el movimiento corporal del niño.
- Se recomienda aplicar una guía de actividades físicas para fortalecer, desarrollar la coordinación motriz y su calidad garantizando el bienestar de los estudiantes en la institución.

## ANEXOS

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA**  
**EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**  
**MODALIDAD PRESENCIAL**  
**ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES**



### Objetivo:

- Determinar la actividad física en la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

### Indicadores Generales:

- Marque con una (X) la respuesta de su preferencia.
- Conteste todas las preguntas, al ser anónima la encuesta, se espera que responda con absoluta libertad y sinceridad; pues sus respuestas ayudarán al investigador a plantear una alternativa de solución al problema.

1.- *¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?*

SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )

2.- *¿Considera usted que los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal?*

SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )

3.- *¿Considera usted que el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física?*

SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )

4.- *¿Cree usted que el gasto de energía en la actividad física reduce calorías?*

SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )

5.- *¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?*

SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )

6.- *¿Cree usted que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados?*

SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )

7.- *¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

8.- *¿Considera usted que los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

9.- *¿Considera usted que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

10.- *¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

**¡GRACIAS POR SU COLABORACION!**

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**



**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**  
**MODALIDAD PRESENCIAL**  
**ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES**



**Objetivo:**

- Determinar la actividad física en la coordinación motriz de los niños de la unidad educativa Santa Rosa de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

**Indicadores Generales:**

- Marque con una (X) la respuesta de su preferencia.
- Conteste todas las preguntas, al ser anónima la encuesta, se espera que responda con absoluta libertad y sinceridad; pues sus respuestas ayudarán al investigador a plantear una alternativa de solución al problema.

*1.- ¿Cree usted que es importante la actividad física en los niños?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

*2.- ¿Considera usted que los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

*3.- ¿Considera usted que el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

*4.- ¿Cree usted que el gasto de energía en la actividad física reduce calorías?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

*5.- ¿Cree usted que la actividad física ayuda al movimiento corporal?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

*6.- ¿Cree usted que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

7.- *¿Considera usted que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

8.- *¿Considera usted que los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

9.- *¿Considera usted que los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles está en la coordinación motriz?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

10.- *¿De acuerdo a su criterio piensa usted que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño?*

*SIEMPRE ( ) A VECES ( ) NUNCA ( )*

**¡GRACIAS POR SU COLABORACION!**

## BIBLIOGRAFÍA

- Gil Madrona, P., Contreras Jordán , O. R., & Gómez Barreto, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física. *Iberoamericana de Educación. N.º 47, 2*.
- Arboleda Sierra, R. (2009). *Globalización deporte y desarrollo local*. Medellín: Funámbulo.
- Arribas, S. I. (2008). *¿Consiguen los Estudiantes de Primaria los Objetivos Propuestos en Educación Física?* Madrid : ISSN: 1577-0354.
- Baño, L. W. (25 de 10 de 2014). *FCHE-CEF-313*. Obtenido de LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL DESARROLLO DE LA: file:///C:/Users/User/Desktop/FCHE-CEF-313.pdf
- Benítez, L. M., & Hormigo Gamarro, F. (2010). *EL DEPORTE EN LA ESCUELA. HACIA LA BÚSQUEDA DEL DEPORTE EDUCATIV: PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN FÍSICA EN SECUNDARIA* . España: WNCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L.
- Cameselle, R. P. (2005). *Psicomotricidad, Teoría y Praxis del desarrollo psicomotor en la infancia*. España: Gesbiblo, S.L.
- Carrera, G., & Carreño González, I. (2007). *DIFICULTADES INFANTILES DE APRENDIZAJE*. Madrid-España: Equipo Cultural.
- Casado Pérez , C., Alonso , F. N., Hernández Barrera , V., & Jiménez García , R. (04 de 2009). Actividad física en niños españoles. *Pediatría de Atención Primaria, XI(42)*, 230. Recuperado el 16 de 02 de 2017, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=366638711003>
- Caveda, J. L., Martín Moreno, C., & Viciano Garófano, V. (2002). *Las canciones motrices II Metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en la Educación Infantil y Primaria a través de la musica*. Barcelona-España: @inde.com.
- Caveda, J. L., Moreno, C. M., & Garófano, V. V. (2004). *Metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación Infantil y Primaria a través de la Música*. Barcelona: @inde.com.

- Céspedes, E. (2003). *Principios y técnicas recreativas pra la expresion artisitca del niño*. Costa Rica: Universidad Estatal a Distancia .
- CONCEPTODEFINICION.DE. (16 de Agosto de 2014). *cultura-fisica*. Obtenido de Definición de Cultura Física: <http://conceptodefinicion.de/cultura-fisica/>
- Fernández, B. E., & Uribe Pareja, I. (2007). *Aproximaciones epistemológicas y padagógicas a la Educación Física Un campo en construcción*. Colombia: Soluciones Editoriales.
- Fuentes-Guerra, F. J. (2003). *EL DEPORTE EN EL MARCO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA,S.L.
- Guimarales, T. (2002). *El entrenamiento deportivo capacidades físicas*. Costa Rica : Universidad Estatal a Distancia .
- Izquierdo, M. (2008). *Biomecánica y Bases Neuromuscularse de la Actividad Física*. Buenos Aires; Madrid: Panamericana.
- Jhaya, G. G. (Martes de Octubre de 2013). */FCHE\_LEF\_230*. Obtenido de Repositorio digital de la Universidad Técnica de Ambato: [http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6412/1/FCHE\\_LEF\\_230.pdf](http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6412/1/FCHE_LEF_230.pdf)
- LEY DEL DEPORTE, E. F. (4 de 8 de 2010). Obtenido de <http://www.deporte.gob.ec>
- LEY DEL DEPORTE, E. F. (4 de 8 de 2010). Obtenido de <http://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf>
- Limited, D. K. (2003). *LA SALUD DEL BEBÉ Y DEL NIÑO* . Gran Bretaña: R.R. Donnelley.
- López, J. L. (2001). *"FUTBOL: 500 JUEGOS PARA EL ENTRENAMIENTO FÍSICO CON BALÓN"*. España : WANCEULEN EDITORIAL DEPORTE, S.L.
- Márquez, J. C., & Carbenero Celis, C. (2017). *CÓMO MEJORAR LAS CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES, ESQUEMA CORPORAL Y LATERALIDAD EN TU HIJO*. España: WANCEULEN S.L.



