

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

MODALIDAD PRESENCIAL

**TRABAJO DE GRADO PREVIO A LA OBTENCION DEL TITULO DE
LICENCIADO EN CULTURA FISICA**

TEMA:

“EL TAE KWON DO EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO (5) A SIETE (7) AÑOS DE LA ACADEMIA DE ARTES MARCIALES KOREA DE LA CIUDAD DE AMBATO.”

AUTOR: Héctor Javier Barrionuevo Vargas

TUTOR: Mg. Esmeralda Zapata

AMBATO – ECUADOR

2019-2020

APROBACIÓN DEL TÍTULOS DE TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Mg. Esmeralda Zapata, en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: EL TAE KWON DO EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO (5) A SIETE (7) AÑOS DE LA ACADEMIA DE ARTES MARCIALES KOREA DE LA CIUDAD DE AMBATO, presentado por el egresado Héctor Javier Barrionuevo Vargas, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por H. Consejo Directivo.

Ambato, enero de 2019.



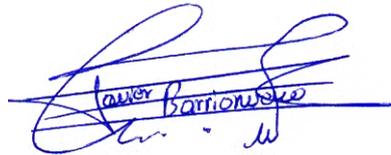
Mg. Esmeralda Zapata

TUTOR

AUTORIA

Las opiniones, ideas, análisis, interpretaciones, comentarios y demás aspectos relacionados con el tema que se investiga: EL TAE KWON DO EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO (5) A SIETE (7) AÑOS DE LA ACADEMIA DE ARTES MARCIALES KOREA DE LA CIUDAD DE AMBATO, son de exclusiva responsabilidad del autor.

AUTOR



Héctor Javier Barrionuevo Vargas

C.C. 180336562-4

APROBACIÓN DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL DE GRADO

Al consejo directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

La comisión de estudios y calificación del informe del trabajo de graduación o titulación, sobre el tema: EL TAE KWON DO EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO (5) A SIETE (7) AÑOS DE LA ACADEMIA DE ARTES MARCIALES KOREA DE LA CIUDAD DE AMBATO.

Presentado por el Sr. Héctor Javier Barrionuevo Vargas de la carrera de cultura física, promoción enero 2020, una vez revisado el trabajo de graduación o titulación, considera que dicho informe reúne los requisitos básicos tanto técnicos como científicos y reglamentarios establecidos. Por lo tanto, se autoriza la presentación ante el organismo, para los trámites legales y pertinentes.



PHD. Esteban Loaiza
MIEMBRO DEL TRIBUNAL



DR. Ángel Sailema
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

INDICE GENERAL DE CONTENIDOS

MARCO TEÓRICO	1
1.1. Antecedentes investigativos	1
1.2. Objetivos.....	3
1.2.1. Objetivo General.....	3
1.2.2. Objetivos Específicos.....	3
CAPÍTULO II.....	4
METODOLOGÍA.....	4
2.1. Materiales	4
2.2. Métodos	4
Enfoque.....	4
Modalidad de investigación	5
Investigación Bibliográfica – Documental.....	5
Investigación de Campo.....	5
Población y Muestra	6
CAPÍTULO III	7
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	7
3.1. Análisis y discusión de los resultados	7
ANÁLISIS	25
ANÁLISIS	28
3.2. Verificación de la hipótesis	29
CAPÍTULO IV	34
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	34

4.1. CONCLUSIONES	34
4.2. RECOMENDACIONES	35
BIBLIOGRAFÍA	36
ANEXO 1	38

INDICE DE TABLAS

TABLA N° 1	4
TABLA N° 2	8
TABLA N° 3	11
TABLA N° 4	14
TABLA N° 5	17
TABLA N° 6	20
TABLA N° 7	23
TABLA N° 8	26
TABLA N° 9	30
TABLA N° 10.....	32

INDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO N° 1	9
GRÁFICO N° 2	12
GRÁFICO N° 3	15
GRÁFICO N° 4	18
GRÁFICO N° 5	21
GRÁFICO N° 6	24
GRÁFICO N° 7	27

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: “EL TAE KWON DO EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO (5) A SIETE (7) AÑOS DE LA ACADEMIA DE ARTES MARCIALES KOREA DE LA CIUDAD DE AMBATO.”

AUTOR: Héctor Javier Barrionuevo Vargas

TUTOR: Mg. Esmeralda Zapata

RESUMEN:

El presente trabajo investigativo con el nombre “EL TAE KWON DO EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO (5) A SIETE (7) AÑOS DE LA ACADEMIA DE ARTES MARCIALES KOREA DE LA CIUDAD DE AMBATO.” nos permite conocer la relación existente entre el Tae Kwon Do y el desarrollo de las capacidades coordinativas mediante la aplicación del Test SJ3 que mide a través de 7 ejercicios el nivel en el que se encuentran las capacidades coordinativas en cada uno de los individuos, el objetivo es determinar el desarrollo de las capacidades coordinativas en niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años a través de la práctica del Tae kwon do en la Academia de Artes Marciales Korea de la ciudad de Ambato, para ello se realizó un análisis en 15 deportistas de la mencionada Academia de Artes Marciales, logrando que los deportistas en formación mejoren sus movimientos y su efectividad en cuanto a las capacidades coordinativas, llegando a la conclusión que el Tae Kwon Do es un aporte importante en el desarrollo de las capacidades coordinativas de los niños y niñas de 5 a 7 años.

Palabras clave: Tae kwon do, capacidades coordinativas, artes marciales, deportistas.

SUMMARY

THEME: “TAE KWON DO IN THE COORDINATING ABILITIES IN YOUNG BOYS AND GIRLS FROM 5 TO 7 YEARS OLD OF THE MARTIAL ARTS ACADEMY IN AMBATO CITY”

AUTHOR. HECTOR JAVIER BARRIONUEVO VARGAS

SUMMARY:

THE PRESENT INVESTIGATIVE WORK “TAE KWON DO IN THE COORDINATING ABILITIES IN YOUNG BOYS AND GIRLS FROM 5 TO 7 YEARS OLD OF THE MARTIAL ARTS ACADEMY IN AMBATO CITY” LET US KNOW THE RELATIONSHIP AMONG TAE KWON DO AND THE DEVELOPMENT OF THE COORDINATING ABILITIES APPLIED IN THE SJ3 TEST, THIS WAS MEASURED THROUGH 7 EXERCISES ACCORDING TO THE LEVEL OF EACH INDIVIDUAL WHO WERE INVOLVED IN THIS INVESTIGATIVE WORK. THE OBJECTIVE OF THIS INVESTIGATION WAS TO DETERMINE THE DEVELOPMENT OF THE COORDINATING ABILITIES OF CHILDREN AMONG 5 TO 7 YEARS OLD WITH THE PRACTICE OF TAE KWON DO IN THE ACADEMY OF MARTIAL ARTS IN AMBATO CITY. FIFTEEN PARTICIPANTS THAT PRACTICE THE SPORT IN THE ACADEMY WERE INVOLVED IN THIS INVESTIGATION, THEY ACHIEVED GOOD RESULTS; THEIR MOVEMENTS AND THE ABILITY TO COORDATE WERE BETTER THAN BEFORE THEY PRACTICE TAE KWON DO. IN CONCLUSION, I WOULD LIKE TO SAY THAT “TAE KWON DO” IS IMPORTANT FOR THE DEVELOPMENT OF YOUNG CHILDREN AND TO IMPROVE THEIR SKILLS NOT ONLY IN THE EDUCATIONAL ASPECT BUT ALSO IN THEIR DAILY ROUTINES OBVIOUSLY IN THE PRACTICE OF ANY EXERCISE.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes investigativos

Al revisar la bibliografía acorde al tema de investigación se encontró varios trabajos relacionados y que aportan datos importantes que ayudan a generar una idea más clara respecto al problema que se está investigando, a continuación, se presentan algunas de las conclusiones a las que llegaron los distintos investigadores.

Raúl Tapia Fernández, de la Carrera de Cultura Física de la Universidad Técnica de Ambato, en su Tesis: “LA PRACTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO” llega a las siguientes conclusiones:

- Se detecta que la práctica de taekwondo ayuda no solo a que el deportista desarrolle aspectos físicos, sino que a la vez fomenta desarrollo de la inteligencia emocional, social, del deportista con su familia y entorno.
- Se puede también detectar que a la mayoría de deportistas de manera definitiva les gusta que los docentes apliquen las técnicas lúdicas como una herramienta metodológica, esto se debe, a que por naturaleza el ser humano presta predisposición al juego y mucho más en los deportistas.
- Se detecta también que unos de los problemas principales para desarrollar mejor los aprendizajes consiste en que existe en el Dojan deportistas con diversos niveles de ansiedad y estrés, lo que ocasiona que el trabajo del entrenador no se centre en un solo tipo de técnica lúdica, sino más bien en varias

ocasionando en determinado momento desniveles en la práctica física de la disciplina deportiva.

- Entre los principales beneficios físicos en el deportista tenemos que aumenta la resistencia cardiovascular. Mejora la resistencia y la fuerza muscular. Aumenta la flexibilidad.
- La mayoría de los niños tienen miedo a ser participativos por temor a la crítica de sus compañeros y en ocasiones de sus maestros. Lo cual provoca la deserción del deportista del de la práctica deportiva aspecto que será erradicado de manera grupal con las técnicas lúdicas y de manera individual con el fortalecimiento de la inteligencia emocional.

