UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
EDUCACIÓN FÍSICA

PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA IE. Nº 32594 DE YURAGMARCA

TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN EDUCACIÓN FISICA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
APRENDIZAJES PERTINENTES Y DE CALIDAD

TESISTAS:

JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN

PERCY HILARIO CAMPOS

JAIME RIDU NARCIZO TUCTO

ASESOR:

DR. AGUSTÍN RUFINO ROJAS FLORES

HUÁNUCO, PERÚ

2021

DEDICATORIA

Con aprecio a mis padres por su apoyo.

Julio

A mi familia por su apoyo, paciencia y ejemplos de superación.

Percy

A mi esposa e hijos por su apoyo constante.

Jaime Ridu

AGRADECIMIENTO

Al Director y personal de la Institución Educativa Nº 32594-Yuragmarca; por su apoyo incondicional.

A los docentes del Programa de Segunda Especialización por promover la calidad en nuestra formación como docentes.

Al Dr. Agustín Rufino Rojas Flores por las orientaciones llevadas a cabo en el desarrollo de ejecución de la exploración en el mundo de la investigación, como asesor.

Los Investigadores

RESUMEN

El trabajo de investigación titulado “Práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en los estudiantes de la I.E. Nº 32594-Yuragmarca”, tiene como objetivo determinar si Determinar la relación que existe entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I. E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. El estudio es de tipo correlacional. Se ha tomado como muestra a 88 estudiantes de educación primaria. Se considera un diseño correlacional, se aplicó la prueba Z para correlación para contrastar las hipótesis. Como conclusión se tiene que existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, ya que se obtiene como valor Z = 5,12 es superior al valor critico (Zc = 1,96) con r = 0,549. Asimismo, se tiene relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor (Z = 4,55), coordinación (Z = 4,54) en estudiantes (Z = 4,55), equilibrio (Z = 3,30) en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, como también se obtuvo que no hay una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Palabras clave:

Atletismo, psicomotricidad, motricidad.

ABSTRACT

The research work entitled "Practice of athletics and the development of motor skills and psychomotricity in students of the I.E. No 32594-Yuragmarca", aims to determine whether to determine the relationship between the practice of athletics and the development of motor skills and psychomotor skills in students of the I. EN ° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. The study is of the type correlational. 88 primary school students were taken as a sample. It is considered a correlational design, the Z test for correlation was applied to contrast the hypotheses. As a conclusion, there is a significant relationship between the practice of athletics and the development of motor skills and psychomotricity in students of EI No. 32594-Yuragmarca, Pachitea, 2020, since it is obtained as a value Z = 5.12 is higher at the critical value (Zc = 1.96) with r = 0.549. Likewise, there is a significant relationship between the practice of athletics and the development of locomotor movement (Z = 4.55), coordination (Z = 4.54) in students (Z = 4.55), balance (Z = 3.30) in students of IE N ° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, as it was also obtained that there is no significant relationship between the practice of athletics and the development of laterality in students of IE N ° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Keywords:

Athletics, motor skills, motor skills.

INDICE

	Pag.
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE	vi
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1 Fundamentación del problema de investigación	11
1.2. Formulación del problema de investigación generales y específico	12
1.3. Formulación de objetivos generales y específicos	13
1.4. Justificaciones	13
1.5. Limitaciones	14
1.6. Formulación de hipótesis generales y específicas	14
1.7. Variables	15
1.8. Definición teórica y operacionalización de variables	15
CAPITULO II. MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes	17
2.2. Bases teóricas	22
2.3. Bases conceptuales	45
2.4. Bases epistemológicas	47

CAPÍTULO III. METODOLÓGIA

3.1. Ámbito 49

3.2. Población 49

3.3. Muestra 50

3.4. Nivel y tipo de estudio 51

3.5. Diseño de investigación 51

3.6. Métodos, técnicas e instrumentos 52

3.7. Validación y confiabilidad de instrumento 52

3.8. Procedimientos 52

3.9. Tabulación y análisis de datos 53

3.10. Consideraciones éticas 54

CAPITULO IV. DISCUSIÓN 55

CAPÍTULO V. RESULTADOS 58

CONCLUSIONES 72

RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS 73

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 74

ANEXOS 76

INTRODUCCIÓN

La investigación realizada tiene como objetivo determinar si la práctica del atletismo tiene relación con el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en los estudiantes de la I.E. Nº 32594-Yuragmarca**.** El informe se ha estructurado en cinco capítulos, siendo las siguientes:

El capítulo I se refiere al problema de investigación, donde se formulan los problemas, objetivos, hipótesis y se describen las variables.

El capítulo II se refiere al marco teórico, donde se describen los antecedentes, las bases teóricas, bases conceptuales y bases epistemológicas.

En el capítulo III se detalla la metodología, donde se muestra a la población, exhibe el nivel y tipo de estudio, diseño de exploración, procedimiento y técnicas e instrumentos, métodos, la tabulación y consideración ética.

En el capítulo IV se muestra la discusión de la investigación teniendo como referencia los antecedentes, el marco teórico y los resultados.

En el capítulo V se describen los resultados, donde se describe la correlación entre las dimensiones y variables, asimismo la prueba de hipótesis.

Se presentan las conclusiones, recomendaciones y la bibliografía utilizada. Asimismo, se incluye los anexos correspondientes a la investigación.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Fundamentación del problema de investigación

La ciencia del deporte define el atletismo como el deporte de base de todos los deportes, es el comienzo del avance de la multilateralidad pienso que este desarrollo es de mayor relevancia de todos los procesos de la iniciación deportiva, comparando a una creación de un edificio, la planta de base es más fuerte donde necesita muy material y valor, el último piso del edificio es más liviano de menos peso y valor. Al investigar esta comparación de un edificio con un deportista humano en desarrollo de creación, esta filosofía se puede utilizar en las ciencias del deporte y todo deporte inicia con atletismo por esta razón el atletismo es el deporte más especial.

En este momento observemos el nivel del avance del atletismo competitivo en todo el mundo, en cada olimpiada hay nuevo récord mundiales en tiempo por el mismo espacio. Eso hay que precisamente creo yo que el hombre en atletismo ha creado la base, entrenamiento desde la edad biológica y deportiva temprana. En Perú el atletismo, es reconocido los logros de nuestros deportistas de medio fondo y fondo, los mismos son de las zonas de Puno, Huancayo, Huancavelica, Cusco, Arequipa y pocos de otras zonas. Con estos resultados se puede observar el panorama en que de todos modos nosotros tenemos la posibilidad de llegar a las altas competencias con más proporción de deportistas. A los Juegos Olímpicos de Londres, sólo clasificamos 17 deportistas en contraste con nuestro vecino país de Colombia clasificaron 100 deportistas. Esta vivencia incentiva investigar y asumir los desafíos en la especialidad de atletismo. Huánuco no tiene trabajos de

exploración científica para el logro de su perspectiva, por lo tanto; necesita trabajos particulares por medio de programas o proyectos y promover mejor la costumbre de la práctica de atletismo y crear deportistas competentes. Se vió algunos de nuestros deportistas tienen deficiencias en relación el movimiento motriz parece ser que falta desarrollar algunas habilidades físicas y motrices. Observando buenas pretenciones de instituciones que fomentan la costumbre deportiva como recreativa y competitiva a razón de que hay juegos de rivalidad en nuestra localidad como los juegos nacionales de deportes de institucionales, creo que todas las instituciones públicas y privadas están para apoyarnos en la costumbre de atletismo principalmente en las carreras de medio fondo y fondo. Por nuestra propia vivencia como deportistas y con estudios en la escuela de Educación Física nos han animado a tomar interés de plantear un estudio sobre la relación de la costumbre del atletismo con el avance psicomotor de los estudiantes en la etapa escolar.

1.2. Formulación del problema de investigación general y específicos

Problema general

¿Cómo es la relación entre la práctica del atletismo de los estudiantes y el desarrollo de su motricidad y psicomotricidad en la I. E. N° 32594-Yuragmarca, Pachitea, 2020?

Problema específico

- ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la I.E. N° 32594-Yuragmarca, Pachitea, 2020?
- ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la I.E. N° 32594-

Yuragmarca, Pachitea, 2020?

- ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020?
- ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea?

