



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

MODALIDAD:

**Informe final del trabajo de Titulación previo a la obtención del
título de Licenciada en Cultura Física**

TEMA:

**PRÁCTICAS GIMNÁSTICAS EN LAS HABILIDADES
MOTRICES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL
BÁSICA MEDIA**

AUTORA: PAZMIÑO ROSERO SARA FERNANDA

TUTOR: LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG

Ambato - Ecuador

2025

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG**, con cédula de ciudadanía **1803378072** en calidad de Tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **“PRÁCTICAS GIMNÁSTICAS EN LAS HABILIDADES MOTRICES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”** desarrollado por ella estudiante **PAZMIÑO ROSERO SARA FERNANDA**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.



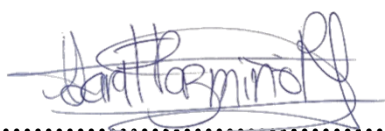
Firmado electrónicamente por:
**CHRISTIAN MAURICIO
SANCHEZ CANIZARES**

.....

LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG
C.C. 1803378072

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, con el tema: **“PRÁCTICAS GIMNÁSTICAS EN LAS HABILIDADES MOTRICES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”**, quién basada en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autora.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Sara Pazmiño', is written over a horizontal dotted line.

PAZMIÑO ROSERO SARA FERNANDA
C.C. 1717979734

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“PRÁCTICAS GIMÁSTICAS EN LAS HABILIDADES MOTRICES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”**, presentado por la señora, estudiante **PAZMIÑO ROSERO SARA FERNANDA** de la **Carrera de Cultura Física**. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

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

COMISIÓN CALIFICADORA



Firmado electrónicamente por:
**ESMERALDA GIOVANNA
ZAPATA MOCHA**

.....
LIC. ESMERALDA GIOVANNA ZAPATA MOCHA, MG

C.C. 1801801661

Miembro de Comisión Calificadora



Firmado electrónicamente por:
**EDISON ANDRÉS
CASTRO PANTOJA**

.....
PHD. CASTRO PANTOJA EDISON ANDRÉS

C.C. 0401093331

Miembro de Comisión Calificadora

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, a mis Padres Elizabeth y Wenceslao, por su ayuda en cada momento, a mi esposo Efraín y a mi hija Sarita que me inspiran, haciendo nacer el ánimo para concluir esta investigación.

A todos los niños de los refugios donde fui voluntaria, a los niños de los clubes en todas partes de Quito, por quienes estudié esta carrera, para hacer diferente su día a día.

Sara Pazmiño.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por su misericordia, al permitirme culminar mi trabajo, a mi familia por su paciencia, a los Docentes y personas que trabajan en el Área Administrativa de la Universidad, por su labor y ayuda, a mi tutor Lic. Christian Sánchez Mg., quien con paciencia me ayudo a culminar esta investigación.

Sara Pazmiño.

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Contenido

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS	x
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT.....	xiii
CAPÍTULO 1	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1. Antecedentes de la investigación	1
1.2 Objetivos	23
Objetivo General	23
Objetivo Específico 1:.....	23
Objetivo Específico 2:.....	24
Objetivo específico 3:	24
CAPÍTULO II	25

METODOLOGÍA	25
2.1 Materiales.....	25
2.2 Métodos.....	27
CAPÍTULO III.....	33
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	33
3.1 Análisis y discusión de los resultados.....	33
3.2 Verificación de hipótesis.....	35
CAPÍTULO IV.....	36
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	36
4.1 Conclusiones	36
4.2 Recomendaciones.....	37
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	38
Bibliografía	38
ANEXOS	44
Anexo 1	44
Aplicación del test de mobak	44

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Recursos materiales.....	25
Tabla 2 Recursos Humanos.....	26
Tabla 3 Recursos Institucionales.....	26
Tabla 4 Caracterización de la muestra de estudio	28
Tabla 5 Varemos	30
Tabla 6 Varemos (Logrado – No logrado).....	30

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Figura 1 Clasificación de los Elementos Acrobáticos de Gimnasia Artística.....	15
Figura 2 Elementos Acrobáticos con Fase de Vuelo, sin Apoyo de Manos y Batida Simultanea.....	16
Figura 3 Nivel de Prácticas gimnásticas	33
Figura 4 Nivel de Habilidades motrices.....	33
Figura 5 Pruebas de normalidad.....	34
Figura 6 Correlaciones	35

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

TEMA: “PRÁCTICAS GIMNÁSTICAS EN LAS HABILIDADES MOTRICES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”

Autora: PAZMIÑO ROSERO SARA FERNANDA

Tutor: LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG

RESUMEN EJECUTIVO

La investigación titulada “Prácticas Gimnásticas en las Habilidades Motrices en estudiantes de Educación General Básica Media”, tiene como objetivo principal determinar el nivel de relación de las prácticas gimnásticas en las habilidades motrices, el enfoque es cuantitativo, se emplea un diseño no experimental, el alcance es correlacional ya que se busca establecer la relación entre las variables, el estudio fue de corte transversal, el fundamento teórico de la investigación fue deductivo, basándose en teorías establecidas, para analizar los resultados obtenidos. El estudio se realizó con el instrumento de investigación Test de MOBAK, la información obtenida fue procesada con el programa estadístico SPSS, aplicando un análisis de correlación entre las variables, la muestra seleccionada fue 64 estudiantes de 5to. 6to. y 7mo. de Educación General Básica Media de la unidad educativa, se aplicó las pruebas de Kolmogorov-Smirnov^a y Shapiro-Wilk, el valor de significancia (p) se compara con el nivel de significancia $\alpha=0.05$, en las habilidades motrices el valor que se obtuvo de significancia es 0.000 y en prácticas gimnásticas el valor que se obtuvo de significancia es de 0.018, los valores obtenidos son menores que el nivel de significancia establecido, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula de normalidad, lo que sugiere que la distribución de las variables no es normal. Concluyendo así que existe una diferencia

significativa entre las variables, considerando que no existe correlación no se realizan prácticas gimnásticas para desarrollar las habilidades motrices.

Palabras Clave: Prácticas gimnásticas, Habilidades motrices, Correlación

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

THEME: “PRÁCTICAS GIMNÁSTICAS EN LAS HABILIDADES MOTRICES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”

Author: PAZMIÑO ROSERO SARA FERNANDA

Tutor: LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG

ABSTRACT

The research titled "Gymnastic Practices in Motor Skills in Middle General Basic Education Students" has the main objective of determining the level of relationship between gymnastic practices and motor skills. The approach is quantitative, employing a non-experimental design. The scope is correlational as it seeks to establish the relationship between gymnastic practices and motor skills. The study was cross-sectional, and the theoretical foundation of the research was deductive, based on established theories to analyze the obtained results. The study was conducted using the MOBAK Test research instrument, and the information obtained was processed with the SPSS statistical program, applying a correlation analysis between the variables. The selected sample consisted of 64 students from the 5th, 6th, and 7th grades of Basic General Education from the educational unit. The Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk tests were applied, and the significance value (p) was compared with the significance level $\alpha=0.05$. For motor skills, the significance value obtained was 0.000, and for gymnastic practices, the significance value obtained was 0.018. The values obtained are lower than the established significance level; therefore, the null hypothesis of normality is rejected, suggesting that the distribution of the variables is not normal. Concluding that there is a significant difference between the variables, considering that gymnastics practices are not necessarily required to develop motor skills, although there are several diagnosed activities that could aid the process.

Keywords: Gymnastic practices, Motor skills, Correlation

CAPÍTULO 1

MARCO TEÓRICO

1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Dentro de la elaboración de la presente investigación, se pudo constatar la existencia de temas relacionados, se señalarán varios de ellos:

Caisaguano (2024) en su tesis “Prácticas gimnásticas con implementos en la psicomotricidad de escolares de Educación básica elemental” su objetivo principal es de identificar cómo las prácticas gimnásticas inciden en la psicomotricidad de los niños. El enfoque de la investigación es cuantitativo, su diseño preexperimental y de corte longitudinal, la muestra es 23 estudiantes de Cuarto año de Educación General Básica. Se establece diferencias entre los resultados de la pre y post intervención, concluyendo que las prácticas gimnásticas inciden en la psicomotricidad.