De igual manera, en la investigación realizada por Edgar Santiago Moreno Torres, de la Carrera de Cultura Física de la Universidad Técnica de Ambato, en su Tesis: “EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “PÉREZ PALLARES” DE LA CIUDAD DE QUITO” plantea como una de sus conclusiones que:

“Las capacidades coordinativas desarrolladas garantizan la tarea motriz, mejora el área cognitiva y psicológica es decir ayudan a la formación de la personalidad del alumno, se encuentran además en estrecha relación con las demás habilidades motoras constituyéndose en un todo”. (Moreno Torres, 2017, pág. 106)

Según (Cenizo, Revelo, Morilla, & Fernández, 2017)

“La valoración de la coordinación motriz en edad temprana es una de las exigencias del profesional de la Educación Física y de los investigadores en este campo. El test 3JS tiene como objetivo evaluar el nivel de coordinación motriz de los niños y niñas de 6 a 11 años.”

Según Cenizo, Revelo, Morilla, & Fernández, los profesores de Educación Física e investigadores interesados en dicho campo de estudio,

tienen la obligación de realizar una valoración de la coordinación motriz en la infancia. Por ello proponen como instrumento de evaluación su test 3JS, el mismo que sirve para evaluar el nivel de coordinación motriz de los niños y niñas de 6 a 11 años y detallan su proceso de aplicación.

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo General

Determinar el desarrollo de las capacidades coordinativas en niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años a través de la práctica del Tae kwon do en la Academia de Artes Marciales Korea de la ciudad de Ambato.

1.2.2. Objetivos Específicos

- Evaluar el nivel inicial de capacidades coordinativas en niños niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.
- Aplicar un programa deportivo de Tae kwon do como método para el desarrollo de las capacidades coordinativas de los niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.
- Correlacionar el nivel de capacidades coordinativas después de la aplicación de un programa deportivo de Tae Kwon Do.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1. Materiales

Recursos humanos	Número
Deportistas	15
Entrenadores	2

Recursos Institucionales.
Academia de artes marciales club KOREA de la ciudad de "Ambato".

Recursos Materiales	Número
kikimis	5
conos	10
silbato	1
cronometro	1
ulas	5
platos	10
Vallas	10

Tabla N°1

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

2.2. Métodos

Enfoque

La siguiente investigación responde a un enfoque mixto de investigación.

Es cuantitativa en cuanto a que se utiliza procesos estadísticos para interpretar los fundamentos que arrojaran los instrumentos de evaluación.

Es cualitativa porque se va a valorar el nivel de capacidades coordinativas en base a un baremo determinado.

Modalidad de investigación

Esta Investigación es de nivel preexperimental porque se compara dos situaciones relacionadas con el desarrollo de las capacidades coordinativas en niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato mediante la aplicación de un programa deportivo de Taekwondo.

Según (Sabino, 1992) señala en su investigación:

“La preocupación primordial de la investigación descriptiva radica en describir algunas características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos, utilizando criterios sistemáticos para destacar los elementos esenciales de su naturaleza. De esta forma se pueden obtener las notas que caracterizan a la realidad estudiada” (P. 58).

Para Acevedo (1998):

“Se tratan de obtener información acerca del fenómeno o procesos para describir implicaciones, sin interesarse mucho o poco en conocer su origen o causas de la situación. Fundamentalmente dirigida a dar una visión de cómo opera y cuáles son sus características” (P. 352).

Investigación Bibliográfica – Documental

El presente trabajo investigativo, será bibliográfico documental, ya que se obtendrá información basándose en fuentes como libros, artículos científicos, revistas y direcciones electrónicas que permitan revisar, analizar, comparar y profundizar los diferentes puntos de vista de diversos autores acerca de los temas referentes al Taekwondo y las capacidades coordinativas en niños y niñas.

Investigación de Campo

Esta investigación será de campo, ya que se basará en informaciones obtenidas directamente de la realidad, permitiéndole al investigador cerciorarse de las condiciones reales en que se han conseguido los datos. (Sabino, 1992, pág. 76). Según Arias, una investigación de campo “consiste en la recolección de datos directamente de los sujetos

investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos (datos primarios), sin manipular o controlar variable alguna” (Arias, 2012, pág. 31)

Población y Muestra

La población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones, podemos decir que la población es la totalidad del fenómeno a estudiar, en donde las unidades de población poseen una característica común la cual estudia y da origen a los datos. (**Hernández Sampieri y otros, 1998**). Además, **Acevedo (1984)** define la muestra como "una Población o sea, un número de individuos, un objeto de los cuales es un elemento del universo o población, es decir, un conjunto de la población con la que se está trabajando". Para la presente investigación se estudiará una población de 15 niños y niñas entre 5 y 7 años por lo que no es necesario extraer una muestra.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Análisis y discusión de los resultados

Se realizó la toma de datos a los 15 estudiantes de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato, en quienes se aplicó los 7 ejercicios del test SJ3 que sirve para evaluar la motricidad en edades tempranas; con este se logró determinar el nivel de las capacidades coordinativas en cada uno: saltos verticales, giro, lanzamientos, golpes con el pie, carreras con slalom, y conducción sin slalom.

EJERCICIO 1: SALTAR CON LOS DOS PIES JUNTOS POR ENCIMA DE LAS PICAS SITUADAS A UNA ALTURA.															
DEPORTISTA 1		DEPORTISTA 2		DEPORTISTA 3		DEPORTISTA 4		DEPORTISTA 5		DEPORTISTA 6		DEPORTISTA 7		DEPORTISTA 8	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
3	4	3	4	2	2	2	3	3	4	2	2	2	3	1	3

EJERCICIO 1: SALTAR CON LOS DOS PIES JUNTOS POR ENCIMA DE LAS PICAS SITUADAS A UNA ALTURA.													
DEPORTISTA 9		DEPORTISTA 10		DEPORTISTA 11		DEPORTISTA 12		DEPORTISTA 13		DEPORTISTA 14		DEPORTISTA 15	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
3	4	2	3	1	3	3	4	2	3	2	3	2	3

Tabla N°2

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

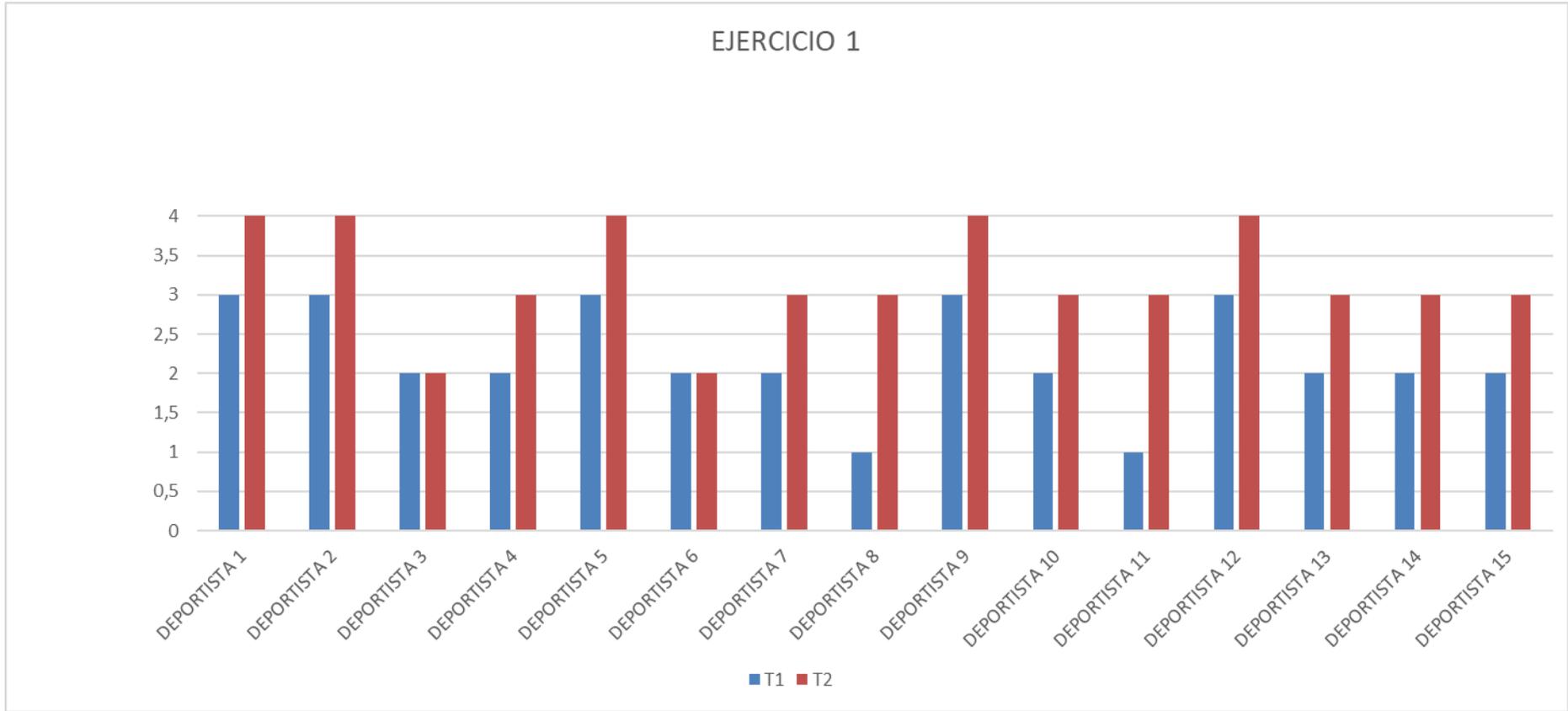


Gráfico N°1
Elaborado

por:

Javier

Barrionuevo

(2020)

ANÁLISIS

Se puede observar que de los 15 deportistas evaluados en el ejercicio 1 que consiste en saltar longitudinalmente con los pies juntos 2 deportistas obtuvieron una valoración de 1 punto, 8 deportistas, obtuvieron una valoración de 2, 5 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y ningún deportista obtuvo 4 puntos. Mientras que después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do por un lapso de 3 semanas, se observa que ningún deportista obtuvo una valoración de 1 punto, 2 deportistas obtuvieron una valoración de 2 puntos, 8 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y 5 deportistas obtuvieron una valoración de 4 puntos.