- Márquez, J., & Carbonero Celis, C. (2009). *Temario de oposiciones de educación física primaria. legislación L.O.E acceso al cuerpo de maestros*. Sevilla : Wanceulen editorial deportivo, S.L.
- Márquez, S., & Garatachea, N. (2013). *Actividad Física y salud*. Madrid: Días de Santos, S.A.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN, C. Y. (2002). *Los fundamentos Teóricos-Didácticos de la Educación Física*. Madrid: SOLANA E HIJO, A.G., S.A.
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (2015). *Actividad física y reducción del sedentarismo*. Madrid : Gobierno de España .
- Obrador, E. M., & González Barragán, C. (2000). *CUALIDADES FÍSICAS*. España: @inde.com.
- OMS. (Junio de 2017). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de factsheet\_recommendations:  
[http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/es/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/)
- Paul, B. Z. (21 de 10 de 2015). *Tesis%20Wilmer%20Barrionuevo*. Obtenido de “LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL DESARROLLO COGNITIVO DE LOS NIÑOS/AS DE 7 A 8 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO EDUCATIVO “GREGOIRE GIRARD” DE LA CIUDAD DE AMBATO” : <file:///C:/Users/User/Desktop/Tesis%20Wilmer%20Barrionuevo.pdf>
- Pérez Ruiz, L. M., Navia Manzano, J. A., & Ruiz Amengual, A. R. (23 de 01 de 2015). Coordinación motriz y rendimiento académico en adolescentes. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 88. Recuperado el 16 de 02 de 2017, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345743464017>
- Pérez, B. M. (2014). Salud: entre la actividad física y el sedentarismo. *Scielo*.
- PLAN NACIONAL BUEN VIVIR. (2013). Obtenido de PLAN NACIONAL BUEN VIVIR:  
[file:///C:/Users/HP/AppData/Local/Temp/Rar\\$DIa0.486/Plan%20Nacional%20Buen%20Vivir.pdf](file:///C:/Users/HP/AppData/Local/Temp/Rar$DIa0.486/Plan%20Nacional%20Buen%20Vivir.pdf)
- Ramírez, M. C. (2006). *Educación física para niños con necesidades educativas especiales*. Costa Rica : Universidad estatal a distancia .

- Ramírez, R., Correa, J. E., González Ruíz, K., Humberto, Prieto Benavides, D. H., & Palacios López, A. (2016). *Condición física, nutrición, ejercicio y salud en niños y adolescentes*. Bogotá: Universidad del Rosario.
- Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón Suárez, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *SCIELO*.
- Redondo Villa, C. (2010). *Coordinación y equilibrio*. Granada : ISSN.
- Rivera, D. M. (2009). Capacidades físicas básicas. Evolución, . *efdeportes.com*, 1.
- Rivera, D. M. (2009). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. *efdeportes.com*, 1.
- Rodríguez, M. B. (2008). *Juegos y Técnicas de recreación* . Buenos Aires: Bonum.
- Rodríguez, M. L., Martos Fernández, P., & Paniza Prados, J. (2001). *DEPORTE Y CAMBIO SOCIAL EN EL UMBRAL DEL SIGLO XXI*. Madrid-España: Librerías Deportivas Esteban Sanz S.L.
- Royo González, J. J. (2012). *Un Análisis de la Actividad Física para la Salud*. Madrid: INEF.
- Ruiz, F., & Zarauz Sancho, J. (2011). BENEFICIOS DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS PARA LA SALUD. *Alto rendimiento ciencia deportiva, entrenamiento y fitness*.
- Sarduo, M. C. (1999). *Recreación* . México: Novedades educativas .
- Seclén-Palacín, J. A., & Jacoby, E. (14 de 4 de 2003). <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/8316>. Obtenido de <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/8316>: <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/8316/18125.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Serra Majen, L., Román Viñas, B., & Aranceta Bartrina, J. (2006). *Actividad física y salud*. Barcelona (España): Gráficas 92,S.A.
- Vergara, F., & Fonck, M. (1995). *INTRODUCCIÓN A LA NEUROLOGÍA Las bases del examen clínico*. Santiago de Chile: Universitaria, S.A.
- Vidarte Claros , J. A., Vélez Álvarez , C., & Sandoval , C. (2011). *Actividad Física: estrategia de promoción de la salud*. Boyacá : ISSN 0121-757.

W.H. Freeman and Company, N. Y. (2006). *Psicología del Desarrollo Infancia y Adolescencia*. Estados Unidos : MÉDICA PANAMERICANA S.A.

Wikipedia. (28 de Diciembre de 2016). *Beneficios de la actividad física*. Obtenido de [https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad\\_f%C3%ADsica](https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica)

Wikipedia. (10 de 1 de 2017). *Educación física*. Obtenido de [https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n\\_f%C3%ADsica](https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n_f%C3%ADsica)

Yankelévich, E. (1992). *Cultura Física para niños (de tres a siete años)*. Madrid: Ráduga Rubiños -1860, S.A.

[http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0798-07522014000100017](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522014000100017)

[http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/es/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/)

<http://conceptodefinicion.de/cultura-fisica/>

[http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6412/1/FCHE\\_LEF\\_230.pdf](http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6412/1/FCHE_LEF_230.pdf)

[https://books.google.com.ec/books?id=TX9Hfs2vkKwC&pg=PA21&dq=recreacion&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiS4Iyl\\_avRAhXE4CYKHU-WDnEQ6AEIjAB#v=onepage&q=recreacion&f=false](https://books.google.com.ec/books?id=TX9Hfs2vkKwC&pg=PA21&dq=recreacion&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiS4Iyl_avRAhXE4CYKHU-WDnEQ6AEIjAB#v=onepage&q=recreacion&f=false)

<http://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf>

<https://books.google.com.ec/books?id=nSwAaBBEeysC&pg=RA1-PA89&dq=concepto+lateralidad&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjUmODsy8zRAhUlllQKHAM4AVgQ6AEIGDAA#v>