1.3. Formulación de objetivos generales y específicos

Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I. E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Objetivos específicos

- Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la I. E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.
- Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.
- Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.
- Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea

1.4. Justificaciones

El presente estudio de investigación se justifica por la siguiente razón, que se

explica a continuación. En la ciudad de Huánuco no hay liga de atletismo, se puede convocar y avaluar los talentos para esta disciplina deportiva, pero se requiere estándares de acuerdo a nuestra realidad. Con el fin de dar mejor trabajo de base en atletismo planteamos evaluar las condiciones que se tiene en cuanto a la práctica del atletismo y el desarrollo psicomotor que es clave para la formación y desarrollo de sus talentos. Este programa será valioso para los docentes de educación física, con único fin de mejorar el rendimiento deportivo en los niños de educación primaria.

1.5 Limitaciones

Limitaciones Teóricas.

Se tuvo la dificultad de bases teóricas, debido a que no se cuenta con información suficiente en las bibliotecas de la universidad, lo que se subsanó recurriendo a otras universidades y a repositorios de internet, ajustándonos el horario.

Limitación Temporal.

Se tuvo como dificultad en cuanto al tiempo, debido a que trabajo para solventar estudios, vivienda y el horario de trabajo ocupa un gran porcentaje del día, la que se subsanó realizado una programación de las actividades a realizar en el equipo.

1.6 Formulación de hipótesis generales y específicas

Hipótesis general

Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Hipótesis específicas

- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.
- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.
- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.
- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

1.7. Variables

Variable 1: Práctica del atletismo

Variable 2: Motricidad y psicomotricidad

1.8. Definición teórica y operacionalización de variables

Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIONES	INSTRUMENTO
VARIABLE 1 Práctica del atletismo	Velocidad Saltos Lanzamiento	Encuesta
VARIABLE 2 Motricidad y Psicomotricidad	Movimiento locomotor Coordinación Equilibrio Lateralidad	Encuesta

Actividad física

Se considera educación física a “algún movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. La actividad física no debe malinterpretarse con el ejercicio. Este es una diversidad de educación física planificada, estructurada, repetitiva y realizada con un propósito relacionado con la optimización o el cuidado de uno o más elementos de la aptitud física. La educación física comprende el ejercicio, pero además otras ocupaciones que entrañan movimiento corporal y se hacen como parte de los instantes de juego, del trabajo, de maneras de transporte activas, de las tareas domésticas y de ocupaciones recreativas” (Ballesteros,2008,p.21)

Atletismo.

“Es una actividad física integrada por acciones naturales como la carrera, el salto y el lanzamiento, realiza por el hombre bajo una u otra forma, desde el origen de la especie” (Ballesteros,2008,p.38)

Según Pascual (2000) todas “las distancias superiores al 10.000 m. esfuerzos totalmente aeróbicos donde lo importante es la eficacia mecánica de la zancada para obtener la máxima economía de esfuerzos. Por tanto la técnica de carrera. El sistema *porta oxígeno* y un alto porcentaje de fibras oxidativas son la base de la que se sustenta los móviles de estos atletas”. (p.55)

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

A Nivel Internacional.

Heredia, D. (2012) en la investigación "INTRODUCCIÓN AL ENTRENAMIENTO DE FONDO CON ATLETAS INFANTILES, EN LA ESCUELA LA ASUNCIÓN DE LA CIUDAD DE CUENCA. PERÍODO LECTIVO 2010 – 2011**",** luego de haber desarrollado el trabajo, evidencia que los niños presentan dificultades en la práctica deportiva. Se tiene diferencias significativas entre las familias; la migración, separaciones, posiciones, nivel económico, pobreza, etc. A pesar del entrenamiento el desarrollo de sus competencias es diferenciado.

Alban A (2018) en su investigación "ESTUDIO COMPARATIVO DEL DESARROLLO PSICOMOTOR GRUESO EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE QUITO COMPRENDIDO EN EDADES DE 2 – 4 AÑOS", llega a concluir que: el tiempo que están los y las infantes en el centro infantil no influye en su avance motor, de esta forma lo demuestran los resultados que se consiguieron en la exploración realizada en dos centros infantiles de medio tiempo y tiempo terminado. De igual modo, luego de haber hecho el examen de las investigaciones aplicadas a las maestras de algunos centros infantiles, y de la observación del grupo de jóvenes y pequeñas de dos a 4 años de los dos centros infantiles seleccionados.

> "La comparación de los dos centros infantiles, nos da como resultado que no es un factor influyente el tiempo que pasan los niños /as en la institución con su desarrollo motor; ya que las dos instituciones analizadas han alcanzado un adecuado progreso de las habilidades. Un adecuado desarrollo motor

grueso está influenciado por la calidad de las actividades y de la estimulación que reciben los niños y niñas dentro de un período dado, respetando las etapas evolutivas de los niños /as. El esquema corporal juega un papel importante, porque si los párvulos /as no han logrado una adecuada interiorización y el reconocimiento del mismo no podrán realizar ninguna de las actividades sencillas. Para la mayoría de las educadoras el desarrollo de la motricidad gruesa es importante, por lo cual ven la necesidad de estimularlo realizando actividades que favorezcan el buen desenvolvimiento de las habilidades, para que lleguen a ser autónomos, independientes, sociables, etc. Pero existe un grupo menor de maestras que no le da la importancia debida por lo cual no las realizan diariamente. Existen maestras que están conscientes que algunas actividades no han sido lo suficientemente trabajadas y que deben buscar desarrollarlas más" (Alban,2018,p.76)

A nivel nacionales

Carhuallanqui, G. (2016) en su investigación "PROGRAMA EJERCICIOS PSICOMOTRICES Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN MOTORA GRUESA EN NIÑOS DE LA I.E. INCIAL N° 1307 SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE HEROINAS TOLEDO – CONCEPCIÓN, 2016", llega a las siguientes conclusiones:

"Se determinó la influencia de la aplicación de un programa ejercicios psicomotrices en el desarrollo de la coordinación motora gruesa en los niños de la I.E. Inicial N° 1307 San Antonio de Heroínas Toledo – Concepción, dado que nuestra contrastación nos da como resultado que X^2 es 17.34 siendo mayor que la X^2 es 5.99, en tal sentido se rechazó la Ho y se acepta la Ha. De otro lado en nuestra contrastación de las especificadas también se logró conocer la influencia del programa de ejercicio psicomotores en el dominio

corporal dinámico en los niños de la I.E. Inicial N° 1307 San Antonio de Heroínas Toledo, dado que nuestra contrastación nos da como resultado que X^2 es 17.00 siendo mayor que la X^2 es 5.99, en tal sentido se rechazó la Ho y se acepta la Ha. Así mismo se pudo conocer la influencia del programa de ejercicio psicomotores en el dominio corporal estático en los niños de la I.E. Inicial N° 1307 San Antonio de Heroínas Toledo, dado que nuestra contrastación nos da como resultado que X^2 es 18.00siendo mayor que la X^2 es 5.99, en tal sentido se rechazó la Ho y se acepta la Ha". (p.75)

Chagua, G. (2012) en la tesis "PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO FORMATIVO DE MINIATLETISMO, PARA EL DESARROLLO DE CAPACIDADES FÍSICAS Y MOTRICES EN NIÑAS Y NIÑOS DE 11 – 12 AÑOS DE EDAD DE LA LIGA DE ATLETISMO PUNO – 2012", llega a concluir: "que se logró determinar el grado de eficacia de la aplicación del programa de entrenamiento formativo de miniatletismo, en la prueba de hipótesis el valor de la cae dentro del intervalo de la, por lo tanto aceptamos la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula y decimos que el nivel de desarrollo de capacidades físicas motrices es mayor por lo tanto es mejor y significativo, aceptable y positivo el experimento, con un solo grupo. Los resultados son positivos a razón de que las niñas y niños demuestran mejor desarrollo de capacidades físicas y motrices en test de evaluación de salida y como también en las competencias realizadas en la localidad, ellos lograron ubicarse en los primeros puestos" (p.77)

Lázaro (2012) en la tesis "ESTIMULACIÓN TEMPRANA Y SU RELACIÓN EN EL DESARROLLO PSICOMOTOR EN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS DE LA I.E.I. NIÑO JESÚS DE PRAGA N° 128 – VENTANILLA", concluye que "los resultados

confirman que hay una relación alta entre la estimulación temprana y el desarrollo psicomotor de los niños de 5 años de la I.E.I. Niño Jesús de Praga N° 128, Ventanilla, esto indica que hay una buena correlación entre ambas variables. El estudio permite concluir que existe una correlación entre la estimulación temprana y el desarrollo psicomotor, esto demuestra que una buena estimulación temprana tiene mucha importancia para lograr el desarrollo psicomotor" (p.55)

Ramos, J. (2012) en su tesis "LESIONES MÁS FRECUENTES Y FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS FONDISTAS DE LA LIGA DE ATLETISMO PUNO A 3827 msnm – 2010", estudia los factores que influyen en los fondistas y se analiza caso de lesiones, de los miembros superiores e inferiores, para tener conocimiento y prevención. El entrenador y el atleta conocen, que de acuerdo al consumo de calorías por tiempo de entrenamiento o de competencia, los niveles de nutrición y suplementos vitamínicos. Asimismo, se analiza el clima y las estaciones del año en la región.

