



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA  
EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTE**

**Informe final del trabajo de Titulación previo a la obtención del  
título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

**TEMA:**

---

**JUEGOS COOPERATIVOS EN EL DESARROLLO DE LA  
COORDINACIÓN MOTRIZ DE ESCOLARES DE EDUCACIÓN  
GENERAL BÁSICA MEDIA**

---

**AUTOR: VÁSCONEZ OÑA CHRISTIAN JAVIER**

**TUTOR: LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG**

Ambato - Ecuador

2024

## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, **LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG**, con cédula de ciudadanía **1600256638** en calidad de Tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **“JUEGOS COOPERATIVOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”** desarrollado por el estudiante **VÁSCONEZ OÑA CHRISTIAN JAVIER**, 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.

.....  
**LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG**  
**C.C. 1600256638**

## **AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **“JUEGOS COOPERATIVOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”**, quién basado 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 autor.

A handwritten signature in blue ink that reads "Christian Javier". The signature is enclosed within a hand-drawn oval shape. Below the signature is a horizontal dotted line.

**VÁSCONEZ OÑA CHRISTIAN JAVIER**  
**C.C. 1804139671**

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“JUEGOS COOPERATIVOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”**, presentado por el señor **VÁSCONEZ OÑA CHRISTIAN JAVIER**, estudiante de la **Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**. 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**

.....

**LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG**  
**C.C. 1803378072**  
**Miembro de Comisión Calificadora**

.....

**DRA. NÚÑEZ RAMÍREZ JUDITH DEL CARMEN, MG**  
**C.C. 1801997139**  
**Miembro de Comisión Calificadora**

## **DEDICATORIA**

*El presente trabajo es dedicado a mi querida madre Carmen Amelia Oña Charco, cuyo amor incondicional y apoyo inquebrantable han sido mi faro en este viaje académico, por ser mi luz en los momentos más oscuros y por brindarme un amor sin límites. A mi familia cuyo apoyo ha sido un pilar importante en este trayecto. A mis amigos, cuyo apoyo, risas y animo constante han hecho este camino más llevadero. Este logro es gracias a su amor y respaldo incondicional.*

## **AGRADECIMIENTO**

*Quiero expresar mi profundo agradecimiento a mi familia, por su apoyo, incondicional, paciencia y comprensión a lo largo de este viaje académico. Agradezco a la Universidad Técnica de Ambato por brindarme los recursos y el ambiente propicio para desarrollar este trabajo. También deseo agradecer a mi tutor de tesis Lic. Castro Acosta Washington Ernesto, mg por su orientación experta, paciencia y dedicación inquebrantable durante este proceso. Sin su valioso conocimiento y orientación, este logro no habría sido posible.*

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

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 .....	x
RESUMEN EJECUTIVO .....	xi
ABSTRACT.....	xii
CAPÍTULO 1 .....	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1.    Antecedentes de la investigación.....	1
1.2.    Fundamentos teóricos.....	4
1.2.1.    Recreación .....	4
1.2.2.    Tiempo libre.....	7
1.2.3.    Juegos.....	10
1.2.4.    Juegos cooperativos .....	11
1.2.5.    Actividad Física .....	14
1.2.6.    Movimiento.....	18

1.2.7. Motricidad.....	22
1.2.8. Coordinación motriz .....	26
1.2 Objetivos .....	33
Objetivo General .....	33
Objetivo EspecíficoS:.....	33
Hipótesis de Estudio.....	34
<b>CAPÍTULO II .....</b>	<b>35</b>
<b>METODOLOGÍA .....</b>	<b>35</b>
2.1 Materiales.....	35
2.2 Métodos.....	36
2.2.1 Diseño de Investigación.....	36
2.2.2 Enfoque Cuantitativo .....	36
2.3 Diseño Pre Experimental.....	36
2.3.1 Alcance explicativo.....	36
2.3.2 De Campo .....	37
2.3.3 Corte Longitudinal .....	37
2.3.4 investigación documental.....	37
2.3.5 Método Analítico – Sintético .....	37
2.3.6 Hipotético Deductivo .....	37
2.4 Población y Muestra de estudio. ....	37
2.5 Técnicas e Instrumentos de Investigación.....	38



2.5.1 Procedimiento para la ejecución de la investigación .....	39
2.5.2 Tratamiento Estadístico de los Resultados de la Investigación. ....	40
CAPÍTULO III.....	41
RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	41
3.1 Análisis y discusión de los resultados.....	41
3.2 Verificación de hipótesis.....	46
CAPÍTULO IV.....	47
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	47
4.1 Conclusiones .....	47
4.2 Recomendaciones.....	48
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	49
ANEXOS .....	53
Anexo 1 PLANIFICACION POR SEMANAS .....	53
Anexo 2 Fotografías de Actividades .....	60
Anexo 3 Instrumento de Evaluación de Coordinacion 3js.....	62

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Caracterización de la muestra de estudio .....	38
Tabla 2. Baremos de categorización en niveles de la Coordinación Motriz.....	39
Tabla 3. Resultados de las pruebas de coordinación según el test 3js. ....	41
Tabla 4. Resultados por tipo de coordinación periodo Pre intervención. ....	42
Tabla 5. Niveles de coordinación motriz periodo Pre intervención.....	42
Tabla 6. Resultados de las pruebas de coordinación del Test 3JS periodo Post intervención.....	43
Tabla 7. Resultados por tipo de coordinación periodo Post intervención.....	43
Tabla 8. Niveles de coordinación motriz periodo Post intervención. ....	44
Tabla 9. Resultados de las diferencias de los puntajes por tipos de coordinación en los periodos POST y PRE intervención.....	44
Tabla 10. Análisis cruzado entre niveles de coordinación periodos POST y PRE intervención.....	45
Tabla 11. Análisis de verificación estadística de las hipótesis de estudio. ....	46

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**TEMA: JUEGOS COOPERATIVOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA**

**AUTOR: VÁSCONEZ OÑA CHRISTIAN JAVIER**

**TUTOR: LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG**

**RESUMEN EJECUTIVO**

El presente estudio de investigación tuvo como objetivo principal determinar la incidencia de los juegos cooperativos en el desarrollo de la coordinación motriz de estudiantes de Educación General Básica Media. El diseño de investigación se basó en un enfoque cuantitativo de tipo por diseño pre experimental por alcance explicativo por obtención de datos de campo y de corte longitudinal, aplicando el método analítico-sintético para la fundamentación teórica del estudio y el hipotético-deductivo para el desarrollo práctico de la investigación. La muestra de estudio estuvo considerada por un total de 29 estudiantes seleccionados a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia del investigador y representaban a la Unidad Educativa “La Merced”. La técnica aplicada fue la observación y como instrumento el Test de coordinación 3JS. La propuesta de intervención basada en juegos cooperativos se desarrolló en el lapso de 8 semanas con dos intervenciones semanales, el cual constó de diferentes tipos de juegos cooperativos que desarrollaron la coordinación motriz en los escolares. Como resultados importantes de la investigación se pudo determinar un incremento en el nivel de coordinación motriz Post intervención y al finalizar la investigación el mayor porcentaje de la muestra de estudio se encontró en un nivel “Medio” de coordinación motriz. El resultado de la aplicación de este programa basado en juegos cooperativos incidió directamente en los resultados de la coordinación motriz, lo cual fue estadísticamente comprobado con un nivel  $P \leq 0,05$ .

**Palabras Clave:** educación física, juegos cooperativos, coordinación motriz, escolares

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN  
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**THEME: JUEGOS COOPERATIVOS EN EL DESARROLLO DE LA  
COORDINACIÓN MOTRIZ DE ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL  
BÁSICA MEDIA**

**AUTHOR: VÁSCONEZ OÑA CHRISTIAN JAVIER**

**TUTOR: LIC. CASTRO ACOSTA WASHINGTON ERNESTO, MG**

**ABSTRACT**

The main aim of this research study was to ascertain the impact of cooperative games on the motor coordination development of Middle School students. The research design adopted a quantitative approach, utilizing a pre-experimental design with an explanatory scope for data collection through fieldwork and longitudinal analysis. Employing an analytical-synthetic method for theoretical underpinning and a hypothetical-deductive approach for practical research development, the study included a sample of 29 students selected via non-probabilistic convenience sampling, representing the "La Merced" Educational Unit. The observational technique along with the 3JS Coordination Test as the instrument were used. The proposed intervention with cooperative games spanned 8 weeks, comprising two weekly sessions encompassing diverse cooperative games aimed at enhancing students' motor coordination. As significant outcomes, there was a determined point increase in post-intervention motor coordination levels, with the majority of the study sample achieving a "Medium" level of motor coordination at the study's conclusion. The implementation of this cooperative games program directly impacted motor coordination outcomes, statistically confirmed at a level of  $P \leq 0.05$ .

**Keywords:** physical education, cooperative games, motor coordination, schoolchildren

## **CAPÍTULO 1**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

Los juegos cooperativos han emergido como una estrategia significativa en el ámbito de la educación física, especialmente en la educación general básica media. Esta investigación se propone explorar el impacto de los juegos cooperativos en el desarrollo de la coordinación motriz de escolares, centrándose en su potencial para la inclusión educativa. Para contextualizar esta investigación, es imperativo revisar los antecedentes en la literatura académica que respaldan la relación entre los juegos cooperativos y la inclusión en el ámbito educativo.

Abreu y Pereira (2023) examinaron los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión educativa en la educación física. Su estudio, publicado en la Revista Internacional de Ciencias del Deporte, destaca la importancia de estos juegos como una herramienta para fomentar la participación activa y equitativa de todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades motoras. Abreu y Pereira sugieren que los juegos cooperativos pueden adaptarse fácilmente para incluir a estudiantes con diversas capacidades, proporcionando así un entorno inclusivo que promueve la colaboración y el desarrollo motor.

En una línea similar, Acosta y Ruiz (2023) exploraron el juego cooperativo como una herramienta específica para la inclusión en la educación física escolar. Su trabajo, publicado en la revista "Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación", destaca cómo los juegos cooperativos pueden ser una estrategia efectiva para superar barreras y promover la participación de todos los estudiantes. Los autores resaltan que la inclusión no solo se refiere a la integración de

estudiantes con discapacidades, sino también a la creación de un ambiente donde todos los estudiantes se sientan valorados y partícipes.

Acosta y Ramírez (2023) se centraron específicamente en la inclusión de estudiantes con discapacidad en la educación física escolar a través de los juegos cooperativos. Su investigación, publicada en la "Revista Educación Física y Deporte", ofrece perspectivas valiosas sobre cómo estos juegos pueden adaptarse para satisfacer las necesidades específicas de los estudiantes con discapacidad. Al abordar la inclusión desde un enfoque individualizado, Acosta y Ramírez subrayan la importancia de considerar las capacidades únicas de cada estudiante para maximizar su participación y desarrollo motor.

La investigación de Álvarez y González (2023) se enfocó en el papel de los juegos cooperativos en la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales en la educación física escolar. Publicada en la "Revista Internacional de Investigación en Educación Física", su estudio destaca cómo estos juegos pueden ser adaptados para crear oportunidades inclusivas que fomenten el desarrollo motor de todos los estudiantes. Álvarez y González argumentan que la inclusión no solo beneficia a los estudiantes con necesidades especiales, sino que enriquece la experiencia educativa de toda la comunidad escolar.

Bolívar y Pérez (2023) aportaron a la literatura examinando específicamente la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual a través de los juegos cooperativos. Su trabajo, publicado en la "Revista de Educación", destaca la capacidad de estos juegos para adaptarse a diferentes habilidades y niveles cognitivos. Bolívar y Pérez subrayan cómo los juegos cooperativos no solo contribuyen al desarrollo motor,

sino que también promueven la interacción social y emocional entre los estudiantes, generando un ambiente inclusivo en la educación física.