Ushiña (2023) en su investigación de título “Las prácticas gimnásticas en el desarrollo de las capacidades físicas condicionales en escolares de Educación General Básica Media” su objetivo principal, fue el de establecer, cuál es la incidencia de las prácticas gimnásticas en las capacidades físicas condicionales, el enfoque de la investigación fue cuantitativo. El diseño fue cuasiexperimental y la muestra de 31 estudiantes de Quinto año de Educación General Básica, los resultados tuvieron un análisis descriptivo, concluye que existe diferencia positiva en las capacidades físicas una vez aplicado el programa de prácticas gimnásticas propuesto.

Pujos (2022) su trabajo de investigación con el título, “La gimnasia rítmica para la coordinación dinámica del cuerpo en el ámbito de expresión artística en niños de 4 a 5 años”, el objetivo principal fue examinar la importancia de la gimnasia rítmica en la

coordinación dinámica, dentro de la expresión artística, con un diseño de enfoque cualitativo, entre sus resultados obtuvo, que el desarrollo en los infantes depende del trabajo en las primeras etapas, esto permitirá su desarrollo de habilidades. Concluye que, al aplicar actividades de expresión del cuerpo por 2 o 3 veces a la semana, incluyendo juegos, bailes y canciones, ayuda a los infantes en su desarrollo, además una pequeña parte de los niños reflejan problemas de equilibrio, concentración y resistencia al ejecutar ejercicios dirigidos.

Pinos (2020) en su investigación “La coordinación en la gimnasia a manos libres de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuevo Mundo de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua”, el objetivo principal es, analizar la coordinación en las prácticas gimnásticas, manos libres de los estudiantes, el diseño fue una investigación exploratoria, con investigación descriptiva, obteniendo como resultado, que los estudiantes no realizan de manera correcta la práctica, por lo que el docente se debe enfocar en corregir. Su conclusión fue, que para mejorar las prácticas se elaborara una guía de ejercicios

Osorio (2020) en su tesis “Las actividades recreativas y el desarrollo de habilidades motrices básicas de los niños de Segundo grado de la Unidad educativa Juan Abel Echeverria.” tiene como objetivo entender, como las actividades recreativas contribuyen en el desarrollo de las habilidades motrices básicas. Con un enfoque cualicuantitativo, la muestra los niños de Segundo año. Entre sus resultados obtuvo que los docentes, por falta de conocimiento, no llevan a cabo una clase entretenida de Cultura Física. Espera que los resultados obtenidos de la investigación sirvan al desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Ponluisa (2023) en su trabajo de investigación “Los juegos de velocidad en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en escolares de Educación General Básica Media.” el objetivo fue, evidenciar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los estudiantes de Educación General Básica Media, evaluando la efectividad de los juegos de velocidad, el diseño fue un estudio cuasiexperimental de enfoque cuantitativo, y la muestra estuvo constituida por 34 estudiantes, entre los resultados obtuvo, diferencias con una significancia de $P \leq 0,05$, mejoras en los niveles de habilidades, en los periodos de Pre y Post. Concluye que los resultados confirman que los juegos de velocidad impactan de forma positiva en el desarrollo de habilidades motrices.

Suárez (2022) su investigación “El método Montessori de las habilidades motrices de los estudiantes” tiene como objetivo principal de identificar el efecto del método Montessori en el desarrollo de las habilidades motrices de los estudiantes, el diseño fue cuantitativo y cuasiexperimental, la muestra, los estudiantes de Inicial I y II de la institución , entre sus resultados obtuvo, que el método Montessori, aplicado junto a la selección de actividades correctas, pueden ayudar a el desarrollo de las habilidades motrices que denotaban una problemática. Concluyendo que la aplicación de la metodología adecuada para realizar un proyecto es de suma importancia, ya que es la guía de todo el proceso.

Gavilanes (2022) en su trabajo de investigación con el título “Los juegos populares en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en escolares” tiene como objetivo principal determinar cómo los juegos populares inciden en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los escolares. El diseño que utilizó fue preexperimental y el enfoque cuantitativo, la muestra para la investigación fue tomada a través de un

muestreo no probabilístico por conveniencia con un total de 22 estudiantes pertenecientes al 3er. grado de Educación General Básica. Obteniendo entre sus resultados que un 60% de los estudiantes muestran dificultades en las habilidades motrices básicas, para conseguir ejecutar las actividades propuestas y concluye que la aplicación de una guía de juegos populares, permitió que los estudiantes comprendieran mejor en el momento de ejecutar las actividades.

Variable Prácticas Gimnastica

Actividad Física

Es todo movimiento que realice el cuerpo, esqueleto y músculos, dicho movimiento eleva el consumo de energía a diferencia de permanecer en reposo; todas las actividades que realizamos durante el día son consideradas como actividad física. (Vida Sana, 2023).

La actividad física es todo tipo de movimiento corporal que realiza el ser humano durante un determinado periodo de tiempo, ya sea en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, que aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo de reposo, es decir, la actividad física consume calorías. Esto incluye caminar o usar la bicicleta para transportarse, baile, juegos tradicionales y pasatiempos, jardinería y quehaceres domésticos así como deporte o el ejercicio deliberado. El deporte normalmente involucra alguna forma de competición, y el ejercicio normalmente se toma deliberadamente para mejorar la salud (Cintra & Balboa, 2011, pág. 2).

Beneficios de la Actividad Física

La práctica regular de actividades físicas, así como la deportiva, otorga más beneficios que dificultades en la vida de una persona, si bien ciertas prácticas deportivas conllevan un determinado desgaste articular con el paso del tiempo estos

son limitados. En general la práctica física y deportiva, mejora las condiciones de vida de quien las practica, especialmente en edades tempranas, donde será decisivo en el desarrollo no solo físico sino también cognitivo de los niños (Ramírez et al. 2004).

Las investigaciones más recientes en el campo de la neurociencia demuestran que el ejercicio físico hace que nuestro cerebro funcione de manera óptima (Ratey & Hagerman, 2008), influye en la neurogénesis, las sinaptogénesis y la creación de conexiones neuronales en áreas cerebrales como la corteza motora, prefrontal o el hipocampo, mejorando nuestro rendimiento cognitivo (Rosa, García & Carrillo, 2019; Maureira, Bravo, Aguilera, Bahamondes & Véliz, 2019), y mantiene un estado cerebral saludable (Rodríguez, et al. 2022, pág. 498).

Un niño o niña estimulado(a) con Actividades Físicas y movimiento genera, a nivel fisiológico, mayores conexiones neuronales y a nivel cortical, desencadenantes de neurotransmisores como la dopamina y serotonina, que promueven los procesos de motivación lo que permitiría la construcción de nuevos aprendizajes. (Lalama & Calle, 2023)

Detallare varios beneficios que mencionan, Osvaldo Cintra y Yanipcia Balboa en su obra “La actividad física un aporte para la salud”, mencionada anteriormente:

- Mejora la actividad física
- Da más vitalidad y energía
- Fortalece la estructura ósea y muscular
- Mejora el sistema inmunológico
- Retarda o evita enfermedades crónicas
- Evita la disminución de la respuesta motora

- Controla el peso corporal
- Reduce el estrés, la ansiedad y la depresión
- Brinda más oportunidades para interactuar y reunirse con otras personas
- Favorece la vida independiente del adulto mayor. (Cintra & Balboa, 2011, pág. 6).

Es necesario definir otros términos como: Educación Física y Deporte.

Educación Física

Desde el punto de vista epistemológico, tras un análisis muy claro:

Educación física sería el arte, ciencia, sistema o técnicas de ayudar al individuo al desarrollo de sus facultades para el diálogo con la vida, con especial atención a su naturaleza y facultades físicas. Es decir, educación física es aquel aspecto de la educación en general que llega al individuo atendiendo primariamente su constitución física, su destreza, armonía de movimientos, agilidad, vigor, resistencia, etc. (Cagigal, 1984, pág. 51).

Además, desde un nivel antropológico, el mismo autor considera que la educación física tiene una estrecha relación con la educación sensorial, perceptiva motriz, el espacio, tiempo y ritmo de la persona, y que se la debe asociar con elementos como la música, la danza, el folklor, dado su carácter de espontanea expresión física humana.

Ampliando la idea de Cagigal, la Educación Física considerada como aspecto singular de la educación, cita a H. Hebbelinck, quién señaló: la educación física es la actividad que intenta influir favorablemente en el hombre biológica y pedagógicamente por medio de actitudes y movimientos sistemáticos (H. Hebbelinck, como se citó Cagigal en 1984, pág. 52)

Para los docentes de educación física, el implementar el deporte en sus clases es realmente importante, ya que la práctica beneficia al estudiante desde un enfoque de descubrimiento, creatividad y permite su desarrollo motor.

