

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
ESCUELA DE POSGRADO



=====

**“PROGRAMA APP Y EL DESARROLLO DE LA
COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LOS ALUMNOS DEL
2° DE PRIMARIA DE LA I.E. RENÉ GUARDIÁN RAMÍREZ,
HUÁNUCO 2018”**

=====

**LINEA DE INVESTIGACIÓN: GESTIÓN ESTRATÉGICA
EDUCATIVA**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE MAESTRO EN
EDUCACIÓN, MENCIÓN GESTIÓN Y PLANEAMIENTO
EDUCATIVO**

TESISTA: YOJANA LIZET LAGUNA ROSALES
ASESOR: Dr. ABIMAEEL ADAM FRANCISCO PAREDES

HUÁNUCO – PERÚ
2020

DEDICATORIA

El presente trabajo está dedicado de manera especial a mi madre Sonia Rosales por su apoyo incondicional, y toda mi familia quienes fueron el principal cimiento para mi vida profesional, inculcaron en mí, las bases de responsabilidad y el deseo de superación.

AGRADECIMIENTO.

A la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, por ser mi casa de estudios y brindarme todos los conocimientos.

A la Escuela de Posgrado de la UNHEVAL.

A mis maestros de la maestría de Gestión y Planeamiento Educativo quienes me inculcaron sus saberes para valorar mis estudios y a superarme cada día.

A la Institución Educativa René Eusebia Guardián Ramírez y a mis estudiantes de segundo grado.

RESUMEN

En la actualidad los avances, tecnológicos y sociales, son procesos logrados a través de la educación y la vida se toma cada vez más difícil por la complejidad del sistema educativo. Para el ser humano lo fundamental es el desarrollo íntegro del movimiento corporal para realizar diversas actividades en la vida diaria. Es así que el programa APP y el desarrollo de la coordinación motriz gruesa, representa una enorme oportunidad para el desarrollo del movimiento coordinado en los estudiantes, para así alcanzar una mejora en el nivel de sus habilidades y destrezas en la coordinación motriz gruesa, favoreciendo el desarrollo de equilibrio, postura y dominio corporal.

Por lo sustentado se realizó la investigación: “Programa APP y el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del 2° de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez, Huánuco”, cuyo objetivo fue demostrar la influencia del programa APP en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de nivel primaria del respectivo ámbito de estudio; así mismo, con la finalidad de profundizar el análisis e interpretación de resultados, se formula la hipótesis: El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018. Para tal efecto el diseño de investigación utilizado fue el cuasi experimental, en el que se optó el diseño de dos grupos con medición de la variable dependiente antes y después de la aplicación de la variable independiente. La muestra fue conformada por 52 estudiantes del segundo grado de nivel primaria. Se realizó el trabajo de campo para obtener los resultados, realizar su procesamiento y su posterior análisis e interpretación, permitiendo así validar las hipótesis. Se llegó a la conclusión de que el programa APP influye significativamente en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de nivel primaria de la institución educativa antes mencionada.

Palabras claves: Coordinación, educación, integración

ABSTRACT

Currently, technological and social advances are processes achieved through education and life is made increasingly difficult by the complexity of the educational system. For the human being, the fundamental thing is the complete development of body movement to carry out various activities in daily life. Thus, the APP program and the development of gross motor coordination represent an enormous opportunity for the development of coordinated movement in students, in order to achieve an improvement in the level of their abilities and skills in gross motor coordination, favoring development of balance, posture and body control.

For this reason, the research was carried out: “APP Program and the development of gross motor coordination in the students of the 2nd grade of the I.E. René Guardián Ramírez, Huánuco ”, whose objective was to demonstrate the influence of the APP program on the development of gross motor coordination in second grade students at the primary level in the respective field of study; Likewise, in order to deepen the analysis and interpretation of results, the hypothesis is formulated: The "APP" program significantly influences the development of gross motor coordination in students in the second grade of primary school of the I.E. René Guardián Ramírez 2018. For this purpose, the research design used was quasi-experimental, in which the design of two groups with measurement of the dependent variable was chosen before and after the application of the independent variable. The sample was made up of 52 second grade students at the elementary level. Field work was carried out to obtain the results, carry out their processing and their subsequent analysis and interpretation, thus allowing the hypotheses to be validated. It was concluded that the APP program significantly influences the development of gross motor coordination in second grade students at the elementary level of the aforementioned educational institution.

Keywords: Coordination, education, integration.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT.....	vi
ÍNDICE.....	vii
INTRODUCCIÓN.....	x
CAPITULO I. ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	12
1.1.Fundamentación del problema.....	12
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	13
1.2.1.Justificación.....	13
1.2.2 Importancia o propósito.....	15
1.3.Viabilidad de la investigación.....	15
1.4.Formulación del problema.....	16
1.4.1. Problema general.....	16
1.4.2. Problemas específicos.....	16
1.5.Formulación de objetivos.....	16
1.5.1. Objetivo general.....	16
1.5.2. Objetivos específicos.....	17
CAPITULO II. SISTEMA DE HIPÓTESIS.....	18
2.1.Formulación de hipótesis generales y específicos.....	18
2.1.1. Hipótesis general.....	18
2.1.2. Hipótesis específicas.....	18
2.2.Operacionalización de las variables.....	18
2.3.Definición operacional de las variables.....	20
CAPITULO III. MARCO TEÓRICO.....	22
3.1.Antecedentes de investigación.....	22
3.2.Bases teóricas.....	27

3.2.1.1. Pliométrie.....	29
Historia.....	32
Beneficios del programa APP.....	35
➤ Coordinación bimanual.....	37
Tipos de equilibrio.....	42
Importancia del equilibrio corporal.....	43
3.2.1.2. Postura corporal.....	43
3.2.1.3. Dominio corporal.....	45
3.3. Bases conceptuales.....	47
CAPITULO IV. METODOLOGÍA.....	50
4.1. Ámbito de estudio.....	50
4.2. Tipo y nivel de investigación.....	50
4.3. Población y Muestra.....	50
4.3.1. Descripción de la población.....	50
4.3.2. Muestra y método de muestreo.....	51
4.3.3. Criterios de inclusión y exclusión.....	52
4.4. Diseño de investigación.....	52
4.5. Técnicas e instrumentos.....	52
4.5.1. Técnicas.....	52
➤ La observación.....	53
➤ Experimentación.....	53
➤ Demostración.....	53
➤ Aplicación.....	53
4.5.2. Instrumentos.....	53
4.5.2.1. Validación de los instrumentos para la recolección de datos.....	53
4.5.2.2. Validación de los instrumentos para la recolección de datos.....	54
4.6. Técnicas para el procesamiento y análisis de datos.....	54
4.7. Aspectos éticos.....	54

CAPITULO V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	55
5.1. Análisis descriptivo.....	55
5.2. Análisis inferencial y/o contrastación de hipótesis.....	75
PRUEBA DE HIPÓTESIS.....	75
5.3. Discusión de resultados.....	80
5.4. Aportes de la investigación.....	82
CONCLUSIONES.....	83
RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS.....	84
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	85
ANEXO 01 Matriz de consistencia.....	88
ANEXO 02 Consentimiento informado.....	91
ANEXO 03 Instrumentos.....	93
ANEXO 04 Validación de instrumentos por expertos.....	108
NOTA BIOGRÁFICA.....	130
ACTA DE DEFENSA DE TESIS DE MAESTRO.....	132
AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TESIS ELECTRÓNICA.....	¡Error! Marcador no definido.

INTRODUCCIÓN

- La educación actual en el Perú, busca un aprendizaje significativo e integradora en los estudiantes, desde esa perspectiva y en el contexto actual, en el área de educación Física se requiere que los estudiantes conozcan sus posibilidades de acción, comprendan y cuiden su cuerpo y salud desde una visión más integradora y humanizadora el cual debe partir principalmente en el desarrollo de habilidades motrices sobre todo de la buena coordinación de sus movimientos globales y comprenda las posibilidades de movimiento de su cuerpo. A medida que los estudiantes aumentan su dominio su dominio motor adquieren mayor seguridad y confianza logrando un óptimo aprendizaje de la coordinación motriz gruesa. Con la finalidad de corroborar en la solución de los problemas de coordinación motriz gruesa se pone en nuestras manos el trabajo de investigación titulada : “ Programa APP y el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los niños del 2° de la I.E René Guardián Ramírez, Huánuco 2018”, cuyo propósito fue demostrar la efectividad que tiene el programa APP proponiendo distintas actividades, ejercicios y juegos planteados en el programa y en las sesiones de aprendizaje, donde desarrollaron juegos y actividades de, equilibrio, postura y dominio corporal. El programa APP benefició significativamente a los estudiantes para superar los problemas que tenían en la coordinación de sus movimientos corporales En este aspecto el programa APP será la herramienta perfecta para los estudiantes de la Institución Educativa René Guardián Ramírez, medio por el cual permitirá el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en forma organizada sin presión hacia los estudiantes, generando en ellos la predisposición por querer realizar la actividad.
- El desarrollo de esta investigación XI o capítulos los cuales son:
En el CAPÍTULO I, Se redacta fundamentación del problema, justificación, importancia, limitaciones, formulación problema general y específico, formulación de objetivos general y específico, formulación de hipótesis general y específicos, viabilidad, operacionalización de variables y definición de términos operacionales.

En el CAPÍTULO II, se redacta antecedentes, bases teóricas y bases conceptuales

En el CAPÍTULO III, se redacta ámbito, población, muestra, nivel y tipo de estudio, diseño de investigación, técnicas e instrumentos, validación y confiabilidad del instrumento, procedimiento, tabulación.

En el CAPÍTULO IV, se redacta los análisis descriptivo, análisis inferencial y contrastación de hipótesis, discusión de resultados y aporte de la investigación.

CAPITULO I. ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Fundamentación del problema

A lo largo de la historia, las manifestaciones de la coordinación motriz gruesa han tomado diversas denominaciones: Torpeza motriz, dificultad del aprendizaje motor, y problemas de la coordinación motriz gruesa. En la actualidad se concibe el desarrollo humano como un sistema y la coordinación motriz gruesa es una capacidad que forma parte del sistema indivisible que permite a las personas moverse sincronizadamente de manera precisa, rápida, ordenada permitiendo explorar sus movimientos corporales.

La revista internacional de ciencias del deporte en el año 2006, el artículo realizó un análisis de los problemas evolutivos de coordinación motriz en la edad escolar un asunto que ha recibido una escasa atención en los ámbitos educativos españoles y que ha provocado una gran preocupación a los países del entorno para remediar usaron programas de competencia motriz que es un elemento imprescindible que favorece a un estilo de vida saludable entre los escolares.

El objetivo principal de la educación peruana es la formación integral de los estudiantes, es por ello en el área de educación física se orienta a desarrollar las distintas habilidades entre ellas la motricidad gruesa porque el movimiento es el primer lenguaje del niño y a través del movimiento explora el mundo, obtiene un sentido de su propia posición, desarrolla la conciencia de su mapa corporal y aprende a coordinar conjuntamente ojos y cuerpo; la postura y el gesto nos dicen mucho por sí solos, mucho antes de que se desarrolle un habla fluida.

Con frecuencia se observa en la región de Huánuco ciertas deficiencias en la coordinación motora, razón por el cual el presente trabajo de investigación se enfoca el problema educativo y deportivo referente a la coordinación motriz gruesa.

En el transcurso de lo observado en las clases de Educación Física en la I.E. René Guardián Ramírez cuando analizamos la competencia motriz de los niños

nos encontramos con que no todos se desenvuelven con la misma soltura. La preocupación de ésta investigación son realmente aquellos estudiantes que tienen dificultades en la coordinación de los movimientos corporales al chocar con otros niños, no tener control se su propio cuerpo, les excluyen de los juegos en grupo, les conduce a estar solos, a tener una baja autoestima, evitar la actividad física y quizá abandonarla.

Para Jean Piaget, el desarrollo de la motricidad gruesa a partir de los 7 años la maduración está prácticamente completada, por lo que a partir de ahora y hasta los 12 años es el momento idóneo para realizar actividades que favorezcan el equilibrio y la coordinación de movimientos. A partir de esta realidad el presente trabajo de investigación se a visionado de manera integral favoreciendo la coordinación motriz gruesa en los estudiantes del segundo grado de nivel primaria mediante el programa APP que ayuden a desarrollar y potencializar el equilibrio, postura, dominio corporal y garantizar un aprendizaje que sea más significativo en los estudiantes a partir de las experiencias motrices.

Si no se aplica el programa APP entonces se seguirá teniendo dificultades con la coordinación motriz gruesa en los niños de segundo grado.

Por lo que es necesario la aplicación del programa APP para mejorar la coordinación motriz gruesa.

1.2. Justificación e importancia de la investigación

1.2.1. Justificación

El desarrollo de la presente investigación es de suma importancia porque los diferentes ejercicios motrices que contienen el programa APP ayudan a perfilar la coordinación motriz gruesa que contribuye en los estudiantes a realizar diversas actividades en su vida diaria.

En nuestro país según el MINEDU en el Currículo Nacional de Primaria que constituye el segundo nivel de Educación Básica Regular la cual se organizan por áreas curriculares según el Plan de Estudios de cada nivel educativo. Las áreas curriculares son una forma de

organización articuladora e integradora de las competencias que se busca desarrollar en los estudiantes y de las experiencias de aprendizaje afines. Una de las áreas curriculares es la Educación Física donde se pretende que los estudiantes desarrollen una conciencia crítica hacia el cuidado de su salud y la de los demás, se ocupa de promover, facilitar, orientar la enseñanza – aprendizaje que corresponde al enfoque relacionado con la construcción de la corporeidad, dicho enfoque se basa en el desarrollo humano y concibe al hombre como una unidad funcional donde se relacionan aspectos cognitivos, motrices, sociales, emocionales y afectivos que están interrelacionados estrechamente en el ambiente donde se desarrollan los estudiantes y respeta todos los procesos particulares que configuran su complejidad para la adaptación activa del estudiante a la realidad. Los estudiantes desarrollan las siguientes competencias: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad, asume una vida saludable, interactúa a través de sus habilidades sociomotrices y para que el estudiante desarrolle estas tres competencias de forma progresiva y secuencial se requiere de la coordinación motriz gruesa por ello nuestro trabajo de investigación tiene como objetivo mejorar y dar solución al problema de la coordinación corporal mediante el programa APP.

Son varios los autores (Freud, Wallon y Duché) que manifiestan la importancia del movimiento del niño en las primeras edades como parte fundamental para el desarrollo íntegro de la persona.

La idea del proyecto surge por lo que evidencie el problema de movimiento corporal de los estudiantes de la Institución educativa René Guardián Ramírez, se dio al momento de desarrollar distintas actividades designadas en el área de educación física donde se observó que los estudiantes tenían múltiples dificultades en la coordinación de sus movimientos corporales, incluso habían niños que los excluían de los diferentes juegos a los niños con niveles de competencia motriz bajo en consecuencia si no acudimos a tiempo a solucionar el problema de coordinación les puede producir como el aislamiento social, baja autoestima e incluso el miedo a jugar con su

propio cuerpo. Para solucionar el problema que aqueja a los estudiantes elaboré el programa “APP” para que los estudiantes mejoren sus movimientos coordinativos en forma dinámica, recreativa, lúdica y con un espacio libre donde puedan sentirse motivados, relajados y ejercitando su cuerpo para una buena coordinación en sus movimientos globales y así poder desarrollar un movimiento coordinado del cuerpo de la misma manera se puede desarrollar una excelente convivencia, amistad y el disfrute de las actividades propias que brindemos a los alumnos.

En tal sentido en la I.E René Guardián Ramírez se implementará sesiones de aprendizaje donde se desarrollará el equilibrio, postural y dominio corporal haciendo uso del programa APP que contiene los distintos ejercicios y juegos a fin de mejorar la coordinación motriz gruesa de los estudiantes de segundo grado de nivel primaria; se ha elegido el grado principalmente porque a estas edades el niño desarrolla y organiza la percepción motora en forma más concreta, ideal para controlar y analizar su coordinación motriz gruesa.

1.2.2. Importancia o propósito

Esta investigación abrirá nuevos caminos para estudios sustantivos que presenten situaciones similares a lo que se plantea sirviéndose como marco referencial de estas.

1.3. Viabilidad de la investigación

El presente estudio de investigación es factible por lo siguiente:

- Se obtuvo el permiso y la predisposición de los estudiantes del segundo grado por parte del director y los docentes de aula para desarrollar el programa APP
- Se realizó las actividades para realizar las pruebas del pretest y posttest del grupo control
- Existe información en internet y material bibliográfico disponible para realizar el estado de arte de la investigación sobre el tema de coordinación motriz gruesa

- Los gastos económicos se han realizado en su totalidad por mi persona. Por las factibilidades en cuanto a la predisposición de los directivos, alumnos; al contar con material bibliográfico y con el financiamiento; realizar la investigación ha sido viable.

1.4. Formulación del problema

1.4.1. Problema general

¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?

1.4.2. Problemas específicos

- ¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo del equilibrio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?
- ¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo de la postura corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?
- ¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo del dominio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?

1.5. Formulación de objetivos.

1.5.1. Objetivo general

Demostrar la influencia del programa “APP” en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.

1.5.2. Objetivos específicos

- Demostrar la influencia del programa “APP” en el desarrollo del equilibrio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.
- Demostrar la influencia del programa “APP” en el desarrollo de la postura corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.
- Demostrar la influencia del programa “APP” en el desarrollo del dominio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.

CAPITULO II. SISTEMA DE HIPÓTESIS

2.1. Formulación de hipótesis generales y específicos

2.1.1. Hipótesis general

El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.

2.1.2. Hipótesis específicas

- El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo del equilibrio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E René Guardián Ramírez 2018.
- El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo de la postura corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E René Guardián Ramírez 2018.
- El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo del dominio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E René Guardián Ramírez 2018.