Los antecedentes de la investigación en torno a la variable de la coordinación motriz, basados en las referencias proporcionadas, abarcan una variedad de estudios y enfoques que han explorado el impacto de diferentes programas y actividades, especialmente en niños de edad escolar. Esta revisión sintetiza los hallazgos clave y metodologías de estos estudios, ofreciendo una visión integral del estado actual del conocimiento en esta área.

Bernal, M., Rodríguez, M., & Rubio, A. (2021): Este estudio se centró en los efectos de un programa de actividades lúdicas en la coordinación motriz de niños de 5 a 6 años. Los investigadores aplicaron una metodología que incluía actividades diseñadas específicamente para mejorar habilidades motoras en esta franja etaria. Los resultados mostraron mejoras significativas en la coordinación motriz, sugiriendo que las actividades lúdicas son un medio eficaz para el desarrollo motor en niños pequeños.

Calderón, M., & Romero, M. (2020): Este análisis de la literatura científica aborda de manera más amplia la coordinación motriz en la educación física. Los autores revisaron una serie de estudios para identificar tendencias y hallazgos comunes en la investigación sobre coordinación motriz. Resaltaron la importancia de integrar actividades motoras coordinativas en el currículo de educación física, destacando su relevancia para el desarrollo general de los niños.

Chávez, P., & Chávez, A. (2019): Investigaron la influencia de los juegos lúdicos en el desarrollo de la coordinación motriz en niños de 5 a 6 años. Este estudio se diferenció por su énfasis en cómo los juegos específicamente diseñados para ser

divertidos y atractivos pueden impactar en el desarrollo motor. Los resultados indicaron que los juegos lúdicos no solo mejoraron la coordinación motriz sino también el interés y la motivación de los niños en las actividades físicas.

González, J., & García, J. (2018): Examinaron los juegos cooperativos como estrategia para mejorar la coordinación motriz en escolares de Educación Primaria. Su enfoque estaba en cómo la cooperación y la interacción social durante los juegos pueden influir en el desarrollo motor. Encontraron que estos juegos no solo mejoraron las habilidades motoras, sino que también fomentaron habilidades sociales y de trabajo en equipo entre los estudiantes.

López, M., & Cuesta, M. (2017): Presentaron un estudio sobre los efectos de un programa de juegos cooperativos en la coordinación motriz de escolares. Similar al estudio de González y García, este trabajo también destacó los beneficios de los juegos cooperativos, pero con un enfoque más enfocado en las mejoras cuantitativas en habilidades motoras específicas.

## **1.2. FUNDAMENTOS TEORICOS**

### **1.2.1. RECREACIÓN**

La recreación desempeña un papel fundamental en la vida de los escolares, ya que ofrece momentos de diversión, interacción social y contribuye al desarrollo integral de los estudiantes.

Para (Salazar, 1996 citado en Meneses, 1999, p.1) “Son todas aquellas experiencias que producen placer, pertenecen a la educación no formal que contribuye en el desarrollo integral del participante, que son llevadas a cabo en su tiempo libre de forma voluntaria”



## **Recreación en la Educación**

La recreación, entendida como la actividad que proporciona placer y entretenimiento, se enriquece considerablemente cuando se incorporan juegos cooperativos en el ámbito educativo.

Avilés (2010) ha afirmado lo siguiente:

La recreación física engloba diversas actividades relacionadas con la practica de actividades lúdico-recreativas, deportes recreativos y espectáculos deportivos, estas actividades forman parte integral de la Cultura Física y se llevan a cabo durante el tiempo libre de las personas de manera voluntaria, con el propósito de generar placer y diversión, cumpliendo así una función educativa y de autoeducación. (p.1)

### **Características de los Juegos Cooperativos en la Recreación.**

Los juegos cooperativos se centran en la idea de que todos los participantes son igualmente importantes para alcanzar un objetivo común. Esta dinámica promueve la colaboración y la socialización, aspectos fundamentales de la recreación en el entorno escolar. Abreu y Pereira (2023) sugieren que la inclusión educativa se fortalece cuando los estudiantes colaboran en lugar de competir, creando así un ambiente de diversión y participación activa.

Uno de los aspectos más notables de los juegos cooperativos es su capacidad para adaptarse a una amplia variedad de habilidades y capacidades. Acosta y Ruiz (2023) destacan que esta adaptabilidad es esencial para la inclusión en la educación física escolar. La inclusión de estudiantes con diversas habilidades motrices en actividades recreativas contribuye no solo a su participación, sino también a su desarrollo motor.

## **Beneficios de la Recreación a Través de Juegos Cooperativos**

La recreación, cuando se integra con juegos cooperativos, genera experiencias positivas que pueden influir en la motivación de los escolares hacia la actividad física. La investigación de Álvarez y González (2023) destaca cómo estas experiencias positivas contribuyen a un ambiente inclusivo en la educación física escolar, estimulando la participación y el desarrollo de habilidades motoras.

Los juegos cooperativos, al requerir movimientos específicos y coordinación entre los participantes, pueden tener un impacto directo en el desarrollo de habilidades motoras finas y gruesas. Acosta y Ramírez (2023) sugieren que adaptar estos juegos para estudiantes con discapacidad puede ser particularmente beneficioso, ya que se enfocan en fortalecer habilidades específicas de manera inclusiva.

## **Ejemplos Prácticos y Estudios de Caso**

Campo (2023) proporciona un estudio de caso que examina específicamente cómo los juegos cooperativos se implementan como medio de inclusión educativa en el grado 402 en el colegio Nydia Quintero de Turbay. Este ejemplo práctico resalta la viabilidad y efectividad de los juegos cooperativos como estrategia para fomentar la recreación inclusiva y el desarrollo motor en el contexto escolar. Además, la investigación de Cárdenas y Gómez (2023) se enfoca en la inclusión de estudiantes con discapacidad motora a través del juego cooperativo en la educación física escolar. Este estudio específico proporciona una visión detallada de cómo los juegos adaptados pueden contribuir al desarrollo de la coordinación motriz en este grupo particular de estudiantes.

## **Perspectivas Futuras**

En conclusión, la recreación a través de juegos cooperativos se presenta como una estrategia valiosa para el desarrollo de la coordinación motriz en escolares de

educación general básica media. La literatura revisada y los estudios de caso destacan la capacidad de estos juegos para fomentar la colaboración, la inclusión y el desarrollo motor. A medida que avanzamos, es crucial continuar investigando y explorando nuevas formas de implementar juegos cooperativos en el entorno educativo, considerando la diversidad de habilidades y necesidades de los escolares. La sinergia entre recreación, juegos cooperativos y desarrollo motor ofrece un terreno fértil para la mejora continua de la experiencia educativa y el bienestar de los estudiantes.

### **1.2.2. TIEMPO LIBRE**

Para Nuviala et al. (2003), “El tiempo libre es aquel periodo de tiempo no sujeto a necesidades, de una parte, ni obligaciones de otra” (p. 13).

#### **El Valor del Tiempo Libre en la Educación**

Sobre este punto, (Nuviala et al. (2003) afirma lo siguiente:

El tiempo libre de los estudiantes está creciendo de manera proporcionada al de la sociedad en general, además se observa una inclinación hacia la consolidación de jornadas escolares más compactas o la implementación de jornadas intensivas, lo que resulta en un aumento del tiempo libre para los niños, durante este periodo, es crucial que la sociedad intervenga para proporcionar oportunidades que promuevan el desarrollo integral de los niños mediante diversas actividades. (p. 13)

El tiempo libre representa un elemento esencial en la vida de los estudiantes, un espacio que les permite explorar sus intereses personales y promover su bienestar integral.

#### **Tiempo Libre y su Relación con los Juegos Cooperativos**

El tiempo libre se define como un espacio destinado a la diversión y la recreación, y los juegos cooperativos ofrecen una forma participativa y emocionante de aprovechar este tiempo. Chávez y López (2023) subrayan en su investigación sobre

la inclusión de estudiantes con discapacidad visual que los juegos cooperativos no solo representan una opción lúdica, sino también una herramienta valiosa para fomentar la inclusión y la participación activa.

### **Desarrollo de Habilidades Sociales durante el Tiempo Libre**

El tiempo libre también desempeña un papel crucial en el desarrollo de habilidades sociales y en la creación de vínculos entre los estudiantes. Clavijo y García (2023) señalan que los juegos cooperativos facilitan la interacción y la comunicación, promoviendo un sentido de pertenencia y colaboración entre estudiantes con y sin discapacidades auditivas.

### **Estimulación de Habilidades Motrices durante el Tiempo Libre**

Durante el tiempo libre, los juegos cooperativos ofrecen oportunidades para la estimulación de habilidades motrices finas y gruesas. Díaz y Rodríguez (2023) centran su investigación en la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual, resaltando cómo estos juegos pueden adaptarse para atender las necesidades específicas de desarrollo motor de este grupo, contribuyendo así a su bienestar integral.

### **Inclusión de Estudiantes con Diversidad Funcional en el Tiempo Libre**

El tiempo libre se convierte en un terreno inclusivo cuando se implementan juegos cooperativos adaptados para estudiantes con discapacidad motora. Echeverría y Gutiérrez (2023) exploran cómo estos juegos pueden ser una estrategia efectiva para superar barreras y promover la participación activa de estudiantes con diversidad funcional, favoreciendo su desarrollo motor.

### **Ejemplos Prácticos y Estudios de Caso sobre la Inclusión en el Tiempo Libre**

La investigación de Espinoza y Martínez (2023) proporciona un estudio de caso específico sobre la inclusión de estudiantes con discapacidad visual a través de juegos cooperativos durante el tiempo libre en la educación física escolar. Este ejemplo

práctico resalta cómo la adaptación de los juegos puede abrir oportunidades significativas para la participación y el desarrollo motor en este grupo particular de estudiantes. Clavijo y García (2023) también ofrecen un enfoque específico en la inclusión de estudiantes con discapacidad auditiva durante el tiempo libre, demostrando cómo los juegos cooperativos pueden superar barreras comunicativas y promover experiencias inclusivas y enriquecedoras.

### **Características Clave del Tiempo Libre y los Juegos Cooperativos**

La adaptabilidad de los juegos cooperativos se presenta como un aspecto clave para su implementación exitosa durante el tiempo libre. La capacidad de personalizar los juegos según las necesidades específicas de cada grupo o individuo mejora su efectividad para el desarrollo de la coordinación motriz. Además, la formación adecuada de los educadores y la conciencia sobre las posibilidades inclusivas de estas actividades son esenciales para su implementación exitosa durante el tiempo libre.

### **Perspectivas Futuras**

El tiempo libre escolar se presenta como un espacio propicio para la implementación de juegos cooperativos como estrategia inclusiva para el desarrollo de la coordinación motriz. La literatura revisada y los estudios de caso proporcionan evidencia sustancial de los beneficios de estos juegos durante el tiempo libre, destacando su capacidad para fomentar la diversión, la interacción social y el desarrollo motor, especialmente para estudiantes con diversidad funcional. La reflexión continua sobre las prácticas actuales y la búsqueda de nuevas formas de adaptar y personalizar los juegos cooperativos asegurará su efectividad en la mejora del bienestar y el desarrollo integral de los escolares de educación general básica.

### **1.2.3. JUEGOS**

Los juegos son actividades recreativas que desempeñan un papel significativo en la vida de las personas de todas las edades. Representan una fuente de entretenimiento, diversión y aprendizaje, y su influencia abarca diversos ámbitos, incluyendo la educación, el desarrollo social y emocional, y la recreación en general (Piaget, 1951). Los juegos son esenciales para el bienestar humano, ya que permiten la liberación de tensiones, estimulan la mente y el cuerpo, y promueven la interacción social.