El enfoque elegido no tiene ninguna relación con la actividad (ganar o perder) ni con los resultados; más bien, sólo tiene un impacto en el objetivo educativo alcanzado. Es importante ofrecer a los estudiantes una descripción general de los diferentes ejercicios de movimiento. En materia de educación, debemos ser un apoyo para que elijan las estrategias que mejor se adapten a sus intereses, capacidades y medios, y ayudar a la comprensión crítica sobre la importancia de la práctica deportiva en todos los niveles de la sociedad moderna.

Con una idea amplia de lo que significa y abarca la Educación Física, corresponde analizar el deporte en el contexto de la educación.

Deporte

El deporte es otro tipo de actividad física más organizada, y puede ser competitivo y de alto rendimiento. Lo desarrollan quienes tienen buenas condiciones físicas, psicológicas y espirituales, e implican normas y reglas a cumplir y respetar. El objetivo es participar y, por supuesto, también ganar. No es recomendable en niños menores de 10 años. Requiere de un entrenamiento continuo y responsable, con el fin de “superarse” y, si es posible, “ser el mejor”. (Desiderio et al. 2021, pág. 10).

Desde estos aspectos se regularon, durante un gran tiempo, las relaciones, las interacciones, las comunicaciones, los roles, las formas de organización y práctica. Estas características prevalecieron durante 300 años concediéndole

un carácter casi que hegemónico al modelo de competencia, hasta las dos décadas finales del siglo XX cuando a la luz del cambio del panorama de salud-enfermedad, la liberación de la individualidad, y las investigaciones socio demográficas que indagaban sobre los motivos, necesidades, intereses sobre la práctica deportiva, se establecieron diversos (otros) modelos de deporte ampliando el concepto, el enfoque, los criterios, formas de organización, práctica, las relaciones, las interacciones entre individuos, grupos, organizaciones, así como de las diferencias y las formas de comunicación. (Vargas, 2012, pág. 143)

El deporte son actividades físicas que siguen un conjunto de reglas o normas que se realizaran dentro de un espacio específico como: cancha, pista, campo de juego, etc., normalmente asociada con la competencia. Es organizado por instituciones creadas para ese fin como: asociaciones, federación o clubes y conlleva el desafío con uno mismo y con los demás. (Ibarra , 2015)

Los deportes pueden clasificarse considerando varios aspectos, la naturaleza del mismo, la cantidad de participantes, implemento en disputa, de contacto con rivales o compañeros, situación o prestación, entre otros.

Prácticas Deportivas

Es un parte importante de la Educación Física, implica el entrenamiento y desarrollo del cuerpo a través del deporte, buscando mejorar las habilidades, fortificar los músculos y entrenarlo para mejorar el equilibrio, la agilidad y la resistencia. (Equipo Editorial Etecé, 2023)

Con la revisión presentada sobre educación física, actividades deportivas, y actividad física, ya podemos aproximarnos a aquello que abarcan las prácticas gimnásticas, pues, estas se encuentran formando parte del currículo de educación física en uno de sus bloques de enseñanza, se las puede considerar dentro de las actividades deportivas, ya que se desprenden de un deporte y su enseñanza requiere un método, mejora ciertas capacidades físicas, y también se las debe incluir como actividades deportivas, ya que conllevan un gasto energético por su actividad motora, con los beneficios ya enlistados que tienen considerable importancia en el desarrollo de un niño en etapa escolar.

Gimnasia

Para entender a profundidad el concepto de prácticas gimnásticas y su tratamiento dentro de la educación física, hay que hacer una revisión de la gimnasia como deporte.

La gimnasia es un deporte que requiere de habilidades, fortalezas y de constancia para su mejora ya que requiere un alto nivel de desarrollo motor.

La gimnasia es una actividad que requiere de fuerza, agilidad y coordinación. Las personas que lo practican necesitan ser flexibles y tener una resistencia a un nivel alto. Siendo así un deporte dotado de arte y movimiento, que requiere de combinaciones... La flexibilidad, la resistencia y el dominio de los saltos en el piso y en la viga de balance son esenciales para los gimnastas. La gimnasia comenzó a convertirse en un deporte atlético en el siglo V a. C., que incluía correr, saltar, el disco y el salto con pértiga. Es por ello, la mayor parte de deportistas son femeninas, ya que poseen habilidades más desarrolladas para una práctica con mayor facilidad y desenvolvimiento.

Como cualquier deporte, la gimnasia puede ser vista como una actividad deportiva principalmente competitiva. Sin embargo, también es educativo y fundamental para mejorar las capacidades físicas de los estudiantes.

La gimnasia general es una modalidad practicada desde tiempos remotos; que fomenta de manera creativa la salud, la integración social y la cultura de la práctica gimnástica en sus diferentes manifestaciones. Es una actividad consistente en ejercicios o movimientos metódicos del cuerpo, que se practica por higiene o por deporte. (Mamani et al. 2019, pág. 58).

El término gimnasia proviene del griego antiguo “gymnós”, “desnudo” ya que en Grecia se ejercitaban sin ropa. El lugar en el que se practicaban los ejercicios era el gimnasio. Fue precisamente, en la antigua Grecia donde se desarrolló la gimnasia como disciplina deportiva. (Equipo editorial, Etecé, 2023, pág. 2)

Tipo de Gimnasia

La Gimnasia como deporte incluye seis modalidades:

Para todos en General

Es la única modalidad de gimnasia no competitiva, ya que suele consistir en la producción de un espectáculo visual con música, colores, vestuario y escenografía. De hecho, en sus demostraciones, pueden incluirse elementos de cualquiera de sus disciplinas hermanas. (Equipo editorial Etecé, Gimnasia, 2024, pág. 1)

Gimnasia en Trampolín

Esta disciplina de la Gimnasia, consiste en ejecutar ejercicios acrobáticos en aparatos elásticos: son tres especialidades tumbling, doble mini-tramp y cama elástica, la última mencionada olímpica desde el año 2000 (Mundedeportes, 2018).

Gimnasia Aeróbica

El ejercicio aeróbico, antiguamente conocido como aeróbic, es una actividad física basada en el aeróbic tradicional que añade diversos elementos complejos y realiza rutinas en un minuto o minuto y medio. La rutina debe demostrar continuidad de movimiento, flexibilidad, fuerza y perfecta ejecución de movimientos complejos

Gimnasia Acrobática

La Gimnasia Acrobática (GACRO) es practicada por hombres y mujeres y reglamentada por la Federación Internacional de Gimnasia (FIG) desde 1999. En las competiciones oficiales, la GACRO presenta cinco posibilidades de agrupaciones entre los atletas, a saber, parejas masculinas, parejas femeninas, parejas mixtas, tríos femeninos y grupos masculinos. Los atletas deben presentar las características generales de un gimnasta (flexibilidad, fuerza, equilibrio, control y expresión corporal) y desarrollar la confianza en sus compañeros/as. Los ejercicios de la GACRO son coreografías con soporte musical, confiriéndole un fuerte componente expresivo. Y deben incluir elementos colectivos e individuales clasificados en tres categorías: estáticos, dinámicos y combinados. (Loureiro & Castillo, 2013, pág. 41)

Gimnasia Rítmica

La gimnasia rítmica, a veces llamada gimnasia rítmica moderna, es un deporte olímpico en el que se combinan elementos de la danza, el teatro y la gimnasia, para ejecutar series de ejercicios físicos de un modo grácil, estético y armonioso. La gimnasia rítmica está estrechamente emparentada con la gimnasia artística femenina y puede formar parte de competiciones o simplemente de exhibiciones al público, siendo en este último caso una práctica deportiva cercana a las artes escénicas. (Equipo editorial Etecé, Gimnasia Rítmica, 2023, pág. 1)

Gimnasia Artística

La gimnasia artística es uno de los deportes en los cuales se trabaja desarrollando destrezas, habilidades básicas y capacidades desde muy temprana edad, los diferentes ejercicios y elementos característicos de este deporte están dirigidos a un amplio grupo muscular el cual puede estar dirigido tanto para el tren superior como el tren inferior, así también una característica de este deporte es la plasticidad y la flexibilidad que demuestran los deportistas al ejecutar los ejercicios mostrando una gran combinación entre tono muscular flexibilidad y elegancia. (Siñani, 2019, pág. 1)

Prácticas Gimnásticas.