2.2. Operacionalización de las variables

VARIABLE	INDEPENDIENTE: PROGRAMA “APP”		
CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICA
El programa “APP” es un plan de trabajo, que tiene por objetivo mejorar la coordinación motriz gruesa valiéndose de los diferentes tipos de ejercicios y métodos de entrenamiento, en los alumnos del segundo grado de nivel primaria ya que se observó en la institución educativa René Guardián Ramírez que los alumnos tienen múltiples dificultades de coordinación de sus movimientos. Santillana 1975, donde menciona: “EL PROGRAMA es el eje de la actividad escolar. En el gravitan los múltiples factores que se	PLIOMETRIA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Controla el equilibrio del cuerpo al realizar trabajos en circuito. ✓ Mantiene posiciones de equilibrio en estático dinámico sosteniendo materiales 	Lista de cotejo
	PILATES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realiza trabajos de postura básica por estaciones ✓ Realiza la extensión completa del cuerpo utilizando materiales. 	Lista de cotejo
	AIROBICS	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realiza movimientos progresivos, ordenados y coordinados con el fin de producir eficiencia en los movimientos. ✓ Domina diferentes partes del cuerpo de manera armónica, precisa y sin rigidez. 	Lista de cotejo

entrecruzan en el aprendizaje de los alumnos.			
VARIABLE	DEPENDIENTE: COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA		
CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICA
<p>La coordinación motriz gruesa es la capacidad de contraer grupos musculares diferentes de forma independiente es decir llevar a cabo movimiento que incluyen a varios segmentos corporales. Ésta coordinación dinámica exige la capacidad de sincronizar los movimientos de diferentes partes del cuerpo. Siendo la variable dependiente el estudio a tratar sobre el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del 2° grado de nivel primaria, en la cual son básicos para poder realizar cualquier deporte bien sabemos que la coordinación motriz gruesa es base para el desarrollo de todas las actividades físicas del hombre.</p>	<p>EQUILIBRIO CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Camina sobre una barra horizontal sin caerse ✓ Puede mantener el equilibrio sobre un pie ✓ Puede pararse y sentarse con cono sobre la cabeza sin botarla ✓ Pueden caminar en línea recta sosteniendo un bastón ✓ Pueden caminar con el cono sobre la cabeza sin botarla ✓ Pueden caminar en línea recta con el cono sobre la cabeza tomados de la mano con su pareja ✓ Pueden saltar sobre una pierna siguiendo una trayectoria trazada con tiza 	<p>Lista de cotejo</p>
	<p>POSTURA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se posiciona en cuadrupedia de rodillas para encovar y arquear de la columna conocida como la “postura del gato”. ✓ Camina hacia atrás sin salirse de la línea ✓ Se posiciona de decúbito ventral sobre la colchoneta para realizar la postura del “cisne” apoyopalmares tirar los brazos con la barbilla arriba. ✓ Puede extender su cuerpo sobre dos apoyos (neumático de auto) ✓ Realizan saltos continuados con desplazamiento hacia delante sobre tres neumáticos de auto, (un salto en cada neumático) finalizando en salto en extensión con rodamiento hacia adelante sobre la colchoneta ✓ Pueden realizar el rodamiento adelante y atrás manteniendo la posición correcta 	<p>Test técnico Lista de cotejo</p>
	<p>DOMINIO CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salta por encima de los conos sin parar con los dos pies juntos ✓ Pueden correr libremente sin chocar con sus compañeros ✓ Reconoce su lateralidad (derecha- izquierda) al realizar el dribling con un balón ✓ Pueden repetir con aplausos la cantidad de veces que suena el silbato ✓ Se desplaza sincronizada mente al ritmo de la música moderna usando las ulas ulas ✓ Pueden conducir el balón usando ambas piernas siguiendo una trayectoria trazada ✓ Domina su cuerpo al ritmo de la música variada de manera armónica, precisa y sin rigidez 	<p>Lista de cotejo</p>

2.3. Definición operacional de las variables

Coordinación: Es la capacidad que tienen los músculos esqueléticos del cuerpo de sincronizarse bajo parámetros de trayectoria y movimiento. La coordinación es una capacidad física complementaria que permite al deportista realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico. Es decir, la coordinación complementa a las capacidades físicas básicas para hacer de los movimientos.

Movimiento: Es la capacidad del individuo para cambiar del lugar un segmento del cuerpo o todo. Son acciones móviles manifestadas en tres formas: reflejo, voluntario y automático.

Motricidad: Se emplea para referirse al movimiento voluntario de una persona, coordinado por la corteza cerebral y estructuras secundarias que lo modulan.

Motricidad gruesa: Es la habilidad de manejar el cuerpo para hacer movimientos grandes en todas las actividades que los niños realizan utilizando los grandes grupos musculares, involucrando las extremidades inferiores, superiores y los movimientos de la cabeza. Los niños tienen que aprender a controlarlos para ser más precisos en sus movimientos, ejercitar su equilibrio y su coordinación.

Equilibrio en la motricidad: Es un estado por el cual una persona, puede mantener una actividad o un gesto, quedar inmóvil o lanzar su cuerpo en el espacio, utilizando la gravedad o resistiéndola. El equilibrio requiere de la integración de dos estructuras complejas: El propio cuerpo y su relación espacial.

Equilibrio corporal: Es la habilidad de mantener el cuerpo en la posición erguida gracias a los movimientos compensatorios que implican la motricidad global y la motricidad fina, que es cuando el individuo está quieto (equilibrio estático) o desplazándose (equilibrio dinámico). Según Álvarez del Villar (1987).

Postura: Es la alineación que permite el balance corporal sobre sus diferentes articulaciones y depende de la gravedad, la cual define la orientación del

cuerpo en el espacio. Por ejemplo, una buena postura es necesaria para mantener el equilibrio. (<https://glosarios.servidor-alicante.com>)

Postura corporal: La alineación simétrica y proporcional de todo el cuerpo o de un segmento corporal, en relación con el eje de gravedad.

Dominio corporal: Es la habilidad adquirida de controlar las diferentes partes del cuerpo (extremidades superiores inferiores tronco) y de moverlas siguiendo la propia voluntad.

Tests: Pruebas o evaluaciones que se toman a los deportistas para poder medir y/o conocer su real capacidad física, de manera tal que con ese conocimiento se pueda programar su programa de entrenamiento.

CAPITULO III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes de investigación

Teniendo conocimiento, y habiéndose revisado las bibliotecas de la región Huánuco, se pudo constatar que existe limitada información con relación a mi investigación. En las páginas web se logró conseguir tesis que se relaciona con mi tema de estudio Eso me lleva analizar que ya durante mucho tiempo atrás, existe preocupación por dar a conocer la importancia de llevar a cabo un programa para mejorar coordinación. Se pudo encontrar trabajos que tienen cierta relación con el proyecto de investigación lo cual consideré sus respectivas conclusiones, siendo las siguientes.

A NIVEL INTERNACIONAL.

Valdivieso, V. (2015) en la tesis titulada, Elaboración y aplicación de la guía juegos al aire libre, “La naturaleza en acción”, para el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños/as de 4 y 5 años del centro de Educación Inicial Lic. Alfonso Chávez, Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo lectivo 2013- 2014. Concluye lo siguiente , en el Centro de Educación Inicial Lic. Alfonso Chávez, se elaboró e implementó una Guía para el desarrollo de la Motricidad Gruesa en los niños/as de 4 y 5 años, llamado “Naturaleza en Acción”, con el fin de disminuir problemas relacionadas con la Motricidad Gruesa. El estudio se llevó a cabo con 36 niños y niñas que pertenecen a la Institución, desde el mes de Septiembre a Diciembre del 2013, la investigación se realizó en dos procesos , sin la guía y con la aplicabilidad de la guía, donde se utilizaron técnicas como la oferta del programa de juegos al aire libre hacia los maestros/as, para ello se verificó todo el material educativo que posee la institución, así como sus espacios libres para realizar las actividades, analizando y valorando los posibles inconvenientes, de acuerdo a ello lograr cambios en cada uno de los proceso de enseñanza y aprendizaje dentro de la institución en un ambiente pedagógico y armónico ya que nos encontramos dentro de una sociedad muy exigente que nos obliga día a día a la innovación educativa, para lograr así un óptimo rendimiento escolar. Los

resultados obtenidos fueron envase con y sin la aplicabilidad de la guía mediante la aplicación de los juegos; Antes de la aplicabilidad “juegos con Objetos); un 14 % y con la aplicabilidad de la Guía 56% , “Juegos Corporales” antes de la guía 17 % y con la aplicabilidad de la guía 56%, “Juegos populares” antes de la guía 11% y con la aplicabilidad de la guía 53%, siendo estos satisfactoriamente aplicativos para el desempeño y desarrollo de la Motricidad gruesa.

Loarte, V. (2015) en la tesis titulada, La coordinación motriz y el baloncesto en el Colegio Técnico Fiscomisional San Vicente Ferrer, Chuquiribamba-Loja. año 2014. Concluye lo siguiente, la motricidad es fundamental en el baloncesto para la regulación y organización del movimiento en el individuo, la presente investigación cuyo título es la Coordinación motriz y el baloncesto en el Colegio Técnico Fiscomisional San Vicente Ferrer, Chuquiribamba-Loja. Año 2014, su problema se enfoca en las deficiencias que tienen en la coordinación motriz, las estudiantes del bachillerato del Colegio Técnico Fiscomisional San Vicente Ferrer, de la Parroquia de Chuquiribamba, lo que dificulta desarrollar el baloncesto, en el periodo 2014. El objetivo que se persiguió fue analizar el desarrollo de la coordinación motriz aplicada al baloncesto en las estudiantes del bachillerato. Se aplicó una metodología de investigación acción para poder demostrar las deficiencias en las estudiantes, con un enfoque cualitativo, un tipo de estudio longitudinal producto de la duración de la investigación, además se realizó un diseño pre experimental motivado a que se trabajó con un solo grupo, y a este se le aplicó un pre test inicial para conocer el diagnóstico de la coordinación motriz, posteriormente al tener los resultados, se determinó realizar una alternativa para solucionar dicha problemática y al final se aplicó y evaluó la alternativa con el pos test. Se aplicó la encuesta para el diagnóstico del problema y construir una propuesta evaluado con los test de valoración programa que duro 14 semanas. Obteniéndose como resultado que el 100% de los docentes conocen que es la coordinación motriz pero no la aplican en los fundamentos del baloncesto, el 63,89 % de las estudiantes aplica los fundamentos del baloncesto de vez en cuando y ellas dicen que desconocen que es la coordinación motriz, aplicado el plan de actividades para desarrollar la coordinación motriz como parte de los fundamentos del baloncesto con la evaluación aplicado en base al test de

motricidad la respuesta que se obtuvo en la medición estadística del coeficiente de Pearson se encuentra que hay una correlación entre el trabajo y la productividad 0,99 es decir r^2 (Pearson) es de 0,98 explica que el trabajo realizado determina un 98% de productividad; concluyéndose que con la aplicación de un plan de actividades físicas para mejorar la coordinación motriz en el baloncesto se obtiene mejores resultados.

Gómez, M., Ruiz, L., y Mata, E. (2006) Los problemas evolutivos de coordinación en la adolescencia: Análisis de una dificultad. *INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE International Journal of Sport Science, volumen II, 44-54.* El presente artículo realiza un análisis de los problemas evolutivos de coordinación motriz en la edad escolar, un asunto que ha recibido una escasa atención en los ámbitos educativos españoles. La existencia de estas dificultades de estos adolescentes tiene su mayor expresión más relevante en las sesiones de educación física, de aprendizaje deportivo o en los juegos, ha provocado una gran preocupación en los países de nuestro entorno y el desarrollo de programas de intervención que palie esta condición y la remedie. Más allá de las relevancias que se puedan otorgar a las diferentes materias del currículo escolar, la competencia motriz es un elemento imprescindible para favorecer un estilo de vida saludable entre los escolares de la educación secundaria, desvelar a la existencia de esta dificultad es un primer paso en esta dirección. Concluyen que existen escolares en Educación Secundaria que se mueven con torpeza y que no aprenden las habilidades del programa de educación porque tienen grandes dificultades, es un hecho. Esta dificultad oculta necesita ser considerada por los responsables educativos y promover su estudio, así como el desarrollo de programas de intervención y remedio que devuelva la competencia motriz a estos escolares. En esta labor los profesores y profesoras de educación física tienen la misión de llamar la atención sobre la existencia de esta condición en nuestros institutos de enseñanza secundaria, y reclamar formación y condiciones profesionales más favorables para poder ofertar a estos escolares las actividades y tareas más adecuadas para su mejora. Se hace necesaria la exploración de nuevas propuestas pedagógicas y metodológicas que permitan acometer una dificultad

que por su naturaleza reclama de los profesores y profesoras paciencia, y que mina las percepciones de competencia que los adolescentes tienen, en un tramo de la vida en la que desciende de manera notable el deseo de practicar actividades físicas y deportivas.

A NIVEL NACIONAL.

Ordoñez, M. (2017) en su tesis titulada, Juegos cooperativos y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa en estudiantes del 1er grado - primaria I.E. 31542 - Ocopilla - Huancayo. Concluye lo siguiente, el presente trabajo de investigación consiste en establecer un conjunto de juegos cooperativos para desarrollar la motricidad gruesa en estudiantes del 1er grado - Primaria I.E. “31542” - Ocopilla – Huancayo. El tipo de estudio fue aplicado de nivel explicativo y un diseño de investigación pre experimental de corte longitudinal que consiste en realizar el pre test, posteriormente aplicar las sesiones de juegos cooperativos, para finalmente efectuar el pos test. Se tuvo en cuenta dos variables por un lado, los juegos cooperativos, dado por Omeñaca, Puyuelo y Ruiz (2001), menciona que es un conjunto de libertades que contribuyen al “desarrollo de la cooperación, de los buenos sentimientos y del apoyo mutuo”, y por otro lado, la motricidad gruesa, dado por Comellas y Perpinyá (2003) nos dice que es el control de movimientos dados por el cuerpo teniendo en cuenta los grupos de músculos más amplios que son base para el desarrollo de su vida futura del niño y niña, estas experiencias conlleva a mejorar sus habilidades y destrezas para ello se tuvo en cuenta el equilibrio estático y dinámico, coordinación dinámica y viso motriz, el tono muscular, la respiración y relajación. Es por ello que, la investigación planteada estuvo dirigida a estudiantes del primer grado de primaria el I.E. “31542” - Ocopilla – Huancayo, haciendo un número de 172 alumnos en 07 secciones que viene a ser la población de estudio y mediante un muestreo no probabilístico se determinó la muestra en 50 alumnos que fue conformada por los alumnos de la sección “B” y “G” entre niños y niñas que se observó las dificultades en su motricidad gruesa. Se tuvo como objetivo general de la investigación determinar la influencia de los juegos cooperativos en el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes del 1er grado – Primaria I.E. “31542” - Ocopilla – Huancayo habiéndose planteado y comprobado la hipótesis que los

juegos cooperativos influyen significativamente en el desarrollo de la motricidad gruesa antes y después de la aplicación de los juegos cooperativos en estudiantes del 1er grado – Primaria I.E. “31542” – Ocopilla - Huancayo ($t=17.790$; $p = 0.000 < 0.05$).

llegan a la siguiente conclusión a) Durante la aplicación del taller de juego al aire libre (estímulo) se pudo observar que los niños disfrutaban de este tipo de juegos, lo que significa que nosotras las formadoras de Educación Inicial debemos darle libertad a que el niño se desenvuelva y se exprese, ya que lo hacen de una manera sana, libre y espontánea; se socializan con sus pares, saltan, corren, mantienen equilibrio, moldean su coordinación, y es aquí en la temprana edad donde se debe incentivar estos juegos al aire libre como prioridad durante el desarrollo de las actividades de aprendizaje.

Lozano, T. (2018) en la tesis titulada, Actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°184 distrito de San Clemente – Pisco. Concluye lo siguiente El presente trabajo académico se inició debido a la problemática detectada en los niños de cuatro años del nivel de educación inicial de la I.E.I. N° 184 de San Clemente, quienes mostraron problemas en su psicomotricidad, se observó la falta de movimientos básicos como gatear, caminar, correr, saltar; necesitamos buscar alternativas nuevas, estimulantes atractivas y flexibles; que permitan al niño lograr un buen desarrollo corporal, así como también se mostraban muy activos lo que le dificulta concentración en sus actividades de aprendizaje así como al momento de socializar. En tal sentido se ejecutó diez actividades lúdicas que busco la mejora de su motricidad dinámica (coordinación, equilibrio, ritmo y coordinación viso motriz) y su motricidad estática (auto control, respiración y relajación). Por ello es importante desarrollar actividades que fortalezcan la psicomotricidad de los estudiantes de cuatro años del nivel de educación inicial que favoreció a su socialización; además de brindarle la seguridad. Palabras clave: psicomotricidad, actividades lúdicas, equilibrio, coordinación, ritmo, juegos.

Fernández, E. (2019) en su tesis “Aplicación de un programa de juegos psicomotrices para desarrollar la coordinación motora gruesa en los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 436 distrito de Catache provincia de Santa Cruz región Cajamarca.” Concluye lo siguiente, El

presente trabajo académico se realiza en la Institución Educativa Inicial N° 436 Distrito de Catache Provincia de Santa Cruz, Región Cajamarca, del aula de 4 años de edad, el objetivo general Diseñar y ejecutar un programa de juegos psicomotrices para desarrollar la coordinación motora gruesa en los niños y niñas de 4 años de edad de la Institución Educativa Inicial N° 436 Distrito Catache, Provincia Santa Cruz, Región Cajamarca. Se aplicó la metodología de la psicomotricidad asamblea, expresión motriz, relajación, expresión gráfico y cierre, después de aplicar el programa de juegos educativos los resultados de la evaluación fueron En caminar; el logro del aprendizaje tiene un promedio que corresponde al 84%; en correr; el logro del aprendizaje tiene un promedio que corresponde al 82%; en saltar; el logro del aprendizaje tiene un promedio que corresponde al 86%; todo con respecto a una población de 14 niños (100%).

A NIVEL REGIONAL.

Martel, J. (2014) en su tesis “**el juego como estrategia didáctica para mejorar la socialización, en niños de Educación Inicial de la Institución Educativa Integrada N° 32223 “Mariano Dámaso Beraún”**”, llega a las siguientes conclusiones: a) La aplicación del juego como estrategia didáctica mejoró el nivel de la participación colectiva de los niños de inicial de la I.EI. 32223 “Mariano Dámaso Beraún” Amarilis-2014. Ya que en la tabla N° 06, relacionado con el pre test, el nivel del grupo experimental se encontraba en Inicio (81.4%); mientras que en la tabla N° 14, relacionado con el post test, el nivel del grupo experimental fue Logro Previsto, con un 71.9%. b) Con respecto a la contracción o prueba de hipótesis de muestras relacionadas (Pre y post test grupo experimental) la t de Student o T calculadas ($t_c=14.205$) fue superior a la t tabulada o crítica ($t_T = 1.697$). Lo mismo ocurrió con la prueba de hipótesis de muestras independientes (Pos test control- experimental), donde la t calculada ($t_c= 11.970$) fue superior de la t tabulada ($t_T =1.697$), rechazando la hipótesis nula (H_0) y aceptando la alterna (H_1) con nivel de significancia de 5% y nivel de confianza de 95%.

3.2. Bases teóricas

Los aportes teóricos científicos que sirve de sustento y fundamentación a la presente investigación parten de los contenidos consultados en la

bibliografía que sirvieron de soporte a los conceptos de la coordinación motriz gruesa.

3.2.1 El programa “APP”

a) Definición de programa

Según la Real Academia Española. Proyecto o planificación ordenada de las distintas partes o actividades que componen algo que se va a realizar.

b) Definición del programa APP

Es un documento planificado y resumida de las actividades que deben realizar los estudiantes de segundo grado de la I.E René Guardián Ramírez con la finalidad de mejorar la coordinación motriz gruesa en un tiempo de plazo específico. Las abreviaturas de APP significan Airóbico, pliometría y pilates que son métodos de entrenamiento acompañadas de distintos movimientos y posiciones del cuerpo para desarrollar y corregir la coordinación motriz gruesa de los niños.

c) Importancia del programa APP

Ofrece una parte del proceso educativo en los estudiantes de nivel primaria, centrado en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa con el fin de lograr el desarrollo ordenado del equilibrio, postura y dominio corporal que son partes básicas e influyentes para el movimiento coordinado del cuerpo y para mantener una vida saludable que son esenciales para su vida diaria.

d) El programa APP y la coordinación motriz gruesa

Según Comellas & Perpinyá (2005) definen que la capacidad motriz gruesa consiste en la capacidad de contraer grupos musculares diferentes de forma independiente, o sea, llevar a cabo movimientos que incluyen a varios segmentos corporales. Para que la coordinación motriz sea eficaz se requiere de una buena

integración del esquema corporal, así como de un conocimiento y control del cuerpo. Esta coordinación dinámica exige la capacidad de sincronizar los movimientos de diferentes partes del cuerpo. Por ejemplo, saltar en un pie o ambas,

El programa APP contiene tres métodos que a continuación se le explicará:

3.2.1.1. Pliométria.

Según Pérez castillo, J. (2015) el término pliometria proviene del vocablo griego “Pleitean” cuyo significado es aumentar y “Metric” medida. La pliometria es un método de entrenamiento de la fuerza explosiva y la capacidad reactiva de la musculatura, el cual es actualmente utilizado para mejorar el rendimiento deportivo de los individuos de diversas disciplinas, siendo capaz de incrementar la fuerza y la saltabilidad de los deportistas.

García (1999) habla de una capacidad reactiva del músculo que es determinante en las acciones deportivas. Ciclo de estiramiento acortamiento de alta velocidad de ejecución.