INTERPRETACIÓN

Se evidencia que 13 de los 15 deportistas mejoraron sus capacidades coordinativas referentes al desplazamiento mediante saltos longitudinales con los pies juntos después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do.

EJERCICIO 2: REALIZAR UN SALTO Y GIRAR EN EL EJE LONGITUDINAL.															
DEPORTISTA 1		DEPORTISTA 2		DEPORTISTA 3		DEPORTISTA 4		DEPORTISTA 5		DEPORTISTA 6		DEPORTISTA 7		DEPORTISTA 8	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
1	3	2	4	1	3	2	4	1	3	1	3	2	4	2	3

EJERCICIO 2: REALIZAR UN SALTO Y GIRAR EN EL EJE LONGITUDINAL.													
DEPORTISTA 9		DEPORTISTA 10		DEPORTISTA 11		DEPORTISTA 12		DEPORTISTA 13		DEPORTISTA 14		DEPORTISTA 15	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
2	2	2	4	2	3	1	3	2	3	2	3	2	4

Tabla N°3

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

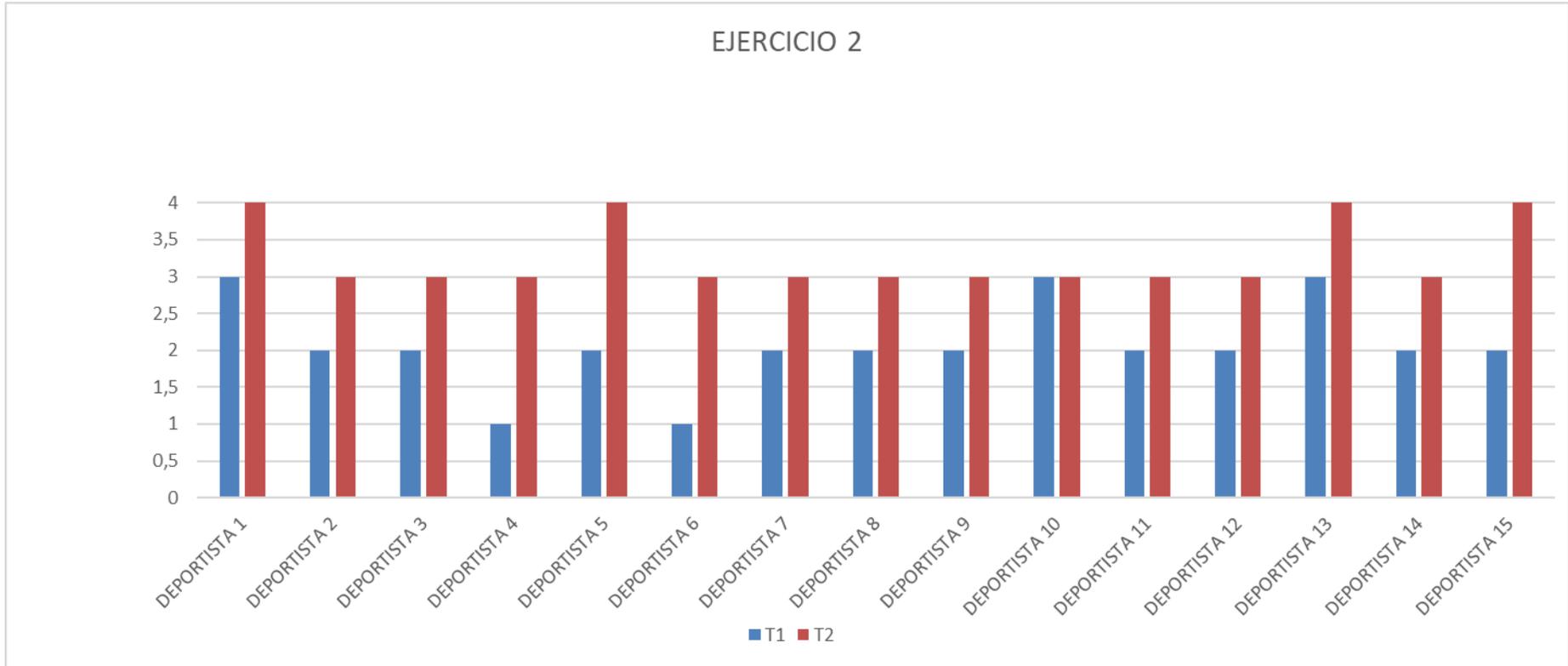


Gráfico N°2
Elaborado

por:

Javier

Barrionuevo

(2020)

ANÁLISIS

Se puede observar que de los 15 deportistas evaluados en el ejercicio 2 que consiste en realizar un salto y girar en el eje longitudinal 2 deportistas obtuvieron una valoración de 1 punto, 10 deportistas, obtuvieron una valoración de 2 puntos, 3 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y ningún deportista obtuvo 4 puntos. Mientras que después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do por un lapso de 3 semanas, se observa que ningún deportista obtuvo una valoración de 1 y de 2 puntos, 11 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos, 4 deportistas obtuvieron una valoración de 4 puntos.

INTERPRETACIÓN

Se evidencia que los 15 deportistas mejoraron sus capacidades coordinativas referentes realizar un salto y girar en el eje longitudinal después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do.

EJERCICIO 3: LANZAR DOS PELOTAS AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO.															
DEPORTISTA 1		DEPORTISTA 2		DEPORTISTA 3		DEPORTISTA 4		DEPORTISTA 5		DEPORTISTA 6		DEPORTISTA 7		DEPORTISTA 8	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
1	3	2	4	1	3	2	4	1	3	1	3	2	4	2	3

EJERCICIO 3: LANZAR DOS PELOTAS AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO.													
DEPORTISTA 9		DEPORTISTA 10		DEPORTISTA 11		DEPORTISTA 12		DEPORTISTA 13		DEPORTISTA 14		DEPORTISTA 15	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
2	2	2	4	2	3	1	3	2	3	2	3	2	4

Tabla N°4

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

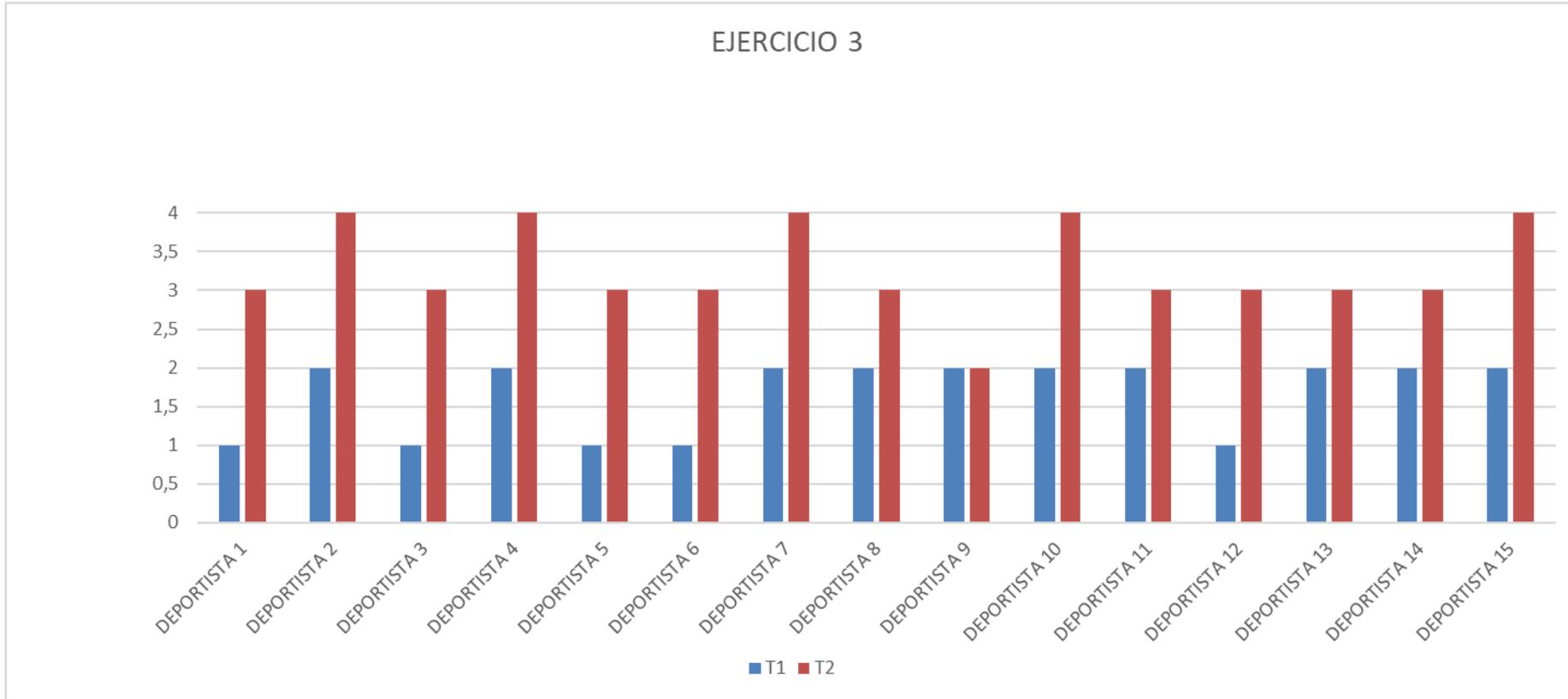


Gráfico N°3
Elaborado

por:

Javier

Barrionuevo

(2020)

ANÁLISIS

Se puede observar que de los 15 deportistas evaluados en el ejercicio 3 que consiste en lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro 5 deportistas obtuvieron una valoración de 1 punto, 10 deportistas, obtuvieron una valoración de 2, 0 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y 4 puntos. Mientras que después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do por un lapso de 3 semanas, se observa que ningún deportista obtuvo una valoración de 1 punto y 2 puntos, 9 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y 6 deportistas obtuvieron una valoración de 4 puntos.