Por Prácticas Gimnásticas nos podríamos referir a los ejercicios, rutinas y entrenamientos que se realiza dentro de la Gimnasia Artística, para la presente investigación enfocados a la disciplina de Manos Libres o Suelo, se tomará en cuenta la importancia de la educación integral a través de las prácticas gimnásticas, con el

objetivo de desarrollar no solo las habilidades físicas sino también la creatividad, disciplina y el autoestima.

Gimnasia Manos Libre o Suelo

Progresión y aprendizaje: El autor sugiere que el aprendizaje de la gimnasia de suelo debe ser gradual. Comienza con ejercicios básicos, como flexiones y estiramientos, para luego avanzar a movimientos más complejos, como saltos, giros, acrobacias y secuencias combinadas. La progresión adecuada permite que el gimnasta gane confianza y control sobre su cuerpo.

Fundamentos de los movimientos: Araujo describe las posturas fundamentales en la gimnasia de suelo, como el equilibrio, la flexibilidad, y la fuerza de los músculos centrales, que son esenciales para mantener el control y la estética durante las rutinas. Además, hace hincapié en la importancia de los giros (como los giros en el suelo) y las acrobacias que son distintivos de esta disciplina. (Araujo, 2004, págs. 15-16)

Habilidades Técnicas

Es necesario definir Habilidad Técnica, en el desarrollo de los elementos básicos de la Gimnasia de Suelo, tomaremos en cuenta lo que menciona el autor:

Nótese que acotamos que las habilidades técnicas por los elementos del entorno involucrados, objetos y medios y no porque impliquen necesariamente un “patrón prefijado o ideal”. Lo que determina la bondad de una habilidad técnica es la eficacia que consigue el deportista, no que su interacción con el objeto sea “perfecta” o “elegante”.

En algunos deportes de oposición (judo, lucha, rugby, etc.), a las interacciones que consideran al oponente como “cuerpo”, una “cosa” que tiene velocidad, inercia, trayectoria, tamaño, peso, etc.,) aunque integran tácticamente en función de las intenciones del oponente. Igualmente en gimnasia artística, impulsar y recepcionar el “cuerpo” del gimnasta, pueden contemplarse como habilidades técnicas. (Riera, 2005, pág. 38)

Elementos Básicos

En el proceso de aprendizaje se menciona:

El trabajo en gimnasia en los primeros años debe ser orientado hacia una formación integral polifacética: todo tipo de ruidos, desplazamientos variados, giros de distintas formas en todos los ejes, balanceos, posiciones invertidas, equilibrios con distintas partes del cuerpo en diferentes puntos de apoyo etc., serán fundamentales para la adquisición de un bagaje lo más amplio posible de experiencias gimnásticas. (Palmeiro, 2008, pág. 12)

Dentro de los elementos básicos de la gimnasia que los estudiantes deben dominar o al menos haber experimentado :

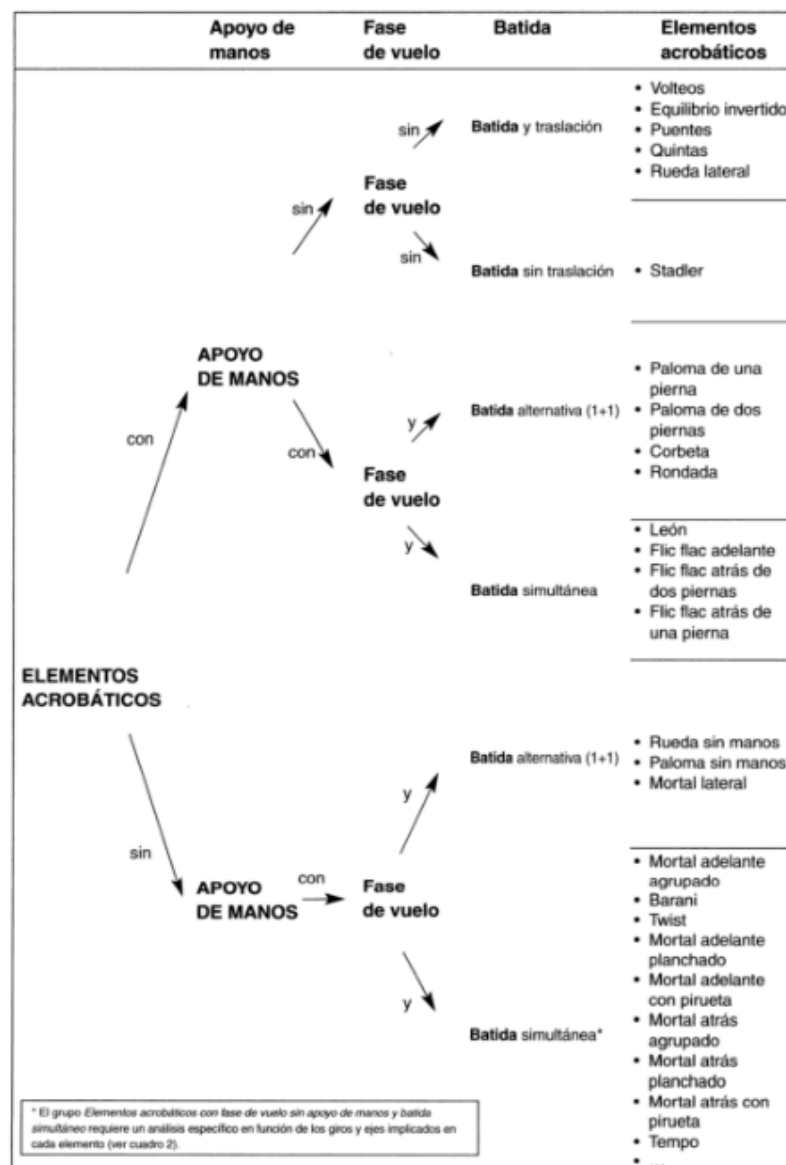
Elementos Acrobáticos

En la Gimnasia Artística algunos elementos acrobáticos dan pie a otros al tener más perspectivas de aprendizajes futuros como es el caso de los mortales agrupado o planchados hacia atrás y hacia adelante, creando verdaderas familias de movimientos. Otros elementos acrobáticos por sus características específicas requieren una técnica muy precisa y ejecutan en la actualidad en menor medida en los ejercicios de suelo como, por ejemplo, la Paloma o Rueda

sin manos que sí se realizan en la barra de equilibrios; otros, como es el caso de Twist o del León, casi como se ejecuta en la Gimnasia Artística Femenina, actual, a no ser por gimnastas que tengan estos elementos o sus variantes de mayor dificultad incluidos en su ejercicio de suelo. (Etapé Tous, 2002, pág. 23)

Figura 1

Clasificación de los Elementos Acrobáticos de Gimnasia Artística.



Nota. La acrobacia en Gimnasia Artística su Técnica y su Didáctica (pág. 25)
por Elisa Estapé Tous, 2002.

Figura 2

Elementos Acrobáticos con Fase de Vuelo, sin Apoyo de Manos y Batida Simultanea

	Elementos acrobáticos	Elementos acrobáticos
<p>ELEMENTOS ACROBÁTICOS CON FASE DE VUELO, SIN APOYO DE MANOS Y BATIDA SIMULTÁNEA</p>	<p>Giros adelante eje transversal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mortal adelante agrupado • Mortal adelante carpado → Con 1/2 ó más giros eje longitudinal • Mortal adelante planchado • Doble mortal adelante • ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Barani • Mortal adelante con pirueta • Mortal adelante con pirueta y media • Mortal adelante con doble pirueta. •
	<p>Giros atrás eje transversal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mortal atrás agrupado • Mortal atrás planchado → Con 1/2 ó más giros eje longitudinal • Tempo • Doble mortal atrás • ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Twist • Mortal atrás con pirueta • Mortal atrás con pirueta y media. • Mortal atrás con doble pirueta. •

Nota. La acrobacia en Gimnasia Artística su Técnica y su Didáctica (pág. 31) por Elisa Estapé Tous, 2002.

Debemos tener en cuenta que al realizar diferentes rutinas que incluyan los ejercicios presentados, estos deben tener total dominancia para que se pueda mostrar total control y precisión, manteniendo la ejecución de movimientos complejos y un buen rendimiento.

Variable Habilidades Motrices

Movimiento Corporal.