Según (Chu y Meyer, 2016, citado por *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*) es el ciclo de extensión acortamiento donde intervienen dos factores musculares: a) componentes elásticos en serie (incluye a los tendones y al material contráctil).

La pliometria es una técnica basada en un tipo de ejercicios diseñados para reproducir movimientos rápidos, explosivos y potentes que mejora la fuerza, la coordinación, el objetivo es buscar saltabilidad, potencia, rebotes, carreras con diferentes formas e intensidades, skipping, fuerza y equilibrio corporal se trabaja con materiales como: aros, bastones, conos, sogas, platillos, cintas y el trabajo es por segundos con serie de repeticiones.

Historia.

El profesor Rodolfo Margaria investigador y médico demostró que una contracción concéntrica precedida de una excéntrica podía generar mayores niveles de fuerza que una contracción concéntrica aislada. Los trabajos del profesor Margaria fueron utilizados por la N.A.S.A. para desarrollar la manera más eficaz de caminar en la luna (Zanon, 1989).

Pero no sólo fue la N.A.S.A. la que se apoyó en los trabajos de Margaria; también algunos entrenadores soviéticos empezaron a interesarse por el CEA. Así, en 1966, V.M. Zaciorskiji utilizó el trabajo desarrollado por Margaria como base para crear un programa de entrenamiento que potenciase el aprovechamiento del reflejo de estiramiento (reflejo miotático) en las acciones de tipo explosivo. Este autor fue el que introdujo el término “pliométrico” (Zanon, 1989).

En esa misma época, a mediados de la década de los 60, Yuri Verkoshansky, entrenador soviético de saltadores y para muchos el padre de la pliometría aplicada al deporte, empezó a interesarse en la mejor manera de aprovechar la energía elástica acumulada en un músculo tras su estiramiento.

Por lo tanto, los niños de todos los niveles de habilidad pueden beneficiarse del entrenamiento pliométrico. Si bien el entrenamiento pliométrico puede ser utilizado para incrementar el rendimiento deportivo y para reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el deporte, la participación regular en un programa de entrenamiento pliométrico puede incrementar el nivel de destreza de niños y niñas sedentarias. En un momento en el que hoy en día la mayoría de los niños pasan más tiempo frente al televisor que en el parque de juegos, la participación en un programa de entrenamiento pliométrico progresivo puede ser una forma de incrementa la

coordinación, aptitud física y el nivel de salud de la mayoría de los participantes.

3.2.1.2 Pilates

Según Esperanza Aparicio y Javier Pérez (2014) «Un buen estado físico es el primer requisito para ser feliz.» Esta frase de J. H. Pilates podría resumir perfectamente la filosofía del método creado por él. Un buen estado físico que se consigue haciendo intervenir no sólo el cuerpo sino también la mente y el espíritu, con el objetivo final de «realizar las múltiples tareas de nuestra vida diaria con agrado y energía». Pilates es un programa de entrenamiento físico y mental que considera el cuerpo y la mente como una unidad, dedicándose a explorar el potencial de cambio del cuerpo humano. Este cambio, que tiene por meta alcanzar un mejor funcionamiento corporal, se basa en el fortalecimiento del centro de energía, expresión que denomina la circunferencia del tronco inferior, siendo ésta la estructura que soporta y refuerza el resto del cuerpo. El segundo pilar del método es la aplicación de los seis principios básicos fundamentales: concentración, control, centro, fluidez en los movimientos, respiración y precisión. El método Pilates es la completa coordinación de cuerpo, mente y espíritu. Un sistema único de ejercicios de estiramiento y fortalecimiento desarrollado por Joseph H. Pilates hace casi noventa años que trabaja en secuencias de movimientos controlados y precisos, con un equipo de aparatos especializados diseñados por el propio Pilates, que ofrecen un conjunto de resistencias variables al esfuerzo muscular que actúan como los propios músculos, combinando este trabajo con el de suelo o colchoneta. Los ejercicios se realizan en distintas posiciones (acostados, sentados, arrodillados, inclinados y de pie), evitando siempre el impacto o la presión sobre los músculos, las articulaciones y los tejidos. Las sesiones son supervisadas, íntegramente,

por profesores debidamente cualificados y diplomados. Las personas que practican con regularidad este método desarrollan el cuerpo de una forma armónica, vigorizan la mente, elevan el espíritu, mejoran su postura, se mueven con mayor desenvoltura, duermen mejor y consiguen un cuerpo más fuerte, flexible y una figura más estilizada. Pilates facilita la armonía y el equilibrio muscular. Es un método eficaz por sí mismo, que no fatiga ni aburre y que debe practicarse en su máxima pureza sin mezclarse simultáneamente con otras disciplinas o terapias. El método equivale a una «ducha interna»: su corazón bombeará con mayor fuerza y mejor ritmo, pero evitando que se acelere y realice un trabajo excesivo; el torrente sanguíneo circulará con renovado vigor y regularidad, oxigenará la sangre, estimulará el drenaje linfático y los órganos internos.

Historia.

Este sistema de entrenamiento físico y mental fue creado a principios del siglo XX por Josep Hubertus Pilates nació en 1880 cerca de Dusseldorf, en el seno de una familia de clase media. Debido a una frágil salud en su infancia y a su sed de conocimientos, se dedicó con empeño a los estudios de anatomía, física, biología y todo cuanto se cruzaba por su paso. Cuando era adolescente, limpiaba el jardín de un vecino, que poseía una importante biblioteca, a cambio de poder disfrutar de ésta. Ya a esta temprana edad era un apasionado de la civilización griega, la cual estudió y le sirvió de inspiración para su futura metodología. En sus ratos libres pasaba las horas observando el movimiento de los animales en el bosque cercano a su casa. Más tarde, estudió disciplinas físicas orientales, ya que Alemania, a principios del siglo XX, estaba a la vanguardia en estas cuestiones. Así, con ese afán de superación que poseía, también estudió, y practicó, disciplinas de entrenamiento físico occidentales, y

llegó a convertirse en boxeador y acróbata circense. Pilates combinó sus conocimientos de gimnasia, ballet y yoga. El gran principio de este método es el control: en cada ejercicio hay que controlar la correcta posición del cuerpo, los movimientos y la respiración, por lo que resulta imprescindible concentrarse mientras se practica. Aquí lo importante no es la cantidad de ejercicios que se haga, si no la calidad de los movimientos. Y el objetivo no es quemar calorías sino conseguir un equilibrio perfecto entre el cuerpo y la mente.

3.2.1.3 Aerobic

Según Julio Dieguez Papí (2007), pág.25) Son ejercicios de baja-media-alta intensidad que se realizan al ritmo de la música, su estructura está basada en coreografías, son de larga duración, entre 30 y 60 minutos, se derivan de los ejercicios aeróbicos. “Consiste en la realización de ejercicios globales de locomoción a cuerpo libre, usando materiales adecuados o sin material específico, a ritmo de música, con unan intensidad variada de acuerdo a la edad. El objetivo principal es el trabajo cardiovascular, coordinación de los movimientos y la adaptación orgánica a nivel cardiorrespiratoria y circulatoria”.

Según Ortiz Celin, Paco Lizardo (2015) Los aeróbic son una modalidad de clase que se la ejecuta tanto al aire libre como en un gimnasio, se compone de la enseñanza y el desglose coreografías y van de lo fácil a lo complejo y están acompañadas por el ritmo de la música. Está es una modalidad que puede ser practicada por cualquier persona porque dependiendo de él grupo se adaptan las coreografías y los pasos y la velocidad musical. Está no requiere de implementación por lo cual es asociable a todo el mundo. Está modalidad es bien aceptada por el público femenino,

aunque cada vez es mayor el número de hombres que la practican. Los beneficios de esta modalidad son perceptibles a las pocas semanas de comenzar su práctica, tanto en el aspecto físico como en la actitud mental. En esta modalidad de clase se trabaja la fuerza, resistencia, coordinación, flexibilidad.

Historia.

El aeróbic surgió en los Estados Unidos a partir de la segunda mitad del siglo pasado, siendo Kenneth H. Cooper, un médico teniente de la Fuerza Aérea, quien impulsó esta disciplina. En su libro *Aerobics* (1968), H. Cooper presentaba un programa de entrenamiento aeróbico para el ejército de su país, tenía como objetivo lograr que los soldados aumentaran la resistencia y el rendimiento mientras se minimizaba el riesgo de padecer enfermedades cardíacas y respiratorias. Un año más tarde, Jackie Sorensen, esposa de otro militar estadounidense, preparó un programa que unía el concepto aeróbico con música, jogging y baile, le llamó *Isotonics* y fue un éxito. (Iraima Fernández González, Blanca López Erquicia, Susana Moral González: 2004, pág.13-14)

Objetivo del programa APP

- Brindar orientación al docente respecto a las actividades que debe impartir y la forma en que tiene que desarrollar la enseñanza.
- Perfeccionar el equilibrio, postura, y dominio corporal, ejecutando los distintos métodos y ejercicios del programa “APP”.
- Lograr una coordinación fluida, respetando los procedimientos establecidos dentro del programa APP.
- Beneficiar a los niños mediante ejercicios apropiados para una vida más plena y mejor.

Beneficios del programa APP

Los beneficios con la práctica de los métodos son:

- Mejorar la coordinación motriz gruesa de los niños
- Corregir el equilibrio, la postura y el dominio corporal.
- Desarrollar la expresión corporal
- Mejorar las condiciones físicas
- Mejorar la resistencia aeróbica
- Divertir y socializar

3.2.2 Coordinación y coordinación motriz gruesa

a. Definición de la Coordinación

Según Jean Le Boulch (1987) la coordinación es “la interacción, el buen funcionamiento, entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética en la ejecución del movimiento.”

Villada (2010) citado por Katherine Mariela Aveiga (2016) “La coordinación es la capacidad para contraer grupos musculares diferentes e inhibir otros en orden a la ejecución de una acción o movimiento” (p. 124) “Siendo una capacidad física complementaria permite al deportista realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico. Es decir, la coordinación complementa a las capacidades físicas básicas para hacer de los movimientos gestos deportivos. Podemos hacer cualquier tipo de movimientos: rápidos, velocidad, resistencia durante mucho tiempo y para convertir en gestos técnicos, precisan de coordinación.

Según Maganto, M y Cruz S (2018) afirma lo siguiente “La coordinación consiste en la utilización de forma conjunta de distintos grupos musculares para la ejecución de una tarea compleja. Esto es posible porque patrones motores que anteriormente eran independientes se encadenan formando otros patrones que posteriormente serán automatizados. Una vez que se han automatizado determinados patrones la presentación de un

determinado estímulo la secuencia de movimientos, por lo que el nivel de atención que se presta a la tarea disminuye, pudiendo dirigirse a otros aspectos más complejos de la misma o incluso a otra diferente. (p.11)”

Según Fernández, M (2017) afirma lo siguiente “La coordinación es la acción y el efecto de Coordinar, su etimología nos indica que proviene del latín “Cordinatio”. Consiste básicamente en la aplicación de un método para mantener la dirección y orientación correcta de cualquier función que se esté realizando”. A cerca de la motricidad gruesa afirma que “Se define motricidad gruesa como la habilidad que el niño va adquiriendo, para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo, y mantener el equilibrio, además de adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos”

b. Definición de la Coordinación motriz gruesa

Existen diferentes conceptos de coordinación motriz gruesa como:

Massa y Ré (2010). Afirman lo siguiente “La coordinación motora gruesa es muy necesaria para que los niños estimulen su sistema nervioso y sus conexiones neuronales, que les ayudarán en su aprendizaje a través del movimiento. Además, les ayuda a tomar conciencia de su propio cuerpo y a acostumbrarse a que el ejercicio es muy importante para prevenir muchas enfermedades”.

Según Jiménez, J.(1982) la coordinación motriz gruesa es definida como “el conjunto de funciones nerviosas y musculares que permiten la movilidad y coordinación de los miembros, el movimiento y la locomoción. Los movimientos se efectúan gracias a la contracción y relajación de diversos grupos de músculos. Para ello entran en funcionamiento los receptores sensoriales situados en la piel y los receptores propioceptivos de los músculos y los tendones. Estos receptores informan a los centros nerviosos de la buena marcha del movimiento o de la necesidad de modificarlo.”

Según Lorenzo, F (2006) “La coordinación motriz es el conjunto de capacidades que organizan y regulan de forma precisa todos los procesos parciales de un acto motor en función de un objetivo motor preestablecido. Dicha organización se ha de enfocar como un ajuste entre todas las fuerzas producidas, tanto internas como externas, considerando todos los grados de libertad del aparato motor y los cambios existentes de la situación. Asimismo, la coordinación está conformada por capacidad de equilibrio, capacidad de ritmo, capacidad de orientación espacio-temporal, capacidad de reacción motora, capacidad de diferenciación kinestésica, capacidad de adaptación y transformación y capacidad de combinación - de acoplamiento de los movimientos”.

Díaz, J (2008) “La coordinación motriz gruesa es la posibilidad que tenemos de realizar una gran variedad de movimientos en los que intervienen distintas partes del cuerpo de manera organizada y que nos permite realizar con precisión diversas acciones” (p. 18)

Tipos de coordinación motriz gruesa

Según la *revista académica multilingüe*, para Swinnen y Carson, (2002) “La coordinación entre miembros incluye principalmente los movimientos muy rítmicos que requieren el uso secuencial y simultáneo de ambos lados del cuerpo. Más precisamente, implica el cronometraje de ciclos motores de los miembros, unos en relación con otros”. Tales acciones se dividen comúnmente en tres categorías: *la* coordinación bimanual, *la* coordinación de manos – pies y *la* coordinación general.

➤ **Coordinación bimanual**

Este movimiento consta de la coordinación hábil de los dos brazos en una acción bimanual. La coordinación bimanual representa un sistema complejo y auto-organizador que se halla sujeto a limitaciones tanto internas (bio-psicológicas) como contextuales (de la tarea inmediata).

La mayoría de las tareas investigadas se han enfocado en los patrones de coordinación que aparecen en movimientos cíclicos: por ejemplo, dar golpecitos continuamente con el dedo índice de cada mano, dar golpes con el dedo de una mano a la vez que se traza un círculo con la otra, o dibujar círculos con ambas manos. Los estudios sobre tales tareas indican que existe evidencia para el control entre las dos manos aproximadamente los 4 años de edad.

Coordinación de manos y pies

Esta clase de coordinación entre miembros implica la coordinación doble y simultánea de las extremidades superiores e inferiores. Tales acciones se realizan usando las extremidades superiores e inferiores ipsilaterales (al mismo lado del cuerpo) o con movimientos contralaterales que requieren la coordinación de extremidades de ambos lados del cuerpo. Por lo general, la coordinación rítmica de extremidades no homólogas (por ej., la mano y el pie) es aún más difícil de lograr que los movimientos bimanuales a causa de diferencias mecánicas entre las extremidades.

Tareas típicas de coordinación de manos y pies incluyen batir las palmas a la vez de caminar, y dar golpes con las manos y los pies al compás de un ritmo seleccionado.

Como parece ser el caso con el desarrollo de la coordinación bimanual, los estudios muestran un período de mejoras significativas entre los 4 y los 10 años de edad en la coordinación de manos y pies (Cavallari, Cerri y Baldissera, 2001; Getchell, 2006; Getchell y Whitall, 2003). Sin embargo, como observación general, la coordinación de manos y pies se les hace más difícil a los niños pequeños que las acciones bimanuales (Cavallari et al., 2001; Swinnen y Carson, 2002). Por ejemplo, los niños pequeños encuentran que es más fácil batir las palmas que batir las palmas a la vez de caminar.

➤ **La coordinación general**

“Es el aspecto más global y conlleva en que el niño haga todos los movimientos más generales, interviniendo en ellos todas las partes del cuerpo y habiendo alcanzado esta capacidad con una armonía y soltura que variará según las edades” (Comellas & Perpinyá, 1984, pág. 17)

La coordinación motriz gruesa y su importancia en la Educación Física

La coordinación es de vital importancia dentro de la educación física porque a temprana edad los niños van desarrollando el perfeccionamiento de sus movimientos ordenados y dirigidos en las distintas actividades que se realizan en el área de educación física. Las funciones del organismo y su correcto desarrollo físico de los estudiantes de nivel primaria, eleva la capacidad de trabajo coordinado manteniendo una óptima funcionalidad corporal y mental.

Según Milena Wetto, en educación física, la coordinación se va ejercitando de manera parcial o por etapas que luego podrán ir conectándose hasta lograr una correcta ejecución motriz. La coordinación es pues, una cadena sucesiva de movimientos ordenados y estructurados que permiten la ejecución técnica de algún deporte o actividad.

Para Carlos Contreras Rodríguez, es incuestionable el valor e importancia de la coordinación y equilibrio como medio, no sólo de desarrollo motriz, sino también como disfrute de las actividades físicas en el tiempo libre. A través de estos dos conceptos, realizaremos un recorrido conceptual y práctico con el que podremos apreciar la importancia anteriormente mencionada y llegaremos a comprender mejor cuál es su verdadero valor dentro de las sesiones de Educación Física”

Para Cristina Redondo Villa, la coordinación es la capacidad que definirá la acción, hasta el punto de que un deficiente o anomalía en el desarrollo de la coordinación limitará o impedirá una ejecución eficaz. Por ello es necesario el trabajo de estas capacidades en los primeros años de la educación primaria en el área de educación física, ya que la mejora funcional del dominio corporal supondrá la adquisición de múltiples conductas motrices de carácter utilitario, lúdico o expresivo, que serán fundamentales para el desarrollo integral de nuestros estudiantes.

Dificultad en la coordinación motriz gruesa

Según watkinson y tros (2001) “nuestra preocupación son realmente aquellos alumnos y alumnas cuyas pobres habilidades motrices les hacen correr el riesgo de evitar la actividad física y quizá abandonarla.

- ✓ Le cuesta realizar actividades que necesitan la utilización del lado derecho e izquierdo de su cuerpo.
- ✓ Dificultad del equilibrio, postura y dominio corporal
- ✓ No consigue sostenerse de un pie
- ✓ Dificultad en los juegos de las rayuelas
- ✓ Corre y choca con sus compañeros
- ✓ Dificultad en controlar su cuerpo

Factores que intervienen en la Coordinación motriz gruesa

La coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje.

A continuación, vamos a señalar aquellos factores que determinan la coordinación que viene determinada de modo general.

- El equilibrio: la coordinación de movimientos implica en la mayoría de los casos la tarea de mantener el cuerpo en una posición determinada en relación al plano horizontal.
- La elasticidad de músculos, tendones y ligamentos: esta propiedad elástica es la que nos permite realizar movimientos amplios sin provocar lesiones.
- La edad: la coordinación evoluciona paralela al desarrollo del individuo, y está altamente influida por el aprendizaje y el nivel de experiencias motrices que se vayan adquiriendo.
- El grado de fatiga: un organismo fatigado a nivel neuromuscular no solo es menos eficiente sino más imprecisos en los movimientos.
- La tensión nerviosa: un nivel de excitación óptima es difícil de determinar, una relajación excesiva es negativa, y un estado de ansiedad eleva la tensión nerviosa produciendo temblores e incluso pérdida de equilibrio.
- El nivel de aprendizaje: el aprendizaje de acciones motrices permite realizar movimientos más complejos al liberar la atención de aquellos movimientos automatizados.
- La velocidad de ejecución.
- Los cambios de dirección y sentido.
- La duración del ejercicio.
- Nivel de condición física.
- El grado de entrenamiento.