<http://www.efdeportes.com/efd131/capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm>

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123885X2004000200008&script=sci\\_arttext&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123885X2004000200008&script=sci_arttext&tlng=es)

[https://books.google.com.ec/books?id=F4I9092Up4wC&pg=PA106&dq=Teoría+del+movimiento.+Motricidad++deportiva&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi9seLmc\\_RAhVMKyYK](https://books.google.com.ec/books?id=F4I9092Up4wC&pg=PA106&dq=Teoría+del+movimiento.+Motricidad++deportiva&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi9seLmc_RAhVMKyYK)

[https://books.google.com.ec/books?id=F4I9092Up4wC&pg=PA106&dq=Teoría+del+movimiento.+Motricidad++deportiva&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi9seLmc\\_RAhVMKyYK](https://books.google.com.ec/books?id=F4I9092Up4wC&pg=PA106&dq=Teoría+del+movimiento.+Motricidad++deportiva&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi9seLmc_RAhVMKyYK)

<http://altorendimiento.com/beneficios-de-las-actividades-fisico-deportivas-para-la-salud/>

[https://books.google.com.ec/books?id=1I0rdTUwRVEC&pg=PA62&dq=Epistemología+de+la+motricidad+humana&hl=es&sa=X&redir\\_esc=y#v=onepage&q=Epistemolog%C](https://books.google.com.ec/books?id=1I0rdTUwRVEC&pg=PA62&dq=Epistemología+de+la+motricidad+humana&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=Epistemolog%C)

[https://books.google.com.ec/books?id=sGB87-HX-HQC&pg=PA235&dq=motricidad+fin+y+gruesa&hl=es&sa=X&redir\\_esc=y#v=onepage&q=motricidad%20fin%20y%20gruesa&f=true](https://books.google.com.ec/books?id=sGB87-HX-HQC&pg=PA235&dq=motricidad+fin+y+gruesa&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=motricidad%20fin%20y%20gruesa&f=true)

<http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>

[https://books.google.com.ec/books?id=wx3vpq9jLuEC&pg=PA109&dq=movimientos+coordinados&hl=es&sa=X&redir\\_esc=y#v=onepage&q=movimientos%20coordinados&f=true](https://books.google.com.ec/books?id=wx3vpq9jLuEC&pg=PA109&dq=movimientos+coordinados&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=movimientos%20coordinados&f=true)

[https://books.google.com.ec/books?id=CtAJQMy3ylsC&pg=PA90&dq=deporte+competitivo&hl=es&sa=X&redir\\_esc=y#v=onepage&q=deporte%20competitivo&f=true](https://books.google.com.ec/books?id=CtAJQMy3ylsC&pg=PA90&dq=deporte+competitivo&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=deporte%20competitivo&f=true)

<https://books.google.com.ec/books?id=dJgBCwAAQBAJ&pg=PA9&dq=deporte+educativo&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiandL62eDRAhXHYyYKHUz5B2UQ6AEIKDAC#v=onepage&q=deporte%20educativo&f=true>

<https://books.google.com.ec/books?id=sS4ACwAAQBAJ&pg=PA20&dq=concepto+de++deporte+formativo&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiFxonw3uDRAhWHbi>

# **LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS/AS DE 8 A 15 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SANTA ROSA DE LA CIUDAD DE AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA**

Pablo David Yansapanta Caisa<sup>1</sup>, Ángel Sailema<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Investigador, Carrera de Educación Básica

<sup>2</sup> Docente tutor, Universidad Técnica de Ambato [aa.sailema@uta.edu.ec](mailto:aa.sailema@uta.edu.ec)

## **RESUMEN**

El trabajo investigativo tuvo como objetivo primordial analizar como incide la actividad física en la coordinación motriz de los niños de 8 a 15 años de la unidad educativa Santa Rosa. Para los cual se realizó una investigación de campo, ya que se tomó información en el mismo lugar donde se desarrolló los hechos, de la misma manera también se caracteriza por ser una investigación con nivel exploratorio puesto que se ha realizado, estudiado y explorado documentos anteriormente realizados afines con relación al presente trabajo, también se considera una investigación bibliográfica y documental ya que se profundizo el tema basándose en conceptualizaciones y criterios de otros autores por medio de la lectura de libro, revistas, artículos científicos. De una manera descriptiva se logró establecer como se manifiesta el problema de investigación y se describió de forma detallada permitiendo exponer, resumir y analizar los resultados obtenidos mediante la encuesta, la misma que fue aplica para la recolección de datos a una población de 80 personas de las cuales 75 son estudiantes y 5 son docentes, el modelo cuantitativo fue utilizado para el proceso de la información el mismo que permite evaluar la situación y llegar a conclusiones, donde establece el desconocimiento de los beneficios de la actividad física en la coordinación motriz y la mala planificación de los docentes de Educación Física por lo que los niños tienen escaso desarrollo motor, mental, mala concentración, desmotivación en realizar ejercicios físicos, pero mediante este proyecto de investigación se determinó que al practicar varias actividades físicas en los niños beneficia y mejora su estilo de vida.

**Palabras Clave:** actividad física, coordinación motriz, educación física.

## **ABSTRACT**

The main objective of the research work was to analyze how physical activity affects the motor coordination of children aged 8 to 15 years of the Santa Rosa educational unit. For which a field investigation was carried out, since information was taken in the same place where the facts were developed, in the same way it is also characterized as being an investigation with an exploratory level since documents have been previously studied, studied and explored. Similar studies have been carried out in relation to the present work, it is also considered a bibliographical and documentary investigation since the subject was deepened based on conceptualizations and criteria of other authors through the reading of books, journals, scientific articles. In a descriptive way, it was possible to establish how the research problem manifests itself and describe it in detail, allowing exposing, summarizing and analyzing the results obtained through the survey, which was applied for the data collection to a population of 80 people. which 75 are students and 5 are teachers, the quantitative model was used for the process of information, which allows to evaluate the situation and reach conclusions, where it establishes the ignorance of the benefits of physical activity in motor coordination and bad planning of Physical Education teachers so that children have little motor, mental development, poor concentration, demotivation in performing physical exercises, but through this research project it was determined that by practicing various physical activities in children benefits and improves their Lifestyle.