El movimiento corporal es la esencia de la vida, la expresión por la cual se manifiestan las alegrías, las tristezas, es decir los sentimientos. José María Cagigal concibe al movimiento corporal como un mediador en la relaciones del hombre con su entorno social y cultural, en el cual su cuerpo puede tomar conciencia del espacio. Es decir, el hombre se relaciona con el medio ambiente a través de su corporalidad manifiesta con el movimiento, cuyas acciones tienen una intencionalidad de comunicación que, a su vez, están dadas por la voluntad y la motivación del hombre; en otras palabras, tiene una razón de ser en el mundo.

El movimiento es lenguaje y manifiesta con su cultura, su ocupación, el deporte y todas las actividades de la vida cotidiana. (Daza, 2007, pág. 3).

Control Motor

El movimiento surge de la interacción de tres factores: el individuo, la actividad y el ambiente, y se organiza según las demandas de estos dos últimos.

Sólo el estudio de estos tres factores en interacción permite tener una plena comprensión del fenómeno del control motor. Dicho de otro modo, el estudio del control motor, aunque se refiere al individuo, no puede ignorar al entorno en el que se encuentra ni la actividad que tiene que realizar.

Por lo tanto, en el estudio del movimiento deben considerarse los factores del individuo (su percepción, su cognición y acción), los atributos de la actividad (movilidad, estabilidad y manipulación) y las restricciones que establece el entorno (obligatorias o no). (Rodríguez Bonache & Rodríguez Bonache, 2012, pág. 101).

Capacidades Físicas

Las principales capacidades motoras (resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad y coordinación) son condiciones de rendimiento básicas para el aprendizaje y la ejecución de acciones motoras deportivo-corporales. De forma simplificada y esquemática, se las puede clasificar en capacidades condicionales y coordinativas. Las capacidades condicionales se basan sobre todo en procesos energéticos y las coordinativas, sobre todo en procesos de regulación y conducción del sistema nervioso central.

No obstante, hemos de señalar desde un principio que semejante clasificación se plantea sólo por razones de sencillez. Ninguna capacidad consiste exclusivamente en procesos energéticos o en procesos de regulación y conducción del sistema nervioso central; en el mejor de los casos predomina uno de los términos de esta oposición. (Weineck, 2005, pág. 127).

Las cualidades físicas básicas pueden ser definidas como los requisitos motores sobre los cuales el hombre y el deportista desarrollan las propias habilidades técnicas.

Por cualidades (o capacidades) físicas se puede entender los factores que determinan la condición física, que se orienta y se clasifican para realizar una determinada actividad física, logrando mediante el entrenamiento el máximo desarrollo posible.

Este desarrollo tendrá mucha influencia en las habilidades técnicas y tácticas deportivas y en las posibilidades de aprendizaje motor.

Son la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad. Cada vez que se realiza un ejercicio físico actúan de forma simultánea, al estar íntimamente unidas. Toda actividad física incorpora, dentro de ciertos niveles, elementos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad. (M^o Sebastiani & González, 2000, págs. 12-13)

Se conceptualizarán las Capacidades Físicas a considerarse dentro de la presente investigación.

Fuerza.

La fuerza también es la causa de deformar los cuerpos, bien por presión (compresión o intento de unir las moléculas del cuerpo) o por estiramiento o tensión (intento de separar las moléculas de un cuerpo). En definitiva, la fuerza sería la medida del resultado de interacción de dos cuerpos y viene definida básicamente como el producto de la masa por la aceleración ($F=m \cdot a$). Por lo tanto, desde un punto de vista mecánico, la fuerza muscular, como causa, sería

la capacidad de la musculatura para deformar un cuerpo o para modificar la aceleración del mismo. (López & Fernández, 2005, pág. 98)

Velocidad

La velocidad en los movimientos deportivos es la capacidad para reaccionar con la mayor rapidez posible ante un estímulo o señal y/o ejecutar movimientos con la mayor velocidad posible ante resistencias escasas. (Dietrich et al. 2001, pág. 174).

Flexibilidad

La flexibilidad comprende propiedades morfofuncionales de aparato locomotor que determinan la amplitud de los distintos movimientos del deportista. El término flexibilidad es más adecuado para valorar la movilidad de las articulaciones de todo el cuerpo. (Platanov & Bulatova, 2001, pág. 149)

Resistencia

La resistencia generalmente debe determinarse como la capacidad para ejecutar, de manera prolongada y eficaz, un trabajo de carácter inespecífico, que tiene un efecto positivo en el proceso de la consolidación de los componentes específicos de la maestría deportiva gracias a la elevación del grado de adaptación a las cargas y gracias a los fenómenos de “transferencia” del nivel de preparación de los tipos de actividad inespecíficos a los específicos. (Platónov, 2001, pág. 373)

Equilibrio

El equilibrio es un estado absoluto que sólo admite dos posibilidades, de manera que un cuerpo sólo puede estar equilibrado o desequilibrado sin términos intermedios. De forma coloquial decimos que un cuerpo desequilibrado tiene a caerse, mientras que el equilibrado no.

Pero el concepto de equilibrio no resulta demasiado útil para analizar y compara distintas posturas corporales dentro del ámbito de la actividad física y el deporte, puesto que no permite discriminar de forma sensible. Para ello utilizamos el concepto de estabilidad.

Estabilidad

Capacidad del cuerpo de mantener el equilibrio, es decir, de evitar ser desequilibrado. Se trata de un concepto relativo; no es una característica invariable para un mismo objeto, sino que se puede modificar en un rango desde muy inestable hasta muy estable. (Izquierdo, 2008, pág. 260)

Coordinación

La conceptualización de coordinación motriz: en primer lugar, se destaca la presencia de fuerzas que deben ser controladas mediante el ordenamiento de los componentes estructurales y de los sistemas reguladores y efectores del movimiento; en segundo lugar, la producción de fuerza requiere de la relajación muscular; en tercer lugar, la acción motriz es motivada por un objeto. Y en cuarto lugar, pero quizás el más importante, se destaca la participación del sistema nervioso central y periférico, en el control de las referidas fuerzas. (Mejía, 2020, pág. 2)

Habilidades Motrices

Por habilidad motriz entendemos la competencia (grado de éxito o de consecución de las finalidades propuestas) de un sujeto frente a un objetivo dado, aceptando que, para la consecución de este objetivo, la generación de respuestas motoras, el movimiento, desempeña un papel primordial e insustituible. (Batalla, 2000, pág. 8)

Clasificación de las habilidades motrices básicas

Se distinguen cuatro grandes familias:

Desplazamientos

Se trata de aquellas habilidades cuya función es la traslación del sujeto de un punto a otro del espacio. Distinguimos los desplazamientos habituales (marcha y carrera) de los desplazamientos no habituales. Dentro de estos últimos se diferencia entre desplazamientos activos (horizontales y verticales) desplazamientos pasivos. (Batalla, 2000, pág. 12)

Salto

Según dice el diccionario, saltar es la acción de levantarse del suelo gracias al impulso del tren inferior. (Batalla, 2000, pág. 12)

Giros

Podemos definir los giros como movimientos de rotación del conjunto del cuerpo alrededor de uno de sus ejes longitudinal, transversal y anteroposterior. (Batalla, 2000, pág. 14)

El manejo y control de objetos

Dentro de esta familia de movimientos se incluye una gran variedad de acciones lo que hace muy difícil su clasificación y descripción. Distinguiremos las habilidades que se ejecutan con la manos, con la cabeza, con los pies o mediante el uso de objetos. (Batalla, 2000, pág. 14)

Test de MOBAK

La Batería MOBAK 5-6 (en alemán, Motorische Basiskompetenzen) ha sido elaborada para evaluar a niños y niñas de 10 a 12 años, para así abordar la evaluación del estado y desarrollo de las competencias motrices básicas de la parte final de la niñez intermedia. Evalúa las competencias motrices básicas de “Control del Cuerpo” con cuatro tareas (equilibrarse, rodar, saltar, correr) y “Control de Objetos” con 4 tareas (lanzar, atrapar, conducir un balón con la mano, conducir un balón con el pie). La dificultad y complejidad de las tareas del Test MOBAK han sido establecida de acuerdo a la edad de los niños y niñas. (Herrmann & Seelig, 2020, pág. 3)

1.2 OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Determinar el nivel de relación de las prácticas gimnásticas en las habilidades motrices en los niños de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life.

OBJETIVO ESPECÍFICO 1:

Diagnosticar el nivel de las habilidades motrices en los niños de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life.

OBJETIVO ESPECÍFICO 2:

Evaluar las prácticas gimnásticas mediante una encuesta, posterior a la aplicación de un test de motricidad en los niños de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life.