Enseñanza de la coordinación motriz gruesa

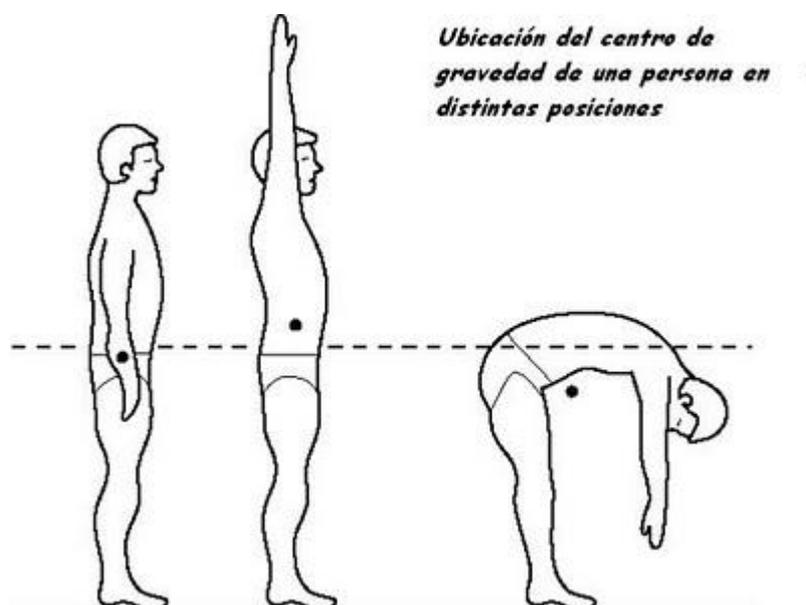
Objetivo: Conocer la metodología de la enseñanza de la coordinación motriz gruesa.

3.2.2.1 Equilibrio corporal

Según Álvarez del Villar (1987), el equilibrio es la habilidad de mantener el cuerpo en la posición erguida gracias a los movimientos compensatorios que implican la motricidad global y la motricidad fina, que es cuando el individuo está quieto (equilibrio estático) o desplazándose (equilibrio dinámico).

Tipos de equilibrio

- Equilibrio Estático: la habilidad de mantener el cuerpo erguido y estable sin que exista movimiento.
- Equilibrio Dinámico: habilidad para mantener el cuerpo erguido y estable en acciones que incluyan el desplazamiento o movimiento de un sujeto. El equilibrio depende de un conjunto de fuerzas que se oponen entre sí y las cuales están reguladas por el sistema nervioso central (SNC).
- Centro de gravedad: el centro de gravedad de un cuerpo es el punto respecto al cual las fuerzas que la gravedad ejerce sobre los diferentes puntos materiales que constituyen el cuerpo producen un momento resultante nulo.



Importancia del equilibrio corporal. - Es mantener una posición contra la fuerza de gravedad, por ende, generar estabilidad en un cuerpo ejerciendo un control efectivo ante las fuerzas que actúan sobre él.

¿Cómo trabajar el equilibrio?

Equilibrio. Lo podemos trabajar de diferentes posiciones del cuerpo como:

- Tumbados.
- Sentados.
- Sentados
- Parados
- Caminar sobre una barra horizontal sin caerse
- Parados sobre un pie
- Caminar y saltar en línea recta
- semiflexionando las piernas y brazos abiertos.
- De pie, con piernas y brazos abiertos.
- De pie, con piernas y brazos pegados al cuerpo.

3.2.1.2. Postura corporal

Postura: Etimológicamente proviene de la palabra latina positura, que significa planta, acción, figura, situación o modo en que está colocada una persona, animal o cosa. Si atendemos a criterios funcionales, podrían entenderse como la tensión que nuestro cuerpo desarrolla para conseguir la posición ideal con una eficacia máxima y un gasto energético mínimo.

Postura corporal. El estudio de la actitud postural durante las actividades humanas, constituyen un tema de amplio interés en el proceso de la evaluación del movimiento corporal humano, mencionado por Daza (2007), el análisis de la postura corporal no solamente le permite integrar e interpretar esta formación sino, además, identificar aspectos

específicos, como los efectos por la inercia, la fuerza de gravedad, la reacción del piso y la influencia que ejercen en la postura, así mismo aclara Kendall (2007) se identifican elementos que conducen a reconocer la habilidad del individuo para mantener una posición corporal, en la cual responde "como un todo" para generar ajuste general estable, en respuesta a las fuerzas que intentan desequilibrarlo y en beneficio de las que favorecen este ajuste.

Posturas incorrectas. Es un desequilibrio del sistema muscular esquelético que produce un mayor gasto de energía del cuerpo, ya sea cuando este se encuentra en actividad o en reposo, provocando cansancio y/o dolor. También es considerado un problema de salud pública, manifiesta el Dr. Bacon (2002) estima que alrededor del 80% de las personas presentan lumbalgia en algún momento de su vida, se encuentra dentro de los primeros presentados diez diagnósticos en la consulta externa de medicina general, el sexto motivo de consulta de especialidad y el primero en la Unidad de Medicina Física y de rehabilitación, Monterrey. La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que trata del dolor en la espalda baja no es una enfermedad, pero si una entidad diagnóstica, y trata de la duración del dolor variable en un área de la anatomía, afectada de manera frecuente que se ha convertido en un paradigma de respuestas a estímulos externos e internos.

Postura adecuada. La postura ideal es aquella que conserva la forma natural de la columna vertebral, es decir con sus curvaturas fisiológicas, de modo que los discos intervertebrales compartan correctamente el peso y se eviten deformaciones en la columna, una postura correcta establece la base para el desarrollo psicomotor de una persona, está determinada por diversos factores, fisiológicos, biomecánicos, sociales; y psicológicos, Costa y Alonso

(2001) considerando la salud no como ausencia de enfermedad sino como un estado de bienestar general, involucra a la promoción de la salud, hacia la conciencia sanitaria que proporcione a la gente los medios necesarios para mejorar la salud y ejercer un mayor control sobre la misma a la vez que considera a la prevención como la herramienta más eficaz para disminuir la incidencia de alteraciones posturales.

La mayoría de dichas alteraciones poseen una naturaleza postural, siendo conocidas como posturales no estructuradas, en las cuales no existe alteración estructural ósea y pueden ser corregidas por los estudiantes, manifiestan Delgado & Tercedor (2002).

¿Cómo trabajar la postura corporal?

Postura corporal. Lo podemos trabajar en diferentes posiciones del cuerpo como:

- Tumbados.
- Sentados.
- Parados
- En cuadrúpeda posición del gato
- Echado posición del cisne
- Rodamiento en la colchoneta

3.2.1.3. Dominio corporal

Es la capacidad de dominar las diferentes partes del cuerpo ya sea en posición dinámico o estático.

Motos, T. (1983) define el Dominio Corporal como la necesidad de dominar el cuerpo. ” *Para poder expresarnos corporalmente con una finalidad estética es necesario que el instrumento (el cuerpo) esté globalmente considerado, y que cada uno de los músculos en concreto, esté al servicio de la voluntad.*

La toma de conciencia de del propio cuerpo, basada en las posibilidades de movimiento de cada haz muscular, segmento o zona corporal y la libertad de movimiento constituyen el dominio corporal.”

Doat, J. (1960) *“Se trata de hacer más expresivo el cuerpo, de perfeccionar el instrumento y de que cada músculo o grupo de músculos puedan actuar con independencia de los otros”*

Tipos de dominio corporal

Dominio corporal dinámico

Zhunio, M (2015) señala que el dominio corporal dinámico, es la capacidad de dominar las diferentes partes del cuerpo separadas en tiempo , espacio y esfuerzo para lograr rapidez, exactitud y economía del movimiento, este dominio requiere calidad, sincronización y armonía, dado por el dominio segmentario, por la seguridad en la acción, madurez neurológica y un ambiente estimulante, este dominio corporal proporciona al niño seguridad e independencia el niño puede entender la capacidad de controlar su propio cuerpo, permitiéndole desarrollar el dominio de cada parte de su cuerpo, pérdida de inhibición, madurez neurológica que va con la edad e integración del esquema corporal.

✓ Dominio corporal estático

Zhunio, M (2015) señala que el dominio corporal estático, son todas aquellas actividades que llevarán al niño a interiorizar su esquema corporal, incluimos dentro de esta a la respiración y la relajación ya que ayudarán a profundizar e interiorizar su propio YO.

3.3. Bases conceptuales

Jean William Fritz Piaget

La propuesta de Piaget en cuanto a la motricidad gruesa, menciona que es parte de la motricidad referente a los movimientos de los músculos que afectan a la locomoción o del desarrollo postural como andar, correr, saltar, es decir, todo lo que tenga que ver con el desarrollo del niño que afectan a grupos de músculos sin tener en cuenta el detalle o la precisión que requiere la motricidad fina. A continuación, detallaremos el desarrollo de la motricidad gruesa en las diferentes fases de crecimiento.

Desarrollo de la motricidad gruesa. En el desarrollo motor, según la edad, se observan cinco fases: 0 a 6 meses: Dependencia completa de la actividad refleja, en especial la succión. Hacia los tres o cuatro meses se inician los movimientos voluntarios debido a estímulos externos. 6 meses a 1 año: Se caracteriza por la organización de las nuevas posibilidades del movimiento. Se observa una movilidad más grande que se integra con la elaboración del espacio y del tiempo. Esta organización sigue estrechamente ligada con la del tono muscular y la maduración propia del proceso de crecimiento, la cual se enriquece continuamente debido al feedback propio del desarrollo cognitivo. Cerca del año, algunos niños caminan con ayuda. 1 a 2 años: alrededor del año y medio el niño anda solo y puede subir escalones con ayuda. Su curiosidad le hace tocar todo y se puede sentar en una silla, agacharse, etc, A los 2 años el niño corre y puede saltar con los dos pies juntos. Se pone en cuclillas, sube y baja las escaleras sintiendo el apoyo de la pared. 3 a 4 años: se consolida lo adquirido hasta el momento, se corre sin problemas, se suben y bajan escaleras sin ayuda ni apoyos, pueden ir de puntillas andando sobre las mismas sin problemas. Al llegar a los 4 años se puede ir solo con un pie, el movimiento motor a lo largo del año se irá perfeccionando hasta poder saltar, mover, subir y bajar por todas partes. 5 a 7 años: El equilibrio entra en la fase determinante, donde se adquiere total autonomía en este sentido a lo largo de este período. En esta fase, se automatizan los conocimientos adquiridos hasta el momento, que serán la base de los nuevos conocimientos tanto internos como socio-afectivos. Las posibilidades que se abren al niño delante de las siguientes fases de crecimiento (adolescencia, pubertad) hasta llegar al desarrollo completo

vendrán marcadas ineludiblemente por lo adquirido y consolidado en estas etapas. A partir de los 7 años la maduración está prácticamente completada, por lo que a partir de ahora y hasta los 12 años es el momento idóneo para realizar actividades que favorezcan el equilibrio y la coordinación de movimientos.

La teoría de Piaget afirma que la inteligencia se constituye a partir de la actividad motriz de los niños. En los primeros años de vida, hasta los 7 años aproximadamente, la educación del niño es psicomotriz. Todo el conocimiento y el aprendizaje se centra en la acción del niño sobre el medio las demás y las experiencias a través de su acción y movimiento.

Jean Le Boulch

La propuesta de Boulch trata de dirigirse a la persona como un todo unitario, así los ejercicios que propone están relacionados con las necesidades de los estudiantes, teniendo en cuenta su edad y capacidad de comprensión.

Los pilares fundamentales que se basa Jean Le Boulch

- ✓ Movimiento, el aprendizaje, la evolución psicomotriz, psicomotriz, la práctica

Dos prácticas, a menudo concurrentes, la educación física y la psicomotricidad utilizan el movimiento como recurso, una de la educación y la otra de la terapia.

La educación física se interesa por la acción motriz, o sea, por el movimiento implicado en las actividades físicas con significación social; mientras que la psicomotricidad se dirige al cuerpo emocional como elemento de apoyo a las relaciones.

El Movimiento en el desarrollo de la persona, el enfoque funcional del movimiento humano propuesto en esta obra, permite superar esta dicotomía, convirtiendo el movimiento en el medio fundamental de la educación, en el hilo conductor alrededor del cual se forja la unidad corporal y mental de la persona.

El pensamiento de Jean Le Boulch en la psicomotricidad

La psicomotricidad considera al ser humano como una unidad psicosomática que está conformada por dos componentes. De una parte, el término psique hace referencia a la actividad psíquica, incluyendo lo cognitivo y lo afectivo y, de otra parte, el término motricidad constituye la función motriz y se traduce fundamentalmente como movimiento. El pensamiento de Jean Le Boulch se inscribe en la corriente francesa de la psicomotricidad en el ámbito de la educación psicomotriz. “Esta corriente intenta hacer una integración cuerpo y mente, y concentra su tarea en el ámbito reeducativo y psicoterapéutico, aunque hoy en día, la psicomotricidad, entendida como educación por el movimiento (concepto introducido por Carlota Buhler) se presenta como un apartado curricular más en el sistema educativo” (Tomas y otros, 2005: 12). La psicomotricidad se constituye como un lazo entre la actividad psíquica y la actividad motriz, de tal manera que ambas ‘partes’ se construyen con mutua interdependencia. La psicomotricidad tiene fundamentos de la psicología, la neurofisiología, la psiquiatría y el psicoanálisis. Los inicios de la psicomotricidad se encuentran a principios del siglo XX en la neurología y en la psicobiología. La psicomotricidad es una forma de abordar la educación o la terapia y pretende ante todo, desarrollar las capacidades de la persona (inteligencia, comunicación, afectividad, sociabilidad, aprendizaje) a partir del movimiento.

CAPITULO IV. METODOLOGÍA

4.1. Ámbito de estudio

La Institución Educativa N°32925 Rene Eusebia Guardián Ramírez de nivel primaria se encuentra en el centro poblado de San Luis en la avenida Perú S/N del distrito de Amarilis provincia de Huánuco y departamento de Huánuco.

4.2. Tipo y nivel de investigación

Según Sampieri (2010) el tipo de investigación por su finalidad es aplicada; porque va solucionar problemas y experimentar casos prácticos. Por su profundidad, la investigación es explicativa, porque, se orientará a explicar los conceptos teóricos del programa APP; así demostrar, que dichos conocimientos tienen un efecto significativo para desarrollar la coordinación motriz gruesa.

4.3. Población y Muestra

4.3.1. Descripción de la población

La población del objeto de estudio está conformada por 78 estudiantes de segundo grado de nivel primaria de la Institución Educativa René Guardián Ramírez de Huánuco, distribuidos de la siguiente forma.

Tabla 1

Población Estudiantil de la I.E René Guardián Ramírez matriculados en el año 2018 del segundo grado.

Alumnos por Grado	Total de Alumnos por grado	
	Mujeres	Varones
2° A	11	13
2° B	11	17
2° C	13	13
TOTAL	35	43

Fuente: Nómina de matrícula
Diseño: Investigador

4.3.2. Muestra y método de muestreo

Hernández, Fernández y Baptista (2010), señalan que la muestra se selecciona empleando procedimientos aleatorios por azar simple, llamado también opinado. La muestra a considerar estuvo conformada por un total de 52 estudiantes de ambos sexos del 2do grado de la sección “A” y “B” de la Institución Educativa de nivel primaria René Guardián Ramírez, cuyas edades oscilan entre 8 y 9 años donde se aplicó las sesiones.

Tabla 2

Muestra de los alumnos del 2° grado de Nivel Primaria de la I.E René Guardián Ramírez

Grupo	Grado y sección	Total de alumnos
Control	2° A	24
Experimental	2° B	28

Fuente: Nómina de matrícula
Diseño: Investigador

4.3.3. Criterios de inclusión y exclusión

Para seleccionar la muestra, se ha considerado el criterio de seleccionar solamente a los estudiantes de 8 y 9 años de edad; esto se decidió por la predisposición que mostraron los alumnos en colaborar con las actividades desarrolladas.

4.4. Diseño de investigación

El diseño de investigación corresponde al experimental en su variante cuasi experimental, porque se tomará una preprueba y posprueba con grupos de control con la manipulación de la variable independiente (programa APP) donde todo el trabajo estará dentro de una situación de control.

Esquema del diseño:

GE = O1.....X.....O3

GC = O2.....O4

Dónde:

GE = Grupo experimental

GC = Grupo de control

O1 y O2 = Preprueba

X = Manipulación de la (V.I)

O3 y O4 = Posprueba

4.5. Técnicas e instrumentos

4.5.1. Técnicas

Ficha de observación: técnica utilizada muy a menudo para recoger información con respecto a las actitudes, habilidades y destrezas sobre el nivel de coordinación motriz gruesa en los niños de 8- 9 años de la Institución Educativa de primaria René Guardián Ramírez.

Los instrumentos utilizados en el recojo de datos, así mismo los tratamientos experimentales aplicados en la presente investigación,

fueron elaborados por autor, con el asesoramiento de los profesionales del área de Educación Física, relacionadas a las variables propuestas como objeto de estudio de: equilibrio corporal, postura corporal, dominio corporal. El objetivo fundamental de los instrumentos fue evaluar el nivel de desarrollo de la coordinación motriz gruesa de los estudiantes de la muestra.

Para llevar a efecto el recojo de datos se utilizó los siguientes procedimientos:

- La observación
- Experimentación
- Demostración
- Aplicación

4.5.2. Instrumentos

Lista de cotejo: se elaboró de acuerdo las dimensiones e indicadores propuestos en la variable dependiente, los cuales se incluyeron ítems con la finalidad de observar la coordinación motriz gruesa y así obtener información pertinente cerca de la variable estudiada. Estas mediciones se efectuaron, como prueba inicial antes de la aplicación de la variable independiente y luego de la aplicación de la variable independiente como prueba de salida, me ayudará a llevar un control de mi investigación o del objeto de estudios. El instrumento fue elaborado con 20 ítems con una puntuación de 80 pts.

4.5.2.1. Validación de los instrumentos para la recolección de datos

El proceso de validación del instrumento se dio mediante juicio de expertos

4.5.2.2. Validación de los instrumentos para la recolección de datos

La validación de los instrumentos se ha realizado mediante el estadístico de Alfa de Cronbach. De 0.79, donde quiere decir que el instrumento es bueno y confiable para realizar la investigación

4.6. Técnicas para el procesamiento y análisis de datos

Las técnicas utilizadas para el procesamiento y análisis de datos son: lo primero que se realizó es procesar los datos e interpretarlos mediante la estadística descriptiva; y lo segundo es la estadística inferencial.

Los datos que se recopilaban se organizaron en una tabla de columnas para sumar la información de cada columna del registro obtenida en porcentajes de cada indicador.

Para los procesos cuantitativos se realizaron la técnica de recolección de datos de los estudiantes mediante el uso del instrumento de la lista de cotejo en pre tes y post tes, los datos están resumidos numérica y gráficamente con el objetivo de organizar y describir las características sobre un conjunto de datos con el propósito de facilitar su aplicación con el apoyo de gráficas, tablas y medidas numéricas.

4.7. Aspectos éticos

Para realizar la investigación, se ha elaborado un documento denominado consentimiento informado con el cual se ha puesto en conocimiento a las autoridades de la institución y como respuesta se obtuvo la predisposición de brindar las facilidades para la ejecución de esta. Al final la institución nos proporcionó una constancia que acredita que se ha realizado la investigación en dicha institución educativa.

CAPITULO V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1. Análisis descriptivo

A continuación, se presenta los resultados obtenidos después de aplicar el programa “APP” con la intención de mejorar el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018; las escalas de valoración que se utilizaron fue elaborada por la investigadora considerando la escala de lickert y los puntajes que se pueden obtener en cada dimensión y en cada intervalo, las cuales se muestran a continuación.