A nivel local

Campos, E., Limas, W. (2019) en su tesis "JUEGOS RECREATIVOS COMO ESTRATEGIA METODOLÓGICA PARA DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN LOS NIÑOS DEL SEGUNDO GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 32140 EL PROGRESO AMBO-2019", de nivel descriptivo con diseño pre_experimental, con un tipo de investigación explicativa, aplica un programa educativo basado en juegos recreativos a una muestra de 19 niños. Los resultados muestran un 21% de niños que logran cumplir los indicadores, un 90% cumple los indicadores al finalizar, habiendo aplicado las herramientas educativas. Con lo que concluye que la aplicación de juegos

recreativos mejora el aprendizaje lo que permite el desarrollo de habilidades psicomotrices adecuadamente.

Alcedo, F., Alcedo, H. y Vilca, V. (2019) en su tesis “LOS JUEGOS MOTRICES Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DE LA NOCIÓN DEL ESPACIO EN NIÑOS DE 5 AÑOS DE EDAD DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 32004 SAN PEDRO - HUÁNUCO – 2018” de tipo aplicativa, utilizó el método experimental y diseño pre-experimental con un único grupo, con una muestra de 20 niños como grupo experimental, llegando a concluir que los juegos motrices simbólicos y libres son positivos y que mejoró la noción de espacio topológico y proyectivo en los niños de 5 años.

2.2 BASES TEÓRICAS

Actividad física recomendada OMS (2017) “al menos 30 minutos de actividad física regular de intensidad moderada 5 días por semana reducen el riesgo de varias enfermedades no transmisibles comunes en el adulto:

- Enfermedades cardiovasculares
- Accidentes vasculares cerebrales
- Diabetes de tipo II
- Cáncer de colon
- Cáncer de mama” (p.35)

Según OMS (2017) para controlar el peso, “puede ser necesaria una mayor actividad física, que proporcionará mayores beneficios para la salud. Los jóvenes en edad escolar deben realizar al menos 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada o vigorosa. Asimismo, hay datos que indican que el aumento de varios tipos de actividad física también puede ser

beneficioso para la salud gracias a sus efectos positivos en:

- La hipertensión
- La osteoporosis y el riesgo de caídas
- El peso y la composición corporal, Trastornos del aparato locomotor, como artrosis y lumbalgias
- Salud mental y psíquica, gracias a la reducción de la depresión, la ansiedad y estrés Beneficios sociales de la actividad física.

La actividad física también puede ser beneficiosa para la comunidad y la economía gracias a:

- El aumento de la productividad laboral
- La reducción del absentismo y las rotaciones laborales
- La mejora del rendimiento escolar Recomendaciones de la OMS Para niños y adolescentes de 5 a 17 años de edad
- Practicar al menos 60 minutos diarios de actividad física moderada o intensa.
- Duraciones superiores a los 60 minutos de actividad física procuran aún mayores beneficios para la salud.
- Ello debe incluir actividades que fortalezcan los músculos y huesos, por lo menos tres veces a la semana. Para adultos de 18 a 64 años de edad
- Practicar al menos 150 minutos semanales de actividad física moderada, o al menos 75 minutos semanales de actividad física intensa, o una combinación equivalente entre actividad moderada e intensa.
- Para obtener mayores beneficios para la salud los adultos deben llegar a 300 minutos semanales de actividad física moderada, o su equivalente.

- Conviene realizar las actividades de fortalecimiento muscular 2 o más días a la semana y de tal manera que se ejerciten grandes conjuntos musculares. Para adultos de 65 o más años de edad
- Practicar al menos 150 minutos semanales de actividad física moderada, o al menos 75 minutos semanales de actividad física intensa, o una combinación equivalente entre actividad moderada e intensa.
- Para obtener mayores beneficios para la salud estas personas deben llegar a 300 minutos semanales de actividad física moderada, o su equivalente.
- Las personas con problemas de movilidad deben practicar actividad física para mejorar su equilibrio y prevenir caídas por lo menos 3 días a la semana.
- Conviene realizar las actividades de fortalecimiento muscular 2 o más días a la semana y de tal manera que se ejerciten grandes conjuntos musculares.

El ser humano hoy en día vive en un mundo de comparaciones y tiene como objetivo sobresalir por encima de los demás. Así que, tratando un aspecto tan importante como el desarrollo académico, creo que nos puede ser de gran ayuda, echar la mirada al resto de países y observar la importancia que le dan a la actividad física algunos de los sistemas educativos que destacan en el mundo" (p.45-60)

"La actividad física, es todo tipo de movimiento corporal que realiza el ser humano durante un determinado periodo de tiempo, ya sea en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, qué aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo basal; es decir, la actividad física

consume calorías” (Encarta,2002,p.134)

González (2003) afirma “la actividad física es cualquier movimiento corporal voluntario de contracción muscular, con gasto energético mayor al de reposo; entendida como un comportamiento humano complejo, voluntario y autónomo, con componentes y determinantes de orden biológico y psicosocio-cultural, qué produce un conjunto de beneficios en la salud” (p.52)

Como “un ejemplo podemos citar diversas actividades qué el individuo realiza en su vida diaria como beneficio para su salud, de tal manera que las mejores actividades físicas son las actividades cotidianas como caminar, montar en 21 bicicleta subir escaleras, hacer las labores del hogar, hacer la compra, siempre y cuando éstas se realicen frecuentemente. Pero lo más recomendable es practicar un ejercicio físico programado y de intensidad moderada. La intensidad de la actividad física” (OMS,2017) “La intensidad refleja la velocidad a la que se realiza la actividad, o la magnitud del esfuerzo requerido para realizar un ejercicio o actividad. Se puede estimar preguntándose cuánto tiene que esforzarse una persona para realizar esa actividad. La intensidad de diferentes formas de actividad física varía de una persona a otra. La intensidad de la actividad física depende de lo ejercitado que esté cada uno y de su forma física. Por consiguiente, los ejemplos siguientes son orientativos y variarán de una persona a otra” (p.82)

Ejercicio físico. El ejercicio físico “es la actividad física recreativa, qué se realiza en momentos de ocio o de tiempo libre, es decir fuera del trabajo o actividad laboral. Es una afición que obtiene una vivencia placentera,

comunicativa, creativa y social de nuestras prácticas corporales" (Puclla,2017,p34)

Deporte. Es una educación física por lo general sujeta a determinados estatutos. Tiene la doble vertiente del ejercicio y de la competición. Es todas 23 actividades físicas con carácter de juego, qué adopte forma de lucha consigo mismo o con los demás o constituya una confrontación con elementos naturales.