## 1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad los niños y adolescentes no practican deporte, ya sea por estar involucrados y relacionados con la tecnología, causando una vida sedentaria, dejando un lado la práctica del deporte. Por tal motivo surge la necesidad de realizar un estudio en donde determine los beneficios de la actividad física de los niños.

También analizar el efecto que causa la coordinación motriz en los niños de la unidad educativa Santa Rosa.

Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, 2017)

“Ser activo físicamente durante la infancia y adolescencia no sólo es importante para la salud de ese periodo vital, sino también para mantener una buena salud durante todo el curso de la vida” (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2015).

La actividad física en los niños hará que se sientan competentes en sus habilidades físicas y que sean activos en la edad adulta. Por otro lado aporta beneficios y bienestar emocional y promueve la salud.

La actividad física mejora la función cardiorrespiratoria, la fuerza muscular, la salud mental, ofrece oportunidades de socialización, el aprendizaje de habilidades. Aumenta la concentración y favorece el crecimiento y desarrollo, por tanto el ser humano mejora su motricidad.

“La Organización Mundial de la Salud la considera como el factor que interviene en el estado de la salud de las personas, y la define como la principal estrategia en la prevención de la obesidad entendiéndola como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que produce un gasto energético por

encima de la tasa de metabolismo basal” (Vidarte Claros , Vélez Álvarez , & Sandoval , 2011).

“La actividad física se define como el movimiento del cuerpo humano producido por la contracción muscular que genera un gasto energético por encima del nivel metabólico de reposo, estando íntimamente relacionada con el ejercicio físico y con el fitness” (Rojo González, 2012).

La actividad física tiene un movimiento laboral, actividades en tiempo libre, transporte, y el deporte, con el propósito que el ser humano mejore el rendimiento. También ayuda a tener un bienestar mental, social y ausencia de enfermedades.

El fin del desarrollo motor es conseguir el dominio y control del propio cuerpo, hasta obtener del mismo todas sus posibilidades de acción. Dicho desarrollo se pone de manifiesto a través de la función motriz, la cual está constituida por movimientos orientados, desde los movimientos reflejos primarios hasta llegar a la coordinación de los grandes grupos musculares que intervienen en los mecanismos de control postural, equilibrios y desplazamientos ( Gil Madrona, Contreras Jordán , & Gómez Barreto, 2008).

La coordinación motriz se basa principalmente el grado de equilibrio, influencias de los compañeros de juego, uso de movimientos, experiencias en el juego, sanciones grado de tensión, velocidad de movimiento. “La coordinación está ligada con el desarrollo general del estudiante en la eta infantil, porque durante las primeras edades el juego tendrá un papel importante para que el niño vaya adquiriendo madurez nerviosa y muscular necesaria para regular su propio cuerpo, siendo muy importante el nivel de percepciones corporales, espaciales y temporales” (Redondo Villa, 2010).

La coordinación motriz se basa en aplicar un acto eficiente para adquirir un crecimiento mental y corporal, mediante el constante entrenamiento, la mejora del equilibrio y la postura. Cabe mencionar que es la capacidad de mantener el movimiento y equilibrio del cuerpo. También se puede mencionar que se trata de



la distribución armónica de los sentidos, los músculos y nervios de una persona en el momento de realizar una actividad física.

## **2. METODOLOGÍA**

Modalidad básica de la investigación es cuantitativo-cualitativo porque permite revisar, analizar, sintetizar y la comprobación estadística. También es de campo porque se realizó en el lugar de los hechos en la unidad educativa Santa Rosa. La investigación es bibliográfica ya que para tener fundamentos con veracidad se revisó información en libros, tesis, repositorios digitales, artículos científicos y revistas referentes al tema.

El nivel de investigación es exploratorio porque se desarrolla en función de temas de interés, de manera que se utilice técnicas y herramientas que ayuden a recolectar información veraz y oportuna. También es descriptivo porque trata de dar a conocer con mayor detalle las características del proyecto de investigación.

Por otro lado también se realizó la operacionalización de variable, la misma que permite descomponer e identificar la variable independiente la actividad física y la dependiente la coordinación motriz, las mismas que están identificadas.

La población son los Niños y docentes de la Unidad Educativa Santa Rosa de la Ciudad de Ambato, en donde se determinó la muestra para el proyecto de investigación fue de 80 personas distribuidas en 75 estudiantes y 5 docentes. Para la recolección de información se aplicaron técnicas como la encuesta, con la ayuda de un cuestionario con preguntas previamente desarrolladas.

Para el cumplimiento de objetivos se realizó un plan de procesamiento de información, una vez aplicado la técnica de recolección de información, los datos obtenidos en la aplicación de las encuestas, se tabularon con la utilización de una hoja de cálculo Excel, en donde se desarrollaron tablas y gráficos estadísticos, los mismos que fueron analizados e interpretados.

Mientras que para la verificación de la hipótesis se utilizó el método estadístico Chi cuadrado para los pertinentes cálculos y se obtuvo la campana de Gauss.