CUADRO 1
ESCALA DE CALIFICACIÓN PARA SUMA DE PUNTAJES

ESCALAS	PUNTAJE
INICIO	[02 – 40]
REGULAR	[41 – 60]
BUENO	[61 – 80]
TOTAL	

Elaborado por: La investigadora

CUADRO 2
ESCALA DE CALIFICACIÓN PARA LOS RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL EQUILIBRIO CORPORAL (D1) Y EL DOMINIO CORPORAL (D3)

ESCALAS	PUNTAJE
INICIO	[02 – 14]
REGULAR	[15 – 21]
BUENO	[22 – 28]
TOTAL	

Elaborado por: La investigadora

CUADRO 3

ESCALA DE CALIFICACIÓN PARA LOS RESULTADOS DEL DESARROLLO DE LA POSTURA CORPORAL (D2)

ESCALAS	PUNTAJE
INICIO	[02 – 12]
REGULAR	[13 – 18]
BUENO	[19 – 24]
TOTAL	

Elaborado por: Los investigadores

CUADRO 4

RESULTADOS DE LA PREPRUEBA

Nº	G.E. – PREPRUEBA				G.C. - PREPRUEBA			
	Equilibrio Corporal	Postura Corporal	Domini o Corporal	SUM A	Equilibrio Corporal	Postura Corporal	Domini o Corporal	SUM A
1	14	12	14	40	14	12	15	41
2	14	12	14	40	14	12	14	40
3	17	16	16	49	14	12	14	40
4	18	16	21	55	15	12	14	41
5	14	12	15	41	14	12	16	42
6	14	12	15	41	18	18	21	57
7	14	14	15	43	14	12	14	40
8	14	12	14	40	14	12	14	40
9	16	16	16	48	14	12	14	40
10	19	16	18	53	14	12	14	40
11	15	16	18	49	14	12	14	40
12	14	12	14	40	14	12	15	41
13	14	12	15	41	14	12	14	40
14	14	12	15	41	14	12	14	40
15	14	12	14	40	18	18	21	57
16	14	12	15	41	14	16	17	47

17	14	12	15	41	14	14	17	45
18	14	12	15	41	14	12	14	40
19	17	18	17	52	14	12	14	40
20	17	12	21	50	14	12	14	40
21	14	18	17	49	15	12	15	42
22	14	12	15	41	19	17	20	56
23	14	12	14	40	14	12	14	40
24	17	18	18	53	15	12	14	41
25	14	12	15	41	0	0	0	0
26	14	12	14	40	0	0	0	0
27	14	12	15	41	0	0	0	0
28	14	12	14	40	0	0	0	0
SUMA	416	376	439	1231	352	311	367	1030
PROM	14.86	13.43	15.68	43.96	13.54	11.96	14.12	40

Fuente: Resultados de la preprueba

Elaborado por: La investigadora

CUADRO 5

RESULTADOS DE LA POSPRUEBA

N°	G.E. - POSPRUEBA				G.C. - POSPRUEBA			
	Equilibrio Corporal	Postura Corporal	Domini o Corporal	SUM A	Equilibrio Corporal	Postura Corporal	Domini o Corporal	SUM A
1	23	18	21	62	14	12	15	41
2	24	18	25	67	14	12	14	40
3	28	24	28	80	14	12	14	40
4	28	24	28	80	15	12	14	41
5	27	24	28	79	14	12	16	42
6	24	24	28	76	18	18	21	57
7	28	24	28	80	14	12	14	40
8	24	22	28	74	14	12	14	40
9	28	24	28	80	14	12	14	40

10	28	24	28	80	14	12	14	40
11	28	24	28	80	14	12	14	40
12	24	24	28	76	14	12	15	41
13	24	20	28	72	14	12	14	40
14	28	24	28	80	14	12	14	40
15	23	24	28	75	18	18	21	57
16	28	24	28	80	14	16	17	47
17	28	24	28	80	14	14	17	45
18	24	20	25	69	14	12	14	40
19	28	24	28	80	14	12	14	40
20	28	24	28	80	14	12	14	40
21	28	24	28	80	15	12	15	42
22	28	24	28	80	19	17	20	56
23	23	24	28	75	14	12	14	40
24	28	24	28	80	15	12	14	41
25	24	24	28	76	0	0	0	0
26	24	18	21	63	0	0	0	0
27	28	24	28	80	0	0	0	0
28	23	18	24	65	0	0	0	0
SUMA	731	638	760	2129	352	311	367	1030
PROM	26.11	22.79	27.14	76.04	13.54	11.96	14.12	39.62

Fuente: Resultados de la posprueba

Elaborado por: La investigadora

CUADRO 6

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL EQUILIBRIO CORPORAL EN LA PREPRUEBA

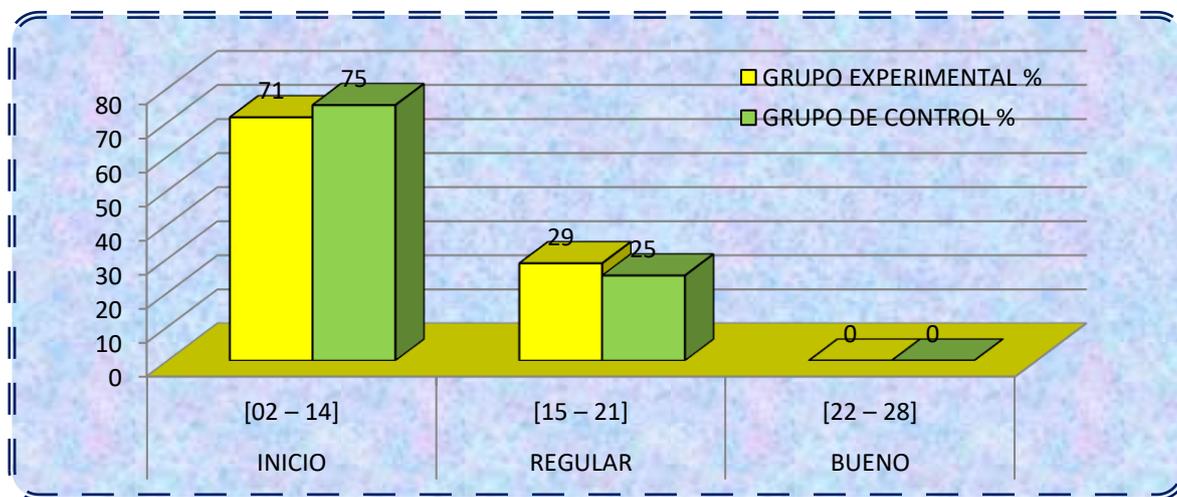
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 14]	20	71	18	75
REGULAR	[15 – 21]	8	29	6	25
BUENO	[22 – 28]	0	00	0	00
TOTAL		28	100	24	100

FUENTE: Cuadro N° 04

ELABORACIÓN: La investigadora

GRÁFICO 1

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL EQUILIBRIO CORPORAL EN LA PREPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 06

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados respecto al desarrollo de la coordinación motriz gruesa en la dimensión equilibrio corporal respecto a la preprueba, de los cuales se destaca los siguientes.

Del total de las unidades de análisis, 20 alumnos que representan el 71% en G.E. y 18 estudiantes que representan el 75% en G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 14, el 29% en G.E. y el 25% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de 15 a 21. En ambos grupos, ningún alumno obtuvo puntaje que le ubique en la escala superior.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado se puede observar que ambos grupos muestran resultados solo en las escalas **inicio** y **regular** con mínimas variaciones en los porcentajes, pero existiendo mucha similitud en los intervalos que ocupan, por lo que se determina que en la dimensión equilibrio corporal los grupos de trabajo eran homogéneos.

CUADRO 7

RESULTADOS DEL DESARROLLO DE LA POSTURA CORPORAL EN LA PREPRUEBA

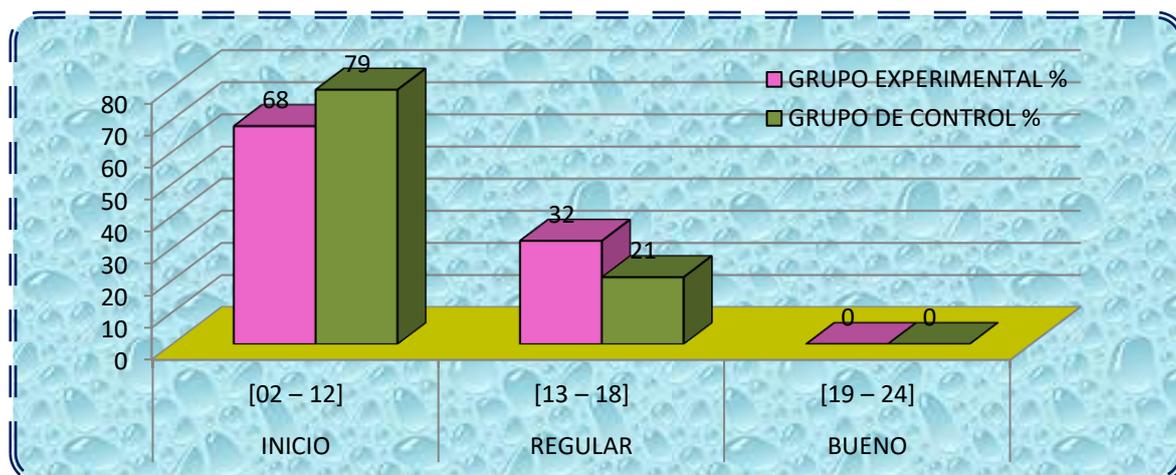
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 12]	19	68	19	79
REGULAR	[13 – 18]	9	32	5	21
BUENO	[19 – 24]	0	00	0	00
TOTAL		28	100	24	100

FUENTE: Cuadro N° 04

ELABORACIÓN: La investigadora

GRÁFICO 2

RESULTADOS DEL DESARROLLO DE LA POSTURA CORPORAL EN LA PREPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 07

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados respecto al desarrollo de la coordinación motriz gruesa en la dimensión postura corporal respecto a la preprueba, de los cuales se destaca los siguientes.

Del total de las unidades de análisis, 19 alumnos que representan el 68% en G.E. y 19 alumnos que representan el 79% en G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 12, el 32% en G.E. y el 21% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de 13 a 18. En ambos grupos, ningún alumno obtuvo puntaje que le ubique en la escala superior.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado se puede observar que los porcentajes obtenidos en cada escala son similares en ambos grupos por lo que se afirma que antes de desarrollar el programa APP, los grupos eran homogéneos y de manera particular en la dimensión desarrollo de la postura corporal.

CUADRO 8

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL DOMINIO CORPORAL EN LA PREPRUEBA

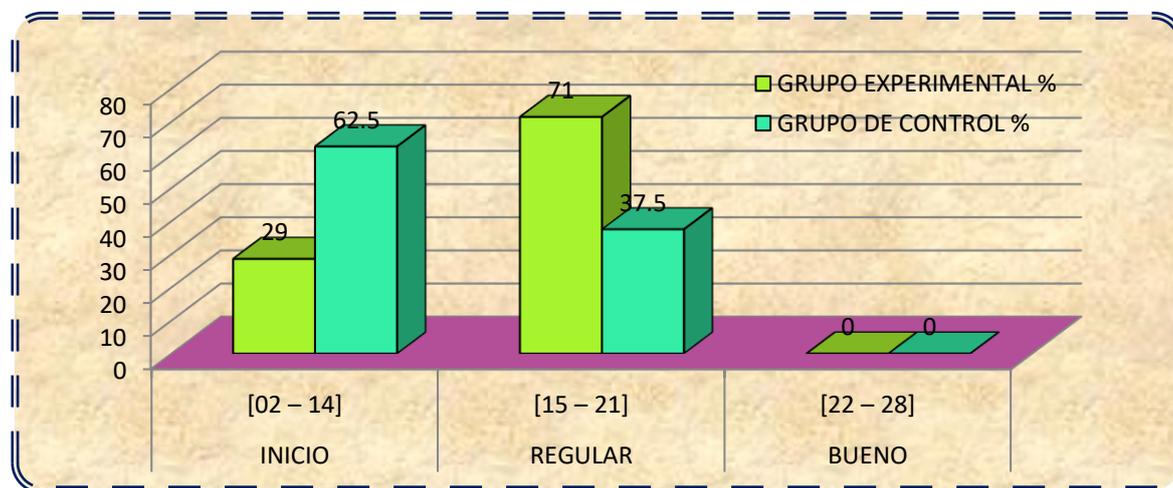
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 14]	8	29	15	62,5
REGULAR	[15 – 21]	20	71	9	37,5
BUENO	[22 – 28]	0	00	0	00
TOTAL		28	100	26	100

FUENTE: Cuadro N° 04

ELABORACIÓN: La investigadora

GRÁFICO 3

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL DOMINIO CORPORAL EN LA PREPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 08

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados respecto al desarrollo de la coordinación motriz gruesa en la dimensión desarrollo del dominio corporal respecto a la preprueba, de los cuales se destaca los siguientes.

Del total de las unidades de análisis, 8 alumnos que representan el 29% en G.E. y 15 alumnos que representan el 62,5% en G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 14, el 71% en G.E. y el 37,5% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de 15 a 21. En ambos grupos, ningún alumno obtuvo puntaje que le ubique en la escala mayor.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado se puede observar que en ambos grupos los resultados los ubica en las escalas **baja e intermedio**, que ligeramente existe mejores resultados en el grupo de control, pero no trascendente; por lo que se afirma antes de aplicar el programa APP los grupos eran homogéneos y de manera particular en la dimensión desarrollo del dominio corporal.

CUADRO 9

RESULTADOS DE LA SUMA DE PUNTAJES OBTENIDOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LA PREPRUEBA

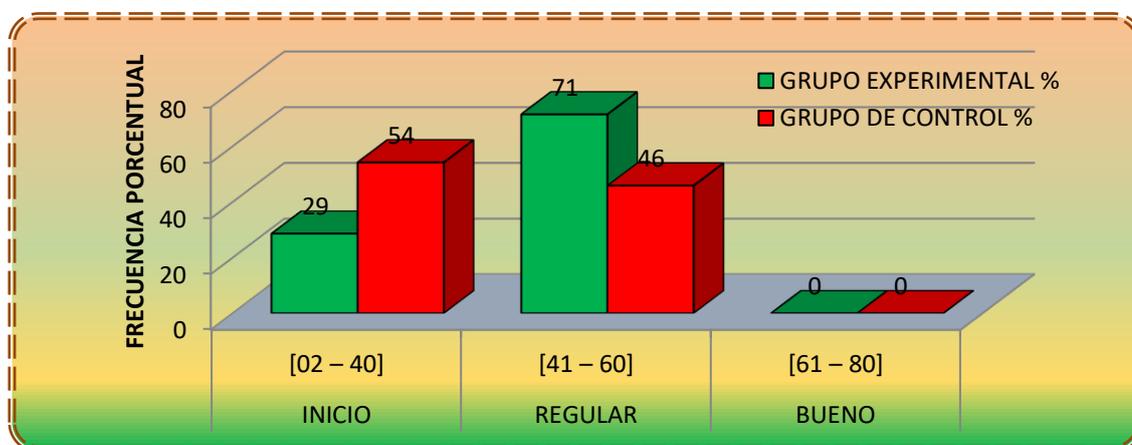
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 40]	8	29	13	54
REGULAR	[41 – 60]	20	71	11	46
BUENO	[61 – 80]	0	00	0	00
TOTAL		28	100	24	100

FUENTE: Cuadro N° 04

ELABORACIÓN: La investigadora

GRÁFICO 4

RESULTADOS DE LA SUMA DE PUNTAJES OBTENIDOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LA PREPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 09

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados de la suma de puntajes obtenidos en el desarrollo de la coordinación motriz, respecto a la preprueba, de los cuales se destaca los siguientes.

Del total de las unidades de análisis, 8 alumnos que representan el 29% y 13 alumnos que representan el 54% en G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 40, el 71% en G.E. y el 46% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de 41 a 60. En ambos grupos, ningún alumno obtuvo puntaje que le ubique en la escala superior.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado, por los resultados que se ubican en las escalas baja e intermedio y por la similitud de porcentajes obtenidos se puede afirmar que antes de la aplicación del programa APP, los grupos eran homogéneos referido al desarrollo de la coordinación motriz gruesa.

CUADRO 10

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL EQUILIBRIO CORPORAL EN LA POSPRUEBA

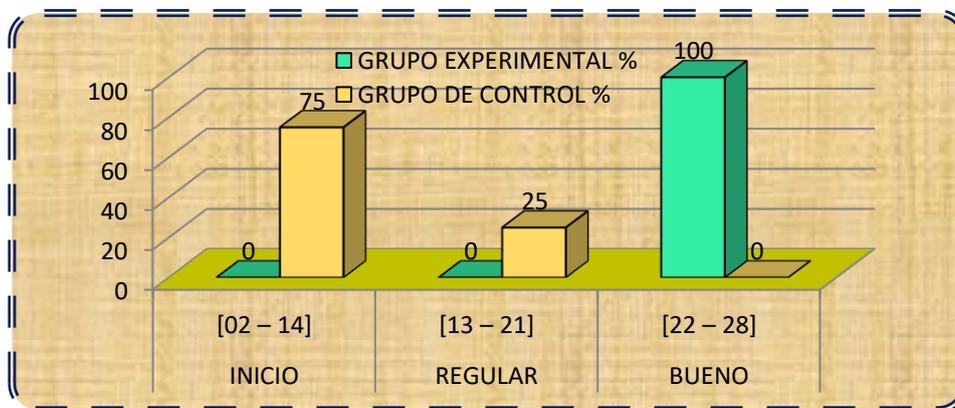
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 14]	0	00	18	75
REGULAR	[15 – 21]	0	00	6	25
BUENO	[22 – 28]	28	100	0	00
TOTAL		28	100	24	100

FUENTE: Cuadro N° 05

ELABORACIÓN: La investigadora

GRÁFICO 5

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL EQUILIBRIO CORPORAL EN LA POSPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 10

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados respecto al desarrollo de la coordinación motriz gruesa en la dimensión desarrollo del equilibrio corporal respecto a la posprueba, de los cuales se resalta lo siguiente.

Del total de las unidades de análisis, ningún alumno en G.E. y 18 alumnos que representa el 75% en el G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 14, ningún alumno en G.E. y el 25% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de 15 a 21. El 100% en G.E. y ningún alumno en G.C. se ubicaron en la escala **bueno** con puntajes de 22 a 28.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado se puede observar que todos los alumnos del G.E. se ubicaron en la escala superior, mientras que en el G.C. los estudiantes siguen permaneciendo en las escalas baja e intermedio, con tendencia a seguir permaneciendo con los mismos puntajes; por lo que se puede confirmar el efecto positivo que tuvo el desarrollo del programa APP en el desarrollo de la coordinación motriz en los alumnos del segundo grado de primaria.

CUADRO 11

RESULTADOS DEL DESARROLLO DE LA POSTURA CORPORAL EN LA POSPRUEBA

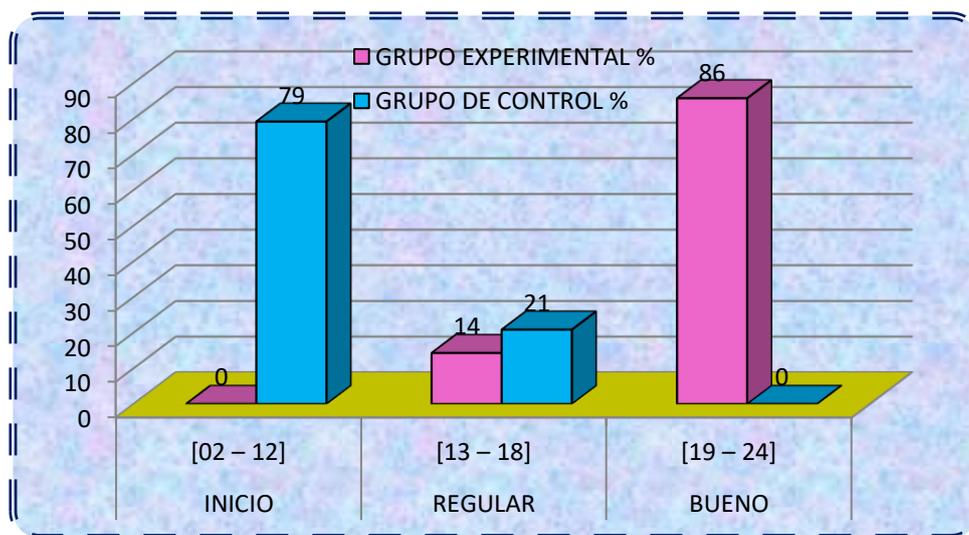
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 12]	0	00	19	79
REGULAR	[13 – 18]	4	14	5	21
BUENO	[19 – 24]	24	86	0	00
TOTAL		28	100	24	100

FUENTE: Cuadro N° 05

ELABORACIÓN: Los investigadores

GRÁFICO 6

RESULTADOS DEL DESARROLLO DE LA POSTURA CORPORAL EN LA POSPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 11

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados respecto al desarrollo de la coordinación motriz en la dimensión desarrollo de la postura corporal respecto a la posprueba, de los cuales se destaca los siguientes.