INTERPRETACIÓN

Se evidencia que los 15 deportistas mejoraron sus capacidades coordinativas referentes al lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do

EJERCICIO 4: GOLPEAR DOS BALONES AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO.															
DEPORTISTA 1		DEPORTISTA 2		DEPORTISTA 3		DEPORTISTA 4		DEPORTISTA 5		DEPORTISTA 6		DEPORTISTA 7		DEPORTISTA 8	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
3	3	2	3	1	3	3	4	2	4	1	2	2	4	2	3

EJERCICIO 4: GOLPEAR DOS BALONES AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO.													
DEPORTISTA 9		DEPORTISTA 10		DEPORTISTA 11		DEPORTISTA 12		DEPORTISTA 13		DEPORTISTA 14		DEPORTISTA 15	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
2	3	1	3	1	3	2	3	3	4	2	4	2	3

Tabla N°5

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

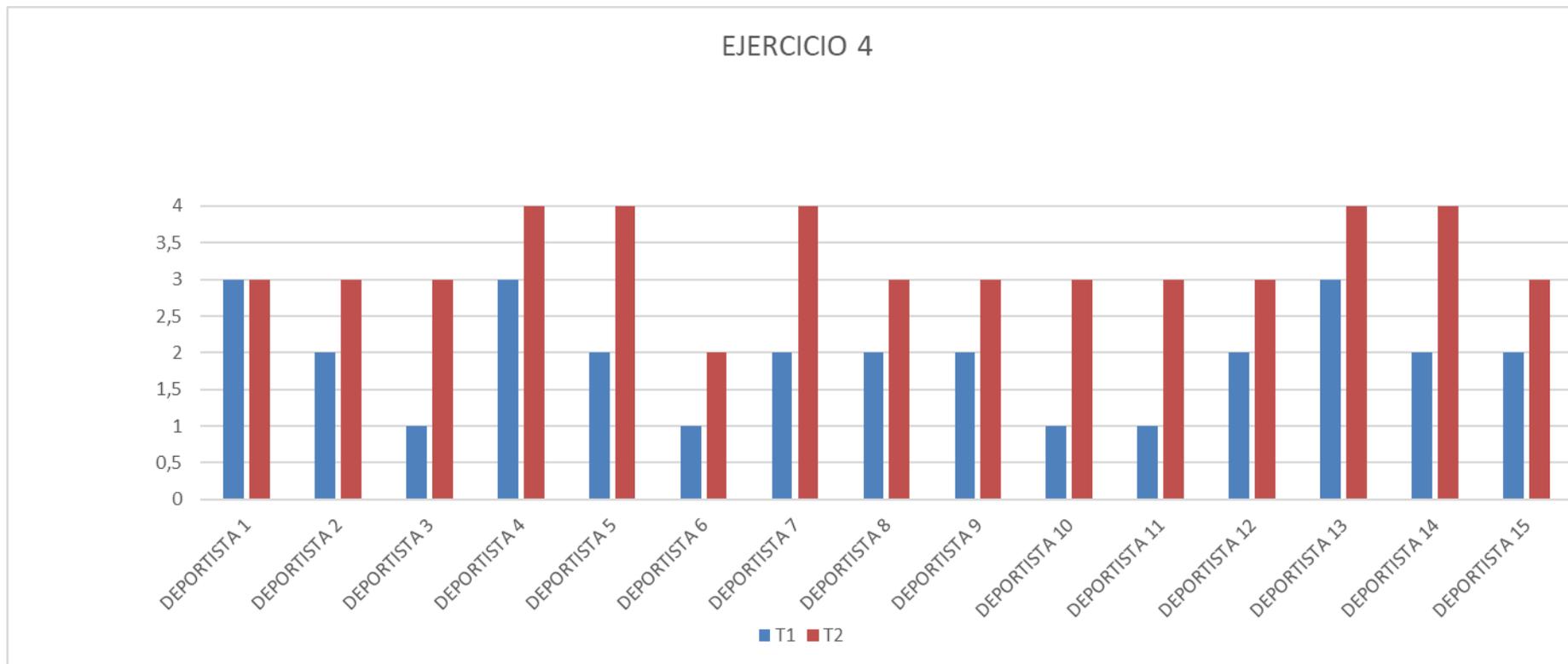


Gráfico N°4
Elaborado por: Javier Barrionuevo (2020)

ANÁLISIS

Se puede observar que de los 15 deportistas evaluados en el ejercicio 4 que consiste en golpear dos balones al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro 4 deportistas obtuvieron una valoración de 1 punto, 8 deportistas, obtuvieron una valoración de 2, 3 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y ningún deportista obtuvo 4 puntos. Mientras que después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do por un lapso de 3 semanas, se observa que ningún deportista obtuvo una valoración de 1 punto, 1 deportista obtuvo una valoración de 2 puntos, 9 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y 5 deportistas obtuvieron una valoración de 4 puntos.

INTERPRETACIÓN

Se evidencia que los 15 deportistas mejoraron sus capacidades coordinativas referentes a golpear dos balones al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do.

EJERCICIO 5: DESPLAZARSE CORRIENDO HACIENDO ESLALON.															
DEPORTISTA 1		DEPORTISTA 2		DEPORTISTA 3		DEPORTISTA 4		DEPORTISTA 5		DEPORTISTA 6		DEPORTISTA 7		DEPORTISTA 8	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3

EJERCICIO 5: DESPLAZARSE CORRIENDO HACIENDO ESLALON.													
DEPORTISTA 9		DEPORTISTA 10		DEPORTISTA 11		DEPORTISTA 12		DEPORTISTA 13		DEPORTISTA 14		DEPORTISTA 15	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	2	4

Tabla N°6

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

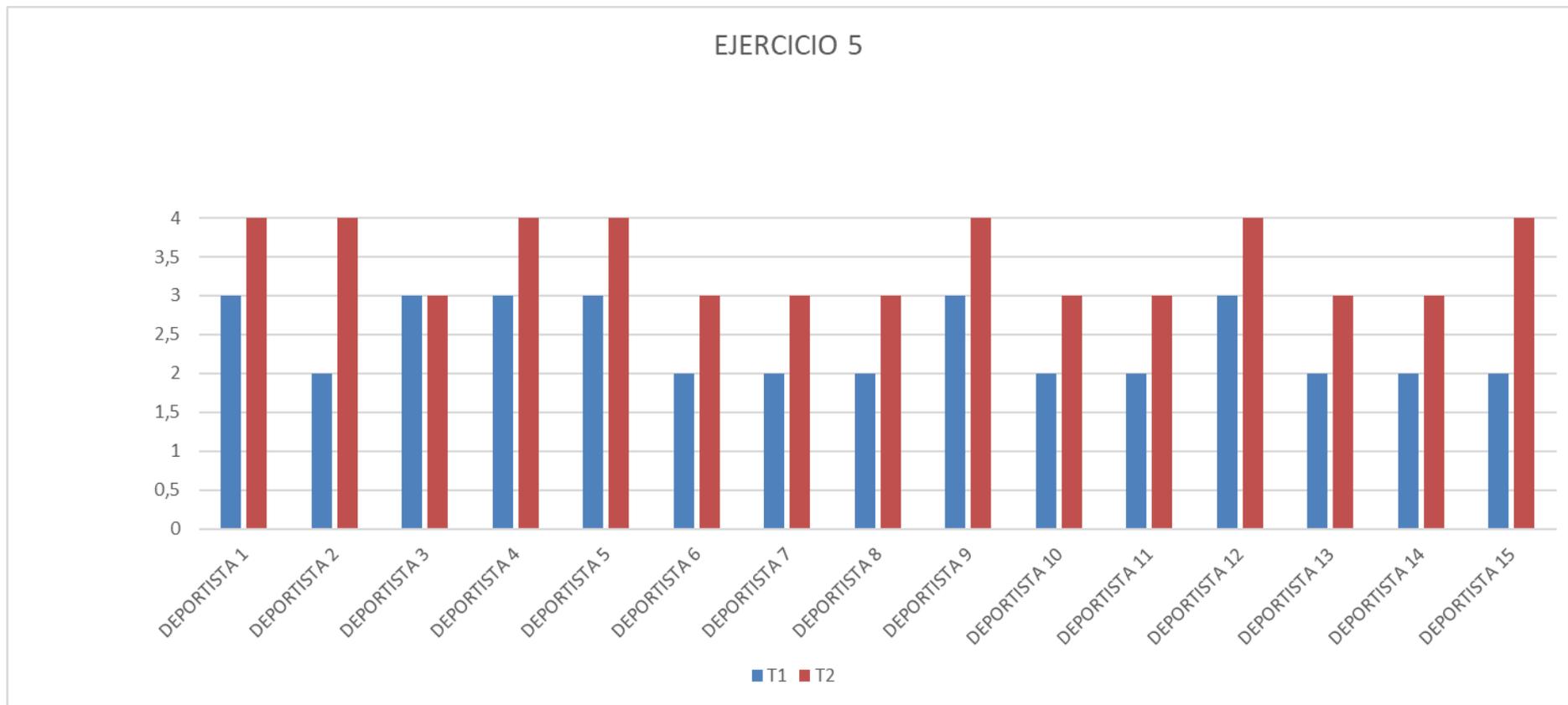


Gráfico N°5
Elaborado por: Javier Barrionuevo (2020)