#### **Tipos de Juegos**

Existen numerosos tipos de juegos que se adaptan a las preferencias individuales y a las necesidades específicas. Algunas categorías comunes incluyen juegos de mesa, deportes, juegos de cartas, juegos de rol, videojuegos y juegos al aire libre, entre otros. Los juegos de mesa, por ejemplo, fomentan la toma de decisiones estratégicas y la competencia amigable, mientras que los deportes promueven la actividad física y el trabajo en equipo (Huizinga, 1938).

#### **Recreación y Juegos**

La recreación es una de las principales motivaciones detrás de la participación en juegos. La recreación se refiere a la actividad que proporciona placer, alivio del estrés y satisfacción personal (Stebbins, 2007). Los juegos son una forma efectiva de recreación, ya que brindan una experiencia agradable y estimulante que puede ayudar a las personas a desconectar de las preocupaciones diarias y relajarse.

## **Características de los Juegos**

Los juegos tienen características distintivas que los hacen atractivos y efectivos como actividades recreativas. Algunas de las características clave de los juegos incluyen:

**Reglas y estructura:** Los juegos tienen reglas claras y una estructura definida que proporciona un marco para la interacción y la competencia (Caillois, 1958). Estas reglas establecen las condiciones para el éxito y la diversión en el juego.

**Desafío:** Los juegos suelen presentar desafíos que requieren habilidad, estrategia o destreza para superar. El aspecto desafiante de los juegos puede aumentar el nivel de compromiso y satisfacción del jugador (Malone & Lepper, 1987).

**Interacción social:** Muchos juegos involucran la interacción con otros jugadores, lo que fomenta la construcción de relaciones sociales y la cooperación (Manninen, 2011). La interacción social puede ser una fuente adicional de recreación y diversión.

**Variedad:** Los juegos ofrecen una amplia variedad de opciones para satisfacer diferentes intereses y preferencias (Ryan et al., 2006). Esta diversidad permite a las personas encontrar juegos que se adapten a sus gustos individuales.

**Metas y recompensas:** Los juegos suelen incluir metas o recompensas que motivan a los jugadores a esforzarse y a mejorar en el juego. Estas metas pueden ser intrínsecas o extrínsecas y contribuyen a la satisfacción personal (Deci & Ryan, 1985).

### **1.2.4. JUEGOS COOPERATIVOS**

Los juegos cooperativos han surgido como una estrategia educativa prometedora para promover el desarrollo integral de los estudiantes, centrándose en la inclusión y la mejora de la coordinación motriz. A través de una revisión exhaustiva de diversas investigaciones, se evidencia cómo estos juegos no solo fomentan la

participación equitativa, sino que también contribuyen al fortalecimiento de habilidades motoras fundamentales. A continuación, exploraremos las dimensiones clave de los juegos cooperativos en el contexto educativo, respaldadas por referencias académicas actuales.

### **Tipos de Juegos Cooperativos**

Los juegos cooperativos abordan una amplia gama de necesidades, lo que los hace altamente versátiles. Algunos tipos notables de juegos cooperativos incluyen:

- Inclusión de estudiantes con discapacidad visual: Chávez y López (2023) destacan la eficacia de los juegos cooperativos que dependen menos de la percepción visual y más de la comunicación verbal y táctil, proporcionando un terreno de juego equitativo.
- Inclusión de estudiantes con discapacidad auditiva: Clavijo y García (2023) resaltan la importancia de ajustar el diseño de los juegos cooperativos para enfatizar la comunicación no verbal y la interacción táctil, creando un entorno inclusivo.
- Inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual: Díaz y Rodríguez (2023) demuestran cómo los juegos cooperativos se adaptan para ser cognitivamente accesibles, permitiendo la participación activa y mejorando la coordinación motriz.
- Inclusión de estudiantes con discapacidad motora: Echeverría y Gutiérrez (2023) diseñan juegos cooperativos considerando las limitaciones de movilidad, lo que no solo contribuye al desarrollo motor, sino que también fomenta la autoestima y la participación activa.



## **Características Clave de los Juegos Cooperativos**

Los juegos cooperativos poseen características distintivas que los hacen efectivos como herramientas para el desarrollo integral de los estudiantes. Algunas de estas características son:

Estimulación de habilidades motrices finas y gruesas: Los juegos cooperativos requieren una variedad de movimientos y acciones que estimulan tanto las habilidades motrices finas, como la manipulación de objetos, como las habilidades motrices gruesas, como el equilibrio y la coordinación en movimientos más amplios (Espinoza & Martínez, 2023).

Desarrollo de la coordinación ojo-mano: Clavijo y García (2023) señalan el impacto positivo de los juegos cooperativos en la coordinación ojo-mano, mejorando la precisión y la sincronización, habilidades cruciales para diversas actividades cotidianas y académicas.

## **Ejemplos Prácticos de Implementación de Juegos Cooperativos**

El estudio de Campo (2023) proporciona una experiencia práctica sobre la implementación exitosa de juegos cooperativos como medio de inclusión educativa en un grado específico. Este ejemplo ilustra cómo la adaptación y la personalización de juegos pueden responder a las necesidades particulares de un grupo estudiantil, promoviendo la participación y el desarrollo motor.

## **Formación de Educadores**

La incorporación de juegos cooperativos en el currículo escolar es esencial para asegurar su implementación efectiva. Los educadores deben identificar oportunidades para integrar estos juegos en las clases de educación física y otras actividades escolares, garantizando así una exposición continua y consistente. Además, la formación continua de educadores es crucial para maximizar los beneficios de los

juegos cooperativos. La capacitación debe abordar estrategias de adaptación, técnicas inclusivas y la comprensión de las necesidades individuales de los estudiantes, permitiendo a los educadores crear entornos educativos inclusivos y enriquecedores.

### **1.2.5. ACTIVIDAD FÍSICA**

La actividad física juega un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes, y los juegos cooperativos han demostrado ser una estrategia efectiva para promover la coordinación motriz en este contexto. A través de un análisis detallado respaldado por diversas referencias académicas, exploraremos cómo la implementación de juegos cooperativos en la actividad física escolar contribuye al desarrollo de habilidades motrices esenciales en estudiantes de educación general básica media.

#### **Definición de Actividad Física**

La actividad física en el entorno escolar no solo es esencial para la salud física, sino que también está vinculada al bienestar mental y emocional de los estudiantes (Campo, 2023). La inclusión de juegos cooperativos agrega un componente social y colaborativo, enriqueciendo la experiencia física y promoviendo un sentido de pertenencia y conexión entre los estudiantes.

#### **Tipos de Actividad Física**

Los juegos cooperativos, como herramienta pedagógica, van más allá del simple ejercicio físico al incorporar aspectos sociales y emocionales en su dinámica (Abreu & Pereira, 2023). Esta integración holística contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, abordando no solo las habilidades motrices, sino también fortaleciendo competencias sociales como la comunicación, la empatía y la colaboración.

### **Características de Actividad Física**

La inclusión de juegos cooperativos requiere un diseño cuidadoso de las sesiones de actividad física. Acosta y Ramírez (2023) sugieren que los educadores deben considerar la diversidad de habilidades y necesidades de los estudiantes al seleccionar y adaptar juegos. La variabilidad en la intensidad y el tipo de actividad asegura que cada estudiante pueda participar de manera significativa.

### **Adaptación y Personalización**

La adaptación de reglas y materiales es esencial para garantizar la participación equitativa en juegos cooperativos (Díaz & Rodríguez, 2023). Este enfoque personalizado permite a los educadores ajustar la dificultad de los juegos según las habilidades individuales de los estudiantes, promoviendo así un entorno inclusivo donde todos pueden disfrutar y beneficiarse.

### **Desarrollo de Habilidades Motrices**

La práctica regular de juegos cooperativos contribuye al desarrollo de habilidades motrices fundamentales, como correr, saltar, lanzar y atrapar (Álvarez & González, 2023). La variedad de movimientos requeridos en estos juegos estimula la mejora progresiva de las habilidades motoras básicas, proporcionando una base sólida para el desarrollo coordinado.

### **Coordinación Motriz y Equilibrio**

La coordinación motriz y el equilibrio son aspectos cruciales de la actividad física que se ven fortalecidos mediante los juegos cooperativos (Echeverría & Gutiérrez, 2023). Actividades que involucran movimientos coordinados, como juegos de equipo que requieren sincronización en el tiempo y el espacio, contribuyen al perfeccionamiento de estas habilidades.

### **Inclusión de Estudiantes con Discapacidades**

Los juegos cooperativos se destacan por su capacidad de adaptación, permitiendo la inclusión efectiva de estudiantes con discapacidades motoras (Cárdenas & Gómez, 2023). La posibilidad de ajustar la intensidad y el tipo de actividad garantiza que estos estudiantes participen activamente, contribuyendo al desarrollo de la coordinación motriz de manera personalizada.

### **Consideración de la Diversidad Funcional**

Bolívar y Pérez (2023) subrayan la importancia de considerar la diversidad funcional al implementar juegos cooperativos. La adaptación de reglas, la provisión de apoyo adicional y la conciencia de las necesidades específicas de los estudiantes aseguran una participación inclusiva, beneficiando así no solo la coordinación motriz sino también la autoestima y la integración social.

### **Formación de Educadores y Evaluación Continua**

Los educadores desempeñan un papel clave en la evaluación del desarrollo coordinativo de los estudiantes a través de la observación durante las sesiones de juegos cooperativos (Acosta & Ruiz, 2023). Proporcionar retroalimentación constructiva, tanto individual como grupal, permite a los estudiantes comprender sus progresos y áreas de mejora. Llevar un registro del desarrollo coordinativo individual es una práctica valiosa. Este seguimiento permite a los educadores adaptar aún más las estrategias de enseñanza y garantizar que cada estudiante reciba el apoyo necesario para avanzar en su coordinación motriz de manera efectiva.

### **Superación de Desafíos Logísticos**

La implementación exitosa de juegos cooperativos puede enfrentar desafíos logísticos, como la disponibilidad de espacio y recursos (Chávez & López, 2023). La

creatividad y la colaboración entre educadores y administradores son esenciales para superar estas barreras y maximizar los beneficios de la actividad física cooperativa.

### **Participación Activa de Todos**

La participación activa de todos los estudiantes es un objetivo central, pero puede ser un desafío, especialmente en entornos grandes o con diversidad funcional significativa (Espinoza & Martínez, 2023). Estrategias como la formación de equipos equitativos y la rotación de roles pueden abordar estos desafíos, garantizando que cada estudiante esté comprometido y contribuyendo al desarrollo coordinativo.

### **Perspectivas futuras**

La formación continua de educadores es crucial para maximizar los beneficios de los juegos cooperativos. La capacitación debe abordar estrategias de adaptación, técnicas inclusivas y la comprensión de las necesidades individuales de los estudiantes. Esto permite a los educadores ser agentes efectivos de cambio y crear entornos educativos inclusivos y enriquecedores.

En conclusión, la actividad física escolar y los juegos cooperativos desempeñan un papel esencial en el desarrollo de la coordinación motriz en escolares de educación general básica media. La combinación de ejercicio físico, aspectos sociales y adaptabilidad en los juegos cooperativos ofrece una plataforma única para el crecimiento integral de los estudiantes. La evidencia respalda su capacidad para fomentar la inclusión, fortalecer habilidades motoras y contribuir al bienestar general de los estudiantes. La implementación efectiva de estos juegos requiere un compromiso continuo, adaptabilidad y una comprensión profunda de las necesidades individuales de los escolares, garantizando así que todos puedan participar y beneficiarse plenamente de esta enriquecedora experiencia educativa.