Del total de las unidades de análisis, ningún alumno en el G.E. y 19 alumnos que representan el 79% en G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 12; el 14% en G.E. y el 21% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de 13 a 18; el 86% en G.E. y ninguno en G.C. se ubicaron en la escala **bueno** con puntajes de 19 a 24.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado se puede observar que el 100% de alumnos en el G.E. se ubicaron en la escala superior de la calificación, mientras que en el G.C. los resultados se mantienen en las escalas baja e intermedio, con tendencia a seguir con estos puntajes; por lo tanto podemos determinar que la aplicación del programa APP tuvo efectos positivos en el desarrollo de la coordinación motriz de los estudiantes de segundo grado en la dimensión desarrollo de la postura corporal.

CUADRO 12

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL DOMINIO CORPORAL EN LA POSPRUEBA

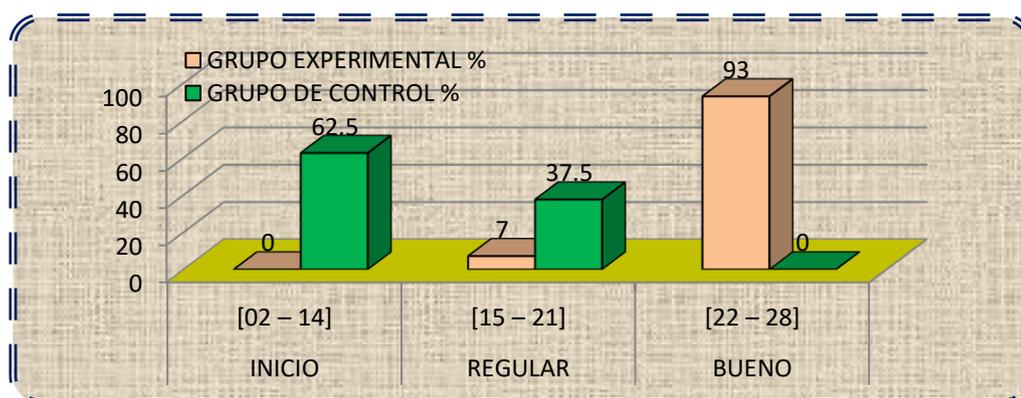
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 14]	0	00	15	62,5
REGULAR	[15 – 21]	2	07	9	37,5
BUENO	[22 – 28]	26	93	0	00
TOTAL		28	100	24	100

FUENTE: Cuadro N° 05

ELABORACIÓN: La investigadora

GRÁFICO 7

RESULTADOS DEL DESARROLLO DEL DOMINIO CORPORAL EN LA POSPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 12

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados respecto al desarrollo de la coordinación motriz gruesa en la dimensión desarrollo del dominio corporal respecto a la posprueba, de los cuales se resalta lo siguiente.

Del total de las unidades de análisis, ningún alumno en el G.E. y 15 alumnos que representan el 62,5% en G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 14; el 7% en G.E. y el 37,5% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de

15 a 21; el 93% en G.E. y ningún alumno en G.C. se ubicaron en la escala **bueno** con puntajes de 22 a 28.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado se puede notar que en el grupo experimental se obtuvo mejores resultados, mientras que en el grupo de control sus resultados permanecen en las escalas baja e intermedio; confirmando así la efectividad del programa APP aplicado para desarrolla la coordinación motriz gruesa en la dimensión desarrollo del dominio corporal.

CUADRO 13

RESULTADOS DE LA SUMA DE PUNTAJES OBTENIDOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LA POSPRUEBA

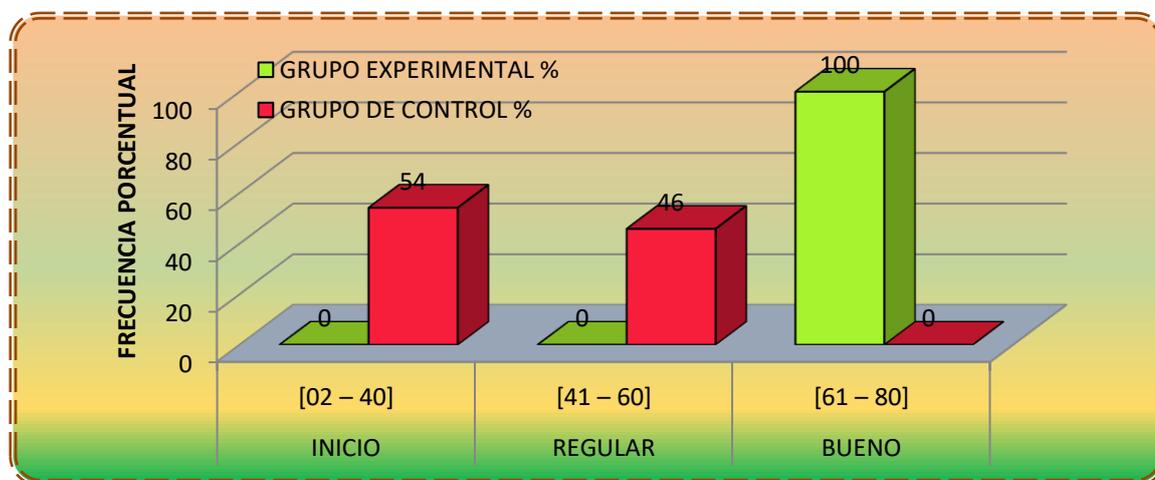
ESCALAS DE CALIFICACIÓN		GRUPO EXPERIMENTAL		GRUPO DE CONTROL	
		fi	%	fi	%
INICIO	[02 – 40]	0	00	13	54
REGULAR	[21 – 60]	0	00	11	46
BUENO	[61 – 80]	28	100	0	00
TOTAL		28	100	24	100

FUENTE: Cuadro N° 05

ELABORACIÓN: La investigadora

GRÁFICO N° 08

RESULTADOS DE LA SUMA DE PUNTAJES OBTENIDOS EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LA POSPRUEBA



FUENTE: Cuadro N° 13

ELABORACIÓN: La investigadora

INTERPRETACIÓN

El cuadro y gráfico muestran los resultados de la suma de puntajes obtenidos en el desarrollo de la coordinación motriz motora, respecto a la posprueba, de los cuales se rescata lo siguiente.

Del total de las unidades de análisis, ningún alumno en el G.E. y 13 alumnos que representan el 54% en G.C. se ubicaron en la escala **inicio** con puntajes de 02 a 40; ningún alumno en el G.E. y el 46% en G.C. se ubicaron en la escala **regular** con puntajes de 21 a 60; en el G.E. el 100% y ningún alumno en el G.C. se ubicaron en la escala **bueno** con puntajes de 61 a 80.

En conclusión: Del análisis estadístico realizado se puede observar que el grupo experimental muestra mejores resultados y en el grupo de control los resultados permanecen en las escalas baja e intermedio de calificación demostrándose así la efectividad que tuvo la aplicación del programa APP en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria.

CUADRO 14

ESTADÍGRAFOS DE LA SUMA DE PUNTAJES GRUPO EXPERIMENTAL Y DE CONTROL RESPECTO A LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA

<i>ESTADÍGRAFOS</i>	<i>PREPRUEBA</i>		<i>POSPRUEBA</i>	
	GRUPO	GRUPO	GRUPO	GRUPO
	EXPERIMENTAL	CONTROL	EXPERIMENTAL	CONTROL
	AL	L	AL	L
Media	43,96	42,92	76,04	42,92
Mediana	41	40	80	40
Moda	41	40	80	40
Desviación estándar	5,07	5,58	5,73	5,58
Varianza de la muestra	25,67	31,12	32,85	31,12
Coficiente de asimetría	1,00	2,06	-1,38	2,06
Rango	15	17	18	17
Mínimo	40	40	62	40
Máximo	55	57	80	57
Suma	1231	1030	2129	1030
Cuenta	28	24	28	24

FUENTE: Resultados de la preprueba y posprueba

ELABORACIÓN: La investigadora

5.2. Análisis inferencial y/o contrastación de hipótesis

Los resultados obtenidos en la presente investigación científica demuestran que el programa APP es efectivo en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa; los mismos que se corroboran con la contratación de la hipótesis, que rechaza la hipótesis nula; siendo que el valor calculado t (20,68) es mayor que el crítico (1,68). Asimismo, los resultados muestran que la mayoría de unidades de análisis en el posttest lograron alcanzar el nivel más alto de calificación **bueno**, con puntuaciones de 61 a 80 (100%), frente a los resultados del pretest que mostraron que la mayoría de las unidades de análisis (71%) se ubicaron en el nivel más bajo de calificación **en inicio** con puntuaciones de 02 a 40 y en la escala **en proceso** (29%) con puntuaciones de 21 a 60 respectivamente.

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Con la finalidad de elevar el nivel de la investigación y darle carácter científico, nos permitimos someter a prueba la hipótesis planteada, de modo que la contrastación sea generalizable.

Para tal efecto se ha considerado los siguientes pasos:

a) Determinación si la prueba es unilateral o bilateral

La hipótesis alterna indica que la prueba es unilateral con cola a la derecha, porque se trata de verificar solo una probabilidad:

$$\mu_{e \text{ posprueba}} > \mu_{c \text{ posprueba}} \quad \text{ó} \quad \mu_{e \text{ posprueba}} - \mu_{c \text{ posprueba}} > 0$$

b) Determinación del nivel de significancia de la prueba:

Por tratarse de una investigación con estudiantes asumimos el nivel de significancia de **5%**, aceptando en **0,05** la probabilidad de que se rechace la **H₀** a pesar de ser verdadera; cometiendo por lo tanto el error de tipo I siendo **0,95** la probabilidad de no rechazar la **H₀**.

c) Determinación de la distribución muestral de la prueba

Teniendo en cuenta el texto “*Estadística descriptiva e inferencial*” de

Manuel Córdova Zamora; la distribución de probabilidades adecuada para la prueba es t de student con n-2 grados de libertad, el mismo que se ajusta a la *diferencia entre dos medias independientes* con observaciones diferenciadas; teniendo en cuenta que la hipótesis formulada pretende en la posprueba que la media del grupo experimental sea mayor que la media del grupo de control

d) Esquema de la Prueba

En la distribución t de Student, para el nivel de significación de **5%**, el nivel de confianza es del **95%**; entonces el coeficiente crítico o coeficiente de confianza para la prueba unilateral de cola derecha con $[n_1 + n_2 - 2 = 52 - 2 = 50]$ grados de libertad es:

$$t = 1,68$$

$$\Rightarrow RC = \{t > 1,68\}$$

Donde:

t : coeficiente crítico

RC : Región Crítica

e) Cálculo del estadístico de la prueba

Calculamos el estadístico de la prueba con los datos que se tiene mediante la siguiente fórmula:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S(\bar{X}_1 - \bar{X}_2)}$$

que se distribuye según

una t – Student con $n_1 + n_2 - 2 = 52 - 2 = 50$ grados de libertad.

Donde:

$$S(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) = \sqrt{\left(\frac{\sum X_1^2 + \sum X_2^2}{N_1 + N_2 - 2}\right)\left(\frac{1}{N_1} + \frac{1}{N_2}\right)}$$

$\sum X_1^2$ = Suma de las desviaciones del posprueba grupo experimental

$\sum X_2^2$ = Suma de las desviaciones del posprueba grupo de control

f) Formulación de la Hipótesis

H₁: El programa “APP” mejorará el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.

$$H_1: \mu_e > \mu_c \rightarrow \text{CMG (GE)} > \text{CMG (GC)}$$

H₀: El programa “APP” no mejorará el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.

$$H_0: \mu_e \leq \mu_c \rightarrow \text{CMG (GE)} \leq \text{CMG (GC)}$$

Donde:

H₁: Hipótesis Alternativa (hipótesis general)

H₀: Hipótesis Nula

DHM (GE): Desarrollo de la coordinación motriz gruesa de los estudiantes del grupo experimental.

DHM (GC): Desarrollo de la coordinación motriz gruesa de los estudiantes del grupo control.

μ_e : Media poblacional respecto al grupo experimental

μ_c : Media poblacional respecto al grupo de control

CUADRO 15

RESULTADOS OBTENIDOS EN LA POSPRUEBA APLICADO AL GRUPO EXPERIMENTAL Y DE CONTROL

SUJETO	X ₁	X ₁ ²	X ₂	X ₂ ²
1	62	3844	41	1681
2	67	4489	40	1600
3	80	6400	40	1600
4	80	6400	41	1681
5	79	6241	42	1764
6	76	5776	57	3249
7	80	6400	40	1600
8	74	5476	40	1600
9	80	6400	40	1600
10	80	6400	40	1600

11	80	6400	40	1600
12	76	5776	41	1681
13	72	5184	40	1600
14	80	6400	40	1600
15	75	5625	57	3249
16	80	6400	47	2209
17	80	6400	45	2025
18	69	4761	40	1600
19	80	6400	40	1600
20	80	6400	40	1600
21	80	6400	42	1764
22	80	6400	56	3136
23	75	5625	40	1600
24	80	6400	41	1681
25	76	5776	0	0
26	63	3969	0	0
27	80	6400	0	0
28	65	4225	0	0
SUMA	2129	162767	1030	44920
PROM.	76,04	5813,11	42.92	1871,67

Se procede al cálculo del error estándar de la diferencia entre las medias aplicando la siguiente fórmula:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S(\bar{X}_1 - \bar{X}_2)}$$

$$S(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) = \sqrt{\left(\frac{\sum X_1^2 + \sum X_2^2}{N_1 + N_2 - 2}\right)\left(\frac{1}{N_1} + \frac{1}{N_2}\right)}$$

Donde:

$\sum X_1^2$ = Suma de las desviaciones de la posprueba grupo experimental

$\sum X_2^2$ = Suma de las desviaciones del posprueba grupo de control

$N_1 = 28$

$N_2 = 24$

$$gl = N_1 + N_2 - 2 = (28 + 24) - 2 = 50$$

Se opera las desviaciones mediante la fórmula: $\sum X^2 = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}$

Reemplazando en cada caso tenemos:

$$1.- \sum X_1^2 = \sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{N} = 162767 - \frac{(2129)^2}{28} = 886,9643$$

$$2.- \sum X_2^2 = \sum X_2^2 - \frac{(\sum X_2)^2}{N} = 44920 - \frac{(1030)^2}{24} = 715,83$$

Aplicando la t:

$$t = \frac{76,04 - 42,92}{\sqrt{\left(\frac{886,9643 + 715,83}{28 + 24 - 2}\right)\left(\frac{1}{28} + \frac{1}{24}\right)}}$$

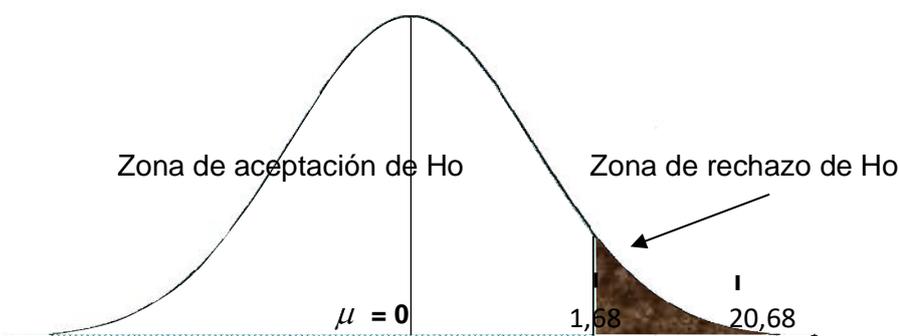
$$t = \frac{33,12}{\sqrt{\left(\frac{1602,7943}{50}\right)\left(\frac{1}{28} + \frac{1}{24}\right)}}$$

$$t = \frac{33,12}{\sqrt{(32,055886)(0,08)}}$$

$$t = \frac{33,12}{1,6012}$$

$$t = 20,68$$

g) Gráfico y toma de decisiones



El valor calculado de $t = 20,68$ se ubica a la derecha del valor crítico $t = 1,68$ que es la zona de rechazo, por lo tanto, descartamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna; es decir se tiene confianza para afirmar que la aplicación del programa "APP" mejorará el desarrollo de la

coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.

5.3. Discusión de resultados

En esta parte del capítulo se presenta la confrontación de la situación problemática formulada de las bases teóricas y de la hipótesis propuesta con los resultados obtenidos durante el proceso de investigación; y para conocer la influencia y efectividad del programa APP y el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del 2° de primaria de la I.E René Guardián Ramírez, Huánuco 2018. Se ha considerado la siguiente confrontación.

a) Con el problema planteado

La interrogante que se planteó al iniciar el trabajo de investigación es: ¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018? Luego de haber concluido con la investigación se pudo determinar que el programa APP influye significativamente en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de nivel primaria de la Institución Educativa “René Guardián Ramírez” Huánuco 2018. Dichos resultados se evidencian en los cuadros N° 06, 07, 08, 09, 10, 11, 12, 13 y sus gráficos respectivos, en las que se observan el ascenso de los resultados conforme a la aplicación del programa APP.

a) Con la Hipótesis General

Al finalizar la presente investigación, los resultados obtenidos nos indican Dada la presente investigación con la aplicación del programa APP en el grupo experimental se observó una efectividad en los resultados de las dimensiones propuestos, tal como se muestra en los cuadros 06, 07, 08, 09, 10, 11, 12, 13 y sus respectivos gráficos. Es muy notorio la efectividad que tuvo

Con respecto a los estadígrafos de resumen, existe una diferencia significativa, lo que se evidencia que los estudiantes de la muestra del grupo

experimental en estudio mejoraron progresivamente su coordinación motriz gruesa. Como ejemplo de ello tenemos que la media aritmética es de 43,96 en la pre prueba del grupo experimental, resultados que se incrementa durante el proceso de aplicación del programa APP, y así obtener finalmente en el pos prueba puntajes superiores de la media aritmética 76,04 del grupo experimental. Se obtuvo como desviación estándar en la pre prueba del grupo experimental 5,07 y en la pos prueba del grupo experimental con 5,73 tal como se observa en el cuadro N° 14

- Con la hipótesis específica **Confrontando los resultados de las mediciones** de tendencia central, permite confirmar la fluctuación cuantitativa existente con respecto al pre y pos prueba de inicio, de proceso y de salida de cada uno de las dimensiones y sus respectivos indicadores propuestos. Como ejemplo de ello, tenemos a la dimensión EQUILIBRIO CORPORAL, en la pre prueba se obtuvo el 71% de los estudiantes del grupo experimental que se encuentran en un nivel bajo, resultados que se incrementan durante el proceso de aplicación de la variable independiente, donde en la pos prueba el 100% de los estudiantes se encuentran en un nivel superior. La dimensión POSTURA CORPORAL, en la pre prueba se obtuvo el 68% de los estudiantes del grupo experimental que se encuentran en un nivel bajo, resultados que se incrementan durante el proceso de aplicación de la variable independiente, donde en la pos prueba el 86% de los estudiantes se encuentran en un nivel superior. La dimensión DOMINIO CORPORAL, en la pre prueba se obtuvo el 71% de los estudiantes del grupo experimental que se encuentran en un nivel regular, resultados que se incrementan durante el proceso de aplicación de la variable independiente, donde en la pos prueba el 93% de los estudiantes se encuentran en un nivel superior, demostrando la efectividad que tuvo el programa APP.
- **A partir de los resultados encontrados aceptamos la hipótesis** alternativa general que demuestran que el programa APP influye significativamente en el desarrollo de la motricidad gruesa después de la aplicación del programa APP en los estudiantes de 2do grado de nivel

primaria de la Institución Educativa René Guardián Ramírez – Amarilis – Huánuco ($t = 20,68; <0.05$).