ANÁLISIS

Se puede observar que de los 15 deportistas evaluados en el ejercicio 5 que consiste en desplazarse corriendo haciendo eslalon ningún deportista obtuvieron una valoración de 1 punto, 9 deportistas, obtuvieron una valoración de 2, 6 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y ningún deportista obtuvo 4 puntos. Mientras que después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do por un lapso de 3 semanas, se observa que ningún deportista obtuvo una valoración de ninguno obtuvo unan valoración de 1 y 2 puntos, 8 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y 7 deportistas obtuvieron una valoración de 4 puntos.

INTERPRETACIÓN

Se evidencia que 14 deportistas mejoraron sus capacidades coordinativas referentes al desplazarse corriendo haciendo eslalon después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do.

EJERCICIO 6: BOTAR UN BALÓN DE BALONCESTO IDA Y VUELTA SUPERANDO UN ESLALON SIMPLE Y CAMBIANDO EL SENTIDO RODEANDO UN PIVOTE.															
DEPORTISTA 1		DEPORTISTA 2		DEPORTISTA 3		DEPORTISTA 4		DEPORTISTA 5		DEPORTISTA 6		DEPORTISTA 7		DEPORTISTA 8	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	3

EJERCICIO 6: BOTAR UN BALÓN DE BALONCESTO IDA Y VUELTA SUPERANDO UN ESLALON SIMPLE Y CAMBIANDO EL SENTIDO RODEANDO UN PIVOTE.													
DEPORTISTA 9		DEPORTISTA 10		DEPORTISTA 11		DEPORTISTA 12		DEPORTISTA 13		DEPORTISTA 14		DEPORTISTA 15	
T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2	T 1	T 2
3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	1	3	1	3

Tabla N°7

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

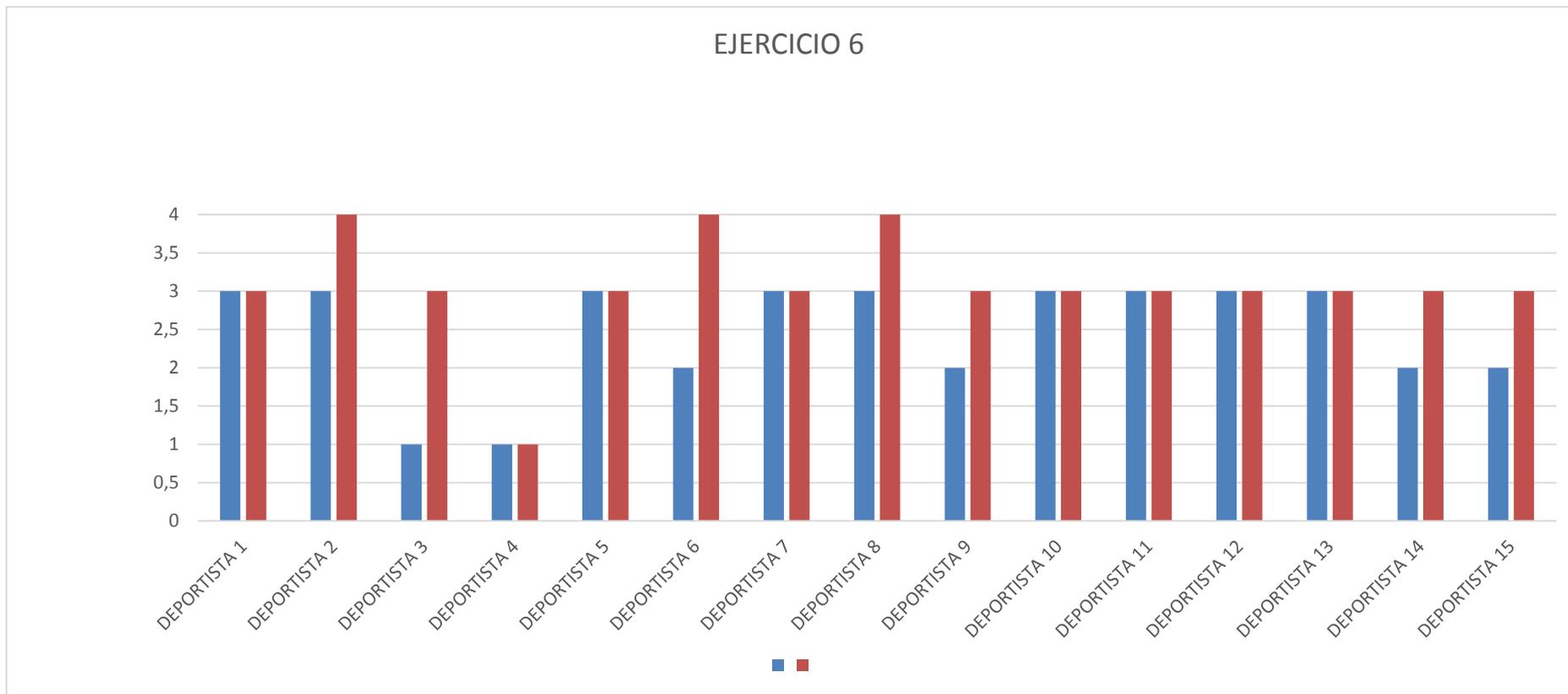


Gráfico N°6
 Elaborado por: Javier Barrionuevo (2020)

ANÁLISIS

Se puede observar que de los 15 deportistas evaluados en el ejercicio 6 que consiste en botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote 3 deportistas obtuvieron una valoración de 1 punto, 6 deportistas, obtuvieron una valoración de 2 puntos, 6 deportistas, obtuvieron una valoración de 3 puntos y ningún deportista obtuvo 4 puntos. Mientras que después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do por un lapso de 3 semanas, se observa que ningún deportista obtuvo una valoración de 1 punto ni 2 puntos, 13 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y 2 deportistas obtuvieron una valoración de 4 puntos.

INTERPRETACIÓN

Se evidencia que 7 de los 15 deportistas mejoraron sus capacidades coordinativas referentes a botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote después de la aplicación de los ejercicios del Taekwondo.

EJERCICIO 7: CONDUCIR IDA Y VUELTA UN BALÓN CON EL PIE SUPERANDO UN ESLALON SIMPLE Y CAMBIANDO EL SENTIDO RODEANDO UN PIVOTE.															
DEPORTISTA 1		DEPORTISTA 2		DEPORTISTA 3		DEPORTISTA 4		DEPORTISTA 5		DEPORTISTA 6		DEPORTISTA 7		DEPORTISTA 8	
T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2
3	3	3	4	1	3	1	1	3	3	2	4	3	3	3	4

EJERCICIO 7: CONDUCIR IDA Y VUELTA UN BALÓN CON EL PIE SUPERANDO UN ESLALON SIMPLE Y CAMBIANDO EL SENTIDO RODEANDO UN PIVOTE.													
DEPORTISTA 9		DEPORTISTA 10		DEPORTISTA 11		DEPORTISTA 12		DEPORTISTA 13		DEPORTISTA 14		DEPORTISTA 15	
T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2	T 1	T2
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3