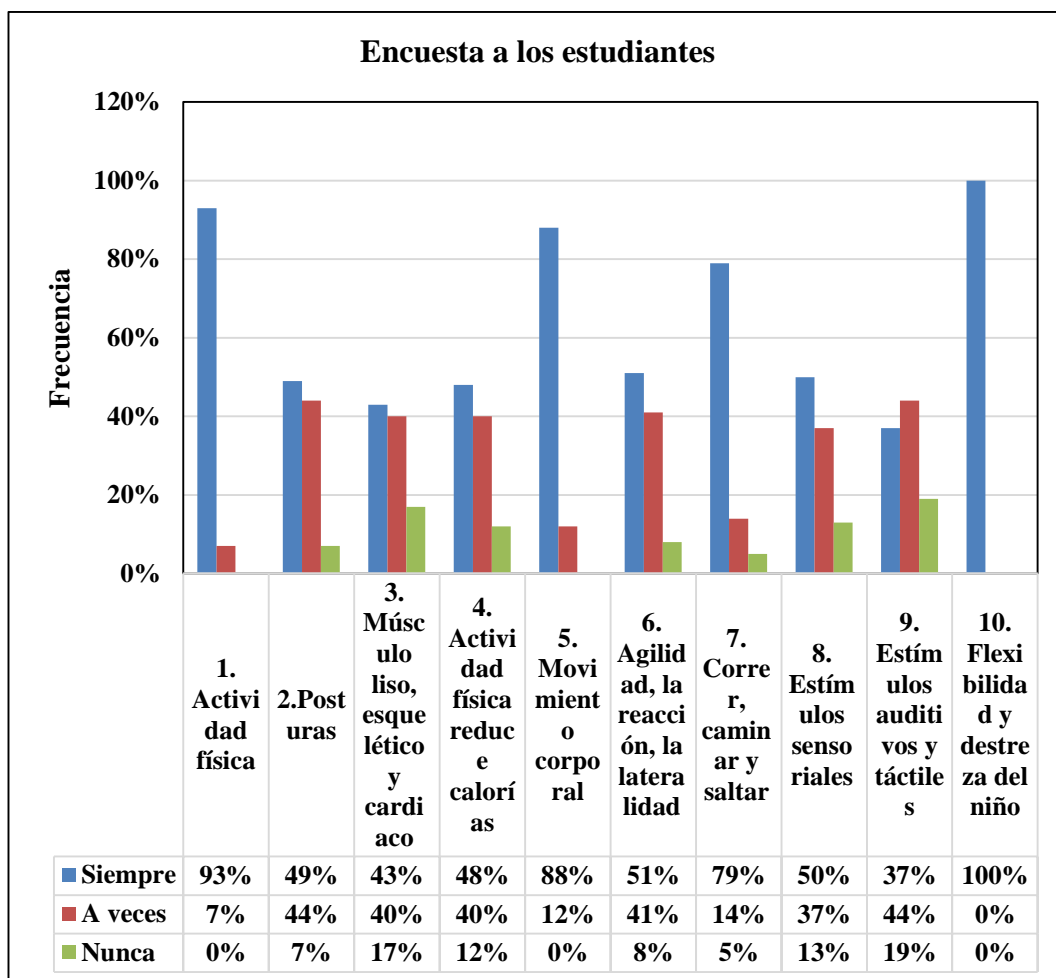
### 3. RESULTADOS

A continuación se presenta el análisis e interpretación de resultados de la encuesta aplicada a los estudiantes de la institución educativa, en la siguiente tabla y gráfico se presentan los porcentajes de la información recopilada, aplicada a los encuestados.

**Tabla 29.** Resultado de la encuesta de los estudiantes

Opciones	1. Actividad física	2. Posturas	3. Músculo liso, esquelético y cardíaco	4. Actividad física recreativas	5. Movimiento corporal	6. Agilidad, la reacción, la lateralidad	7. Correr, caminar y saltar	8. Estímulos sensoriales	9. Estímulos auditivos y táctiles	10. Flexibilidad y destreza del niño
Siempre	93%	49%	43%	48%	88%	51%	79%	50%	37%	100%
A veces	7%	44%	40%	40%	12%	41%	14%	37%	44%	0%
Nunca	0%	7%	17%	12%	0%	8%	5%	13%	19%	0%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>98%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa  
**Fuente:** La encuesta



**Gráfico N° 1** Resultado de encuesta a los estudiantes

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La encuesta

Los niños encuestados indican que es importante la actividad física para su desarrollo mental. Así mismo siempre los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal.

También se observa que la mayoría de los encuestados responden que el músculo liso, esquelético y cardiaco forma parte de la actividad física ya que con el gasto de energía reduce también calorías.

Se observa que la mayoría de los niños consideran que es importante la agilidad, la reacción, la lateralidad en los movimientos ordenados y coordinación motriz.

Los encuestados creen también que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz, por tal motivo surge la necesidad de que los niños vayan

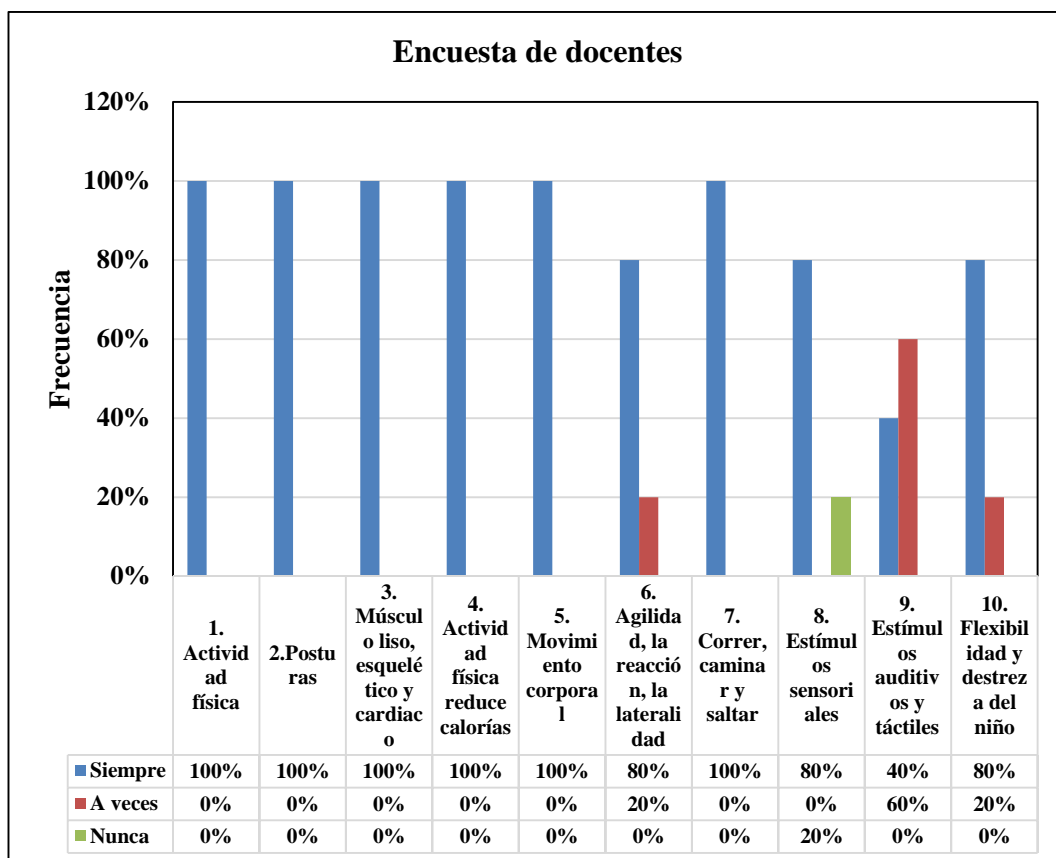
teniendo a tempranas edades un aprendizaje y automatización, mejorando los estímulos sensoriales, auditivos y táctiles. Por lo tanto esto indica que la totalidad de los encuestados responden que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño.