Educación física. Nixon y Jewllet (1980) manifiestan que: "la única diferencia entre la educación física y otras formas de educación es que la educación física tiene que ver principalmente con situaciones de aprendizaje y respuestas de los estudiantes que se caracterizan por movimientos abiertos públicos, tales como deportes acuáticos, baile y ejercicios; la Educación Física debe estar presente, pues es parte de la evolución y el crecimiento personal, más sin embargo es un término que puede ser visto desde varios ángulos" (p.37)

Por una sección debemos la educación física es parte del desarrollo instruccional y de formación pedagógica del ser humano, usando la educación física y además la psicológica para conformar a un hombre sano de cuerpo y cabeza. "Pero este es un término abierto a muchas interpretaciones, ya que la educación física no es vista sólo por su lado educativo, sino que también puede concebirse como una actividad social, recreativa, terapéutica o competitiva. En otras palabras también se puede decir que la educación física es aquella actividad realizada con la implementación del cuerpo humano para lograr el cumplimiento de algún deporte, aportándonos conocimientos acerca del ejercicio físico, como lo son sus beneficios y consecuencias (y además su modo de recuperación). Un gran aporte de la educación física es el hecho de

que los niños puedan desarrollar sus capacidades físicas y motoras aparte de sus cualidades intelectuales y así poder desarrollarse sanamente, ya que actualmente la sociedad ha caído en un sedentarismo casi extremo, y podría decirse que los motivos del mismo son el uso excesivo y obsesivo de aparatos electrónicos como la televisión, videojuegos, computadoras, etc." (Nixon y Jewllet,1980,p.123)

Por esto en la mayor parte de las instituciones educativas la educación física es llevada a cabo como un curso o una materia más, para que logre ser desempeñada con entusiasmo por los adolescentes y evaluada del mismo modo que las otras materias. "La actividad física ayuda con el desarrollo integral del individuo que la práctica, pues es conocido que ayuda con la salud y previene enfermedades como por ejemplo reducir problemas cardíacos, de columna, entre otros. En general la educación física beneficia no sólo de modo individual, porque al ser implementada en distintos colegios y secundarias, ayuda a que los niños y jóvenes interactúen entre sí con el fin de crear lazos de amistad y a la vez de competencia sana entre ellos mejorando su desempeño y desarrollo, pero al mismo tiempo haciendo que el lapso que dure la actividad física sea disfrutado por todos" (Puclla,2017,p.81)

La Educación Física; es un eficiente instrumento de la pedagogía, por cuanto asiste para desarrollar las características simples del hombre como unidad bio-psico-social. Ayuda al accionar educativo con sus investigaciones y sus enlaces interdisciplinarios apoyándose en la filosofía, la psicología, la biología, etc. Tiene una acción esencial en la conservación y avance de la salud en relación asistencia al ser humano a cambiar pertinentemente las reacciones y hábitos a las condiciones de todo el mundo exterior. "Promueve

y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás" (Puclla,2017,p.69).

Efectos de la actividad física

- **Metabolismo basal.** La educación física no sólo incrementa el consumo de calorías sino además el metabolismo basal, qué puede mantenerse alto luego de 30 minutos de una educación física moderada. La tasa metabólica basal puede incrementar un 10% a lo largo de 48 horas luego de la educación física.

- **Apetito**. La educación física moderada no incrementa el apetito, inclusive lo disminuye. Las indagaciones señalan que la reducción del apetito luego de la educación física es más grande en individuos que son obesos que en los que tienen un peso del cuerpo ideal.

- **Grasa corporal.** La reducción de calorías en la dieta adjuntado con la educación física puede ocasionar una reducción de grasa corporal del 98%, en tanto que si sólo se produce una reducción de calorías en la dieta se pierde un 25% de masa corporal magra, ósea, músculo y menos de un 75% de la grasa. Propiedades de la costumbre de la educación física

Gruber (1986) en su estudio sobre el efecto del ejercicio físico y el desarrollo de la autoestima en los infantes. Sus conclusiones fueron que "el juego y los programas de educación física contribuyen al desarrollo de la autoestima. En resumen, la práctica sistemática de ejercicio físico, de forma

amena y desde etapas tempranas de la vida es de gran beneficio para el crecimiento, el desarrollo físico e intelectual, psicológico, constituye un pilar fundamental en la promoción de la salud" (p.62)

La falta de actividad física: según Díaz, F. Y Becerra, F. (1981) "indica lo siguiente:

- El aumento de peso corporal por un desbalance entre el ingreso y el gasto de calorías, qué puede alcanzar niveles catalogados como obesidad.
- Disminución de la elasticidad y movilidad articular, hipotrofia muscular, disminución de la habilidad y capacidad de reacción.
- Enlentecimiento de la circulación con la consiguiente sensación de pesadez y edemas, y desarrollo de dilataciones venosas (varices).
- Dolor lumbar y lesiones del sistema de soporte, mala postura, debido al poco desarrollo del tono de las respectivas masas musculares.
- Tendencia a enfermedades como la hipertensión arterial, diabetes, cáncer de colon.
- Sensación frecuente de cansancio, desánimo, malestar, poca autoestima relacionada con la imagen corporal, etc." (p.41)

"Una vez mencionado lo anterior podemos resumir que la actividad física, debe ser tomada como una práctica regular y sistemática en la vida de todas las personas, sin distinguir la edad, sexo, condición social u ocupación, por el sinfín de beneficios para la salud orgánica, emocional y psíquica de las personas, ya que ofrece herramientas que le permiten al individuo afrontar la vida con una aptitud diferente, con mejor salud, fortaleciendo la diligencia y la

perseverancia, con sentido de honradez, responsabilidad y del cumplimiento de las normas; en fin, permite que las personas como entes individuales tengan la vitalidad, vigor, fuerza y energía fundamentales para cumplir con su deber en el grupo social al que pertenecen. Esto nos indica que el estilo de vida sedentaria es una causa de enfermedad, muerte y discapacidad ya qué en la actualidad se está manifestando en la niñez y adolescencia" (Becerra,1981,p.22) Aproximadamente dos millones de muertes anuales pueden atribuirse a la inactividad física adicionalmente OMS, (1999) señala "sobre los factores de riesgo, el modo de vida sedentaria considerada como una de las 10 causas fundamentales de mortalidad y discapacidad en el mundo. Otra variable que interviene es el 70% de las defunciones ocurridas en los países industrializados se producen por enfermedades en las que de algún modo intervienen diversos factores como el sedentarismo, la obesidad, el estrés y el consumo de sustancias psicoactivas legales e ilegales. Otro de las causas qué les impiden a los jóvenes el practicar la actividad física, es la falta de tiempo y de motivación, ya qué no se les proporciona una orientación apropiada por parte de los adultos para que les propicie la 28 selección de un deporte, siendo estos susceptibles a los sentimientos de vergüenza, incompetencia o la simple ignorancia de las ventajas que este les puede proporcionar para el desarrollo integral del mismo y tenga una mejor calidad de vida" (p.88)

Otra causa que es prevalente es que las instituciones educativas públicas o privadas no cuentan con el equipamiento, y otros implementos básicos para poder impartir las lecciones de educación física en los niños, y que esta sea de manera sistemática y obligatoria. No se tiene suficiente personal docente

preparado en las actividades que implica en llevar a cargo esta disciplina, muchos de los docentes están laborando en esta área sin tener nociones elementales y eso es insuficiente, es necesario que de una vez se tome en serio la enseñanza adecuada de educación física y que esta sea mas implementada en todos los aspectos señalados.

La Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte (UNESCO, 1978), en su “Artículo I. Establece que la práctica de la educación física y del deporte es un derecho fundamental de todos; y que el ejercicio de este derecho es indispensable para el crecimiento integral de las personas. Existe, además, un reconocimiento histórico y universal de que la actividad física es uno de los medios más eficaces para la conducción de las personas a una mejor calidad de vida, por tal motivo debe ser comprendida como uno de los derechos primordiales de todas las personas. Lo contrario de la actividad física es la inactividad o sedentarismo” (p.33)

El sedentarismo según como señala la Real Academia Española (RAE) “se entiende por sedentarismo a la actitud que lleva la persona sedentaria, que generalmente lleva un estilo de vida carente de agitación o movilidad. Dicho de otro modo, las personas sedentarias mantienen una baja actividad física, de forma que no tienden a practicar ejercicio físico y solo se limitan a moverse lo estrictamente necesario (cuando van al trabajo, cuando salen a la calle o cuando deben hacer tareas en casa). Lo definiremos como la falta de actividad física realizado por la persona, con menos de 30 minutos diarios de ejercicio regular, por lo menos de 3 días a la semana, sino se realiza la actividad física necesaria para mantener un estado saludable, hablamos de sedentarismo. Más allá de la mera ausencia de enfermedad, un estado saludable o de buena

salud es aquel que nos permite disfrutar de la vida y enfrentarnos a los desafíos de la vida diaria. Por el contrario, una mala salud es la que se asocia a mayor posibilidad de caer enfermo y en último extremo a una muerte prematura. Teniendo en cuenta que el sedentarismo es una de las principales causas del sobrepeso y la obesidad, una gran diversidad de estudios ha demostrado que, como regla general, la mayoría de las personas sedentarias tienden a su vez a seguir un estilo de vida poco saludable (lo más común es que suelan comer mal y además en grandes cantidades). La práctica de ejercicio físico es fundamental para nuestra salud, en cuanto los beneficios del ejercicio son interesantes para disfrutar de una buena salud" (p.56)

Atletismo

Según Ballesteros (1992) "es un deporte de competición (entre individuos o equipos) que abarca un gran número de pruebas que pueden tener lugar en pista cubierta o al aire libre. Las principales disciplinas del atletismo pueden encuadrarse en las siguientes categorías: carreras, marcha, lanzamientos y saltos. Las carreras, que constituyen la mayor parte de las pruebas atléticas, varían desde los 50 m lisos (que tiene lugar en pista cubierta) hasta la carrera de maratón, que cubre 42,195 kilómetros. En Estados Unidos y Gran Bretaña las distancias se expresaban en millas, pero, desde 1976, para récords oficiales, sólo se reconocen distancias métricas (excepto para la carrera de la milla). En Europa y en los Juegos Olímpicos, las distancias se han expresado siempre en metros. En este artículo se usa el sistema métrico para expresar las distancias. Las reuniones de atletismo al aire libre se celebran generalmente en un estadio en cuyo espacio central se encuentra una pista, cuyo piso es de ceniza, arcilla o material sintético. La longitud habitual de la pista es de 400 m, tiene forma ovalada, con dos rectas

y dos curvas. La mayoría de los lanzamientos y saltos (denominadas pruebas de campo) tienen lugar en la zona comprendida en el interior del óvalo.