Tabla N°8

Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

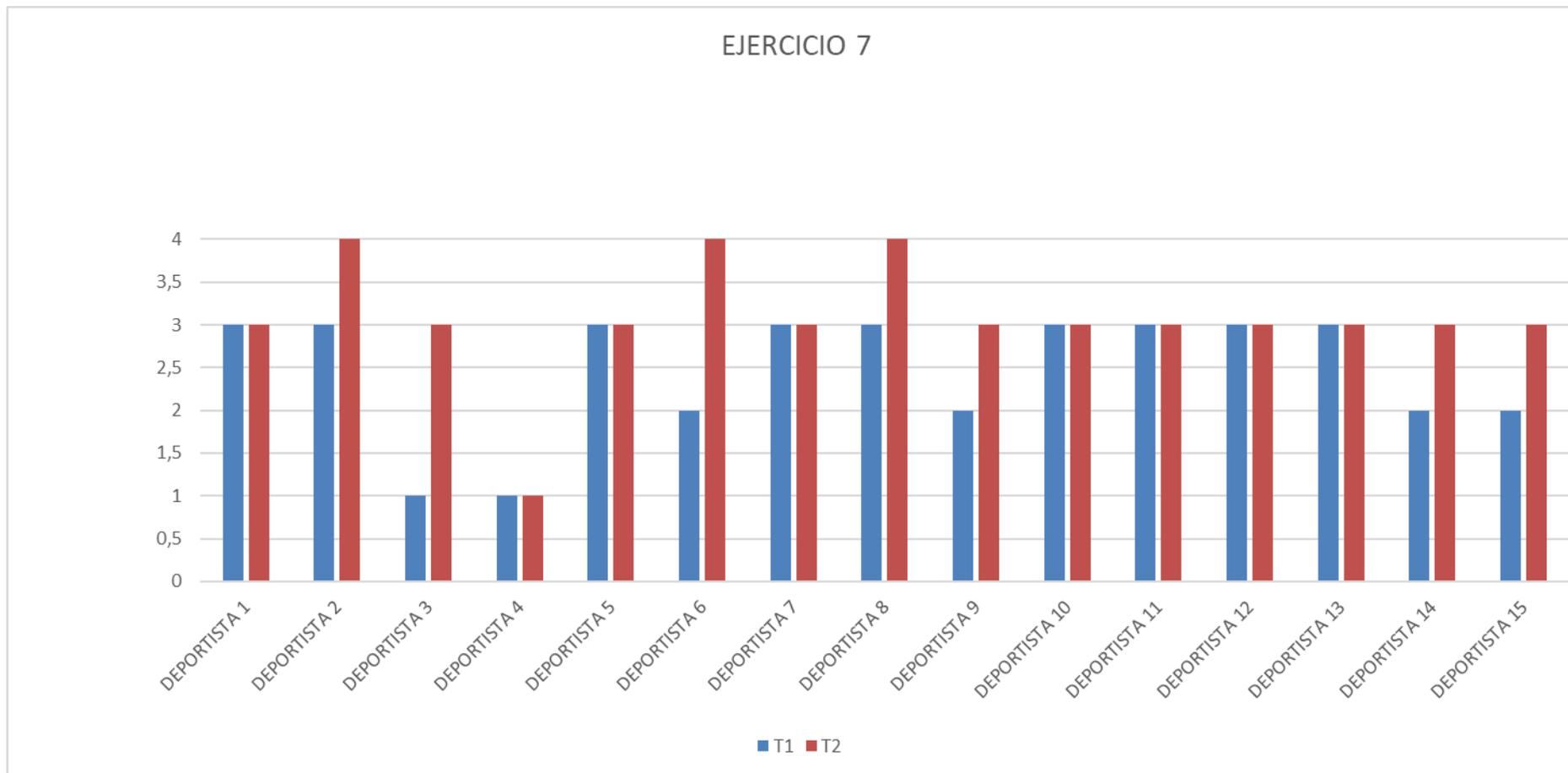


Gráfico N°7
 Elaborado por: Javier Barrionuevo (2020)

ANÁLISIS

Se puede observar que de los 15 deportistas evaluados en el ejercicio 7 que consiste en conducir ida y vuelta un balón con el pie superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote 2 deportistas obtuvieron una valoración de 1 punto, 4 deportistas, obtuvieron una valoración de 2 puntos, 9 deportistas, obtuvieron una valoración de 3 puntos y ningún deportista obtuvo 4 puntos. Mientras que después de la aplicación de los ejercicios del Tae Kwon Do por un lapso de 3 semanas, se observa que 1 deportista obtuvo una valoración de 1 punto, 0 deportistas obtuvieron una valoración de 2 puntos, 11 deportistas obtuvieron una valoración de 3 puntos y 3 deportistas obtuvieron una valoración de 4 puntos.

INTERPRETACIÓN

Se evidencia que 7 de los 15 deportistas mejoraron sus capacidades coordinativas referentes a conducir ida y vuelta un balón con el pie superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote después de la aplicación de los ejercicios del Taekwondo.

3.2. Verificación de la hipótesis

Planteamiento de la hipótesis

H₀. El Tae Kwon Do no incide en las capacidades coordinativas de niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.

H₁. El Tae Kwon Do incide en las capacidades coordinativas de niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.

Para la realización de la comprobación respectiva, se aplicó una prueba t para muestras relacionadas, estableciendo en primer lugar la normalidad de los datos, para luego establecer el estadístico correspondiente.

Nivel de significación

El nivel de significación para el estudio fue de 5% igual al 0,05

Descripción de la población

El estudio se realizó con 15 niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.

Especificación de la prueba estadística

Para comprobar si la distribución se ajusta a la curva normal, en primer lugar, se realizó pruebas de normalidad de los datos mediante la prueba de Shapiro-Wilk ya que la muestra es menor a 50 sujetos, la misma que muestra una distribución normal en los datos del estudio; por lo tanto, se aplicó una prueba t para muestras relacionadas.

Los datos fueron procesados con el software estadístico SPSS versión 25.

Especificación de aceptación y rechazo

Estimación del p-valor.

El valor de p es menor a 0.05 = $p < 0,05$

El valor de p es mayor a 0.05 = $p > 0,05$

Toma de decisiones.

Si es el valor p es mayor a 0,05 (se aceptará la hipótesis nula), en caso contrario, cuando el valor p es menor a 0,05 se rechazará la hipótesis nula y se aceptará la hipótesis alterna.

Resultados

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
E1 T1	,283	15	,002	,801	15	,004
E1 T2	,283	15	,002	,801	15	,004

a. Corrección de significación de Lilliefors

Tabla N°9: Pruebas de normalidad
Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

Los datos presentan normalidad.

Prueba T

Estadísticas de muestras emparejadas

		Media	N	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Par 1	PRE TEST	2,20	15	,676	,175
	POST TEST	3,20	15	,676	,175
Par 2	PRE TEST	2,07	15	,594	,153
	POST TEST	3,27	15	,458	,118
Par 3	PRE TEST	1,67	15	,488	,126
	POST TEST	3,27	15	,594	,153
Par 4	PRE TEST	1,93	15	,704	,182
	POST TEST	3,27	15	,594	,153
Par 5	PRE TEST	2,40	15	,507	,131
	POST TEST	3,47	15	,516	,133
Par 6	PRE TEST	2,20	15	,775	,200
	POST TEST	3,13	15	,352	,091
Par 7	PRE TEST	2,47	15	,743	,192
	POST TEST	3,07	15	,704	,182

Correlaciones de muestras emparejadas

		N	Correlación	Sig.
Par 1	PRE TEST & POST TEST	15	,688	,005
Par 2	PRE TEST & POST TEST	15	,456	,088
Par 3	PRE TEST & POST TEST	15	,329	,231
Par 4	PRE TEST & POST TEST	15	,559	,030
Par 5	PRE TEST & POST TEST	15	,600	,018
Par 6	PRE TEST & POST TEST	15	,419	,120
Par 7	PRE TEST & POST TEST	15	,483	,068

Prueba de muestras emparejadas

		Diferencias emparejadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia				
								Inferior	Superior
Par 1	PRE TEST - POST TEST	-1,000	,535	,138	-1,296	-,704	-7,246	14	,000
Par 2	PRE TEST - POST TEST	-1,200	,561	,145	-1,510	-,890	-8,290	14	,000
Par 3	PRE TEST - POST TEST	-1,600	,632	,163	-1,950	-1,250	-9,798	14	,000
Par 4	PRE TEST - POST TEST	-1,333	,617	,159	-1,675	-,992	-8,367	14	,000
Par 5	PRE TEST - POST TEST	-1,067	,458	,118	-1,320	-,813	-9,025	14	,000
Par 6	PRE TEST - POST TEST	-,933	,704	,182	-1,323	-,544	-5,137	14	,000
Par 7	PRE TEST - POST TEST	-,600	,737	,190	-1,008	-,192	-3,154	14	,007

Tabla N°10: Prueba T para muestras relacionadas
Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)

Decisión final

Tras la aplicación del post test se evaluó si los 15 sujetos presentan mejoras significativas o no. Para lo cual se usó una prueba T para muestras relacionadas; en primer lugar, se estableció la normalidad de los datos, posteriormente se aplicó una prueba T para muestras relacionadas y se comparó los resultados de los niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.

En tal sentido el p valor de la muestra en el post test muestra: los ejercicios 1 al 6 un valor de 0,000 en cada uno de ellos y el ejercicio 7 de 0,007; es decir, existen diferencias significativas en cada uno de los ejercicios en los sujetos de estudio para el post test. Por consiguiente, con una Sig. (Bilateral) menor a 0,05 en cada fase se concluye: El Tae Kwon Do incide en las capacidades coordinativas de niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. CONCLUSIONES

- Se ha logrado notar los beneficios que ejerce el tae kwon do en las capacidades coordinativas en niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato además podemos destacar valores como la disciplina, el respeto, trabajo en equipo, etc.
- La práctica del Tae Kwon Do potencializa el desarrollo de las capacidades coordinativas de los niños y niñas de cinco (5) a siete (7) años de la academia de artes marciales Korea de la ciudad de Ambato.
- Se ha demostrado la relación existente entre la práctica de artes Marciales como el Tae Kwon Do en el desarrollo de las capacidades coordinativas de los niños y niñas después de la aplicación de un programa deportivo.