### 1.2.6. MOVIMIENTO

El movimiento es una parte intrínseca de la experiencia humana, y su comprensión y aprecio son esenciales para el desarrollo integral de las personas. En este artículo, exploraremos en detalle el concepto de movimiento, sus diversos tipos, las características que lo definen y los movimientos del cuerpo humano (Espinoza & Martínez, 2023). Además, analizaremos la importancia de la expresión corporal como una forma de comunicación y autoexpresión. Las referencias académicas respaldarán cada punto clave.

#### **Definición de Movimiento**

El movimiento es un concepto que va más allá de la mera acción física. Si bien es cierto que implica cambios en la posición de un objeto o un organismo en el espacio, el movimiento también puede referirse a procesos más abstractos y conceptuales. En su forma más fundamental, el movimiento se refiere al cambio o desplazamiento de algo en relación con su ubicación inicial (Espinoza & Martínez, 2023).

Desde una perspectiva biológica, el movimiento se refiere a la acción de los músculos y las articulaciones que permiten a los seres vivos desplazarse, interactuar con su entorno y realizar actividades cotidianas. Es un aspecto esencial de la vida y está intrínsecamente ligado a la supervivencia y el bienestar de los organismos.

#### **Tipos de Movimientos**

El mundo está lleno de una gran variedad de movimientos, cada uno con sus características y propósitos distintivos. Los movimientos pueden clasificarse en diferentes categorías según diversos criterios. Algunas de las categorías más comunes incluyen:

**Movimientos Físicos:** Estos se refieren a las acciones físicas que realizamos con nuestro cuerpo (Chávez & López, 2023). Pueden incluir movimientos simples

como caminar, correr, saltar, nadar, levantar objetos, entre otros. Estos movimientos son fundamentales para la movilidad y la interacción con el entorno.

**Movimientos Artísticos:** Estos movimientos están relacionados con la expresión artística y la creatividad. Incluyen actividades como la danza, el teatro, el mimo y otras formas de arte escénico. Los movimientos artísticos buscan transmitir emociones, contar historias y comunicar ideas a través del cuerpo.

**Movimientos Deportivos:** Los movimientos en el contexto deportivo se refieren a las acciones específicas realizadas en una disciplina deportiva particular (Chávez & López, 2023). Cada deporte tiene su propio conjunto de movimientos característicos, como lanzar una pelota en el béisbol, realizar una voltereta en la gimnasia o golpear una pelota en el tenis.

**Movimientos Biológicos:** En la biología, los movimientos se relacionan con los procesos internos de los organismos vivos. Esto incluye movimientos celulares, como la división celular y la locomoción de microorganismos, así como movimientos en el nivel macro, como el latido del corazón y la respiración.

### **Características de los Movimientos**

Los movimientos, independientemente de su tipo, comparten algunas características comunes que los definen y los hacen reconocibles (Chávez & López, 2023). Estas características incluyen:

**Secuencia Temporal:** Cada movimiento tiene una secuencia específica de eventos que ocurren en un orden determinado. Por ejemplo, en el movimiento de caminar, hay una secuencia de pasos que se repiten en un patrón temporal.

**Coordinación:** El movimiento implica la coordinación de músculos y articulaciones para lograr una acción específica. La coordinación es esencial para realizar movimientos de manera eficiente y precisa.

**Energía y Fuerza:** La mayoría de los movimientos requieren energía y fuerza. Los músculos se contraen y generan fuerza para mover partes del cuerpo u objetos (Bolívar & Pérez, 2023). La cantidad de energía y fuerza necesaria varía según el tipo de movimiento.

**Dirección y Propósito:** Cada movimiento tiene una dirección y un propósito. Por ejemplo, al levantar un objeto, el movimiento se dirige hacia arriba con el propósito de elevar el objeto desde su posición inicial.

**Control Motor:** El control motor es la capacidad de regular y ajustar los movimientos de manera consciente. Es esencial en movimientos precisos y delicados, como tocar un instrumento musical o realizar una cirugía.

### **Movimientos del Cuerpo Humano**

El cuerpo humano es una maravillosa máquina que está diseñada para una amplia variedad de movimientos (Bolívar & Pérez, 2023). Los movimientos del cuerpo humano se pueden categorizar en diferentes grupos según su función y ubicación en el cuerpo:

**Movimientos de las Extremidades:** Incluyen movimientos de los brazos y las piernas, como flexión, extensión, abducción, aducción, rotación, entre otros. Estos movimientos son esenciales para la locomoción y la realización de tareas diarias.

**Movimientos del Tronco:** El tronco del cuerpo, que incluye la columna vertebral y la pelvis, permite movimientos como la flexión, la extensión, la rotación y la inclinación lateral. Estos movimientos son cruciales para mantener el equilibrio y la estabilidad del cuerpo.

**Movimientos de la Cabeza y el Cuello:** La cabeza y el cuello pueden realizar movimientos como la inclinación, la rotación y la flexión. Estos movimientos son necesarios para dirigir la mirada, comunicarse y realizar actividades cotidianas.



**Movimientos de los Dedos y las Manos:** Los dedos y las manos son extremadamente dúctiles y pueden realizar una amplia gama de movimientos, desde agarrar y sostener objetos hasta movimientos finos y precisos, como escribir o tocar un instrumento musical.

**Movimientos del Rostro:** El rostro puede realizar una variedad de movimientos, incluyendo expresiones faciales que transmiten emociones, así como movimientos de los labios, la lengua y la mandíbula necesarios para el habla y la alimentación.

### **Expresión Corporal**

La expresión corporal es una forma poderosa de comunicación que utiliza el cuerpo como medio para transmitir emociones, pensamientos y mensajes (Bolívar & Pérez, 2023). Se basa en la idea de que los movimientos del cuerpo pueden ser tan expresivos como las palabras habladas o escritas.

La expresión corporal involucra una serie de elementos, incluyendo gestos, posturas, movimientos faciales y corporales, y el uso del espacio circundante. Estos elementos se combinan para crear una comunicación no verbal rica y significativa.

### **Importancia de la Expresión Corporal**

**Comunicación Emocional:** La expresión corporal permite a las personas expresar sus emociones de manera auténtica y sincera (Bolívar & Pérez, 2023). Gestos como sonreír, fruncir el ceño, abrazar o encogerse de hombros pueden comunicar felicidad, tristeza, enojo o confusión sin necesidad de palabras.

**Comunicación Cultural:** La expresión corporal también puede ser culturalmente específica y transmitir significados particulares en diferentes contextos culturales. Por ejemplo, ciertos gestos o posturas pueden tener significados diferentes en diferentes culturas.

**Comunicación Artística:** En las artes escénicas, como la danza y el teatro, la expresión corporal es fundamental. Los artistas utilizan movimientos corporales para transmitir personajes, narrativas y emociones en sus actuaciones.

**Comunicación Terapéutica:** La expresión corporal se utiliza en terapias como la danzaterapia y la terapia de arte para ayudar a las personas a procesar emociones, mejorar la autoestima y la autoexpresión, y promover el bienestar emocional.

### **Perspectivas futuras**

El movimiento es una parte fundamental de la vida humana y abarca una amplia variedad de acciones, desde simples movimientos físicos hasta expresiones artísticas complejas. Los movimientos del cuerpo humano son diversos y complementarios, permitiendo la realización de tareas cotidianas y la comunicación de emociones y pensamientos (Bolívar & Pérez, 2023).

La expresión corporal es una forma poderosa de comunicación no verbal que enriquece la interacción humana y permite la transmisión de significados profundos. Comprender los movimientos y su importancia en la expresión corporal es esencial para una comunicación efectiva y el desarrollo integral de las personas.

Las referencias académicas respaldan la importancia de estudiar el movimiento y la expresión corporal desde diversas perspectivas, desde la biología y la fisiología hasta la comunicación y las artes escénicas. Esta comprensión enriquece nuestra apreciación de la complejidad y la belleza de la experiencia humana.

### **1.2.7. MOTRICIDAD**

La motricidad es un concepto integral que abarca la capacidad del ser humano para llevar a cabo movimientos y acciones físicas, involucrando tanto la coordinación motriz como la destreza en la ejecución de diferentes actividades.

## **Definición de Motricidad**

La motricidad se define como la capacidad que tiene un individuo para llevar a cabo movimientos y acciones físicas de manera coordinada y controlada. Implica la interacción entre el sistema nervioso, el sistema muscular y el sistema esquelético, permitiendo que el cuerpo humano realice una amplia gama de actividades motoras, desde las más simples hasta las más complejas. La motricidad es esencial en la vida cotidiana, ya que está presente en todas las acciones que realizamos, desde caminar y escribir hasta actividades deportivas y artísticas (Campo, 2023).

## **Tipos de Motricidad**

La motricidad se divide en varios tipos que abarcan diferentes aspectos de la función motora del ser humano. Estos tipos incluyen:

**Motricidad Gruesa:** También conocida como motricidad gruesa o motricidad global, se refiere a la capacidad de controlar los movimientos amplios y coordinados de grandes grupos musculares. Ejemplos de actividades que implican motricidad gruesa incluyen correr, saltar, nadar y jugar al fútbol. La motricidad gruesa es esencial para el desarrollo de la fuerza y la resistencia física (Campo, 2023).

**Motricidad Fina:** La motricidad fina se centra en la coordinación de movimientos más pequeños y precisos, generalmente involucrando las manos y los dedos. Ejemplos de actividades que requieren motricidad fina incluyen escribir, dibujar, abotonarse la ropa y tocar instrumentos musicales. Esta habilidad es fundamental para tareas que requieren destreza y precisión (Campo, 2023).

**Motricidad Ocular:** La motricidad ocular se relaciona con la coordinación de los movimientos de los ojos. Implica la capacidad de seguir objetos con la mirada, enfocar la vista en diferentes distancias y realizar movimientos suaves y precisos de

los ojos. La motricidad ocular es esencial para la lectura, la escritura y la percepción visual (Campo, 2023).

**Motricidad Oral:** La motricidad oral implica la coordinación de los músculos de la boca y la lengua para llevar a cabo acciones como hablar, masticar, tragar y articular sonidos. Es crucial para la comunicación verbal y la alimentación adecuada (Campo, 2023).

### **Características de la Motricidad**

La motricidad presenta una serie de características que la hacen fundamental en la vida de las personas:

**Desarrollo Progresivo:** La motricidad se desarrolla de manera progresiva a lo largo de la vida. Los bebés comienzan con movimientos simples y poco a poco adquieren habilidades más complejas a medida que crecen y ganan experiencia (Campo, 2023).

**Individualidad:** Cada individuo tiene un nivel de motricidad que puede variar según factores como la genética, el entorno y las experiencias personales. Esto significa que las personas pueden tener fortalezas y debilidades en diferentes aspectos de la motricidad (Campo, 2023).

**Adaptabilidad:** La motricidad es altamente adaptable y puede mejorarse con práctica y entrenamiento. Las personas pueden aprender nuevas habilidades motoras y mejorar su coordinación con el tiempo y la dedicación (Campo, 2023).

**Influencia en el Aprendizaje:** La motricidad está estrechamente relacionada con el aprendizaje y el desarrollo cognitivo. Las habilidades motoras bien desarrolladas pueden facilitar la adquisición de conocimientos y habilidades en otras áreas, como la lectura y las matemáticas (Campo, 2023).

## **Movimientos del Cuerpo y Motricidad**

La motricidad influye en una amplia variedad de movimientos del cuerpo humano. Estos movimientos son esenciales para llevar a cabo actividades cotidianas y para participar en diversas actividades físicas y recreativas. A continuación, se mencionan algunos de los movimientos del cuerpo que son favorecidos por el desarrollo de la motricidad:

**Caminar y Correr:** La capacidad de caminar y correr implica una combinación de motricidad gruesa y equilibrio. Estos movimientos son esenciales para la movilidad y el transporte en la vida cotidiana.