Hay disciplinas especiales, como el decatlón (exclusivamente masculina), que consiste en cinco pruebas de pista y cinco de campo, y el heptalón (sólo femenina), que consta de cuatro pruebas de campo y tres carreras" (p.34)

"Es una actividad física integrada por acciones naturales como la carrera, el salto y el lanzamiento, realizado por el hombre bajo una u otra forma, desde el origen de la especie" (Ballesteros, 1992, p.5).

Las Virtudes Educativas del Atletismo

a) Dimensión Motora y Física

"El Atletismo es una actividad deportiva y física que está oficialmente aprobada como una práctica de deporte básica, que prepara para otros deportes y que es muy favorable para mantener un buen estado de salud. Esta es una razón fundamental para el importante uso del atletismo en las clases de Educación Física. Desarrollar las cualidades físicas también va a ser un factor importante en el progreso del nivel de rendimiento atlético (ver la primera observación arriba)" (Limachi,2018,p56)

b) Dimensión Social y Mental

"La mejora en los rendimientos es el resultado de un entrenamiento continuo, organizado el cual le da valor a la noción de esfuerzo, voluntad y resistencia. Estos valores son absolutamente necesarios para la educación

de los niños; son la base para todo tipo de aprendizajes. Además de estas características esenciales, el atletismo tiene otro valor bien conocido que es muy importante para la socialización de los niños: es el respeto por los otros (competidores, jueces, oficiales, público, etc.). En todo el mundo los atletas tienen res- peto mutuo; respetan a los jueces que los ayudan en sus desempeños. En los grandes campeonatos que representan un reto clave para el atleta, todos hemos sido testigos de que los adversarios se felicitan unos a otros después de haber cruzado la línea final. Todo esto y el sentido de juego justo de todos los participantes en una competencia en atletismo le da una dimensión educativa a nuestro deporte. Hacer atletismo es un excelente medio para iniciar a los niños en el respeto mutuo. Significa ayudarse unos a otros para lograr un objetivo común, para completar una acción colectiva la cual implica un espíritu de equipo" (Manual de miniathleticsiaaf, P.15).

PSICOMOTRICIDAD

En su tesis Carhuallanqui (2018) indica "El término psicomotricidad basado en una visión global, integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensomotrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad. Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico" (p,75).

El origen a la Educación Psicomotriz, se debe a los avances en la comprensión de la psicomotricidad, que han sido tomados en el campo de la educación, la misma que es “un medio para contribuir al desarrollo integral de los niños/as no tiene la finalidad de hacer grandes atletas ni destacados deportistas, pero su práctica está orientada a formar mentes sanas y cuerpos fuertes, agiles y capaces de emplear sus posibilidades motrices plenamente” (Carhuallanqui, 2018, p.219)

Según Picq y Vayer, “La educación psicomotriz utiliza los medios de la educación física con el fin de normalizar o mejorar el comportamiento de los niños, pretende educar de manera sistemática las conductas motrices y psicomotrices del niño, facilitando así la acción educativa y la integración escolar y social.”

Importancia de la Educación Psicomotriz

Según Carhuallanqui (2018) en su tesis anota que “la educación psicomotriz es importante porque contribuye al desarrollo integral de los niños/a, ya que desde una perspectiva psicológica y biológica, los ejercicios físicos aceleran las funciones vitales y mejoran el estado de ánimo. Proporciona los siguientes beneficios:

1.- Proporciona la salud, al estimular la circulación y la respiración, favoreciendo una mejor nutrición de las células y la eliminación de los desechos. También fortalece los huesos y los músculos.

2.- Fomenta la salud mental, el desarrollo y control de habilidades motrices permite que los niños/as se sientan capaces; proporciona satisfacción y

libera tensiones o emociones fuertes. La confianza en sí mismo o misma, contribuye al auto concepto y autoestima.

3.- Favorece la independencia, logrando que los niños/as puedan lograr sus propias actividades y así explorar el mundo que lo rodea.

4.- Contribuye a la socialización, al desarrollar las habilidades y destrezas necesarias ayuda a que los niños/as se integren, compartan y jueguen con los demás niños.

Por lo que indica que el objetivo de la psicomotricidad es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que lleva a centrar su actividad e investigación sobre el movimiento y el acto" (p.78)

Según García y Fernández (1996) la psicomotricidad "Indica interacción entre las funciones neuromotrices y las funciones psíquicas en el ser humano, por lo que el movimiento no es solo una actividad motriz, sino también una actividad psíquica consiente provocada por determinadas situaciones motorices."

Áreas de la psicomotricidad

Esquema Corporal

El pilar básico sobre el que se irán posteriormente asentando el resto de los elementos psicomotores, para llegar a una interacción en la que se fortalecen mutuamente, vienen a ser el descubrimiento y conocimiento del propio cuerpo, del conocimiento de sus funciones y las partes que lo integran.

Schilder, P. (1991) manifiesta que el esquema corporal es "la

representación mental, tridimensional, que cada uno de nosotros tiene de sí mismo” (p.39).

Lateralidad

Conde y Viciana (1997) indican que la lateralidad “es el dominio funcional de un lado del cuerpo sobre el otro y se manifiesta en la preferencia de servirnos selectivamente de un miembro determinado (mano, pie, ojo) para realizar actividades concretas” (p.55)

Equilibrio

“Es considerado como la capacidad de mantener la estabilidad mientras se realizan diversas actividades motrices. Esta área se desarrolla a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior. Es el resultado de distintas integraciones sensorio-perceptivo-motrices que conducen el aprendizaje en general” (Carhuallanqui,2018,p.23).

Estructuración espacial

“Esta área comprende la capacidad que tiene los niños/as para mantener la constante localización del propio cuerpo, tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para colocar esos objetos en función de su propia posición, comprende también la habilidad para organizar y disponer los elementos en el espacio, en el tiempo o en ambos a la vez. Las dificultades en esta área se pueden expresar a través de la escritura o la confusión entre letras” (Carhuallanqui, 2018,p.24)

Tiempo y Ritmo

“Las nociones de tiempo y ritmo se elaboran a través de movimientos que implican cierto orden temporal, se pueden desarrollar nociones

temporales como rápido, lento; orientación temporal como antes y después y la estructuración temporal que se relaciona mucho con el espacio, es decir la conciencia de los movimientos, ejemplo: cruzar un espacio al ritmo de una pandereta, según lo indique el sonido" (Carhuallanqui, 2018,p.25)

MOTRICIDAD

"Los músculos esqueléticos, que están bajo el control del sistema nervioso, garantizan la motricidad (locomoción, postura, mímica, etc.). El sistema nervioso central (cerebro, cerebelo, medula espinal) es una auténtica torre de control del organismo y constituye el lugar en el que se integra la información y la orden motora gracias a la que se realizan los movimientos voluntarios. El sistema nervioso periférico (raíces nerviosas y nervios periféricos) lleva esta información hasta el musculo por medio de la unión neuromuscular. Cada musculo esquelético está conectado a la medula espinal por un nervio periférico. La transmisión del impulso nervioso al musculo desencadena la contracción muscular. Al contraerse, el musculo produce fuerza y movimiento" (Carhuallanqui,2018,p.24)

Coordinación Motora 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 sea eficaz la coordinación psicomotriz 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 salta, brincar en un pie, sobre llantas etc." (Carhuallanqui, 2018,p.24)