4.2. RECOMENDACIONES

- Se recomienda dar mayor importancia a la ejecución de actividades metodológicas con contenido recreativo y lúdico que permitan a los involucrados desarrollar un mayor nivel de aceptación de actividades físicas y más aún enfocadas al desarrollo de las capacidades coordinativas que por su importancia y relación con diferentes aspectos de la vida del estudiante se debería prestar mayor interés.
- Se recomienda el uso de una academia que se encuentre correctamente adaptada a las necesidades de los estudiantes en donde pueda contar con recursos físicos, armonía, orden y en donde exista un ambiente propicio para trabajar todos los aspectos tanto físicos como psicológicos de los estudiantes.
- Se recomienda la implementación de la práctica de ejercicios del arte marcial Tae Kwon Do, los cuales estén enfocados principalmente al desarrollo de las diferentes capacidades coordinativas existentes. Esta práctica debe tener intereses y llenar las expectativas y necesidades de estudiantes y docentes de Cultura física.

BIBLIOGRAFÍA

- Algete, C. D. (25 de 12 de 2019). *www.algete.com*. Obtenido de <http://www.taekwondoalgete.com/posiciones-y-defensas.html>
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación*. Caracas, Venezuela: Editorial Episteme.
- Caiza Sandoval, J. A., & Pijal Ortega, L. (2013). *Estudio de las capacidades coordinativas y su influencia en los fundamentos técnicos del fútbol en los niños y niñas de 10 – 12 años de las escuelas fiscales 9 de octubre y Túpac Yupanqui de la parroquia de san Antonio de Ibarra en el año 2012 y propuesta*. Ibarra: Universidad Tecnica del Norte.
- Cenizo, J., Revelo, J., Morilla, S., & Fernández, J. (04 de 02 de 2017). *Retos*. Obtenido de www.retos.org
- Escobar Arellano, M. J. (2013). *Relación de las capacidades coordinativas, ritmo, acoplamiento, reacción, equilibrio y orientación, en la ejecución de las distintas fases del viraje de voltereta en el estilo libre en el deporte de la natación una perspectiva teórica [recurso electrónico]*. SANTIAGO DE CALI : Universidad del Valle.
- Fernández, R. T. (2013). *LA PRACTICA DEL TAEKWONDO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA CANTONAL SALCEDO*. Ambato: Universidad Técnica de Ambato.
- Hilario, A. B. (2001). DIEZ AÑOS DE INVESTIGACIÓN EN LA REVISTA. *Revista española de DOCUMENTACIÓN CINTÍFICA*, 433-449.

Juan José Pérez Soto, J. B. (2013). Desarrollo de las capacidades coordinativas a través del juego. *Revista digital de educación física*, 56-66.

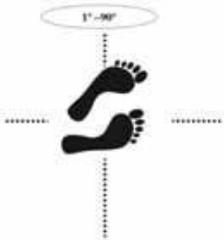
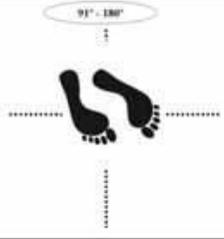
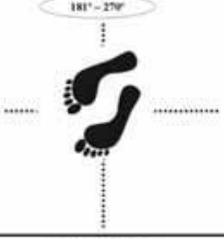
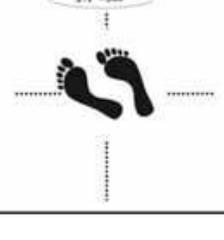
Rivera, D. (2015). *DISEÑO DE PRUEBAS MOTRICES COORDINATIVAS*. Universidad de Lleida.

Sabino, C. (1992). *EL PROCESO DE INVESTIGACION*. Caracas, Venezuela: Ed. Panapo.

SOLANA, A. M., & MUÑOZ, A. (2011). IMPORTANCIA DEL ENTRENAMIENTO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN LA. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y*, 121-142.

ANEXO 1. TEST DE COORDINACIÓN MOTRIZ 3JS

PRUEBA 1. SALTAR CON LOS DOS PIES JUNTOS LAS PICAS SITUADAS A UNA ALTURA		
1 punto	<p>No se impulsa con las dos piernas simultáneamente. No realiza flexión de tronco.</p> <p>Importante fijarse en que ni se impulsa, ni cae con las dos piernas.</p>	
2 puntos	<p>Flexiona el tronco y se impulsa con ambas piernas. No cae con los dos pies simultáneamente.</p> <p>Esta vez se impulsa con las dos piernas a la vez pero NO cae con las dos al mismo tiempo.</p>	
3 puntos	<p>Se impulsa y cae con las dos pero no coordina la extensión simultánea de brazos y piernas.</p> <p>Esta vez se impulsa y cae con las dos piernas a la vez pero NO coordina movimiento de brazos y piernas.</p>	
4 puntos	<p>Se impulsa y cae con los dos pies simultáneamente coordinando brazos y piernas.</p> <p>Esta vez se impulsa y cae con las dos piernas a la vez y el movimiento es totalmente coordinado de brazos y piernas.</p>	

1 punto	<p>Realiza un giro entre 1 y 90°.</p> <p>El niño/a salta y NO es capaz de dar más de un cuarto de giro en el eje longitudinal (cae con las puntas de los pies en el primer cuadrante).</p>	
2 puntos	<p>Realiza un giro entre 91 y 180°.</p> <p>El niño/a salta y NO es capaz de hacer un giro de más de media vuelta en el eje longitudinal, pero sí más de un cuarto de giro (cae con las puntas de los pies en el segundo cuadrante).</p>	
3 puntos	<p>Realiza un giro entre 181 y 270°.</p> <p>El niño/a salta y NO es capaz de dar más de tres cuartos de giro en el eje longitudinal, pero sí más de media vuelta (cae con las puntas de los pies en el tercer cuadrante).</p>	
4 puntos	<p>Realiza un giro entre 271 y 360°.</p> <p>El niño/a salta y SÍ es capaz de dar más de tres cuartos de giro en el eje longitudinal (cae con las puntas de los pies en el cuarto cuadrante).</p>	

PRUEBA 3. LANZAR DOS PELOTAS AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO		
1 punto	<p>El tronco no realiza rotación lateral de hombro y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás.</p> <p>Brazo delante sin llevar la pelota atrás.</p>	
2 puntos	<p>Realiza poco movimiento de codo y existe rotación externa de la articulación del hombro.</p> <p>Ligero armado del brazo, la pelota sigue sin llegar atrás.</p>	
3 puntos	<p>Hay armado del brazo y el objeto se lleva hasta detrás de la cabeza.</p> <p>La pelota se lleva atrás pero el movimiento no es coordinado entre brazos y piernas. (Ejemplo: descoordinación pierna adelantada con el brazo ejecutor)</p>	
4 puntos	<p>Coordina un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo contrario a la pierna adelantada.</p> <p>Pelota llevada atrás, coordinación tronco y pierna contraria adelantada.</p>	 

PRUEBA 4. GOLPEAR DOS BALONES AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO		
1 punto	<p>No coloca la pierna de apoyo al lado del balón. No hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea.</p> <p>Pie de apoyo lejano al balón y/o no hay flexión extensión de rodilla y cadera.</p>	 
2 puntos	<p>No coloca la pierna de apoyo al lado del balón y golpea con un movimiento de pierna y pie.</p> <p>Sí hay flexión extensión de rodilla y cadera. Pie de apoyo lejano al balón</p>	
3 puntos	<p>Se equilibra sobre la pierna de apoyo colocándola al lado del balón. Balancea la pierna golpeando con una secuencia de movimiento de cadera, pierna y pie.</p> <p>Pie de apoyo junto al balón y sí hay flexión extensión de rodilla y cadera. No hay secuencia de movimientos coordinados.</p>	
4 puntos	<p>Se equilibra sobre la pierna de apoyo y balancea la pierna de golpeo, siguiendo una secuencia de movimiento desde el tronco hacia la cadera, muslo y pie.</p> <p>Pie de apoyo junto al balón y sí hay flexión extensión de rodilla y cadera. No hay secuencia de movimientos coordinados de todo el cuerpo</p>	

PRUEBA 5. DESPLAZARSE CORRIENDO HACIENDO EL SLALOM		
1 punto	<p>Las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual. Fase aérea muy reducida.</p> <p>Apenas levanta los pies del suelo y/o las piernas están rígidas en la carrera.</p>	
2 puntos	<p>Se distinguen las fases de amortiguación e impulsión pero con un movimiento limitado del braceo (no existe flexión del codo).</p> <p>El tren inferior realiza bien el movimiento pero No el braceo (brazos rígidos).</p>	
3 puntos	<p>Existe braceo y flexión en el codo. Los movimientos de brazos no facilitan la fluidez de los apoyos (la frecuencia del braceo no es la misma que la de los apoyos).</p> <p>Braceo y movimiento de piernas que no facilitan la marcha.</p>	
4 puntos	<p>Coordina en la carrera brazos y piernas y se adapta al recorrido establecido cambiando la dirección correctamente.</p> <p>Flexo – extensión de brazos perfectamente coordinada.</p>	