**Tabla 30.** Resultados de la encuesta de los docentes

Opciones	1. Acti vida d físic a	2. Post uras	3. Múscu lo liso, esquelé tico y cardia co	4. Activi dad física reduc e calorí as	5. Movimi ento corpora l	6. Agilid ad, la reacci ón, la lateral idad	7. Corr er, cami nar y salta r	8. Estímu los sensori ales	9. Estím ulos auditi vos y táctile s	10. Flexibil idad y destrez a del niño
Siempre	100 %	100 %	100%	100 %	100%	80%	100 %	80%	40%	80%
A veces	0%	0%	0%	0%	0%	20%	0%	0%	60%	20%
Nunca	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	20%	0%	0%
<b>TOTAL</b>	<b>100 %</b>	<b>100 %</b>	<b>100%</b>	<b>100 %</b>	<b>100%</b>	<b>100 %</b>	<b>100 %</b>	<b>100%</b>	<b>100 %</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La encuesta



**Gráfico N° 2:** Resultado de la encuesta a los estudiantes

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

**Fuente:** La encuesta

Los docentes encuestados manifiestan que siempre es importante la actividad física en los niños., así mismo manifiestan que los gestos, posturas y orientación del cuerpo ayudan al movimiento corporal. También indican que siempre el músculo liso, esquelético y cardíaco forma parte de la actividad física y el gasto de energía reduce calorías.

Por otro lado los encuestados responden que la actividad física ayuda al movimiento corporal, a la agilidad, la reacción, la lateralidad en movimientos ordenados, también manifiestan que correr, caminar y saltar son patrones de la coordinación motriz.

Por lo tanto esto indica los estímulos sensoriales forman parte de la coordinación motriz, como también los auditivos y táctiles y ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño.

#### 4. DISCUSIÓN

Se realizó un estudio para determinar las relaciones existentes entre la coordinación motriz global y el rendimiento escolar, se aplicó a 480 estudiantes (171 mujeres y 309 varones), con una edad media de 13.33 años, el objetivo del estudio fue analizar las relaciones existentes entre el rendimiento coordinativo y el rendimiento académico en una muestra de escolares españoles y los resultados mostraron: (Pérez Ruiz , Navia Manzano , & Ruiz Amengual , 2015).

Los escolares con mayor rendimiento académico mostraron progresivamente un mayor rendimiento coordinativo, acoplado al estudio llevado a cabo por Planinsec & Pisot (2006) mostró que los adolescentes más coordinados eran los que se encontraban en el nivel promedio o superior de inteligencia del grupo estudiado, y que los escolares menos coordinados no alcanzaban la puntuación promedio en el test de inteligencia. Por otro lado, Diamond & Lee, (2011) piensan que existen mecanismos neurológicos y psicológicos que comparten el rendimiento motor y el rendimiento cognitivo, por último Dwyer, et al. (2001) con una muestra de 8000 escolares de 7 a 15 años también encontraron relaciones bajas entre el rendimiento académico y el rendimiento motor (Pérez Ruiz , Navia Manzano , & Ruiz Amengual , 2015).

Bajo el criterio de los autores se determinó la relación que existe el hacer deporte para mejorar la actividad motriz y el rendimiento académico en los niños. En el proyecto de investigación en la pregunta realizada un 96% de los estudiantes encuestados dicen que siempre es importante practicar deporte, un 89% manifiestan que la actividad física ayuda al movimiento corporal y un 80% que la coordinación motriz ayuda a mejorar la flexibilidad y destreza del niño.

Actualmente la educación física y el ámbito escolar están siendo muy cuestionados, pues en un estudio titulado “¿Consiguen los Estudiantes de Primaria los Objetivos Propuestos en Educación Física?

Se relacionaron objetivos deportivos a estudiantes de cuarto curso de educación primaria de un centro público de Madrid, que dispone de una pista polideportiva, en donde realizan educación física dos días por semana durante un tres meses , compuesto por cuatro niños y cuatro niñas de 10 años, en donde realizaron las siguientes actividades.

<b>Actividades de intervención</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer, valorar el cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar su tiempo libre.</li> <li>• Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, de postura y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto a los demás, relacionando estos hábitos con los efectos sobre la salud.</li> <li>• Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación por características personales, sexuales y sociales, así como las agresividades y actitudes de rivalidad en las actividades competitivas.</li> <li>• Reconocer como elementos propios del juego y los diferentes tipos de juegos.</li> <li>• Utilizar capacidades físicas y destrezas motrices para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.</li> <li>• Respetar las normas de juego establecidas, bien sea por el grupo o reglamento propio.</li> </ul>

**Tabla 31.** Actividades deportivas

**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa

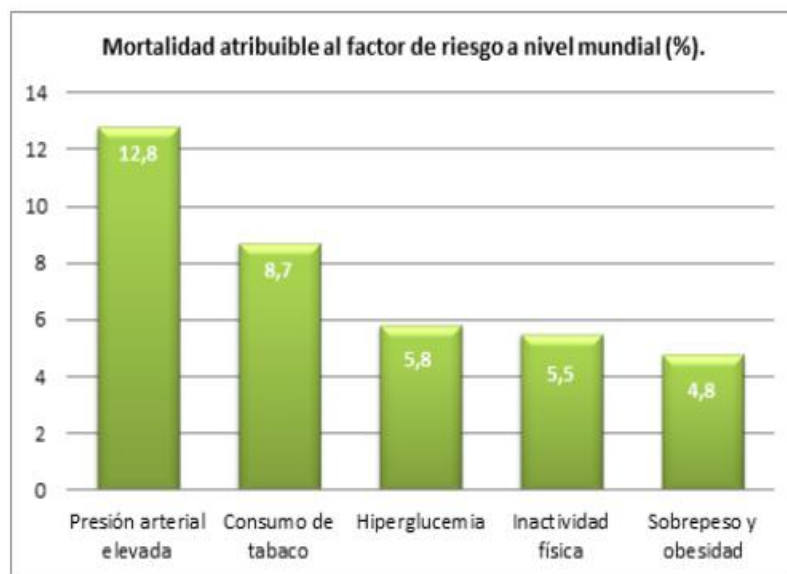
**Fuente:** (Arribas, 2008)