Importancia del Movimiento y Motricidad

El movimiento representa, según Carhuallanqui (2018) “un auténtico medio de expresión y comunicación en él se exterioriza todas la potencialidades orgánicas, motrices, intelectuales y afectivas. Por eso es tan importante el movimiento en la vida de todas las personas y es una razón valedera para recomendar que las actividades de aprendizaje de los niños y las niñas en edad temprana, deban estar cargadas de movimiento y libertad. Por su naturaleza, los movimientos se clasifican en dos clases: motricidad fina y gruesa” (p.34)

Motricidad Gruesa

Conde, J. (2007) dice “La motricidad gruesa comprende todo lo relacionado con el desarrollo cronológico del niño/a especialmente en el crecimiento del cuerpo y de las habilidades psicomotrices respecto al juego y a las aptitudes motrices de manos, brazos, pierna y pies” (p.44)

Desarrollo motriz

Brito, Luis (2009) dice “Es toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un acto deseado, una habilidad supone un acto consciente e implica la edificación de una competencia motriz” (p.45)

2.3. Bases conceptuales

Equilibrio

“Es considerado como la capacidad de mantener la estabilidad mientras se realizan diversas actividades motrices. Esta área se desarrolla a

través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior. Es el resultado de distintas integraciones sensorio-perceptivo-motrices que conducen el aprendizaje en general" (Carhuallanqui, 2018,p.20).

Estructuración espacial

"Es la capacidad que tiene los niños/as para mantener la constante localización del propio cuerpo, tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para colocar esos objetos en función de su propia posición; arriba-debajo, cerca- lejos, detrás-delante, comprende también la habilidad para organizar y disponer los elementos en el espacio, en el tiempo o en ambos; en ello tenemos velocidad, ritmo, antes-después" (Carhuallanqui, 2018,p.27)

Coordinación motora

"Es todo movimiento que persigue un objetivo y lo logra, es la resultante de una acción coordinada de desplazamientos corporales, parciales o totales, producto de cierta actividad muscular regulada desde lo sensomotriz y dependientes de los procesos intelectuales y perceptivo – comprensivos del sujeto. Incluyo en ello lo afectivo" (Petrone, 2006)

Dominio corporal dinámico

Es la "capacidad de dominar las diferentes partes del cuerpo extremidades superiores e inferiores, tronco para realizar movimientos superando dificultades que los objetos, espacio los dispongan, con soltura y precisión a nivel voluntario, es el indicador de procesos madurativos neurológicos y cronológicos y el indicador del nivel de automatización del

movimiento como de comportamientos y conductas” (Villavicencio, 2013).

Dominio corporal estático

Villavicencio (2013) indica que el dominio corporal estático “son todas las actividades motrices que llevarán al niño y niña a interiorizar el esquema corporal, la respiración, y relajación que son actividades que ayudarán a profundizar al niño y niña su propio yo” (p.78).

2.4. Bases epistemológicas

El estudio aplica se enfoca en métodos cuantitativos enfocado en el paradigma constructivista, se toma variables que son cuantificables y se pueden comparar sus resultados mediante el uso de recurso estadísticos, estos resultados son tomados de la realidad y expresan la sintomatología que se tiene en la muestra tomada como objeto de estudio.

CAPÍTULO III

METODOLÓGIA

3.1. Ámbito

La investigación se realizó en la localidad de Yuragmarca, en el nivel primaria de la institución educativa. N° 32594, en el año académico 2020.

3.2 Población

La población se define como la totalidad del fenómeno a estudiar donde las unidades de población posen una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación.

De acuerdo con el autor, una población es el conjunto de criterios que tienen una determinada serie de características en común.

En la presente investigación, La población está constituida por 114 estudiantes del nivel primaria de la I.E. N° 32594 Yuragmarca**,** 2020.

Tabla 1.

Población de estudio, estudiantes de primaria de la I.E. N° 32594 Yuragmarca

Grado	Sección	Número de estudiantes
1ro	Única	20
2do	Única	17
3ro	Única	21
4to	Única	17
5to	Única	20
6to	Única	15
Total		114

3.3 Muestra

La muestra fue calculada con el uso de las teorías estadísticas, considerando la población de estudio. Al hacer los cálculos que se muestran a continuación se obtuvo una muestra de 88 estudiantes.

Se aplicó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 * p * q * N}{(N - 1) * e^2 + p * q * Z^2}$$

Donde:

n: muestra

N: población

Z: 1,96 con 95% de confianza.

p, q : éxito y fracaso.

e : error permitido 0,05 (5%)

Tabla 1.
Muestra de estudiantes de primaria de la I.E. N° 32594 Yuragmarca

Grado	Sección	Número de estudiantes
1ro	Única	19
2do	Única	17
3ro	Única	21
4to	Única	17
5to	Única	20
6to	Única	15
Total		88

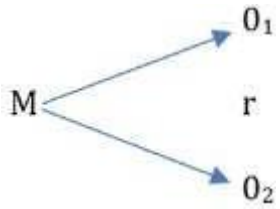
3.4 Nivel y tipo de estudio

El nivel de estudio es relacional con un tipo no experimental

3.5 Diseño de investigación

El diseño de investigación según Hernández (2014) es transaccional correlacional causal. Estos diseños describen relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado. A veces, únicamente en términos correlaciónales.

El gráfico que corresponde a este diseño es el siguiente:



M **:** muestra

O_1**:** observación de la variable Práctica de atletismo

O_2**:** observación de la variable Desarrollo de motricidad y psicomotricidad

r **:** coeficiente de correlación

3.6 Métodos, técnicas e instrumentos

La técnica empleada en exclusividad es la encuesta con enfoque cuantitativo. Esta técnica no permitió trasladar los datos que se obtuvieron de la muestra mediante el cuestionario y extraer esta información de los elementos de la muestra. La técnica que se empleó para la evaluar la variable práctica del atletismo fue la encuesta.

Fuentes, técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica Encuesta: Se utilizó una encuesta con la finalidad de conocer el nivel de práctica de atletismo y el nivel de desarrollo psicomotor que tienen los estudiantes.

Análisis de documentos: Permitió tomar contacto con las fuentes

bibliográficas que sirven de base para elaborar el marco teórico y fundamentar la realidad problemática

Procesamiento y presentación de datos

Para el procesamiento de datos se empleó el programa Excel y SPSS v25, se presentarán tabla y gráficos que describirán los resultados. Asimismo para el contraste de las hipótesis se aplicó la prueba Z para correlación.

3.7 Validación y confiabilidad de instrumento

Se utilizó la ficha de observación, como instrumentos, para la recopilación de datos. Asimismo, se tuvo la revisión de expertos la que permitió hacer la validación externa y se determinó el nivel de confiabilidad con alfha de Crombach (0,82 y 0,76) aplicando una muestra piloto.

3.8 Procedimientos

En el proceso de la investigación se siguió el siguiente proceso:

- Se diagnostico la situación real en cuanto a la problemática de la institución.
- Se elaboró el proyecto de investigación.
- Se realizó las coordinaciones con la institución para las autorizaciones respectivas.
- Se diseñaron los instrumentos y se aplicó en una muestra piloto previo a la aplicación en la muestra.
- Se aplicaron los instrumentos en la muestra.
- Se elaboró la base de datos con los resultados obtenidos y se realizó la tabulación de los mismos para elaborar las tablas y figuras estadísticas.
- Se realizó el análisis descriptivo e inferencial.
- Se elaboró el informe final

3.9 Tabulación y análisis de datos

Para recolectar los datos se utilizó la técnica de la observación sistemática. El instrumento aplicado para recoger información fué la lista de cotejo, que consta de 12 ítems distribuidos en razón a las dimensiones de la variable de estudio, como son: velocidad, saltos, lanzamiento. Asimismo, se evalúa con la valoración de Si (3), A veces (2) y No (1).

En cuanto para evaluar el desarrollo psicomotor, se aplicó 14 items, y se tuvo en consideración las dimensiones: movimiento locomotor, coordinación, equilibrio, lateralidad. Valorándose con de Si (3), A veces (2) y No (1).

Se utilizó el método descriptivo para la presentación de datos, con el apoyo de los recursos de estadística. Se presentan mediante tablas y gráficas la información obtenida.

En el análisis inferencial se tomó aplicó la prueba r de Pearsón, considerando el criterio de significancia bilateral para rechazar o aceptar la hipótesis nula.