PRUEBA 6. BOTAR UN BALÓN DE BALONCESTO IDA Y VUELTA SUPERANDO UN SLALOM SIMPLE Y CAMBIANDO EL SENTIDO RODEANDO UN PIVOTE		
1 punto	<p>Necesita agarre del balón para darle continuidad al bote.</p> <p>Coge la pelota con las manos sin botar, no hay continuidad, pierde el control del balón...</p>	
2 puntos	<p>No hay homogeneidad en la altura del bote o se golpea el balón (no se acompaña el contacto con el balón).</p> <p>Bote no homogéneo o pelota golpeada.</p>	
3 puntos	<p>Se utiliza la flexión y extensión de codo y muñeca para ejecutar el bote. Utiliza una sola mano/brazo.</p> <p>Movimiento coordinado y correcto sólo con una mano, aun haciendo uso de las dos.</p>	<p>SOLO MANO DERECHA</p>  <p>ES</p>  <p>SOLO MANO IZQUIERDA</p>  
4 puntos	<p>Coordina correctamente el bote utilizando la mano/brazo más adecuada para el desplazamiento en el slalom. Utiliza adecuadamente ambas manos/brazos.</p> <p>Movimiento coordinado y correcto utilizando ambas manos.</p>	<p>PERFECTO, CON AMBAS MANOS</p>  

PRUEBA 7. CONDUCIR IDA Y VUELTA UN BALÓN CON EL PIE SUPERANDO UN SLALOM SIMPLE Y		
1 pu nt o	<p>Necesita agarrar el balón con la mano para darle continuidad a la conducción.</p> <p>Toca el balón con la mano.</p>	
2 pu nt os	<p>No hay homogeneidad en la potencia del golpeo. Se observan diferencias en la distancia que recorre el balón tras cada golpeo.</p> <p>Golpeos no uniformes.</p>	
3 pu nt os	<p>Utiliza una sola pierna para dominar constantemente el balón, utilizando la superficie de contacto más oportuna y adecuando la potencia de los golpes.</p> <p>Lo hace bien. Sólo usa su pierna dominante.</p>	<p>PERFECTO. CON UN PIE</p> 
4 pu nt os	<p>Domina constantemente el balón, utilizando la pierna más apropiada y la superficie más oportuna. Adecua la potencia de los golpes y mantiene la vista sobre el recorrido (no sobre el balón).</p> <p>Lo hace bien. Utiliza ambas piernas.</p>	<p>PERFECTO CON AMBOS PIES</p> 

ANEXO 2.

BAREMO DE TEST DE COORDINACIÓN MOTRIZ 3JS

Tarea / Puntos	Criterios de valoración / Puntuación
1º. Saltar con los dos pies juntos por encima de las picas situadas a una altura de 17 cm.	No se impulsa con las dos piernas simultáneamente. No realiza flexión de tronco.
	Flexiona el tronco y se impulsa con ambas piernas. No cae con los dos pies simultáneamente.
	Se impulsa y cae con las dos piernas, pero no coordina la extensión simultánea de brazos y piernas.
	Se impulsa y cae con los dos pies simultáneamente coordinando brazos y piernas.
2º. Realizar un salto y girar en el eje longitudinal.	Realiza un giro entre 1 y 90º.
	Realiza un giro entre 91 y 180º.
	Realiza un giro entre 181 y 270º.
	Realiza un giro entre 271 y 360º.
3º. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia de 2mts y sin salirse del cuadro.	El tronco no realiza rotación lateral y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás.
	Realiza poco movimiento de codo y existe rotación externa de la articulación del hombro (ligero armado del brazo).
	Hay armado del brazo y el objeto se lleva hasta detrás de la cabeza.
	Coordina un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo contrario a la pierna retrasada.
4º. Golpear dos balones al poste de una portería desde una distancia 3mts y sin salirse del cuadro.	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón. No hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea.
	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón y golpea con un movimiento de pierna y pie.
	Se equilibra sobre la pierna de apoyo colocándola al lado del balón. Balancea la pierna golpeando con una secuencia de movimiento de cadera, pierna y pie.
	Se equilibra sobre la pierna de apoyo y balancea la pierna de golpeo, siguiendo una secuencia de movimiento desde el tronco hacia la cadera, muslo y pie.
5º. Desplazarse corriendo haciendo esalon una distancia de 4mts.	Las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual. Fase aérea muy reducida.
	Se distinguen las fases de amortiguación e impulsión pero con un movimiento limitado del braceo (no existe flexión del codo).
	Existe braceo y flexión en el codo. Los movimientos de brazos no facilitan la fluidez de los apoyos (la frecuencia del braceo no es la misma que la de los apoyos).
	Coordina en la carrera brazos y piernas y se adapta al recorrido establecido cambiando la dirección correctamente.
6º. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un esalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.	Necesita agarre del balón para darle continuidad al bote.
	No hay homogeneidad en la altura del bote o se golpea el balón (no se acompaña el contacto con el balón).
	Se utiliza la flexión y extensión de codo y muñeca para ejecutar el bote. Utiliza una sola mano/brazo.
	Coordina correctamente el bote utilizando la mano/brazo más adecuada para el desplazamiento en el esalon. Utiliza adecuadamente ambas manos/brazos.
7º. Conducir ida y vuelta un balón con el pie superando un esalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.	Necesita agarrar el balón con la mano para darle continuidad a la conducción
	No hay homogeneidad en la potencia del golpeo. Se observan diferencias en la distancia que recorre el balón tras cada golpeo.
	Utiliza una sola pierna para dominar constantemente el balón, utilizando la superficie de contacto más oportuna y adecuando la potencia de los golpeos.
	Domina constantemente el balón, utilizando la pierna más apropiada y la superficie más oportuna. Adecua la potencia de los golpeos y mantiene la vista sobre el recorrido (no sobre el balón).

ANEXO 3.

APLICACIÓN DEL TEST DE COORDINACIÓN MOTRIZ 3JS

1º. Saltar con los dos pies juntos por encima de las picas situadas a una altura de 17 cm.



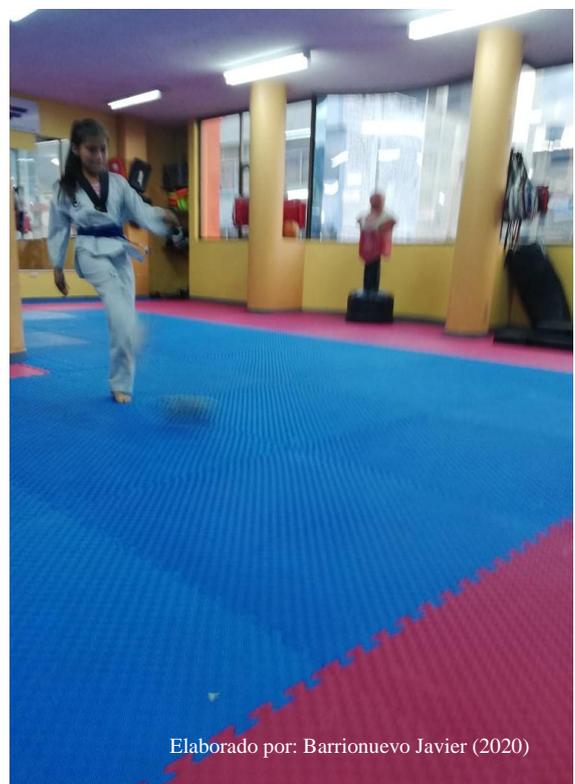
2º. Realizar un salto y girar en el eje longitudinal.



3º. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia de 2mts y sin salirse del cuadro.



4º. Golpear dos balones al poste de una portería desde una distancia 3mts y sin salirse del cuadro.



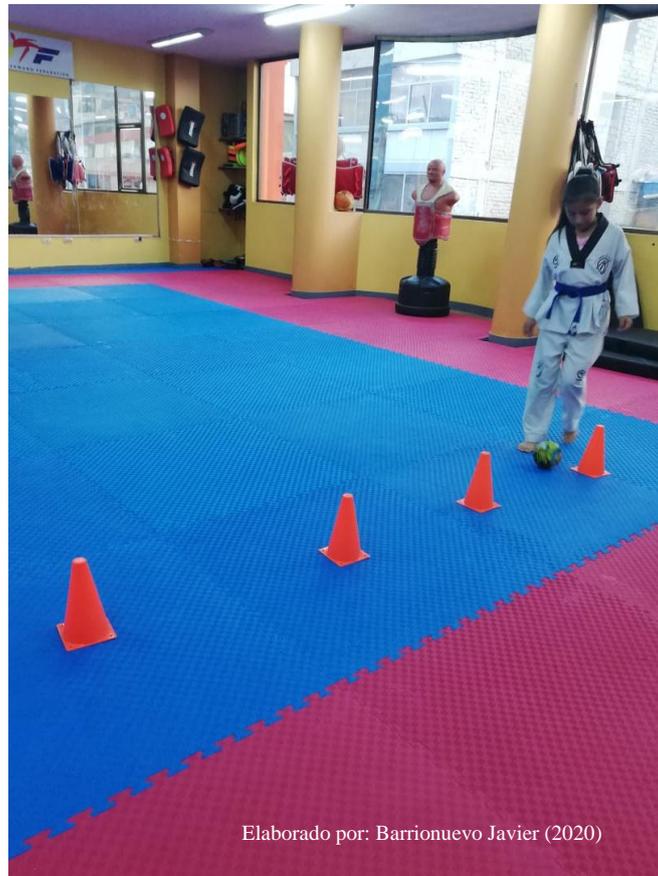
5º. Desplazarse corriendo haciendo eslalon una distancia de 4mts.



6º. Botar un balón de baloncesto ida y vuelta superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.



7º. Conducir ida y vuelta un balón con el pie superando un eslabon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.



Elaborado por: Barrionuevo Javier (2020)