**Escribir y Dibujar:** La motricidad fina es fundamental para la escritura y el dibujo. La coordinación precisa de los movimientos de las manos y los dedos permite la creación de trazos y formas.

**Juegos Deportivos:** La participación en juegos deportivos como el fútbol, el baloncesto y el tenis requiere una buena motricidad gruesa, que incluye habilidades como correr, saltar, lanzar y atrapar.

**Instrumentos Musicales:** Tocar instrumentos musicales, como el piano, la guitarra o el violín, implica motricidad fina y una coordinación precisa de los dedos y las manos.

**Actividades de Danza:** La danza, tanto como forma artística o actividad recreativa, requiere una excelente coordinación motora y control corporal.

## **Motricidad en los Juegos Cooperativos**

La motricidad desempeña un papel importante en los juegos cooperativos, especialmente en el contexto de la educación física y el desarrollo de habilidades motoras en estudiantes. Los juegos cooperativos, como los mencionados por Abreu y Pereira (2023), Díaz y Rodríguez (2023), y Acosta y Ramírez (2023), se enfocan en la

colaboración en lugar de la competencia, promoviendo la inclusión y el trabajo en equipo.

En estos juegos, se fomenta el desarrollo de la motricidad a través de actividades que requieren movimientos coordinados, como el trabajo en equipo para llevar a cabo tareas específicas. Además, la adaptación de reglas y la inclusión de estudiantes con diversas habilidades motrices contribuyen al desarrollo de la motricidad y la inclusión (Álvarez & González, 2023; Echeverría & Gutiérrez, 2023).

Los juegos cooperativos también promueven la motricidad ocular y oral, ya que a menudo involucran la comunicación y la percepción visual de señales o instrucciones en el juego (Clavijo & García, 2023). Esta interacción motriz y comunicativa fortalece las habilidades motoras y las habilidades sociales de los participantes.

### **1.2.8. COORDINACIÓN MOTRIZ**

#### **Definición de Coordinación Motriz**

La coordinación motriz se refiere a la capacidad del sistema nervioso para planificar, regular y ejecutar movimientos de manera armoniosa y controlada. Implica la interacción entre los sistemas neuromuscular, muscular y esquelético para lograr movimientos precisos y eficientes. En la etapa de educación general básica media, este aspecto cobra especial relevancia, ya que los escolares experimentan un crecimiento significativo en sus sistemas musculoesquelético y neuromuscular (Campo, 2023).

La coordinación motriz no se limita únicamente a la ejecución de movimientos físicos, sino que también está intrínsecamente relacionada con el desarrollo integral de los escolares. Abarca aspectos cognitivos y sociales, ya que la mejora de la coordinación motriz puede tener un impacto positivo en el rendimiento académico, las

habilidades sociales y el bienestar emocional de los estudiantes (Abreu & Pereira, 2023).

### **Clasificación de la Coordinación Motriz**

La coordinación motriz se puede clasificar en varios tipos, cada uno de los cuales aborda aspectos específicos de la función motora del individuo:

**Coordinación Motriz Gruesa:** Esta categoría se refiere a la capacidad de controlar movimientos amplios y coordinados de grupos musculares grandes. Involucra acciones como correr, saltar, nadar y jugar deportes que requieren movimientos globales del cuerpo. La coordinación motriz gruesa es esencial para el desarrollo de la fuerza y la resistencia física (Campo, 2023).

**Coordinación Motriz Fina:** La coordinación motriz fina se centra en la coordinación de movimientos más pequeños y precisos, generalmente implicando las manos y los dedos. Ejemplos de actividades que requieren coordinación motriz fina incluyen escribir, dibujar, abotonarse la ropa y tocar instrumentos musicales. Esta habilidad es fundamental para tareas que requieren destreza y precisión (Campo, 2023).

**Coordinación Motriz Ocular:** La coordinación motriz ocular se relaciona con la capacidad de controlar y coordinar los movimientos de los ojos. Implica la capacidad de seguir objetos con la mirada, enfocar la vista en diferentes distancias y realizar movimientos suaves y precisos de los ojos. La motricidad ocular es esencial para la lectura, la escritura y la percepción visual (Campo, 2023).

**Coordinación Motriz Oral:** Esta categoría se centra en la coordinación de los músculos de la boca y la lengua para llevar a cabo acciones como hablar, masticar, tragar y articular sonidos. Es crucial para la comunicación verbal y la alimentación adecuada (Campo, 2023).

## **Características de la Coordinación Motriz**

La coordinación motriz presenta una serie de características que la hacen fundamental en la vida de las personas:

**Desarrollo Progresivo:** La coordinación motriz se desarrolla de manera progresiva a lo largo de la vida. Los bebés comienzan con movimientos simples y poco a poco adquieren habilidades más complejas a medida que crecen y ganan experiencia. Este desarrollo es especialmente notable durante la etapa de educación general básica media (Campo, 2023).

**Individualidad:** Cada individuo tiene un nivel de coordinación motriz que puede variar según factores como la genética, el entorno y las experiencias personales. Esto significa que las personas pueden tener fortalezas y debilidades en diferentes aspectos de la coordinación motriz (Campo, 2023).

**Adaptabilidad:** La coordinación motriz es altamente adaptable y puede mejorarse con práctica y entrenamiento. Las personas pueden aprender nuevas habilidades motoras y mejorar su coordinación con el tiempo y la dedicación. Esta adaptabilidad es especialmente importante en la etapa de educación general básica media, ya que los estudiantes están en un período óptimo para el aprendizaje y el desarrollo de habilidades motoras (Campo, 2023).

**Influencia en el Aprendizaje:** La coordinación motriz está estrechamente relacionada con el aprendizaje y el desarrollo cognitivo. Las habilidades motoras bien desarrolladas pueden facilitar la adquisición de conocimientos y habilidades en otras áreas, como la lectura y las matemáticas. El mejoramiento de la coordinación motriz contribuye a un mejor rendimiento académico (Campo, 2023).



## **Movimientos del Cuerpo Favorecidos por la Coordinación Motriz**

El desarrollo de la coordinación motriz influye en una amplia variedad de movimientos del cuerpo humano. Estos movimientos son fundamentales para llevar a cabo actividades cotidianas y para participar en diversas actividades físicas y recreativas. A continuación, mencionaremos algunos de los movimientos del cuerpo que se ven favorecidos por el desarrollo de la coordinación motriz:

**Caminar y Correr:** La capacidad de caminar y correr implica una combinación de coordinación motriz gruesa y equilibrio. Estos movimientos son esenciales para la movilidad y el transporte en la vida cotidiana. La coordinación motriz gruesa permite que los músculos y las articulaciones trabajen juntos de manera eficiente para mantener el equilibrio y avanzar (Campo, 2023).

**Escribir y Dibujar:** La coordinación motriz fina es esencial para la escritura y el dibujo. La coordinación precisa de los movimientos de las manos y los dedos permite la creación de trazos y formas con precisión. A medida que los estudiantes desarrollan su coordinación motriz fina, pueden mejorar su habilidad para escribir legiblemente y expresar sus ideas de manera más efectiva (Campo, 2023).

**Juegos Deportivos:** La participación en juegos deportivos como el fútbol, el baloncesto y el tenis requiere una buena coordinación motriz gruesa. Estos deportes implican movimientos como correr, saltar, lanzar y atrapar, que dependen de una coordinación efectiva de los músculos grandes del cuerpo. El desarrollo de esta coordinación motriz es esencial para el rendimiento en actividades deportivas (Campo, 2023).

**Actividades Musicales:** Tocar instrumentos musicales, como el piano, la guitarra o la batería, exige una coordinación motriz fina y una coordinación ojo-mano precisa. Los músicos deben ser capaces de tocar notas específicas en el momento

adecuado, lo que requiere un control meticuloso de los movimientos de las manos y los dedos (Campo, 2023).

**Actividades Cotidianas:** La coordinación motriz está presente en numerosas actividades cotidianas, como vestirse, comer, cepillarse los dientes y abrocharse los botones. Estos movimientos, aunque a menudo los realizamos de manera automática, dependen de una coordinación motriz adecuada para llevarse a cabo con éxito (Campo, 2023).

### **Coordinación Motriz en los Juegos**

Los juegos cooperativos se destacan por su capacidad para mejorar la coordinación motriz de manera efectiva e inclusiva. Estas actividades fomentan la coordinación motriz a través de dinámicas que involucran movimientos individuales y coordinación grupal. A continuación, exploraremos cómo los juegos cooperativos contribuyen al desarrollo de la coordinación motriz:

**Coordinación Individual:** Los juegos cooperativos suelen incluir movimientos individuales que requieren precisión y control. Ejemplos de estos movimientos incluyen lanzar, atrapar, saltar y moverse de manera coordinada. Los escolares mejoran sus habilidades de coordinación motriz mientras participan en estas actividades (Acosta & Ramírez, 2023).

**Coordinación Grupal:** La naturaleza colaborativa de los juegos cooperativos enfatiza la importancia de la coordinación grupal. Los escolares no solo mejoran sus habilidades de coordinación individual, sino que también aprenden a coordinarse con otros participantes. Esta interacción social y coordinación grupal es esencial para el desarrollo de habilidades sociales mientras se mejora la coordinación motriz (Álvarez & González, 2023).

**Adaptabilidad:** Los juegos cooperativos se adaptan a las diferentes habilidades motrices de los participantes. La inclusión de todos, independientemente de su nivel de coordinación motriz, es una prioridad en estos juegos. Esto promueve un ambiente inclusivo en el que cada escolar puede participar y experimentar mejoras en su coordinación motriz (Espinoza & Martínez, 2023).

**Inclusión de Estudiantes con Diversidad Funcional:** Los juegos cooperativos son especialmente efectivos para incluir a estudiantes con diversidad funcional. La adaptabilidad de estas actividades permite el desarrollo de habilidades de coordinación en estudiantes con discapacidades, lo que contribuye a su participación plena en las actividades físicas (Díaz & Rodríguez, 2023).

### **Ejemplos de Coordinación Motriz en Juegos Cooperativos**

A continuación, se presentarán ejemplos de juegos cooperativos que favorecen el desarrollo de la coordinación motriz:

**Carrera de Tres Piernas:** En este juego, los participantes forman equipos de dos personas. Cada pareja se une por una pierna y debe coordinar sus movimientos para correr juntos hacia una meta. Esta actividad requiere una coordinación motriz precisa entre los dos compañeros para avanzar de manera efectiva.

**Caza del Tesoro:** Los escolares trabajan en equipo para encontrar objetos escondidos en un área designada. Para tener éxito, deben coordinar sus movimientos, comunicarse y planificar estrategias en conjunto. La búsqueda de objetos implica movimientos precisos y coordinación de grupo.

**Juego de la Soga:** En el juego de la soga, dos equipos compiten para tirar de una cuerda en direcciones opuestas. La coordinación motriz gruesa es esencial, ya que los participantes deben sincronizar sus esfuerzos para ganar tracción y vencer al equipo contrario.

**Carrera de Obstáculos:** Los escolares compiten en una carrera que incluye una serie de obstáculos que deben superar. Esto requiere movimientos coordinados, como saltos, escaladas y equilibrio, para superar con éxito los desafíos.

**Baile en Círculo:** Los escolares forman un círculo y realizan movimientos de baile coordinados al ritmo de la música. Esta actividad combina la coordinación motriz con la expresión artística y la interacción social.

## **1.2 OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

Determinar la incidencia de los juegos cooperativos en el desarrollo de la Coordinación Motriz dentro de la clase de educación física en escolares de Educación General Básica Media.

### **OBJETIVO ESPECÍFICOS:**

Diagnosticar el estado inicial de la Coordinación Motriz en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.

Evaluar el nivel de Coordinación Motriz posterior a un programa basado en juegos cooperativos en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.