3.10 Consideraciones éticas

Se tuvo la autorización de los participantes en la muestra para utilizar la información adquirida solo para efectos de la investigación, cuidando la integridad de los integrantes de la muestra.

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN

Como manifiesta Chagua (2012) “atletismo es el deporte de base de todos deportes, así lo define la ciencia del deporte. En Perú el atletismo, es reconocido los logros de nuestros atletas de medio fondo y fondo, los mismos son de las regiones de Puno, Huancayo, Huancavelica, Cusco, Arequipa y pocos de otras regiones. Con estos resultados se puede ver el panorama mejor en que en realidad nosotros podemos llegar a las altas competencias con mayor cantidad de atletas” (p.76) Por experiencia como atleta y los estudios de Educación Física nos han motivado a tomar interés de saber plantear un estudio sobre cómo se relaciona la práctica del atletismo con el desarrollo psicomotor del niño o niña.

Heredia León Diego Andrés (2012) en la investigación “Introducción al entrenamiento de fondo con atletas infantiles, en la escuela La Asunción de la ciudad de Cuenca. Período lectivo 2010 – 2011” concluye que “la situación actual de los niños deportistas no es fácil, existen muchos problemas, por ejemplo en los diferentes hogares: la pobreza, migración, separaciones, etc. Pero a pesar de aquello con perseverancia y dedicación, según se entrene y se cuide el deportista, así se rendirá en la competencia” (p.72).

Alban A. (2018) en el “Estudio comparativo del desarrollo psicomotor grueso en dos instituciones educativas de la ciudad de Quito comprendido en edades de 2 – 4 años”, indica que el desarrollo motor en los primeros años de vida de un niño es importante porque contribuye a desarrollar sus potencialidades.

Carhuallanqui (2017) en la tesis “Programa ejercicios psicomotrices y su

influencia en el desarrollo de la coordinación motora gruesa en niños de la I.E. Inicial N° 1307 San Antonio del Distrito de Heroinas Toledo – Concepción, 2016" concluye que "la influencia de la aplicación de un programa ejercicios psicomotrices en el desarrollo de la coordinación motora gruesa en los niños de la I.E. Inicial N° 1307 San Antonio de Heroínas Toledo" 8P.67), se logró conocer la influencia del programa de ejercicio psicomotores en el dominio corporal dinámico en los niños, se pudo conocer la influencia del programa de ejercicio psicomotores en el dominio corporal estático en los niños.

Lázaro (2012) en la tesis "Estimulación temprana y su relación en el desarrollo psicomotor en los niños de 5 años de la I.E.I. Niño Jesús de Praga N° 128 – Ventanilla", concluye "que hay una relación alta entre la estimulación temprana y el desarrollo psicomotor de los niños de 5 años de la I.E.I. Niño Jesús de Praga N° 128, Ventanilla, esto indica que hay una buena correlación entre ambas variables. (2). El estudio permite concluir que existe una correlación entre la estimulación temprana y el desarrollo psicomotor, esto demuestra que una buena estimulación temprana tiene mucha importancia para lograr el desarrollo psicomotor" (p.67).

Según Arnold Gesell, "el desarrollo motor se debe a una gran variedad de habilidades motoras que se encuentran ligadas, y este desarrollo de movimientos complejos se vuelve cada vez más automático a medida que el sistema nervioso madura haciendo que estos movimientos que en un principio son muy complejos se vuelven cada vez más fáciles."

Según Picq y Vayer, "La educación psicomotriz utiliza los medios de la educación física con el fin de normalizar o mejorar el comportamiento de los niños, pretende educar de manera sistemática las conductas motrices y

psicomotrices del niño, facilitando así la acción educativa y la integración escolar y social." Indica que la educación de la psicomotricidad debe ser integral, que debe estimular a partir del cuerpo y el movimiento, incrementar la capacidad de relacionarse consigo mismo y otras personas.

En nuestra investigación se tiene que existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020 (Z = 5,12 con r = 0,549), existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes (Z = 4,55 con r = 0,488), existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de coordinación en estudiantes (Z = 4,54 es superior al valor critico (Zc = 1,96 con r = 0,487), existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes (Z = 3,30 con r = 0,354), no existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes (Z = 1,94 con r = 0,209).

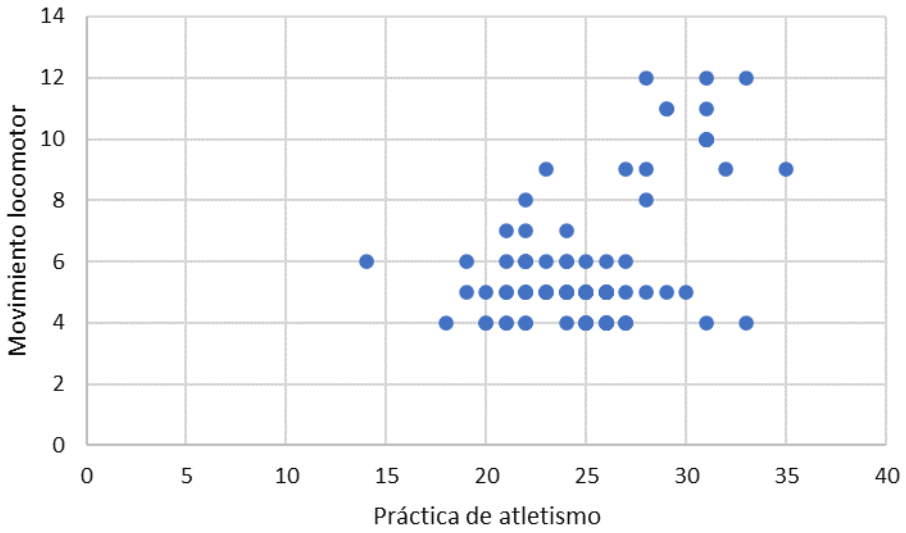
CAPITULO V

RESULTADOS

5.1 Análisis descriptivo de las variables de estudio.

5.1.1 Análisis de los Resultados

Tabla 1. Correlación entre práctica de atletismo y movimiento locomotor en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020



Fuente: Base de datos (Anexo 3)

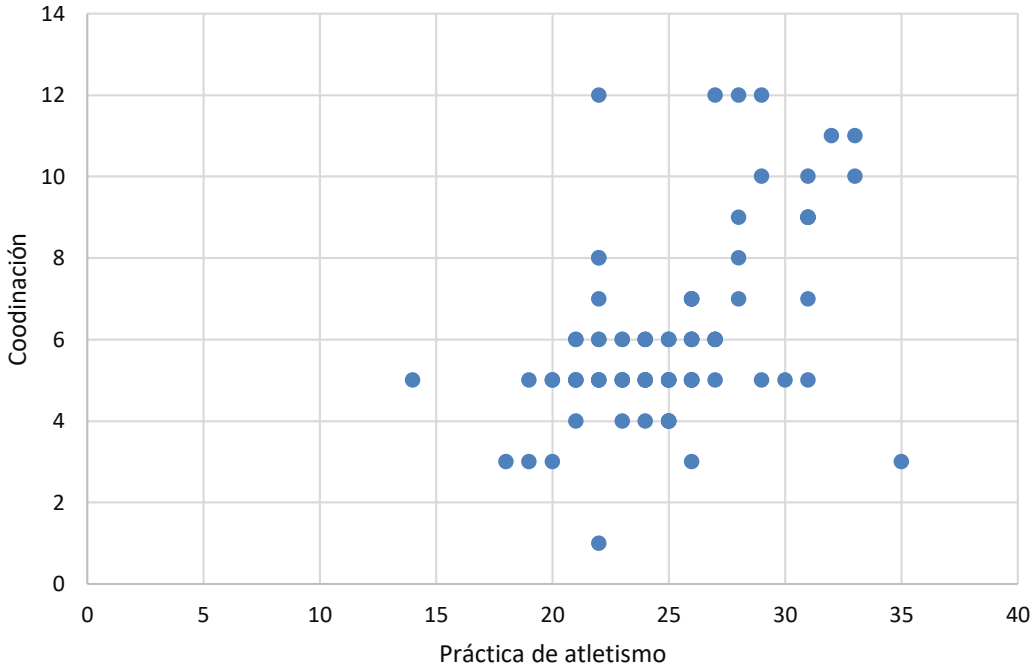
Aplicamos el Coeficiente de Correlación de PEARSON:

$$r = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\left[n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\right]\left[n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\right]}}$$ **r = 0,488**

Interpretación de los Resultados

Según la Tabla 1 índice de correlación tiene el valor de r = 0,488 nos indica que existe una significativa correlación positiva entre la práctica de atletismo y movimiento locomotor en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea. Por lo tanto, se corrobora la cuarta hipótesis de la investigación.