OBJETIVO ESPECÍFICO 3:

Analizar la correlación de las prácticas gimnásticas en las habilidades motrices en los niños de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life.

Hipótesis de estudio

En la presente investigación se propuso la siguiente hipótesis de estudio:

H0: Las Prácticas Gimnásticas NO APORTAN en las Habilidades Motrices de los estudiantes de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life.

H1: Las Prácticas Gimnásticas APORTAN en las Habilidades Motrices de los estudiantes de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 MATERIALES

Dentro de los materiales para la ejecución de la presente investigación tenemos:

Tabla 1

Recursos materiales

Recursos Materiales
Computador
Cámara
Material de papelería
Cronómetro
Cajón o banca
Bloques de madera
Colchonetas
Caja de cartón
Cuerda de saltar
Cinta de marcar
Conos
Ulas Ulas
Pelota de tenis
Aro pequeño
Balón de Baloncesto
Estacas
Balón de Futsala

Nota. Elaborado por Sara Pazmiño

Tabla 2*Recursos Humanos*

Recursos Humanos
Autora: Pazmiño Rosero Sara Fernanda
Tutor: Lic. Sánchez Cañizares Christian Mauricio, Mg.
Autoridades de la Unidad Educativa Cristiana New Life
Área de Cultura Física de la Unidad Educativa Cristiana New Life
Estudiantes de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life
<i>Nota.</i> Elaborado por Sara Pazmiño

Tabla 3*Recursos Institucionales*

Recursos Institucionales
Universidad Técnica de Ambato
Unidad Educativa Cristiana New Life
Biblioteca digital
Repositorio
<i>Nota.</i> Elaborado por Sara Pazmiño

2.2 MÉTODOS

Diseño de la Investigación

Se presenta la investigación sobre “Las Prácticas Gimnásticas en las Habilidades Motrices en Estudiantes de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life” de la ciudad de Quito, el enfoque es Cuantitativo, ya que se analizará datos numéricos y se establecerá relaciones entre las variables con la aplicación de análisis estadísticos, se emplea un diseño No Experimental, ya que no se manipulo las variables de ninguna forma, el alcance es Correlacional, ya que se busca establecer la relación entre las prácticas gimnásticas y las habilidades motrices, la fuente de datos de Campo, estos fueron recogidos mediante la aplicación de encuesta y test a los estudiantes, el estudio fue de corte Transversal ya que se recolectaron los datos en un momento dado, el fundamento teórico de la investigación fue Deductivo, basándose en teorías establecidas, para analizar los resultados obtenidos. Las conclusiones se formularon a través del método hipotético-deductivo partiendo de la relación entre las prácticas gimnásticas y las habilidades motrices las cuales se validaron tras el análisis de datos.

El enfoque cuantitativo (que representa, como dijimos, un conjunto de procesos) es secuencial y probatorio. Cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar” o eludir pasos. El orden es riguroso, aunque desde luego, podemos redefinir alguna fase. Parte de una idea que va acotándose y, una vez delimitada, se derivan objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica. De las preguntas se establecen hipótesis y determinan variables; se traza un plan para probarlas (diseño); se miden las variables en un determinado contexto; se analizan las

mediciones obtenidas utilizando métodos estadísticos, y se extrae una serie de conclusiones respecto de la o las hipótesis. (Hernández et al. 2014, pág. 4)

Población y muestra de Estudio

La aplicación del estudio se realizó con los estudiantes de 5to., 6to. y 7mo. Años de Educación General Básica Media de la “Unidad Educativa Cristiana New Life” de la ciudad de Quito provincia de Pichincha, con la aprobación de las autoridades y sus representantes. Se aplicó un muestreo Probabilístico por conveniencia.

Tabla 4

Caracterización de la muestra de estudio

Muestra		
Masculino	Femenino	Total
48%	52%	100%
Porcentaje por cada Año		
Quinto EGB	30%	
Sexto EGB	37%	
Séptimo EGB	33%	

Nota. Elaborado por Sara Pazmiño

El análisis de la muestra se lo realizó por sexo, el grupo femenino tiene un 52% siendo este el mayor porcentaje de la muestra, en relación con el grupo masculino. En lo que respecta a las edades se presenta un 37% el mayor porcentaje en el Sexto año.

Técnicas e Instrumento de Investigación

En la investigación se utilizó la técnica de la observación, que permitió registrar información de manera rápida y objetiva, y el instrumento que se aplicó el Test de Mobak, el Manual de Aplicación Mobak 5 - 6 de los autores Dr. Christian Hermann y Dr. Harald Seelig, considera el año escolar, desde una visión pedagógica, evalúa el estado y desarrollo de las competencias motrices en dos aspectos cada uno con cuatro actividades: Control del Cuerpo cuatro actividades: Equilibrarse, Saltar, Rodar y Correr; y Control de objetos: Atrapar, Lanzar, Conducir con la mano y Conducir con el pie, la dificultad se establece por la edad de los niños y niñas para esta investigación de entre 10 y 12 años.

La aplicación del test es fácil, se describe y demuestra cada una de las ocho actividades, distribuidas en estaciones, que los niños y niñas recorrerán como un circuito. Su valoración es dicotómica (logrado - no logrado), lanzar y atrapar tienen 6 intentos, se registran los intentos alcanzados, para puntuar:

Tabla 5*Varemos*

Lanzar - Atrapar	
Aciertos	Puntos
0 a 2	0
3 a 4	1
5 a 6	2

Nota. Elaborado por Sara Pazmiño

Control de Objetos y Control del Cuerpo las actividades: equilibrarse, rodar, saltar y correr, tienen 2 intentos, la puntuación es una escala dicotómica 0 = no logrado y 1 = logrado; donde se registrarán los intentos logrados

Tabla 6 Varemos (Logrado – No logrado)

Control de Objetos – Control del Cuerpo	
Aciertos	Puntos
0	0
1	1
2	2

La interpretación es sencilla en base de las tareas individuales, con la suma de los puntajes de las actividades, de 0 a 8 haciendo posible determinar el nivel de las competencias motrices de forma distinta.

Procedimiento para la ejecución del proceso investigativo.

1. Selección de la muestra de estudio.
2. Empleo de técnicas e instrumentos para la investigación de las habilidades motrices en los estudiantes de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life.
3. Análisis de los resultados obtenidos a través de la aplicación de técnicas e instrumentos de recolección de datos.
4. Utilización de técnicas e instrumentos en la evaluación de las Habilidades Motrices.
5. Análisis de la relación entre las Prácticas Gimnásticas con las Habilidades motrices en niños y niñas en edades entre 10 y 12 años.
6. Realización de las conclusiones y recomendaciones concernientes al estudio.
7. Redacción final del informe investigativo.

Tratamiento estadístico de los resultados de la investigación

El tratamiento estadístico de los resultados obtenidos en la investigación, se resolvieron, aplicando el programa SPSS, desarrollando un análisis de las variables cuantitativas.

Se validó la encuesta de Prácticas gimnásticas, su conocimiento técnico y frecuencia de práctica, con Alfa de Cronbach, herramienta que mide la estadística interna de una escala o cuestionario, pudiendo así realizar la correlación entre los datos obtenidos de las variables.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En este capítulo se presentará los resultados obtenidos durante el proceso de la investigación, en la búsqueda de alcanzar los objetivos planteados, mediante la aplicación de los instrumentos y la utilización de las fórmulas estadísticas y su análisis.

Los resultados del diagnóstico de los estudiantes de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa Cristiana New Life de la ciudad de Quito, en el mes de Mayo 2024, se muestran:

Los datos obtenidos en la realización de la encuesta y su estudio, con la aplicación de Alfa de Cronbach, nos da como resultado que existe un coeficiente de confiabilidad excelente, que nos permite seguir con el análisis.

Figura 3

Nivel de Prácticas gimnásticas

Nivel de prácticas gimnásticas					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	bajo	3	4,7	4,7	4,7
	medio	45	70,3	70,3	75,0
	alto	16	25,0	25,0	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

En el nivel de prácticas gimnásticas según los resultados encontrados, podemos verificar que los estudiantes a quienes se les aplicó la encuesta realizan este tipo de

prácticas gimnásticas de la siguiente manera, un 4,7% de la población bajo, 70,3% medio y 25% alto.