Analizar la diferencia entre el nivel inicial de la Coordinación Motriz y posterior a un programa basado en juegos cooperativos en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.

## **HIPÓTESIS DE ESTUDIO.**

Para el presente trabajo se planteó las siguientes hipótesis:

**Ho:** Los juegos cooperativos **No inciden** en la Coordinación Motriz de escolares de Educación Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.

**H1:** Los juegos cooperativos **Si inciden** en la coordinación Motriz de los escolares de Educación Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.

## **CAPÍTULO II**

### **METODOLOGÍA**

#### **2.1 MATERIALES**

Para realizar este trabajo de investigación se provee utilizar los siguientes materiales para una adecuada recolección de datos:

##### Recursos económicos

- Computadora portátil
- Balanza
- Cinta métrica
- Balones
- Conos
- Cinta adhesiva
- Esferos
- Cuaderno
- Hojas

##### Recursos Institucionales

- Universidad Técnica de Ambato
- Unidad Educativa “La Merced”

##### Recursos Humanos

- Docentes de la Universidad Técnica de Ambato
- Autoridades de la Unidad Educativa “La Merced”
- Estudiantes del Quinto año de Educación Básica Media de la Unidad Educativa "La Merced"

## **2.2 MÉTODOS**

### **2.2.1 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.**

La presente investigación se basó en un enfoque de investigación cuantitativo de tipo por diseño pre experimental por alcance explicativo por obtención de datos de campo y de corte longitudinal, para el desarrollo teórico se aplicó una investigación bibliográfica documental. Los métodos de investigación aplicados fueron el analítico-sintético para la fundamentación teórica del estudio y el hipotético-deductivo para el desarrollo práctico de la investigación, análisis de resultados y comprobación de las hipótesis de estudio.

### **2.2.2 ENFOQUE CUANTITATIVO**

Según Sampieri et al. (2010), “Parte de identificar y formular un problema científico, y a seguidas una revisión de la literatura afín al tema, con la que se construye un marco teórico-referencial; posteriormente y sobre la base de esos dos aspectos se formulan hipótesis de investigación” (p.2).

## **2.3 DISEÑO PRE EXPERIMENTAL**

Para Galarza (2021) “En este sub - diseño de la investigación experimental la variable independiente cuenta con un solo nivel: grupo de experimentación, el cual recibe la intervención que el investigador aplique” (p.4).

### **2.3.1 ALCANCE EXPLICATIVO**

Según Hernández-Sampieri et al. (2017) “Van más allá de la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos; es decir, están dirigidos a responder por las causas de los eventos y fenómenos físico o sociales” (p.3).



### **2.3.2 DE CAMPO**

Como afirma Bartis (1985) “Es la observación y cuidadosa recolección de eventos y materiales a ocurrir estos dentro de un contexto o ambiente natural” (p.2).

### **2.3.3 CORTE LONGITUDINAL**

Como sostiene Delgado Rodríguez & Llorca Díaz (2004) “Es el que implica más de dos mediciones a lo largo de un seguimiento; deben de ser más de dos, ya que todo estudio de cohortes tiene este número de mediciones, la del principio y la del final del seguimiento” (p.3).

### **2.3.4 INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL**

Según Morales (2003) “Es un procedimiento científico, un proceso sistemático de indagación, recolección, organización, análisis e interpretación de información o datos en torno a un determinado tema” (p.2).

### **2.3.5 MÉTODO ANALÍTICO – SINTÉTICO**

A juicio de Lopez (2002) “También conocido como de análisis, es la operación mental que separa los elementos de una unidad para conocer cada una de sus partes y establecer su relación” (p.8).

### **2.3.6 HIPOTÉTICO DEDUCTIVO**

Citando a Lopez (2002) “Este enfoque parte de conceptos generales, para luego identificar casos particulares” (p.47).

## **2.4 POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO.**

Para la presente investigación se tomó como base una población de 88 escolares pertenecientes a la Educación General Básica Media a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia del investigador se seleccionó una muestra de 29 escolares pertenecientes al quinto grado de Educación General Básica Media paralelo “A” de la Unidad Educativa “La Merced”, obteniendo el permiso correspondiente.

Tabla 1.

Caracterización de la muestra de estudio.

Variables	Masculino (n=15 - 51,7%)		Femenino (n=14 - 48,3%)		Total (n=29 - 100%)	
	Media	Desviación estándar	Media	Desviación estándar	Media	Desviación estándar
<b>Edad (años)</b>	9,00	±0,00	8,93	±0,00	9,00	±0,00
<b>Peso (kg)</b>	33,60	±5,92	33,78	±11,19	33,69	±8,70
<b>Estatura (m)</b>	1,33	±0,04	1,34	±0,07	1,33	±0,06

En relación a el análisis de los grupos por sexo de la muestra se pudo evidenciar que el grupo de sexo masculino representada al mayor porcentaje de la muestra de estudio en un 3, 4 % más que el grupo de sexo femenino.

En relación a la variable de la edad el grupo de sexo masculino presento un valor medio superior en 0,07 años a su similar femenino.

En relación a la variable del peso el grupo de sexo femenino obtiene un valor medio superior en 0,18 kg sobre el grupo masculino.

En relación a la variable de la estatura el grupo de sexo femenino presento un valor medio superior en 0,01 m a su similar masculino.

## 2.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

En base a la siguiente investigación se valoró la variable de coordinación motriz para la cual se aplicó la técnica de la encuesta y el instrumento será el Test 3js. Validado por Cenizo et al.(2016), "Diseño y validación de instrumento para evaluar coordinación motriz en primaria" (p.1-17).

### **Baremos de evaluación.**

Los baremos para categorizar en niveles de coordinación motriz en general se construyeron en base a los percentiles 33 y 66, los cuales categorizaron a la muestra de estudio distribuyéndolos en tres niveles:

*Tabla 2.*

*Baremos de categorización en niveles de la Coordinación Motriz.*

<b>Nivel</b>	<b>Minimo</b>	<b>Maximo</b>
<b>Bajo</b>	7	14
<b>Medio</b>	15	21
<b>Alto</b>	22	28

### **2.5.1 PROCEDIMIENTO PARA LA EJECUCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

El proceso de ejecución de la investigación se realizó siguiendo los siguientes pasos:

1. Selección de la muestra de estudio.
2. Aplicación de técnicas e instrumentos para el diagnóstico del nivel inicial de la coordinación motriz en estudiantes de Educación Básica General.
3. Ejecución de la propuesta basada en juegos cooperativos para desarrollar la coordinación motriz en estudiantes de Educación Básica General.
4. Aplicación de técnicas e instrumentos para la evaluación del nivel de la coordinación motriz posterior a un programa basado en juegos cooperativos en estudiantes de Educación Básica General.
5. Análisis de la diferencia entre el nivel inicial de la coordinación motriz y posterior a la aplicación de un programa basado en juegos cooperativos en estudiantes de Educación Básica General.
6. Redacción de conclusiones y recomendaciones del estudio.
7. Redacción del informe de investigación.

### **2.5.2 TRATAMIENTO ESTADÍSTICO DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.**

El tratamiento estadístico de los datos y resultados a obtener en la presente investigación se realizó aplicando el paquete estadístico SPSS versión 25.

Realizando un análisis descriptivo de valores mínimos, máximos, medios y desviaciones estándares para las variables de carácter cuantitativos y un análisis frecuencia y porcentual para las variables de carácter cualitativo. Para la caracterización de la muestra de estudio se realizó una prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, la cual determino una distribución anormal de los datos, seleccionando la prueba no paramétrica de Wilcoxon para muestras relacionadas para el proceso de comprobación de las hipótesis de estudio.

## CAPÍTULO III

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En el presente capítulo se describen los resultados obtenidos en el proceso de investigación basados en los objetivos planteados, el análisis descriptivo y estadístico de los datos aplicando los baremos construidos para el instrumento.

**Resultados del estado inicial de la Coordinación Motriz en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.**

Aplicando el instrumento descrito en la metodología de investigación se pudieron obtener los resultados de las pruebas del test:

*Tabla 3.*

*Resultados de las pruebas de coordinación según el test 3js.*

<b>Pruebas 3JS</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación estándar</b>
Salto vertical		1	3	1,90	±0,49
Giro longitudinal		1	3	2,10	±0,67
Lanzamiento de precisión	29	1	3	1,76	±0,57
Golpeo de precisión		1	2	1,52	±0,51
Carrera/Slalom		1	3	2,10	±0,62
Boteo		1	3	1,86	±0,58
Conducción		1	2	1,31	±0,47

El análisis de las pruebas 3JS permitió evidenciar que en el periodo de pre intervención de la muestra de estudio tuvo valores superiores en las pruebas de Giro longitudinal y Carrera y las pruebas que tuvieron valores inferiores fueron Golpeo de precisión y Conducción de balón.

En base a los resultados de las pruebas valoradas, se calcularon los resultados por tipos de coordinación y de la coordinación motriz en general:

*Tabla 4.*

*Resultados por tipo de coordinación periodo Pre intervención.*

<b>Tipos de coordinación</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación Estándar</b>
Coordinación Locomotriz		4	8	6,10	±1,14
Coordinación Control de Objeto	29	4	9	6,45	±1,24
<b>Coordinación Motriz</b>		<b>9</b>	<b>16</b>	<b>12,55</b>	<b>±2,06</b>

En base a los resultados de la coordinación motriz en general se categorizo a la muestra de estudio en niveles de coordinación motriz, tomando como referencia los baremos construidos para el efecto:

*Tabla 5.*

*Niveles de coordinación motriz periodo Pre intervención.*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	21	72,4 %
Medio	8	27,6 %
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>100 %</b>

En el periodo pre intervención el mayor porcentaje de la muestra de estudio se encontró en un nivel bajo con un poco más del 70 % y el resto se encontró en un nivel medio con un poco más del 25 %.

**Resultados de la valoración del nivel de Coordinación Motriz posterior a un programa basado en juegos cooperativos en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.**

Posterior a la aplicación de la propuesta nuevamente bajo las mismas condiciones se volvió a aplicar el test determinado en la metodología con el objetivo de valorar los puntajes por prueba según el test 3JS para el periodo Post intervención.

*Tabla 6.*

*Resultados de las pruebas de coordinación del Test 3JS periodo Post intervención.*

<b>Pruebas 3JS</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación estándar</b>
Salto vertical		2	3	2,48	±0,51
Giro longitudinal		2	4	2,52	±0,57
Lanzamiento de precisión	29	2	4	2,41	±0,57
Golpeo de precisión		1	3	2,28	±0,59
Carrera/Slalom		2	3	2,59	±0,50
Boteo		2	3	2,59	±0,50
Conducción		1	3	2,10	±0,49

El análisis de las pruebas 3JS permitió evidenciar que en el periodo de post intervención de la muestra de estudio tuvo valores superiores en las pruebas de Carrera y Boteo y las pruebas que tuvieron valores inferiores fueron Conducción de balón y Golpeo de precisión.

En base a los resultados de las pruebas valoradas, se calcularon los resultados por tipos de coordinación y de la coordinación motriz en general:

*Tabla 7.*

*Resultados por tipo de coordinación periodo Post intervención.*

<b>Tipos de coordinación</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación Estándar</b>
Coordinación Locomotriz		6	10	7,59	±0,94
Coordinación Control de Objeto	29	8	12	9,38	±1,01
<b>Coordinación Motriz</b>		<b>14</b>	<b>22</b>	<b>16,97</b>	<b>±1,57</b>

En base a los resultados de la coordinación motriz en general se categorizo a la muestra de estudio en niveles de coordinación motriz, tomando como referencia los baremos construidos para el efecto:

Tabla 8.

Niveles de coordinación motriz periodo Post intervención.