5.4. Aportes de la investigación

- ✓ La investigación servirá como antecedente para aquellos investigadores que tienen similar investigación.
- ✓ El programa APP orientará a la población sobre la utilidad e importancia del equilibrio, postura y dominio corporal mediante una serie de actividades físicas que ayuden a mejorar la su coordinación motriz gruesa de la población estudiantil.
- ✓ EL programa de actividades físicas servirá de guía para todo el que deseen desarrollar la coordinación motriz gruesa.

CONCLUSIONES

1. Los resultados demuestran que el nivel de efectividad del programa APP y la coordinación motriz gruesa en los estudiantes de segundo grado de nivel primaria de la Institución Educativa “René Guardián Ramírez” Huánuco, tal como se demuestra claramente con diferencias significativas en los resultados de la muestra en estudio dichos resultados se evidencian en los cuadros N° 08 y 09.
2. Los estudiantes del segundo grado de nivel primaria de la Institución Educativa “René Guardián Ramírez Huánuco, demuestran un nivel de coordinación motriz gruesa de baja significancia, tal como se demuestran en los cuadros 06, 07, 08 y los gráficos respectivos que representan los resultados de la medición de los indicadores de cada dimensión en lo referente del pre prueba; sin embargo con la aplicación del “programa APP” pueden lograr un desarrollo óptimo con efectividad en la coordinación motriz gruesa, tal como se demuestra en los cuadros 10, 11, 12 y los gráficos respectivos. Es decir pueden llegar a dominar su cuerpo manera coordinada y sincronizada en sus movimientos globales, tal como se ha demostrado en el grupo experimental de la muestra de estudio.
3. Para hacer realidad la presente investigación en primer lugar se diseñaron y elaboraron el programa APP basado en los diferentes ejercicios y juegos luego se practicaron y validaron en la práctica de los estudiantes de segundo grado de nivel primaria de la Institución Educativa “René Guardián Ramírez” con un máximo de 10 sesiones de aprendizaje de manera sistemática, la cual originó que los estudiantes de segundo grado actúen con mayor seguridad al momento de coordinar sus movimientos corporales.
4. Se rechaza la hipótesis nula (H_0) ya que el valor calculado de $t = 20,68$ es mayor que la T tabulada $t = 1,68$ por lo tanto se acepta la hipótesis de investigación, demostrando que el programa “APP” influye significativamente en la coordinación motriz gruesa permitiendo desarrollar el equilibrio, postura y dominio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018. Tal como lo demuestran los resultados obtenidos aplicando la T de student.

RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS

A la Dirección Regional de Educación:

- Como principal representante del Sistema Educativo de Huánuco promover talleres sobre la coordinación motriz gruesa a los estudiantes de los tres niveles (inicial, primaria y secundaria) y a los docentes de la Especialidad de Educación Física.

Al director:

- Permitir que se considere dentro de la programación anual como unidades didácticas, el programa APP en los cuales se propicien más actividades de equilibrio, postura y dominio corporal para el desarrollo de la coordinación motriz gruesa de los estudiantes.
- Capacitación teórica y práctica a los docentes a cerca de la coordinación motriz gruesa porque es fundamental conducir y aprovechar el desarrollo integral de los estudiantes.

A los docentes

- Incorporar las actividades de ejercicios y juegos como estrategia para desarrollar la coordinación corporal en la planificación de sus sesiones.

A los padres de familia:

- Interactuar con sus hijos mediante juegos de coordinación para que de esa manera el estudiante tenga seguridad, confianza y entusiasmo al realizar diferentes actividades de coordinación corporal.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ✓ Valdivieso Vimos, V. (2015). *Elaboración y aplicación de la guía juegos al aire libre, “la naturaleza en acción”, para el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños/as de 4 y 5 años del centro de educación inicial Lic. Alfonso Chávez, cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo lectivo 2013-2014.*
- ✓ Loarte Loarte, V.M. (2015). *La coordinación motriz y el baloncesto en el Colegio Técnico Fiscomisional San Vicente Ferrer, Chuquiribamba-Loja. año 2014.*
- ✓ Gómez, M., Ruiz, L., y Mata, E. (2006). *Los problemas evolutivos de coordinación en la adolescencia: Análisis de una dificultad. INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE International Journal of Sport Science, volumen II, 44-54.*
- ✓ Ordoñez Arango, M. (2017). *Juegos cooperativos y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa en estudiantes del 1er grado - primaria I.E. 31542 - Ocopilla - Huancayo.*
- ✓ Lozano Mancilla, T. (2018). *Actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°184 distrito de San Clemente - Pisco.*
- ✓ Fernández Medina, E. (2019). *Aplicación de un programa de juegos psicomotrices para desarrollar la coordinación motora gruesa en los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 436 distrito de Catache provincia de Santa Cruz región Cajamarca.*
- ✓ Martel Santiago, J. C. (2014). *El juego como estrategia didáctica para mejorar la socialización, en niños de educación inicial de la institución educativa integrada n° 32223 “Mariano Dámaso Beraún”.*
- ✓ García López, D.; Herrero Alonso, J.A. y De Paz Fernández, J.A. (2003). *Metodología de entrenamiento pliométrico. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, vol. 3 (12) pp. 190-204*
<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista12/artpliomtria.htm>
- ✓ Esperanza Aparicio y Javier Pérez (2005), *El auténtico método Pilates el arte del control, Ediciones Martínez Roca, S.A.* <http://datelobueno.com/wp-content/uploads/2014/05/El-aut%C3%A9ntico-pilates.pdf>
- ✓ Ortiz, P (2015) *el proceso metodológico para la práctica de los aeróbic en la dirección metropolitana de deporte y recreación del municipio de Quito, provincia de Pichincha, Ambato, Ecuador.*
- ✓ Villada (2010) citado por Katherine Mariela Aveiga (2016) *La coordinación y los ejercicios aeróbicos; visto el 29 de setiembre del 2017 en:*

<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/16153/1/Avelga%20Aguirre%20Katerine%2029-2016.pdf>

- ✓ Carmen Maganto y Soledad Cruz *Desarrollo físico y psicomotor en la primera infancia*
- ✓ Luna Guevara, L. M., & Checalla Chipana, F. J. (2018). *Aplicación de juegos educativos tradicionales para mejorar la coordinación motriz gruesa en los niños y niñas de 05 años de la Institución Educativa Inicial Nro.303 "Almirante Miguel Grau" de la Provincia de Ilo – 2017.*
- ✓ Lorenzo, F (2006) *Coordinación motriz; visto el 14/08/17 en:*
- ✓ Bobbio, T (2009). *La coordinación entre miembros del cuerpo. Faceta importante de la habilidad de motricidad gruesa, tipos de coordinación, Revista académica multilingüe, revisada por colegas, que trata del desarrollo, el cuidado y la educación de niños pequeños, volumen I, 2.*
- ✓ Quispe Fuentes, E. M. (2018). *Hábitos posturales de las estudiantes de la Institución Educativa Villa Fátima de Puno.*
- ✓ Zhunio Matute, M.E. (2015) *Influencia de la actividad lúdica en el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en niños y niñas de tres y cuatro años del centro preescolar "La Cometa".*
- ✓ Sampieri, R (2010) *METODOLOGÍA de la investigación, Buenos Aires, México, Miembro de la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana, Reg. Núm. 736*

PÁGINAS WEB

- ✓ www.google.com
- ✓ www.yahoo.com
- ✓ www.efedeportes.com
- ✓ www.monografias.com
- ✓ Oposinet (<https://www.oposinet.com/temario-primaria-educacion-fisica/temario-2-primaria-educacion-fisica/tema-7-coordinacion-y-equilibrio-concepto-y-actividades-para-su-desarrollo/>) visto el 27 de agosto del 2018
- ✓ <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/22532/1/Tesis.pdf>
- ✓ <http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/coordinacionmotricidad.pdf>
- ✓ Díaz, J (2008) *La coordinación motriz; visto el 7 de octubre del 2017 en:* <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/16153/1/Avelga%20Aguirre%20Katerine%2029-2016.pdf>
- ✓ Jiménez, P. (1982) *el equilibrio y su importancia en la actividad física; visto el 12 de junio del 2018 en:* <http://deportes.pucp.edu.pe/tips/el-equilibrio-y-su-importancia-en-la-actividad-fisica/>

ANEXOS

ANEXO 01 Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: PROGRAMA APP Y EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LOS ALUMNOS DEL 2° DE PRIMARIA DE LA I.E. RENÉ GUARDIÁN RAMÍREZ, HUÁNUCO 2018.

Autor: Lic. Yojana Lizet, Laguna Rosales.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA	TÉCNICA E INSTRUMENTO	POBLACIÓN Y MUESTRA
<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Demostrar la influencia del programa “APP” en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL:</p> <p>El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.</p>	<p>VARIABLES INDEPENDIENTE:</p> <p>PROGRAMA “APP”</p>	<p>Pliometría</p> <p>Pilates</p> <p>Aerobics</p>	<p>✓ Controla el equilibrio del cuerpo al realizar trabajos en circuito.</p> <p>✓ Mantiene posiciones de equilibrio en estático dinámico sosteniendo materiales.</p> <p>✓ Realiza trabajos de postura básica por estaciones.</p> <p>✓ Realiza la extensión completa del cuerpo utilizando materiales.</p> <p>✓ Realiza movimientos progresivos, ordenados y coordinados con el fin de producir eficiencia en los movimientos</p> <p>✓ Domina diferentes partes del cuerpo de manera armónica, precisa y sin rigidez.</p>	<p>TIPO DE INVESTIGACIÓN :</p> <p>Aplicada</p> <p>DISEÑO Y ESQUEMA DE LA INVESTIGACIÓN :</p> <p>Cuasi experimental</p> <p>GE.01...x...03</p> <p>GCO2.....04</p> <p>Grupo experimental</p> <p>Grupo control.</p>	<p>Lista de Cotejo</p>	<p>POBLACIÓN:</p> <p>La población del objeto de estudio está conformada por 78 estudiantes de segundo grado de nivel primaria de la Institución Educativa René Guardián Ramírez de Huánuco.</p> <p>MUESTRA:</p> <p>La muestra a considerar fue de 52 estudiantes de segundo grado de la sección “A” y “B” por su accesibilidad.</p>
<p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS.</p> <p>a) ¿Cómo</p>	<p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <p>a) Demostrar la</p>	<p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.</p> <p>a) El</p>	<p>VARIABLE DEPENDIENTE.</p>		<p>✓ Camina sobre una barra horizontal sin caerse</p> <p>✓ Puede mantener el equilibrio sobre un pie</p> <p>✓ Puede pararse y sentarse con</p>			

<p>influye el programa “APP” en el desarrollo del equilibrio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?</p>	<p>influencia del programa “APP” en el desarrollo del equilibrio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.</p>	<p>programa “APP” influye significativamente en el desarrollo del equilibrio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.</p>	<p>Desarrollo de la coordinación motriz gruesa</p>	<p>Equilibrio Corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ cono sobre la cabeza sin botarla ✓ Pueden caminar en línea recta sosteniendo un bastón ✓ Pueden caminar con el cono sobre la cabeza sin botarla ✓ Pueden caminar en línea recta con el cono sobre la cabeza tomados de la mano con su pareja ✓ Pueden saltar sobre una pierna siguiendo una trayectoria trazada con tiza 			
<p>b) ¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo de la postura corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?</p>	<p>b) Demostrar la influencia del programa “APP” en el desarrollo de la postura corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.</p>	<p>b) b) El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo de la postura corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018.</p>		<p>Postura Corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se posiciona en cuadrupedia de rodillas para encovar y arquear de la columna conocida como la “postura del gato”. ✓ Camina hacia atrás sin salirse de la línea ✓ Se posiciona de decúbito ventral sobre la colchoneta para realizar la postura del “cisne” apoyo palmar estirar los brazos con la barbilla arriba. ✓ Puede extender su cuerpo sobre dos apoyos (neumático de auto) ✓ Realizan saltos continuados con desplazamiento hacia delante sobre tres neumáticos de auto, (un salto en cada neumático) finalizando en salto en extensión con rodamiento hacia adelante sobre la colchoneta ✓ Pueden realizar el rodamiento adelante y atrás manteniendo la posición correcta. 			
<p>c) ¿Cómo influye el programa “APP” en el desarrollo del dominio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez 2018?</p>	<p>c) Demostrar la influencia del programa “APP” en el desarrollo del dominio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de la I.E. René</p>	<p>c) c) El programa “APP” influye significativamente en el desarrollo del dominio corporal en los alumnos del segundo grado de primaria de</p>			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salta por encima de los conos sin parar con los dos pies juntos ✓ Pueden correr libremente sin chocar con sus compañeros 			

Ramírez 2018?	Guardián Ramírez 2018.	la I.E René Guardián Ramírez 2018.			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reconoce su lateralidad (derecha- izquierda) al realizar el dribling con un balón ✓ Pueden repetir con aplausos la cantidad de veces que suena el silbato ✓ Se desplaza sincronizada mente al ritmo de la música moderna usando las ulas ulas ✓ Pueden conducir el balón usando ambas piernas siguiendo una trayectoria trazada ✓ Domina su cuerpo al ritmo de la música variada de manera armónica, precisa y sin rigidez 			
				Dominio Corporal				

ANEXO 02 Consentimiento informado

SOLICITA: PERMISO PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN LOS NIÑOS DE 2°.

SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "RENÉ EUSEBIA GUARDIÁN RAMIREZ"

Dr. Flornoy Zenón Clemente Ostos

Yojana Lizet Laguna Rosales, con DNI 46642144, domiciliado en el Jr. José Carlos Mariátegui N° 471 del distrito de Amarilis, con cargo de docente del área de Educación Física de la institución que usted dirige. Ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

Que, siendo estudiante de Post Grado de Maestría en Ciencias de la Educación en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, solicito a Ud. permiso para realizar trabajo de Investigación en su Institución sobre **"PROGRAMA APP Y EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LOS ALUMNOS DEL 2° DE PRIMARIA DE LA I.E. RENÉ GUARDIÁN RAMÍREZ, HUANUCO 2018."** para optar el grado de Maestría.

Por lo expuesto:

Ruego a usted señor Director acceder mi petición.

Huánuco, 28 de junio del 2018

Yojana Lizet, Laguna Rosales
Docente del Área de Educación Física.



Abdo:
28/06/2018
[Signature]



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA "RENÉ EUSEBIA
GUARDIÁN RAMÍREZ"**

"Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

CONSTANCIA DE LA APLICACIÓN DE TESIS

El que suscribe, Director de la Institución Educativa "René Eusebia Guardián Ramírez". Con código modular N° 0624239.

Hace Constar

Que la maestra Yojana Lizet, Laguna Rosales, ex alumna de la Escuela de Post Grado de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán en Ciencias de la Educación con mención en Gestión y Planeamiento Educativo de esta ciudad, aplicó su proyecto de tesis titulado **"PROGRAMA APP Y EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LOS ALUMNOS DEL 2° DE PRIMARIA DE LA I.E. RENÉ GUARDIÁN RAMÍREZ, HUANUCO 2018"**, desde el 03 de julio al 02 de agosto, habiendo mostrado eficacia y responsabilidad.

Se expide la presente constancia a solicitud de la interesada para los fines que crea conveniente.



Huánuco, 14 de agosto del 2018.

Dr. Flornoy Z. Clemente Ostos
DIRECTOR

ANEXO 03 Instrumentos

LISTA DE COTEJO

“Desarrollo de la coordinación gruesa en de las clases de educación física, para niños de 7-9 años”

Grado: 2° sección “A y B”

Evaluador: Yojana Lizet, Laguna Rosales.

N°	INDICADORES	B	R	I	COMENTARIO
	Equilibrio Corporal				
1	Camina sobre una barra horizontal sin caerse				
2	Puede mantener el equilibrio sobre un pie				
3	Puede pararse y sentarse con cono sobre la cabeza sin botarla				
4	Pueden caminar en línea recta sosteniendo un bastón				
5	Pueden caminar con el cono sobre la cabeza sin botarla				
6	Pueden caminar en línea recta con el cono sobre la cabeza tomados de la mano con su pareja				
7	Pueden saltar sobre una pierna siguiendo una trayectoria trazada con tiza				

N°	INDICADORES	B	R	I	COMENTARIO
	Postura Corporal				
1	Se posiciona en cuadrupedia de rodillas para encovar y arquear la columna conocida como la “postura del gato”.				
2	Camina hacia adelante y atrás sin salirse de la línea				
3	Se posiciona de decúbito ventral sobre la colchoneta para realizar la postura del “cisne” con apoyo palmar estirar los brazos con la barbilla arriba				
4	Puede extender su cuerpo sobre dos apoyos (neumático de auto)				
5	Realizan saltos continuados con desplazamiento hacia delante sobre tres neumáticos de auto, (un salto en cada neumático) finalizando en salto en extensión con rodamiento hacia adelante sobre la colchoneta				
6	Pueden realizar el rodamiento adelante y atrás manteniendo la posición correcta				

N°	INDICADORES	B	R	I	COMENTARIO
	Dominio Corporal				
1	Salta por encima de los conos sin parar con los dos pies juntos				
2	Pueden correr libremente sin chocar con sus compañeros				
3	Reconoce su lateralidad (derecha- izquierda) al realizar el dribling con un balón				
4	Pueden repetir con aplausos la cantidad de veces que suena el silbato				
5	Se desplaza sincronizada mente al ritmo de la música moderna usando las ulas ulas				
6	Pueden conducir el balón usando ambas piernas siguiendo una trayectoria trazada				
7	Domina su cuerpo al ritmo de la música variada de manera armónica, precisa y sin rigidez				

LEYENDA	
DESCRIPCIÓN	VALORACIÓN
B: BUENO	4
R: REGULAR	3
I: INICIO	2

PROGRAMA APP

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. **Título:** Programa APP y el desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos del 2° de primaria de la I.E. René Guardián Ramírez, Huánuco 2018.
- 1.2. **Institución Educativa:** René Guardián Ramirez.
- 1.3. **Edad y Sección:** 7 y 9 años de 2° de nivel primaria
- 1.4. **Área:** Educación Física
- 1.5. **Duración:** 4 semanas
- 1.6. **Lugar:** Huánuco
- 1.7. **Distrito:** Huánuco
- 1.8. **Investigadora:** Yojana Lizet, Laguna Rosales.

II. FUNDAMENTACIÓN

El presente trabajo se fundamenta en los aportes de Vayer, Le Boulch, Dupré y Wallon (1941) quienes ofrecen aportes modernos todos los autores enfocan la coordinación desde el punto de la psicomotriz ya que infieren en los movimientos de los niños, los cuales nos ofrecen tener mejor percepción acerca de cómo es que se dé dentro del proceso de enseñanza- aprendizaje.

El desarrollo de la coordinación motriz gruesa en los alumnos será alcanzado gracias al empleo de múltiples herramientas para el descubrimiento de su equilibrio, postura y dominio corporal. Las actividades que serán utilizadas durante todas las sesiones realizadas brindarán al estudiante conocer más acerca de cuán importante es tener una buena coordinación de movimiento de nuestro cuerpo.