Figura 4

Nivel de Habilidades motrices

Nivel de habilidades Motrices					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		a	e		
Válido	bajo	24	37,5	37,5	37,5
	medio	30	46,9	46,9	84,4
	alto	10	15,6	15,6	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Una vez aplicado el test de Mobak se determinó que las habilidades motrices en los estudiantes, presentan los siguientes resultados, en un nivel bajo se encontraron 24 estudiantes que representa el 37,5%, en un nivel medio 30 estudiantes que representa el 46,9% y en un porcentaje alto 10 estudiantes que representa el 15,6%.

Figura 5

Pruebas de normalidad

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades motrices básicas	,164	64	,000	,945	64	,007
nivel de practicas gimnasticas	,122	64	,018	,956	64	,023

a. Corrección de significación de Lilliefors

Luego de realizada la prueba de normalidad en las dos variables se determinó el uso de una prueba no paramétrica para determinar la hipótesis en donde según la población y muestra se aplicó la prueba de normalidad Kolgomorov Smirnov para muestras mayores a 50 obteniendo un valor de p menor a 0,05 en Habilidades motrices básicas

y un valor de p mayor a 0,05 en el nivel de prácticas gimnásticas y por lo tanto la prueba para determinar la hipótesis es una no paramétrica, en este caso Rho de Spearman.

Figura 6 Correlaciones

Correlaciones			nivel de practicas gimnasticas	Nivel de habilidades Motrices
Rho de Spearman	nivel de practicas gimnasticas	Coefficiente de correlación	1,000	-,149
		Sig. (bilateral)	.	,240
		N	64	64
	Nivel de habilidades Motrices	Coefficiente de correlación	-,149	1,000
		Sig. (bilateral)	,240	.
		N	64	64

Aplicada la prueba Rho de Spearman y procesados los datos se determinó la aceptación de la hipótesis nula teniendo en cuenta que el valor de p es mayor a 0,05, por lo que las prácticas gimnásticas no inciden en el nivel de habilidades motrices.

3.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

El procedimiento de verificación de las hipótesis planteadas, muestra que no existe correlación, entre las variables prácticas gimnásticas y habilidades motrices.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 CONCLUSIONES

El manejo de las técnicas e instrumentos de investigación, los resultados obtenidos y su análisis, cumplieron los objetivos, llegando a las siguientes conclusiones:

- Se determinó que hay una diferencia significativa entre las prácticas gimnásticas y las habilidades motrices, pese que el signo es negativo muestra la dirección del cambio, la magnitud 6.959 es grande, lo que apunta a una fuerte diferencia entre los datos.
- Se diagnosticó el nivel de habilidades motrices en los estudiantes obteniendo: control del cuerpo 74% y el control de objetos un 67% del total de los estudiantes, concluyendo que los estudiantes en edades de 9 a 11 años, tienen una mayor capacidad al realizar actividades con su cuerpo (equilibrarse, rodar, saltar y correr), que al tener que controlar un objeto y realizar una actividad.
- Se evaluó los conocimientos técnicos y frecuencia de práctica de las actividades gimnásticas obteniendo como resultado que los estudiantes, tienen el manejo de las habilidades técnicas de los elementos básicos y acrobáticos en la modalidad gimnasia de suelo o piso, que existe control y precisión en la ejecución de las rutinas. Sus condiciones físicas como la fuerza muscular, flexibilidad, resistencia, equilibrio, agilidad entre otras son aptas para las actividades propias de la gimnasia.

- Se analizó la incidencia de las prácticas gimnásticas en las habilidades motrices dando como resultado una correlación negativa, concluyendo que no necesariamente se debe realizar prácticas gimnásticas para desarrollar las habilidades motrices, aunque existen varias de las actividades diagnosticadas que podrían ayudar al proceso.

4.2 RECOMENDACIONES

En la realización del estudio de las Prácticas gimnásticas en las habilidades motrices de los estudiantes de Educación General Básica Media.

- Se recomienda la evaluación y el diagnóstico previo en los estudiantes de Educación General Básica Media, antes de una intervención, podemos basarlas en los bloques curriculares, para realizar planificaciones que ayuden al desarrollo de los estudiantes con el objetivo de mejorar sus capacidades.
- Se recomienda evaluar, diagnosticar y trabajar en los niños, el trabajo unilateral para disminuir asimetrías en cuanto a la fuerza y fluidez del movimiento. Para esto se debe contar con una batería de juegos y ejercicios competitivos que desarrollen dicha condición, enfocándonos en un desarrollo motor óptimo.
- Se recomienda mantener un análisis periódico, de las condiciones y estado de los estudiantes para conocer sus avances y limitaciones dentro de los procesos planteados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bibliografía

- Araujo, C. (2004). *Manual de ayudas en Gimnasia*. Barcelona, España.
- Batalla, A. (2000). *Habilidades Motrices*. Obtenido de https://www.google.com.ec/books/edition/Habilidades_motrices/gJGZtWcBvdMC?hl=es-419&gbpv=1&dq=habilidad+motriz&pg=PA7&printsec=frontcover
- Cagigal, J. (1984). *¿La Educación Física, Ciencia?* Medellín. Obtenido de [file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-LaEducacionFisicaCiencia-3642172%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-LaEducacionFisicaCiencia-3642172%20(2).pdf)
- Caisaguano, M. (2024). Prácticas gimnásticas con implementos en la psicomotricidad de escolares de Educación básica elemental. *Tesis de pregrado*. Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Ambato, Ecuador.
- Cintra, O., & Balboa, Y. (2011). La Actividad Física un aporte para la Salud. Argentina. Obtenido de [file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-LaActividadFisicaUnAporteParaLaSalud-4684607%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-LaActividadFisicaUnAporteParaLaSalud-4684607%20(1).pdf)
- Daza, J. (2007). *Evaluación Clínico-Funcional del Movimiento Corporal Humano*. Colombia. Obtenido de <https://books.google.com.co/books?id=mbVsjZ82vncC&printsec=copyright&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Desiderio, W., Losardo, R., Bortolazzo, C., Van Tooren, J., & Hurtado, E. (2021). Revista de la Asociación Médica Argentina. *Deporte, Educación y Salud*. Argentina. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/354765065_Deporte_educacion_y_salud_Sports_education_and_health
- Dietrich, M., Klaus, C., & Klaus, L. (2001). *Manual de Metodología del Entrenamiento*. Obtenido de

https://www.google.com.ec/books/edition/MANUAL_DE_METODOLOG%C3%8DA_DEL_ENTRENAMIENTO/_ehXzkJzpQIC?hl=es-419&gbpv=1&dq=capacidades+fisicas+concepto&pg=PA101&printsec=frontcover

Equipo editorial Etecé. (2023). Gimnasia Rítmica. Obtenido de <https://concepto.de/gimnasia-ritmica/>

Equipo editorial Etecé. (2024). Gimnasia. Obtenido de <https://concepto.de/gimnasia/>

Equipo Editorial, E. (2023). Deporte. Obtenido de <https://humanidades.com/deporte/#ixzz8vZaT7EZL>

Equipo editorial, Etecé. (2023). Historia de la gimnasia. Obtenido de <https://concepto.de/historia-de-la-gimnasia/>

Etapé Tous, E. (2002). *La Acrobacia en Gimnasia Artística su Técnica y su Didáctica*. España. Obtenido de https://books.google.com.ec/books?id=UrV6JrLB0pIC&pg=PA99&hl=es&source=gbs_selected_pages&cad=1#v=onepage&q&f=false

Gavilanes , L. (2022). Los juegos populares en el desarrollo de habilidades motrices básicas. *Tesis de pregrado*. Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Ambato, Ecuador.