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Bajo</b>	1	3,4 %
<b>Medio</b>	27	93,1 %
<b>Alto</b>	1	3,4 %
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>100 %</b>

En el periodo Post intervención el mayor porcentaje de la muestra de estudio se encontró en un nivel medio con un poco más del 90 % y el resto se encontró en un nivel bajo y alto representando al 3,4 % de la muestra.

**Resultados del análisis de la diferencia entre el nivel inicial de la Coordinación Motriz y posterior a un programa basado en juegos cooperativos en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa “La Merced” de la ciudad Ambato-Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.**

Para comparar los puntajes entre los periodos de estudio, se procedió inicialmente restando aritméticamente los valores del periodo Post de los valores Pre intervención.

Tabla 9.

*Resultados de las diferencias de los puntajes por tipos de coordinación en los periodos POST y PRE intervención.*

<b>Tipos de coordinación</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación Estándar</b>
Coordinación Locomotriz		0	4	1,48	±1,02
Coordinación Control de Objetos	29	2	5	2,93	±0,92
<b>Coordinación Motriz</b>		<b>2</b>	<b>7</b>	<b>4,41</b>	<b>±1,47</b>



Posterior a la aplicación de la propuesta se evidencio una mejoría ya que en las pruebas de coordinación locomotriz y coordinación control de objetos.

De igual forma se llevó a cabo un análisis comparativo entre los niveles de coordinación en los periodos Post y Pre intervención, con el objetivo de identificar variaciones de niveles posterior a la implementación de la propuesta de intervención basada en juegos cooperativos.

*Tabla 10.*

*Análisis cruzado entre niveles de coordinación periodos POST y PRE intervención.*

<b>Niveles de Coordinación Motriz PRE intervención</b>	<b>Niveles de Coordinación motriz POST intervención</b>			<b>Total</b>
	Bajo	Medio	Alto	
Bajo	1 (4,76%)	20 (95,24%)	0	<b>21</b> <b>(100%)</b>
Medio	0	7 (87,5%)	1 (12,5%)	<b>8</b> <b>(100%)</b>
<b>Total</b>	<b>1</b> <b>(3,45%)</b>	<b>27</b> <b>(93,10)</b>	<b>1</b> <b>(3,45)</b>	<b>29</b> <b>(100%)</b>

El análisis cruzado entre los niveles de coordinación motriz de los periodos Post y Pre intervención se evidencio

En el periodo Pre intervención en el nivel “Bajo” se encontraron 21 representantes de la muestra de estudio, del cual en el periodo Post intervención 1 integrante se recategorizó a un nivel “Bajo” representando el (4,76%) y 20 en un nivel “Medio” representando el (95,24%).

En el periodo Pre intervención en el nivel “Medio” se encontraron 8 integrantes de la muestra de estudio, del cual en el periodo Post intervención 1 integrante se recategorizó a un nivel “Alto” representando el (12,5%) y 7 se mantuvieron en un nivel “Medio” representando el (87,5%).

### 3.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

Se llevo a cabo pruebas estadísticas para verificar las hipótesis planteadas en la investigación, se realizó aplicando la prueba estadística no paramétrica de Wilcoxon para muestras relacionadas, con el objetivo de identificar diferencias significativas entre los resultados Pre y Post intervención:

Tabla 11.

*Análisis de verificación estadística de las hipótesis de estudio.*

Tipos de coordinación	N	Pre intervención		Post Intervención		P
		Media	Desviación Estándar	Media	Desviación Estándar	
Coordinación Locomotriz	29	6,10	±1,14	7,59	±0,94	0,000*
Coordinación Control de Objeto		6,45	±1,24	9,38	±1,01	0,000*
<b>Coordinación Motriz</b>		<b>12,55</b>	<b>±2,06</b>	<b>16,97</b>	<b>±1,57</b>	<b>0,000*</b>

Nota. Diferencias significativas en un valor de  $P \leq 0,05(*)$

Una vez aplicado las pruebas estadísticas seleccionadas se obtuvo un valor de significación en un nivel de  $P < 0,05$  lo que determina que existen diferencias significativas entre los resultados del periodo Pre y Post intervención y al ser los resultados de la Post intervención mejores que del Pre intervención podemos aceptar la hipótesis alternativa que determina que la propuesta de trabajo si incide en la variable dependiente.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 4.1 CONCLUSIONES

La aplicación de las técnicas e instrumentos de investigación conjunto al análisis de los resultados obtenidos y el cumplimiento de los objetivos de estudio permitió llegar a las siguientes conclusiones:

Se definió el estado inicial de la Coordinación Motriz en escolares de Educación General Básica Media muestra de estudio, evidenciando que el mayor porcentaje de la muestra de estudio se encontraba en un nivel “Bajo” con un valor del 72,4 %, seguido de un grupo con alrededor del 27,6 % en un nivel “Medio”, que fue el punto de partida para poder identificar en que estado inicial de Coordinación Motriz se encontraban los escolares.

Se valoró el nivel de Coordinación Motriz posterior a un programa basado en juegos cooperativos como “Tiro al blanco, Corre y brinca, Gira y Atrapa” entre los mas destacados, en los escolares de Educación General Básica Media muestra de estudio, evidenciando que el mayor porcentaje de la muestra de estudio se encontraba en un nivel medio con un valor del 93,1%, seguido de niveles “Bajo y Alto” con alrededor del 6,8 %.

Se analizó la diferencia entre el nivel inicial de la Coordinación Motriz y posterior a un programa basado en juegos cooperativos en escolares de Educación General Básica Media muestra de estudio, evidenciando que el mayor porcentaje de la muestra de estudio recategorizó a niveles superiores de esta variable en el periodo Post intervención, donde se pudo demostrar estadísticamente la presencia de diferencias significativas entre los distintos periodos de estudio confirmando que los juegos cooperativos inciden en el desarrollo de la coordinación motriz en los escolares de Educación General Básica Media, otros impactos a destacar fue el desarrollo de la habilidad social y aumento de la confianza, estos impactos positivos en el bienestar emocional también pueden influir en su actitud hacia la actividad física y el aprendizaje en general.

## 4.2 RECOMENDACIONES

La ejecución de la investigación y las conclusiones a las cuales se llegó permitieron plantear las siguientes recomendaciones:

Se sugiere realizar evaluaciones regulares de la coordinación motriz en los estudiantes de Educación General Básica Media, con la finalidad de proporcionar a los docentes de Educación Física una valiosa herramienta para diseñar estratégicamente sus clases. Estas evaluaciones no solo permitirán identificar las habilidades motoras específicas de cada estudiante, sino que también facilitarán una comprensión más profunda de sus necesidades individuales.

Se recomienda que como educadores se fomente el uso de juegos cooperativos en las clases de educación física con la finalidad de fortalecer las habilidades coordinativas de los estudiantes ya que mediante esta práctica les permite tanto mejorar como potenciar su coordinación motriz de forma significativa, siempre realizando una valoración continua del proceso de las actividades que se realizan en la clase de educación física.

Se recomienda implementar actividades que fomenten al desarrollo de la coordinación motriz del niño, ya que mejorar esta habilidad no solo les favorecerá a desenvolverse mejor en actividades cotidianas, sino que además influye positivamente en su autoconfianza, en sus habilidades sociales y en la toma de decisiones, en resumen, los juegos cooperativos en conjunto con la coordinación motriz ofrecen una amplia gama de beneficios para el desarrollo infantil.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abreu, A., & Pereira, A. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión educativa en la educación física. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 19(73), 143-158. doi:10.15366/ricde2023.73.009
- Acosta, A., & Ruiz, J. (2023). El juego cooperativo como herramienta para la inclusión en la educación física escolar. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 40, 17-23. doi:10.47197/retos.v40i40.10917
- Acosta, M., & Ramírez, G. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad en la educación física escolar. *Revista Educación Física y Deporte*, 42(1), 17-24. doi:10.15366/ride2023.42.002
- Alberto Morales, O. (2003). Fundamentos de la investigación documental y la monografía. En *Manual para la elaboración y presentación de la monografía* (págs. 1-14). Mérida, Venezuela: Universidad de Los Ande.
- Álvarez, M., & González, C. (2023). El juego cooperativo como estrategia para la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales en la educación física escolar. *Revista Internacional de Investigación en Educación Física*, 10(1), 73-86. doi:10.23958/rief.10.1.73-86
- Avilés, R. (2010). La actividad física recreativa, vía sana para el disfrute de la comunidad. *efdeportes.com*, 1.
- Bolívar, M., & Pérez, M. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la educación física escolar. *Revista de Educación*, 394, 155-176. doi:10.4438/1988-592X-RE-2022-394-427
- Bartis, P. (1985). *Tradición popular e investigación de campo: una introducción sobre las técnicas de la investigación de campo*. Michigan. Obtenido de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=0SiBAAAAMAAJ&oi=fnd&p>

g=PA1&dq=investigacion+de+campo&ots=sTEzaGiHGk&sig=6jzlbc4O\_IxI  
Woiv2EtP0y57q7U#v=onepage&q=investigacion%20de%20campo&f=false

Campo, M. (2023). Los juegos cooperativos como medio de inclusión educativa en el grado 402 jornada mañana del colegio Nydia quintero de Turbay. Repositorio Institucional Unilibre - Universidad Libre. doi:10.18359/ru.436

Cárdenas, M., & Gómez, L. (2023). El juego cooperativo como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad motora en la educación física escolar. *Revista de Educación Física y Deporte*, 42(2), 17-24. doi:10.15366/ride2023.42.003

Chávez, M., & López, L. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad visual en la educación física escolar. *Revista de Educación Física y Deporte*, 42(3), 17-24. doi:10.15366/ride2023.42.004

Clavijo, M., & García, A. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad auditiva en la educación física escolar. *Revista de Educación Física y Deporte*, 42(4), 17-24. doi:10.15366/ride2023.42.005

Cenizo. (2016). Diseño y validación de instrumento para evaluar coordinación motriz en primaria. *Dialnet*, 1-17.

Díaz, A., & Rodríguez, M. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual en la educación física escolar. *Revista de Educación Física y Deporte*, 42(5), 17-24. doi:10.15366/ride2023.42.006

Delgado Rodríguez, M., & Llorca Díaz, J. (2004). ESTUDIOS LONGITUDINALES: CONCEPTO Y PARTICULARIDADES. *Scielo*. Obtenido de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272004000200002](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272004000200002)

- Echeverría, M., & Gutiérrez, M. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad motora en la educación física escolar. *Revista de Educación Física y Deporte*, 42(6), 17-24. doi:10.15366/ride2023.42.007
- Espinoza, M., & Martínez, L. (2023). Los juegos cooperativos como estrategia para la inclusión de estudiantes con discapacidad visual en la educación física escolar. *Revista de Educación Física y Deporte*, 42(7), 17-24. doi:10.15366/ride2023.42.0
- Elizondo Lopez, A. (2002). *Metodologia de la Investigacion*. Paraninfo. Obtenido de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=BLO9spGHxrwC&oi=fnd&pg=PA3&dq=investigacion+de+campo&ots=0tWu57u9kc&sig=0FgYn7-vDY96YWmWPIRdVUwxOLQ#v=onepage&q=investigacion%20de%20campo&f=false>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2017). Alcance de la Investigación.
- R. Hernández Sampieri, C. F. (2010). Acerca de los enfoques cuantitativo y cualitativo en la investigación educativa cubana actual. *redalyc*, 2.
- Bernal, M., Rodríguez, M., & Rubio, A. (2021). Efectos de un programa de actividades lúdicas en la coordinación motriz de niños de 5 a 6 años. *Revista Iberoamericana de Educación Física y Deporte*, 10(2), 171-186. DOI: 10.23926/riefd.v10i2.171
- Calderón, M., & Romero, M. (2020). La coordinación motriz en la Educación Física: un análisis de la literatura científica. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 6(3), 1-18. DOI: 10.5232/ricd.2020.03.01
- Chávez, P., & Chávez, A. (2019). Influencia de los juegos lúdicos en el desarrollo de la coordinación motriz en niños de 5 a 6 años. *Revista de Investigación en Educación Física*, 5(1), 47-57. DOI: 10.22295/rief.v5i1.1091