**Se han tenido las siguientes respuestas de los participantes:**

- Es importante ducharse después de hacer deporte
- La educación física es importante para la salud, ya que ayuda a prevenir enfermedades.
- Fortalece los huesos

- Reduce los niveles de estrés, ansiedad y depresión.
- Mejora el sistema nervioso (mejora de destrezas motrices).

“La inactividad física es actualmente el cuarto factor de riesgo de mortalidad más importante en todo el mundo, sólo por detrás de la hipertensión, el consumo de tabaco y la hiperglucemia” (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2015).



**Gráfico 3:** Mortalidad de riesgo a nivel mundial %  
**Elaborado por:** Pablo David Yansapanta Caisa  
**Fuente:** (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2015).

Es importante que la ciudadanía haga conciencia de las consecuencias que lleva a la salud el sedentarismo.

El desarrollo deportivo a nivel escolar y la calidad de vida se están reduciendo en forma alarmante, el tiempo que destinan los niños a realizar actividades físicas son muy pocas la cantidad de horas y la ocasional actividad deportiva extraescolar parecen ser insuficientes (Arboleda Sierra, 2009).

Acoplando al criterio del autor de este modo, la práctica deportiva se impone como una necesidad desde los primeros años, ya que influye positivamente tanto en la formación de la personalidad como en el desarrollo de las cualidades físicas, es decir, el deporte escolar tiene una misión educativa fundamental, haciendo prevalecer a toda costa las buenas costumbres y el buen comportamiento.



A medida que los niños/as se acercan a la pubertad se hacen más sedentarios, es decir, practican menos ejercicio físico. Respecto al sexo, los niños hacen más ejercicio que las niñas durante todos los años de su juventud. Por otro lado, los niños menos activos son aquellos cuyos padres consideran que tienen mala salud. Y los niños de padres con niveles de educación universitarios, practican más actividad física que los que tienen padres con estudios inferiores (Casado Pérez , Alonso , Hernández Barrera , & Jiménez García , 2009)

Con el fin de que el niño vaya tomando como hábito la práctica de la actividad física, los docentes, padres y familiares deben planificar juegos, deportes, actividades recreativas, educación física entre otros, para que el niño se mantenga activo y tendrán músculos y huesos más fuertes, tienen menos probabilidad de tener sobrepeso.

## **5. CONCLUSIONES**

- Se concluyó que la actividad física en los niños/as de la unidad educativa Santa Rosa fue muy importante porque mejoraron su coordinación motriz.
- La metodología aplicada en el proceso de intervención supero el 85% de participación en la experimentación del programa de actividades.
- Con las valoraciones estadísticas se verifico que las actividades físicas aplicadas a través de los juegos son muy importantes y dejamos el estudio a las autoridades de la intervención para su buena aplicación. .

## 6. REFERENCIAS

- Gil Madrona, P., Contreras Jordán , O. R., & Gómez Barreto, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física. *Iberoamericana de Educación*. N.º 47, 2.
- Arboleda Sierra, R. (2009). *Globalización deporte y desarrollo local*. Medellín: Funámbulo.
- Arribas, S. I. (2008). *¿Consiguen los Estudiantes de Primaria los Objetivos Propuestos en Educación Física?* Madrid : ISSN: 1577-0354.
- Baño, L. W. (25 de 10 de 2014). *FCHE-CEF-313*. Obtenido de LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL DESARROLLO DE LA: file:///C:/Users/User/Desktop/FCHE-CEF-313.pdf
- Benítez, L. M., & Hormigo Gamarro, F. (2010). *EL DEPORTE EN LA ESCUELA. HACIA LA BÚSQUEDA DEL DEPORTE EDUCATIV: PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN FÍSICA EN SECUNDARIA* . España: WNCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L.
- Cameselle, R. P. (2005). *Psicomotricidad, Teoría y Praxis del desarrollo psicomotor en la infancia*. España: Gesbiblo, S.L.
- Carrera, G., & Carreño González, I. (2007). *DIFICULTADES INFANTILES DE APRENDIZAJE*. Madrid-España: Equipo Cultural.
- Casado Pérez , C., Alonso , F. N., Hernández Barrera , V., & Jiménez García , R. (04 de 2009). Actividad física en niños españoles. *Pediatría de Atención Primaria*, XI(42), 230. Recuperado el 16 de 02 de 2017, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=366638711003>
- Caveda, J. L., Martín Moreno, C., & Viciano Garófano, V. (2002). *Las canciones motrices II Metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en la Educación Infantil y Primaria a través de la musica*. Barcelona-España: @inde.com.
- Caveda, J. L., Moreno, C. M., & Garófano, V. V. (2004). *Metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación Infantil y Primaria a través de la Música*. Barcelona: @inde.com.