Ibarra , C. (2015). Boletín Científico de la Universidad Autónoma de Hidalgo. *Vida Científica*. México. Obtenido de <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa4/n5/m15.html#refe1>

Izquierdo, M. (2008). *Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte*. Obtenido de https://www.google.com.ec/books/edition/Biomec%C3%A1nica_y_Bases_Neuromusculares_de/F4I9092Up4wC?hl=es-419&gbpv=1&dq=definici%C3%B3n+de+equilibrio+f%C3%ADsico&pg=PA260&printsec=frontcover

- Lalama, A., & Calle, M. (2023). *SATHIRI*. Obtenido de Psicomotricidad: Construyendo aprendizajes a través del movimiento: <https://revistasdigitales.upec.edu.ec/index.php/sathiri/article/view/899/2239>
- López, J., & Fernández, A. (2005). *Fisiología del Ejercicio*. Obtenido de https://www.google.com.ec/books/edition/Fisiolog%C3%ADa_del_Ejercicio/LBSwgL-WTHEC?hl=es-419&gbpv=1&dq=concepto+de+fuerza&pg=PA98&printsec=frontcover
- Loureiro, V., & Castillo, E. (2013). La Gimnasia Acrobática como instrumento pedagógico. Obtenido de [file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-LaGimnasiaAcrobaticaComoInstrumentoPedagogico-4483125%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-LaGimnasiaAcrobaticaComoInstrumentoPedagogico-4483125%20(3).pdf)
- M° Sebastiani, E., & González, C. (2000). *Cualidades Físicas*. España. Obtenido de https://www.google.com.ec/books/edition/Cualidades_f%C3%ADsicas/wS4YnCzUW1oC?hl=es-419&gbpv=1&dq=capacidades+fisicas+en+gimnasia&printsec=frontcover
- Mamani, D., Laque, G., & Mamani, N. (2019). Programa de aprendizaje de gimnasia básica para niñas del nivel inicial. Peru. Obtenido de [file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-ProgramaDeAprendizajeDeGimnasiaBasicaParaNinasDelN-8054535%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Pc/Downloads/Dialnet-ProgramaDeAprendizajeDeGimnasiaBasicaParaNinasDelN-8054535%20(1).pdf)
- Mejía, N. (2020). Revisión conceptual y tipología de la coordinación motriz. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/2047/1241?inline=1>
- Mundeportes. (2018). Origen de la Gimnasia: Todas las modalidades poseen un pasado artístico. Obtenido de <https://web.archive.org/web/20181126221530/https://gimnasia.mundeportes.com/origen-de-la-gimnasia/>

- Osorio, C. (2020). Las actividades recreativas y el desarrollo de habilidades motrices básicas de los niños de segundo grado de la Unidad educativa Juan Abel Echeverría. *Tesis de pregrado*. Carrera de Cultura Física, Ambato, Ecuador.
- Palmeiro, M. (2008). *Gimnasia Artística: su enseñanza en escuelas y talleres*. Argentina. Obtenido de https://www.google.com.ec/books/edition/Gimnasia_Art%C3%ADstica/xsrqEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=1&dq=posiciones+fundamentales+de+gimnasia&pg=PA233&printsec=frontcover
- Pinos, J. (2020). La coordinación en la gimnasia a manos libres de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuevo Mundo de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua. *Tesis de pregrado*. Ambato, Ecuador.
- Platanov, V., & Bulatova, M. (2001). *La Preparación Física*. Obtenido de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=2X0BkqELBQC&oi=fnd&pg=PA5&dq=flexibilidad+fisica&ots=7URsRFd8Rn&sig=Fd0LMqzpmY0tN8odofd5oWwzdLo#v=onepage&q=flexibilidad%20fisica&f=false>
- Platónov, V. (2001). *Teoría General del Entrenamiento Deportivo Olímpico*. Obtenido de https://www.google.com.ec/books/edition/Teor%C3%ADa_general_del_entrenamiento_deport/tBbimZs3msUC?hl=es&gbpv=1&dq=resistencia&pg=PA373&printsec=frontcover
- Ponluisa, D. (2023). Los juegos de velocidad en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en escolares de Educación general básica Media. *Tesis de pregrado*. Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Ambato, Ecuador.
- Pujos, X. (2022). La gimnasia rítmica para la coordinación dinámica del cuerpo en el ámbito de expresión artística de niños de 4 a 5 años. *Tesis de pregrado*. Carrera de Educación Inicial, Ambato, Ecuador.

- Ramírez, W., Vinaccia, S., & Suárez, R. (2004). *Revista de Estudios Sociales. El Impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico*. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-885X2004000200008
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el deporte*. Barcelona, España. Obtenido de https://www.google.com.ec/books/edition/Habilidades_en_el_deporte/vDDTI-VJtRfgC?hl=es-419&gbpv=1&dq=habilidades+t%C3%A9cnicas+de+la+gimnasia&pg=PA38&printsec=frontcover
- Rodríguez, N., García, R., Minguet, Á., & Minguet, C. (2022). Los ambientes de aprendizaje como metodología activa promotora de la Actividad Física en Educación Infantil. Obtenido de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/71026/45647>
- Rodríguez Bonache, M., & Rodríguez Bonache, M. (2012). *Bases Neurofisiológicas del Control Motor*.
- Siñani, R. (2019). *Metodología de la Gimnasia Artística dirigido a JDEP*. Bolivia. Obtenido de https://pepm-sal.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/05/Metodologia_de_la_Gimnasia.pdf
- Suárez, C. (2022). El método Montessori en las Habilidades motrices de los estudiantes. *Tesis de pregrado*. Carrera de Cultura Física, Ambato, Ecuador.
- Ushiña Christian. (2023). Las prácticas gimnásticas en el desarrollo de las capacidades físicas condicionales en escolares de Educación general básica media. *Tesis de pregrado*. Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Ambato, Ecuador.
- Vargas, C. (2012). *Ciencias del Deporte: Evolución de aspectos Teórico Científicos*. Cali. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2654/265424601010.pdf>

Vida Sana. (2023). *Mundo Deportivo* . Obtenido de <https://www.mundodeportivo.com/vida/ejercicio-fisico/20231224/1002141237/ejercicio-deporte-actividad-fisica-son.html>

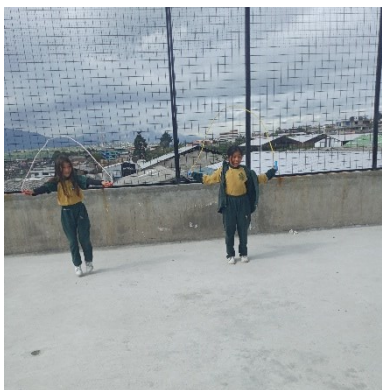
Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Barcelona, España. Obtenido de https://www.academia.edu/36144903/Entrenamiento_total_J_Weineck_

ANEXOS

ANEXO 1

APLICACIÓN DEL TEST DE MOBAK

Control del Cuerpo



Control de Objetos



ANEXO 2

Validación de Encuesta



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
PREGRADO
CULTURA FÍSICA 2024
Avda. Los Chasquis y Río Payamín, Ambato - Ecuador

FORMATO PARA LA VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO "Evaluación de Prácticas gimnásticas" PERTENECIENTE A LA INVESTIGACIÓN: "Prácticas gimnásticas en las habilidades motrices de los niños de Educación General Básica Media"

AUTORA: Sara Pazmiño

Señale mediante un ✓, según la validación para cada pregunta:

1D- DEFICIENTE 2R- REGULAR 3B- BUENO 4O- ÓPTIMO

<div style="text-align: center;">PARÁMETROS</div> <div style="text-align: center;">PREGUNTAS</div>	Pertinencia de las preguntas del instrumento con los objetivos				Pertinencia de las preguntas del instrumento con las variables y enunciados				Calidad técnica y representatividad				Redacción y lenguaje de las preguntas			
	1D	2R	3B	4O	1D	2R	3B	4O	1D	2R	3B	4O	1D	2R	3B	4O
¿ Practicas con frecuencia las posiciones fundamentales de gimnasia?			x				x				x				x	
¿Qué tan cómodo te sientes al realizar rutinas que combinan movimientos gimnásticos complejos?				x				x				x				x
¿Con qué frecuencia logras ejecutar movimientos gimnásticos con precisión y control?				x				x				x				x
¿Cómo valorarías tu fuerza muscular en relación con la ejecución de movimientos gimnásticos?				x				x				x				x



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

PREGRADO
CULTURA FÍSICA 2024
 Avda. Los Chasquis y Río Payamín, Ambato - Ecuador

¿Qué tan flexible te consideras en comparación con los requisitos de la gimnasia?				x				x				x				x
¿Con qué frecuencia mantienes la energía y la forma durante una rutina completa?				x				x				x				x
¿Cómo valorarías tu capacidad para mantener el equilibrio en posturas estáticas y dinámicas?				x				x				x				x
¿Cuándo ves una rutina de gimnasia puedes repetir los movimientos de manera sincronizada?				x				x				x				x
¿Qué tan rápido y eficientemente puedes cambiar de dirección durante una rutina?				x				x				x				x

Observaciones: Reestructurar la primera pregunta en base a las observaciones que se le propuso .

Realizado por:
 Sara Pazmiño

GABRIELA
 ALEXANDRA
 VILLALBA GARZÓN

Firmado digitalmente por
 GABRIELA ALEXANDRA
 VILLALBA GARZÓN
 Fecha: 2024.09.09 16:25:38
 +05'00'

Validado por:
 Mg. Gabriela Villalba