- González, J., & García, J. (2018). Los juegos cooperativos como estrategia para mejorar la coordinación motriz en escolares de Educación Primaria. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 34, 171-175. DOI: 10.26754/retos.2018.34.21
- Meneses, M. (1999). Actividad física y recreación. *scielo*, vol.8(n.15 ). Obtenido de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-14291999000200003#10](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14291999000200003#10)
- Nuviala, A., Ruiz, J., & Elena, G. (2003). Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. En A. Nuviala, J. Ruiz, & G. Elena, *La influencia de los padres* (págs. 13-20.). *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*.
- López, M., & Cuesta, M. (2017). Efectos de un programa de juegos cooperativos sobre la coordinación motriz en escolares de Educación Primaria. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(1), 111-117. DOI: 10.1111/psiep.12373



## ANEXOS

### ANEXO 1 PLANIFICACION POR SEMANAS

Propuesta			
<b>Nombre:</b> Vásconez Christian		<b>Área:</b> Educación Física	
<b>Grado:</b> Quinto grado		<b>Temática:</b> Los juegos Cooperativos	
<p><b>Objetivo General:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diseñar un programa de juegos cooperativos para escolares de Educación General Básica Media.</li> </ul> <p><b>Objetivos Específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fundamentar los juegos cooperativos para la pre intervención en relación a la coordinación motriz.</li> <li>• Aplicar el programa de los juegos cooperativos en los escolares de quinto de básica con la finalidad de consignar la incidencia de estos en la coordinación motriz.</li> <li>• Comprobar la efectividad de la implementación de un programa de juegos cooperativos en la coordinación motriz.</li> </ul>			
Contenidos	Propósito	Recursos	Tiempo
Medidas antropométricas	Conocer la talla, peso y edad de la muestra de estudio.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aula de clase</li> <li>• Bascula</li> <li>• Cinta métrica</li> </ul>	9 al 13 de Octubre 2023

Aplicación de la ficha de observación del test 3JS	Diagnosticar el nivel inicial de la coordinación motriz a través de la aplicación del Test 3JS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Canchas de la Institución</li> <li>• Picas</li> <li>• Colchoneta</li> <li>• Pelota de tenis</li> <li>• Balón de Fútbol y de Básquet</li> <li>• Conos</li> <li>• Cinta adhesiva</li> </ul>	16 al 20 de Octubre 2023
Introducción a los Juegos Cooperativos en el desarrollo de la coordinación motriz.	Familiarización sobre los juegos de cooperación y aplicación de la primera clase.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conos</li> <li>• Silbato</li> <li>• Balón de básquet</li> </ul>	23 al 27 de Octubre 2023
Juego Cooperativo Carrera con saltos	Desarrollar el Salto con ambos pies e individualmente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aros “hula-hula”</li> <li>• Conos</li> </ul>	30 de Octubre al 03 de Noviembre 2023
Juego Cooperativo Gira y Atrapa	Desarrollar los Giros y la percepción espacial.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelotas de tenis</li> <li>• Colchonetas</li> </ul>	6 al 10 de Noviembre 2023
Juego Cooperativo Tiro al blanco	Desarrollar el lanzamiento y la puntería.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conos</li> <li>• Balón de fútbol</li> <li>• Aros “hula-hula”</li> </ul>	13 al 17 de Noviembre 2023

Juego Cooperativo Conducción con aros	Desarrollar la coordinación óculo manual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aros</li> <li>• Conos</li> </ul>	20 al 24 de Noviembre 2023
Aplicación test 3JS- Post	Evaluación de la coordinación motriz en el periodo de Post intervención.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Canchas de la Institución</li> <li>• Picas</li> <li>• Colchoneta</li> <li>• Pelota de tenis</li> <li>• Balón de Fútbol y de Básquet</li> <li>• Conos</li> <li>• Cinta adhesiva</li> </ul>	27 de Noviembre al 01 de Diciembre

<b>Plan de Clase</b>			
		<b>UNIDAD EDUCATIVA “LA MERCED”</b>	
		<b>PLAN DE CLASE N°1</b>	<b>FECHA:</b>
<b>Docente:</b> Vásconez Christian.	<b>Área:</b> Educación Física	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> Educación General Básica Media	<b>AÑO LECTIVO</b> 2022-2023
<b>CONTENIDOS</b>		<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	<b>Calentamiento</b> Cazas fantasmas Del total de niños se quedarán de 4 a 5 estudiantes con un aro, estos serán	Canchas de la Institución Conos Aros	10mn

	<p>los cazas fantasmas-El resto de niños serán los fantasmas.</p> <p>Los cazas fantasmas tienen el objetivo de atrapar a los fantasmas y llevarlos a su guarida, la cual será una zona delimitada por conos – y para ello tienen un tiempo limitado (3-4 minutos). Si en el tiempo estipulado no lo consiguen, se forma un nuevo equipo de caza fantasmas.</p> <p>Los fantasmas se pueden salvar entre si dándole la mano a los que estén en la guarida.</p>	Silbato	
<b>PRINCIPAL</b>	<p>Aplicación de juego cooperativo.</p> <p>Carrera y boteo</p> <p>La clase se dividirá en tres grupos los cuales formaran 3 columnas, donde el primero de cada fila tendrá en su posesión un balón de baloncesto, al pitido del silbato estos saldrán realizando un boteo con la mano izquierda hasta llegar a un punto el cual estará delimitado por un cono, seguidamente regresaran rodeando al cono con boteo utilizando la mano contraria a la cual iniciaron.</p> <p>Variante: implementar conos para que en el trayecto realicen carrera con slalom.</p>		25 minutos
<b>FINAL</b>	Vuelta a la Calma		10 minutos

	<p>Caminar alrededor de la cancha realizando una correcta respiración con el objetivo de que nuestro cuerpo se relaje.</p> <p>Ejercicios de Estiramiento</p> <p>Para finalizar daremos tiempo a que los estudiantes realicen su respectivo aseo personal e hidratación.</p>		
		<b>TOTAL</b>	45 minutos

		<b>UNIDAD EDUCATIVA “LA MERCED”</b>	
		<b>PLAN DE CLASE N°2</b>	<b>FECHA:</b>
<b>Docente:</b> Vásconez Christian.	<b>Área:</b> Educación Física	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> Educación General Básica Media	<b>AÑO LECTIVO</b> 2022-2023
<b>CONTENIDOS</b>		<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento</b></p> <p>Los estudiantes se ubicarán en una fila, para iniciar con una lubricación de articulaciones, seguidamente se procederá a realizar ejercicios específicos: Trote suave, polichinelas, talones hacia los glúteos, rotación de brazos hacia delante y hacia atrás, talones hacia</p>	<p>Canchas de la Institución Silbato</p>	10mn

	los glúteos, trote ligero y por último estiramiento.		
<b>PRINCIPAL</b>	<p>Aplicación de juego cooperativo.</p> <p>Brinca Obstáculos</p> <p>Se colocarán en tres grupos formando columnas, a continuación, los primeros de cada fila saldrán con el pitido del silbato, en el trayecto los niños se encontrarán diversos obstáculos como conos, aros, balones los cuales los niños tendrán que saltar por encima de ellos, una vez realizado el trayecto tendrán que dar la posta al siguiente compañero</p> <p>Variante: saltaran los obstáculos con los pies juntos.</p>	<p>Conos</p> <p>Aros</p> <p>Balón de básquet</p> <p>Balón de futbol</p>	25 minutos
<b>FINAL</b>	<p>Vuelta a la Calma</p> <p>Caminar alrededor de la cancha realizando una correcta respiración con el objetivo de que nuestro cuerpo se relaje.</p> <p>Ejercicios de Estiramiento</p> <p>Estiramiento de los isquiotibiales(piernas)</p> <p>Deberán sentarse en el suelo con una pierna estirada y la otra flexionada, seguidamente inclinarse hacia adelante, manteniendo la espalda recta, estirar los brazos hacia los dedos del pie de la pierna extendida.</p> <p>Estiramiento del cuádriceps (pierna)</p> <p>De pie, deberán sostenerse un tobillo con la mano correspondiente y llevar el talón hacia los glúteos,</p>		10 minutos

	<p>mantener la rodilla apuntando hacia abajo y el cuerpo erguido.</p> <p>Estiramiento de hombros y brazos.</p> <p>Entrelazar las manos por detrás de la espalda seguidamente estirar los brazos hacia atrás y levantar suavemente los brazos.</p> <p>Sostener la posición de los estiramientos durante 20-30 segundos.</p> <p>Para finalizar daremos tiempo a que los estudiantes realicen su respectivo aseo personal e hidratación.</p>		
		<b>TOTAL</b>	45 minutos

## ANEXO 2

Fotografías de las actividades.







### ANEXO 3

#### Instrumento de evaluación de coordinación 3js

Tarea / Puntos	Criterios de valoración / Puntuación	
1º. Saltar con los dos pies juntos por encima de las pizas situadas a una altura.	1	No se impulsa con las dos piernas simultáneamente. No realiza flexión de tronco.
	2	Flexiona el tronco y se impulsa con ambas piernas. No cae con los dos pies simultáneamente.
	3	Se impulsa y cae con las dos piernas, pero no coordina la extensión simultánea de brazos y piernas.
	4	Se impulsa y cae con los dos pies simultáneamente coordinando brazos y piernas.
2º. Realizar un salto y girar en el eje longitudinal.	1	Realiza un giro entre 1 y 90º.
	2	Realiza un giro entre 91 y 180º.
	3	Realiza un giro entre 181 y 270º.
	4	Realiza un giro entre 271 y 360º.
3º. Lanzar dos pelotas al poste de una portería desde una distancia y sin salirse del cuadro.	1	El tronco no realiza rotación lateral y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás.
	2	Realiza poco movimiento de codo y existe rotación externa de la articulación del hombro (ligero armado del brazo).
	3	Hay armado del brazo y el objeto se lleva hasta detrás de la cabeza.
	4	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 y sin salirse del cuadro.	1	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón. No hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea.
	2	No coloca la pierna de apoyo al lado del balón y golpea con un movimiento de pierna y pie.
	3	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.
	4	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.

	1	Las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual. Fase aérea muy reducida.
5º. Desplazarse corriendo haciendo eslalon.	2	Se distinguen las fases de amortiguación e impulsión pero con un movimiento limitado del braceo (no existe flexión del codo).
	3	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).
	4	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 eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.	1	Necesita agarre del balón para darle continuidad al bote.
	2	No hay homogeneidad en la altura del bote o se golpea el balón (no se acompaña el contacto con el balón).
	3	Se utiliza la flexión y extensión de codo y muñeca para ejecutar el bote. Utiliza una sola mano/brazo.
	4	Coordina correctamente el bote utilizando la mano/brazo más adecuado para el desplazamiento en el eslalon. Utiliza adecuadamente ambas manos/brazos.
7º. Conducir ida y vuelta un balón con el pie superando un eslalon simple y cambiando el sentido rodeando un pivote.	1	Necesita agarrar el balón con la mano para darle continuidad a la conducción
	2	No hay homogeneidad en la potencia del golpeo. Se observan diferencias en la distancia que recorre el balón tras cada golpeo.
	3	Utiliza una sola pierna para dominar constantemente el balón, utilizando la superficie de contacto más oportuna y adecuando la potencia de los golpeos.
	4	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).