Considerado como actividades y estrategias que ayudan a desarrollarse integralmente, el juego y los ejercicios físicos es parte fundamental en la vida del estudiante de nivel primaria, y debe ser mediador en su aprendizaje. Por ello se recomienda que a esta actividad se le ponga mayor atención, puesto que permite que el estudiante articule emociones, sentimientos y conocimientos, de la misma manera tener relaciones interpersonales con las personas que lo rodean. Toda actividad de juego y ejercicios físicos el estudiante lo tomará como una experiencia única que no lo comparará con ninguna otra.

III. OBJETIVOS

3.1. Objetivo General

- ✓ Desarrollar la coordinación motriz gruesa a través de la aplicación del programa APP en los alumnos de 2° de primaria de la Institución Educativa de René Eusebia Guardián Ramírez
- ✓ Brindar orientación al docente respecto a las actividades que debe impartir y la forma en que tiene que desarrollar la enseñanza.
- ✓ Perfeccionar el equilibrio, postura, y dominio corporal, ejecutando los distintos métodos y ejercicios del programa “APP”.
- ✓ Lograr una coordinación fluida, respetando los procedimientos establecidos dentro del programa APP.
- ✓ Beneficiar a los niños mediante ejercicios apropiados para una vida más plena y mejor.

3.2. Objetivo Específico

- ✓ Desarrollar las dimensiones de equilibrio corporal, postura corporal y dominio corporal a través de diferentes actividades de ejercicios físicos y juegos.
- ✓ Valorar la importancia de los ejercicios en el trabajo con los alumnos
- ✓ Desarrollar las posibilidades de comunicación y el fortalecimiento de la autonomía a través de la relación con su par y su entorno
- ✓ Lograr que los alumnos manifiesten el disfrute al realizar todas las actividades.

IV. CONTENIDOS CURRICULARES A DESARROLLAR

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comprende su cuerpo ✓ Se expresa corporalmente 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas realizando movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades. ✓ Se orienta en el espacio y tiempo en relación a sí mismo y a otros puntos de referencia, reconociendo su lado derecho e izquierdo y sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. ✓ Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.

		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música para expresarse corporalmente y usando diversos elementos.
Asume una vida saludable	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comprende de las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud ✓ Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comprende la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica identificando los signos y síntomas relacionados con: el ritmo cardiaco, la respiración agitada y la sudoración que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas. ✓ Reflexiona sobre los alimentos saludables de su dieta familiar y de la región, los momentos adecuados para ingerirlos, la importancia de hidratarse, conociendo las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y de la vida cotidiana, que le permiten mayor seguridad a la hora de practicar actividades lúdicas y de la vida cotidiana. ✓ Incorpora prácticas de cuidado personal al afeitarse, al vestirse, al adoptar posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y de la vida cotidiana que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño. ✓ Reconoce la importancia del autocuidado regulando su esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.
Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices ✓ Crea y aplica estrategias y tácticas de juego 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar. ✓ Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas evitando juegos bruscos, amenazas, apodosos y aceptando la participación de todos sus compañeros. ✓ Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecúa las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad.

V. METODOLOGÍA

Para la ejecución del programa APP se empleará diversas estrategias, juegos en equipo y ejercicios donde el estudiante irá desenvolviéndose haciendo uso de sus habilidades y destrezas motrices gruesas.

Por otro lado, la adecuada selección de los juegos y ejercicios tiene una extraordinaria importancia por cuanto está relacionada directamente al proceso de enseñanza- aprendizaje.

El contenido motor de los ejercicios de coordinación motriz gruesa es importante según los procedimientos a trabajar; los materiales que se utilizarán serán de acuerdo a los temas que trataremos en cada sesión, serán oportunos y necesarios. El programa APP está organizada con actividades de juegos y distintos ejercicios físicos considerando la edad de los niños.

VI. EL PROGRAMA APP

6.1. Pliométrico: es un método de entrenamiento que actualmente es utilizado por los deportistas de diferentes disciplinas, las actividades que realizamos es de la fuerza y la capacidad reactiva de los músculos con la finalidad de mejorar y desarrollar el equilibrio corporal. Los materiales que se usan para estos tipos de ejercicios deben ser adecuados y según el contexto.

A continuación, les presento los siete ejercicios básicos para mejorar el equilibrio corporal, realizar respetando el orden numérico.

N°	INDICADORES
	Equilibrio Corporal
1	Camina sobre una barra horizontal sin caerse
2	Puede mantener el equilibrio sobre un pie
3	Puede pararse y sentarse con cono sobre la cabeza sin botarla
4	Pueden caminar en línea recta sosteniendo un bastón
5	Pueden caminar con el cono sobre la cabeza sin botarla
6	Pueden caminar en línea recta con el cono sobre la cabeza tomados de la mano con su pareja
7	Pueden saltar sobre una pierna siguiendo una trayectoria trazada con tiza

6.2. Pilates: Es un método de entrenamiento físico y mental que considera el cuerpo y la mente como una unidad, es decir es la completa coordinación del cuerpo, mente y espíritu. Para realizar los distintos ejercicios tener en cuenta seis principios básicos (concentración, control, fluidez en los movimientos, respiración, centro de gravedad y precisión). El método Pilates ayuda a mejorar la postura corporal en especial en aquellos niños que están en etapa de desarrollo corporal. A continuación, les presento las seis actividades de ejercicios básicos para mejorar la postura corporal, realizar respetando la secuencia numérica.

N°	PROCESO DE EJECUCIÓN
	Postura Corporal
1	Se posiciona en cuadrupedia de rodillas para encorvar y arquear la columna conocida como la “postura del gato”.
2	Camina hacia adelante y atrás sin salirse de la línea
3	Se posiciona de decúbito ventral sobre la colchoneta para realizar la postura del “cisne” con apoyo palmar estirar los brazos con la barbilla arriba
4	Puede extender su cuerpo sobre dos apoyos (neumático de auto)
5	Realizan saltos continuados con desplazamiento hacia adelante sobre tres neumáticos de auto, (un salto en cada neumático) finalizando en salto en extensión con rodamiento hacia adelante sobre la colchoneta
6	Pueden realizar el rodamiento adelante y atrás manteniendo la posición correcta

6.3. Aeróbicos: son ejercicios de baja, media y alta intensidad que se realizan al ritmo de la música, los beneficios del método es que a los pocos días de haberla practicado tengas el dominio corporal (fuerza, resistencia, coordinación y flexibilidad).

A continuación, les presento los siete ejercicios básicos para mejorar y desarrollar el dominio corporal, realizar respetando el orden numérico.

N°	INDICADORES
	Dominio Corporal
1	Salta por encima de los conos sin parar con los dos pies juntos
2	Pueden correr libremente sin chocar con sus compañeros
3	Reconoce su lateralidad (derecha- izquierda) al realizar el dribling con un balón
4	Pueden repetir con aplausos la cantidad de veces que suena el silbato
5	Se desplaza sincronizada mente al ritmo de la música moderna usando las ulas ulas
6	Pueden conducir el balón usando ambas piernas siguiendo una trayectoria trazada
7	Domina su cuerpo al ritmo de la música variada de manera armónica, precisa y sin rigidez

VII. RECURSOS

7.1. Humanos

- Estudiantes del segundo grado de primaria de la sección B
- Maestra

7.2. Materiales, están adecuados y se harán uso respectivo de acuerdo al tema que se va a tratar en las sesiones de clase. Los materiales que se utilizarán son los siguientes:

- Neumáticos
- Palos de escoba
- Botellas de plástico
- Colchonetas
- sogas
- Conos
- Platos
- Aros o ula ula
- Tizas de colores
- usb
- Equipo de sonido

7.3. Presupuesto

Bienes	Monto
Materiales de escritorio	800
impresiones	500
Material didáctico	920
servicios	monto
Movilidad	200
fotocopias	100
Total	2,520

7.4. Financiamiento

El proyecto de investigación será autofinanciado por la propia autora

VIII. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

N°	NOMBRE DE LAS ACTIVIDADES	CRONOGRAMA									
		1ra semana		2da semana		3ra semana		4ta semana		5ta semana	
		mar s	jue s								
01	“Mi cuerpo en equilibrio”										
02	“Jugamos con el equilibrio”										
03	“Mi cuerpo en equilibrio estático y dinámico.”										
04	“Realizando los ejercicios pliométricos mejoro mi equilibrio corporal.”										
05	“Realizando los ejercicios del método Pilates mejoro mi postura corporal.”										
06	“Aplicando el método Pilates mejoro mi postura corporal.”										
07	“Aplicando el método Pilates mejoro mi postura corporal.”										
08	“Aplicando el método Aeróbic mejoro la coordinación de mis movimientos corporales.”										
09	“Aplicando el método Aeróbic domino la coordinación de mis movimientos corporales”										
10	“Aplicando el método Aeróbic demuestro la coordinación de mis movimientos corporales.”										

ANEXO 04: Panel fotográfico















ANEXO 04 Validación de instrumentos por expertos
Formato de validación de instrumentos por jueces o juicio de expertos

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Lista de cotejo en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa.

OBJETIVO: Evaluar la coordinación motriz gruesa en los alumnos del 2° de primaria de la I.E René Guardián Ramírez, Huánuco 2018.

UNIDAD DE ANÁLISIS: Alumnos de 2° de la sección "B"

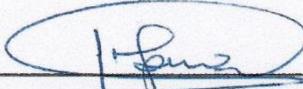
APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Mg. PÉREZ NAUPAY, Lolo

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Magister en Educación.

VALORACIÓN

ALTA	MEDIA	BAJA
-----------------	-------	------

FECHA: 28.de julio del 2018



FIRMA DEL EVALUADOR
 I.E.P. "MARCOS DURAN MARTÍNEZ"
 Mg. Lolo PÉREZ NAUPAY
 EGR. EDUC. FÍSICA Y DEPORTES

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE JUECES O EXPERTOS
MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE TESIS: PROGRAMA APP Y EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LOS ALUMNOS DEL 2° DE PRIMARIA DE LA I.E RENÉ GUARDIÁN RAMÍREZ, HUÁNUCO 2018.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	CRITERIO DE EVALUACIÓN												OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES				
				OPCIÓN DE RESPUESTA			Relación entre las variables y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el indicador y la opción y respuesta							
				SIEMPRE	A VECES	NUNCA	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO						
Desarrollo de la coordinación motriz gruesa.	EQUILIBRIO CORPORAL	Realiza el equilibrio del cuerpo con control de la tensión, relajación y la respiración.	Camina sobre una barra horizontal sin caerse	X			X			X			X							
			Puede mantener el equilibrio sobre un pie	X			X			X			X							
			Puede pararse y sentarse con cono sobre la cabeza sin botarla	X			X			X			X							
			Pueden caminar en línea recta sosteniendo un bastón	X			X			X			X							
			Pueden caminar con el cono sobre la cabeza sin botarla	X			X			X			X							
			Pueden caminar en línea recta con el cono sobre la cabeza tomados de la mano con su pareja	X			X			X			X							
			Pueden saltar sobre una pierna siguiendo una trayectoria trazada con tiza	X			X			X			X							
			Se posiciona en cuadrupedia de rodillas para encovar y arquear de la columna conocida como la "postura del gato".	X			X			X			X							
			Camina hacia adelante y atrás sin salirse de la línea	X			X			X			X							

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Lista de cotejo en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa.

OBJETIVO: Evaluar la coordinación motriz gruesa en los alumnos del 2° de primaria de la I.E René Guardían Ramírez, Huánuco 2018.

UNIDAD DE ANÁLISIS: Alumnos de 2° de la sección "B"

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Mg. Contreras Canto, Omar Hans

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Magister en Investigación e Innovación Pedagógica

VALORACIÓN

ALTA	MEDIA	BAJA
-----------------	-------	------

FECHA: 28 de junio del 2018


 Mg. OMAR H. CONTRERAS CANTO
 DOCENTE DE EDUCACIÓN FÍSICA
 CPP Registro N° 1227904632

FIRMA DEL EVALUADOR

	El número de ítems, en relación al número de indicadores es:																			
5. SUFICIENCIA																				
6. INTENCIONALIDAD	La intencionalidad de los ítems para evaluar la variable dependiente, es:																			
7. CONSISTENCIA	En la redacción de los ítems, se evidencia relaciones lógicas entre los indicadores de la variable independiente y dependiente, siendo así la consistencia de los ítems es:																			
8. COHERENCIA	La coherencia entre los ítems, indicadores y las dimensiones, es:																			
9. METODOLOGÍA	Las estrategias del instrumento responden al propósito del estudio, siendo así la metodología del instrumento es:																			
10. PRESENTACIÓN	La presentación del instrumento es:																			
	PUNTAJE VALORACIÓN PARCIAL:																			
	PROMEDIO DE VALORACIÓN TOTAL:																			

OPINIÓN DE APLICABILIDAD DEL VALIDADOR:

APELLIDOS Y NOMBRES DEL VALIDADOR	TÍTULO PROFESIONAL Y GRADO ACADÉMICO
CONTRERAS CANTO ONIAR HANS	Mg. en Educación

LUGAR Y FECHA	D. N. I. N°	FIRMA DEL VALIDADOR	TELÉFONO
Huánuco, 29 de junio de 2018.	20904632		958870521

ING. ONIAR H. CONTRERAS CANTO
 DOCENTE DE EDUCACIÓN INICIAL
 CPP Registro N° 122701002

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Lista de cotejo en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa.

OBJETIVO: Evaluar la coordinación motriz gruesa en los alumnos del 2° de primaria de la I.E René Guardián Ramírez, Huánuco 2018.

UNIDAD DE ANÁLISIS: Alumnos de 2° de la sección "B"

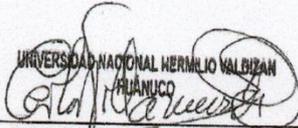
APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Mg. VILLANUEVA CHANG, Carlos Abelardo

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Magister en administración de la educación.

VALORACIÓN

ALTA	MEDIA	BAJA
-----------------	-------	------

FECHA: 28 de junio del 2018


 UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN
 HUÁNUCO
 Mg. Carlos A. Villanueva y Chang
 FIRMA DEL EVALUADOR

NOTA BIOGRÁFICA

YOJANA LIZET LAGUNA ROSALES

Nací el 01 de diciembre del año 1990 en el Distrito de Puños, Provincia de Huamalies, Departamento de Huánuco, curse la primaria en la Institución Educativa N°32414, y secundario en la E.A. “Maglorio Rafael” Padilla Caqui en el distrito de Puños en el año 2003-2007, Mis estudio superiores lo realice en la Universidad Nacional “Hermilio Valdizan” Huánuco Facultad Ciencias de la Educación , especialidad de Educación Física, hice mi Maestría en Educación, mención en Gestión y Planeamiento Educativo en la misma Universidad, trabaje como docente en las siguientes instituciones.

Primer trabajo: En la Institución Educativa Mariano Meza Rosales como profesora de Educación Física secundaria.

Segundo trabajo: En la Institución Educativa RENE GUARDIAN RAMIREZ como profesora de educación física nivel primario.

Tercer trabajo: En la Institución Educativa ESTEBAN PABLETICH como profesora de educación física nivel primario.

Cuarto trabajo: En la I.E. ROSULO SOTO CARILLO como docente de educación física nivel primario.

ACTA DE DEFENSA DE TESIS DE MAESTRO

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZÁN
 LICENCIADA CON RESOLUCIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO N° 099-2019-SUNEDUCD



Huánuco – Perú

ESCUELA DE POSGRADO

Campus Universitario, Pabellón V "A" 2do. Piso – Cayhuayna
 Teléfono 514760 - Pág. Web: www.posgrado.unheval.edu.pe



ACTA DE DEFENSA DE TESIS DE MAESTRO

En el Auditorio de la Escuela de Posgrado, siendo las **10:00h**, del día **lunes 24 DE FEBRERO DE 2020** ante los Jurados de Tesis constituido por los siguientes docentes:

Dr. Pio TRUJILLO ATAPOMA	Presidente
Dr. Wilfredo Antonio SOTIL CORTAVARRIA	Secretario
Dr Adalberto LUCAS CABELLO	Vocal

Asesor de tesis: Dr. Abimael Adam FRANCISCO PAREDES (Resolución N° 0759-2018-UNHEVAL/EPG-D)

La aspirante al Grado de Maestro en Educación, mención en Gestión y Planeamiento Educativo, Doña, Yojana Lizet LAGUNA ROSALES.

Procedió al acto de Defensa:

Con la exposición de la Tesis titulado: **“PROGRAMA APP Y EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LOS ALUMNOS DEL 2° DE PRIMARIA DE LA I.E RENÉ GUARDIÁN RAMÍREZ, HUÁNUCO 2018”.**

Respondiendo las preguntas formuladas por los miembros del Jurado y público asistente.

Concluido el acto de defensa, cada miembro del Jurado procedió a la evaluación de la aspirante al Grado de Maestro, teniendo presente los criterios siguientes:

- a) Presentación personal.
- b) Exposición: el problema a resolver, hipótesis, objetivos, resultados, conclusiones, los aportes, contribución a la ciencia y/o solución a un problema social y recomendaciones.
- c) Grado de convicción y sustento bibliográfico utilizados para las respuestas a las interrogantes del Jurado y público asistente.
- d) Dicción y dominio de escenario.

Así mismo, el Jurado plantea a la tesis **las observaciones** siguientes:

.....

.....

Obteniendo en consecuencia la Maestría la Nota de QUINCE (15) Equivalente a BUENO, por lo que se declara APROBADO (Aprobado o desaprobado)

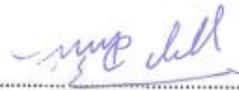
Los miembros del Jurado firman el presente **ACTA** en señal de conformidad, en Huánuco, siendo las 11:30 horas de 24 de febrero de 2020.



PRESIDENTE
 DNI N° 22437324



SECRETARIO
 DNI N° 22419860



VOCAL
 DNI N° 22491909

Leyenda:
 19 a 20: Excelente
 17 a 18: Muy Bueno
 14 a 16: Bueno

(Resolución N° 0536-2020-UNHEVAL/EPG)

AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TESIS ELECTRÓNICA DE POSGRADO

AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TESIS

1. IDENTIFICACIÓN PERSONAL

APELLIDOS Y NOMBRES: LAGUNA ROSALES Yojana Lizet

DNI: 46642144 CORREO ELECTRÓNICO: yolilaro@gmail.com

Celular: 917958748

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

POSGRADO
MAESTRÍA EN: EDUCACIÓN, MENCIÓN EN GESTIÓN Y PLANEAMIENTO EDUCATIVO
GRADO ACADÉMICO OBTENIDO: MAESTRO EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EN GESTIÓN Y PLANEAMIENTO EDUCATIVO

TITULO DE LA TESIS: “PROGRAMA APP Y EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA EN LOS ALUMNOS DEL 2° DE PRIMARIA DE LA I.E. RENÉ GUARDIÁN RAMÍREZ, HUÁNUCO 2018”

Tipo de acceso que autoriza el autor.

Marcar “X”	Categoría de acceso	Descripción de acceso
X	PÚBLICO	Es público y accesible al documento a texto completo por cualquier tipo de usuario que consulte el repositorio.
	RESTRINGIDO	Sólo permite el acceso al registro del metadato con información básica. Mas no al texto completo.

Al elegir la opción “Público” a través de la presente autorizo de manera gratuita al Repositorio Institucional-UNHEVAL, a publicar la versión electrónica de esta tesis en el portal Web repositorio.udu.pe, por un plazo indefinido, consintiendo que dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita, pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla, siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente.

En caso haya marcado la opción “Restringido”, por favor detallar las razones por las que se eligió este tipo de acceso:

Así mismo pedimos indicar el periodo de tiempo en que la tesis tendrá el tiempo de acceso restringido:

() 1 año () 2 años () 3 años () 4 años

Luego del periodo señalamos por usted (es), automáticamente la tesis pasará a ser de acceso público.

Fecha:19 de julio del 2021



Yojana Lizet, LAGUNA ROSALES

DNI N° 46642144