- Céspedes, E. (2003). *Principios y técnicas recreativas para la expresión artística del niño*. Costa Rica: Universidad Estatal a Distancia .
- CONCEPTODEFINICION.DE. (16 de Agosto de 2014). *cultura-fisica*. Obtenido de Definición de Cultura Física: <http://conceptodefinicion.de/cultura-fisica/>
- Fernández, B. E., & Uribe Pareja, I. (2007). *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física Un campo en construcción*. Colombia: Soluciones Editoriales.
- Fuentes-Guerra, F. J. (2003). *EL DEPORTE EN EL MARCO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA,S.L.
- Guimaraes, T. (2002). *El entrenamiento deportivo capacidades físicas*. Costa Rica : Universidad Estatal a Distancia .
- Izquierdo, M. (2008). *Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física*. Buenos Aires; Madrid: Panamericana.
- Jhaya, G. G. (Martes de Octubre de 2013). */FCHE\_LEF\_230*. Obtenido de Repositorio digital de la Universidad Técnica de Ambato: [http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6412/1/FCHE\\_LEF\\_230.pdf](http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6412/1/FCHE_LEF_230.pdf)
- LEY DEL DEPORTE, E. F. (4 de 8 de 2010). Obtenido de <http://www.deporte.gob.ec>
- LEY DEL DEPORTE, E. F. (4 de 8 de 2010). Obtenido de <http://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf>
- Limited, D. K. (2003). *LA SALUD DEL BEBÉ Y DEL NIÑO* . Gran Bretaña: R.R. Donnelley.
- López, J. L. (2001). *"FUTBOL: 500 JUEGOS PARA EL ENTRENAMIENTO FÍSICO CON BALÓN"*. España : WANCEULEN EDITORIAL DEPORTE, S.L.
- Márquez, J. C., & Carbeno Celis, C. (2017). *CÓMO MEJORAR LAS CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES, ESQUEMA CORPORAL Y LATERALIDAD EN TU HIJO*. España: WANCEULEN S.L.

- Márquez, J., & Carbonero Celis, C. (2009). *Temario de oposiciones de educación física primaria. legislación L.O.E acceso al cuerpo de maestros*. Sevilla : Wanceulen editorial deportivo, S.L.
- Márquez, S., & Garatachea, N. (2013). *Actividad Física y salud*. Madrid: Días de Santos, S.A.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN, C. Y. (2002). *Los fundamentos Teóricos-Didácticos de la Educación Física*. Madrid: SOLANA E HIJO, A.G., S.A.
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (2015). *Actividad física y reducción del sedentarismo*. Madrid : Gobierno de España .
- Obrador, E. M., & González Barragán, C. (2000). *CUALIDADES FÍSICAS*. España: @inde.com.
- OMS. (Junio de 2017). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de factsheet\_recommendations:  
[http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/es/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/)
- Paul, B. Z. (21 de 10 de 2015). *Tesis%20Wilmer%20Barrionuevo*. Obtenido de “LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL DESARROLLO COGNITIVO DE LOS NIÑOS/AS DE 7 A 8 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO EDUCATIVO “GREGOIRE GIRARD” DE LA CIUDAD DE AMBATO” : <file:///C:/Users/User/Desktop/Tesis%20Wilmer%20Barrionuevo.pdf>
- Pérez Ruiz, L. M., Navia Manzano, J. A., & Ruiz Amengual, A. R. (23 de 01 de 2015). Coordinación motriz y rendimiento académico en adolescentes. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 88. Recuperado el 16 de 02 de 2017, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345743464017>
- Pérez, B. M. (2014). Salud: entre la actividad física y el sedentarismo. *Scielo*.
- PLAN NACIONAL BUEN VIVIR. (2013). Obtenido de PLAN NACIONAL BUEN VIVIR:  
[file:///C:/Users/HP/AppData/Local/Temp/Rar\\$DIa0.486/Plan%20Nacional%20Buen%20Vivir.pdf](file:///C:/Users/HP/AppData/Local/Temp/Rar$DIa0.486/Plan%20Nacional%20Buen%20Vivir.pdf)
- Ramírez, M. C. (2006). *Educación física para niños con necesidades educativas especiales*. Costa Rica : Universidad estatal a distancia .

- Ramírez, R., Correa, J. E., González Ruíz, K., Humberto, Prieto Benavides, D. H., & Palacios López, A. (2016). *Condición física, nutrición, ejercicio y salud en niños y adolescentes*. Bogotá: Universidad del Rosario.
- Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón Suárez, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *SCIELO*.
- Redondo Villa, C. (2010). *Coordinación y equilibrio*. Granada : ISSN.
- Rivera, D. M. (2009). Capacidades físicas básicas. Evolución, . *efdeportes.com*, 1.
- Rivera, D. M. (2009). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. *efdeportes.com*, 1.
- Rodríguez, M. B. (2008). *Juegos y Técnicas de recreación* . Buenos Aires: Bonum.
- Rodríguez, M. L., Martos Fernández, P., & Paniza Prados, J. (2001). *DEPORTE Y CAMBIO SOCIAL EN EL UMBRAL DEL SIGLO XXI*. Madrid-España: Librerías Deportivas Esteban Sanz S.L.
- Royo González, J. J. (2012). *Un Análisis de la Actividad Física para la Salud*. Madrid: INEF.
- Ruiz, F., & Zarauz Sancho, J. (2011). BENEFICIOS DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS PARA LA SALUD. *Alto rendimiento ciencia deportiva, entrenamiento y fitness*.
- Sarduo, M. C. (1999). *Recreación* . México: Novedades educativas .
- Seclén-Palacín, J. A., & Jacoby, E. (14 de 4 de 2003). <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/8316>. Obtenido de <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/8316>: <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/8316/18125.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Serra Majen, L., Román Viñas, B., & Aranceta Bartrina, J. (2006). *Actividad física y salud*. Barcelona (España): Gráficas 92,S.A.
- Vergara, F., & Fonck, M. (1995). *INTRODUCCIÓN A LA NEUROLOGÍA Las bases del examen clínico*. Santiago de Chile: Universitaria, S.A.
- Vidarte Claros , J. A., Vélez Álvarez , C., & Sandoval , C. (2011). *Actividad Física: estrategia de promoción de la salud*. Boyacá : ISSN 0121-757.

- W.H. Freeman and Company, N. Y. (2006). *Psicología del Desarrollo Infancia y Adolescencia*. Estados Unidos : MÉDICA PANAMERICANA S.A.
- Wikipedia. (28 de Diciembre de 2016). *Beneficios de la actividad física*. Obtenido de [https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad\\_f%C3%ADsica](https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica)
- Wikipedia. (10 de 1 de 2017). *Educación física*. Obtenido de [https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n\\_f%C3%ADsica](https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n_f%C3%ADsica)
- Yankelévich, E. (1992). *Cultura Física para niños (de tres a siete años)*. Madrid: Ráduga Rubiños -1860, S.A.