Tabla 2. Correlación entre práctica de atletismo y coordinador en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020



Fuente: Base de datos (Anexo 3)

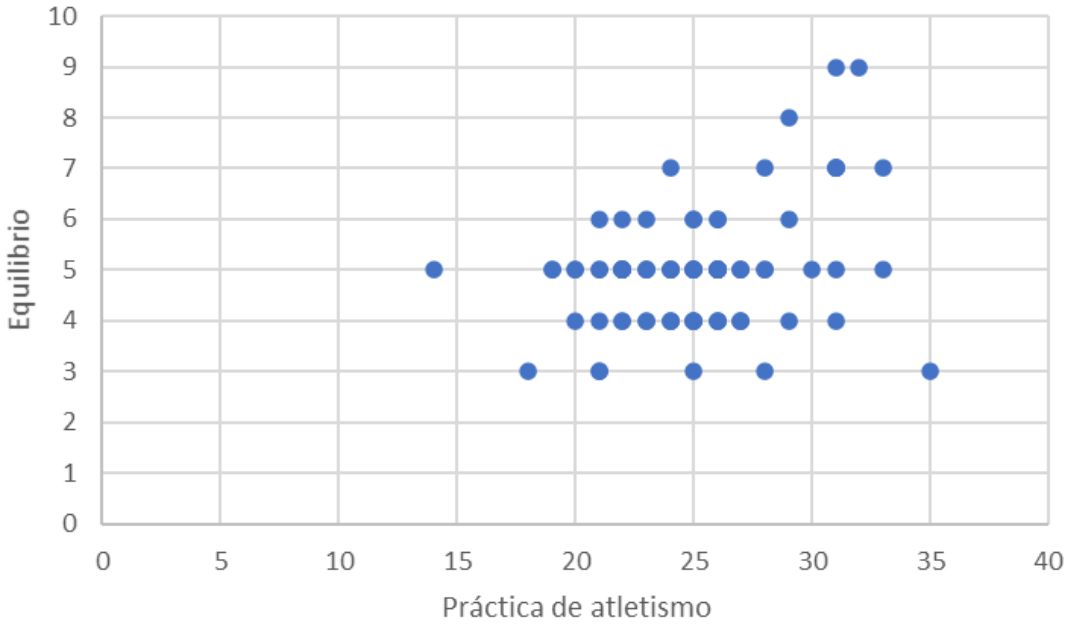
Aplicamos el Coeficiente de Correlación de PEARSON:

$$r = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\left[n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\right]\left[n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\right]}}$$ **r = 0,487**

Interpretación de los Resultados

Según la Tabla 1 índice de correlación tiene el valor de r = 0,487 nos indica que existe una significativa correlación positiva entre la práctica de atletismo y coordinación en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea. Por lo tanto, se corrobora la cuarta hipótesis de la investigación.

Tabla 3. Correlación entre práctica de atletismo y equilibrio en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020



Fuente: Base de datos (Anexo 3)

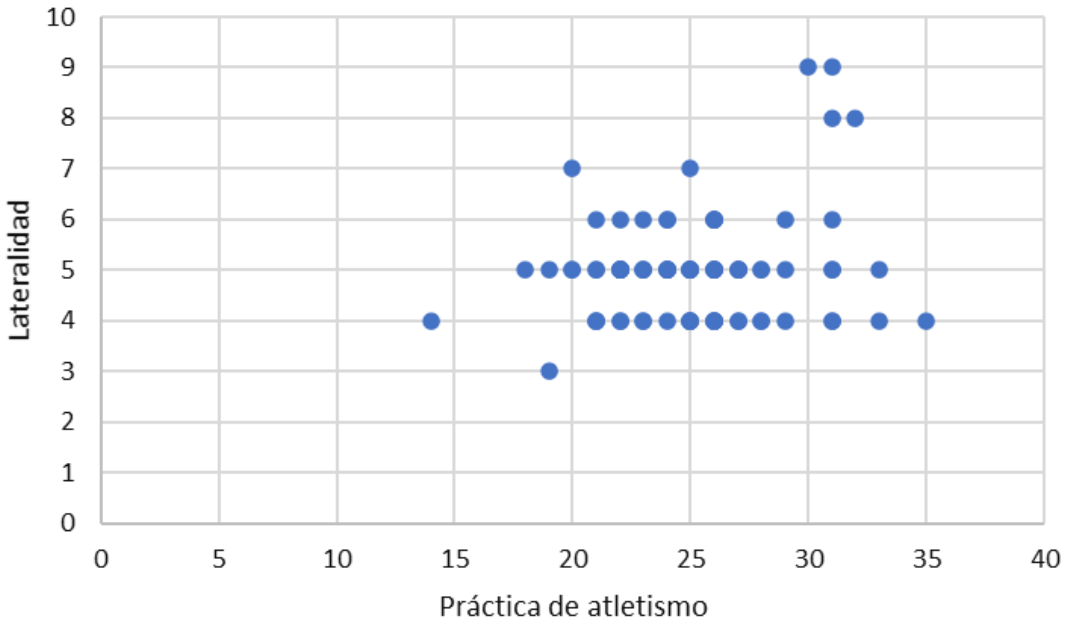
Aplicamos el Coeficiente de Correlación de PEARSON:

$$r = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\left[n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\right]\left[n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\right]}}$$ **r = 0,354**

Interpretación de los Resultados

Según la Tabla 1 índice de correlación tiene el valor de r = 0,354 nos indica que existe una significativa correlación positiva entre la práctica de atletismo y equilibrio en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea. Por lo tanto, se corrobora la cuarta hipótesis de la investigación.

Tabla 4. Correlación entre práctica de atletismo y lateralidad en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020



Fuente: Base de datos (Anexo 3)

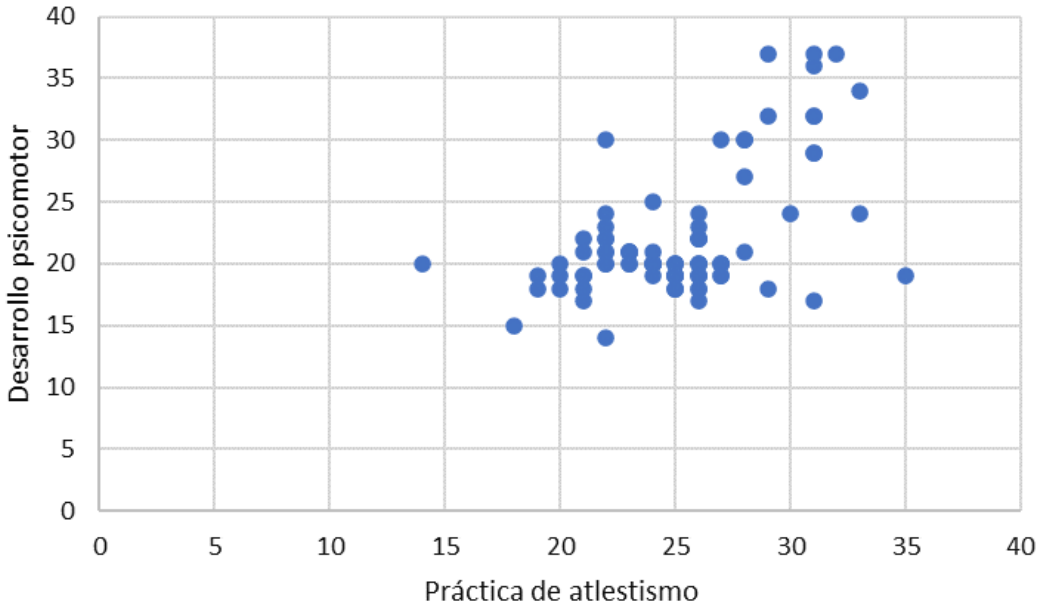
Aplicamos el Coeficiente de Correlación de PEARSON:

$$r = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\left[n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\right]\left[n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\right]}}$$ **r = 0,209**

Interpretación de los Resultados

Según la Tabla 1 índice de correlación tiene el valor de r = 0,209 nos indica que existe una significativa correlación baja y positiva entre la práctica de atletismo y lateralidad en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea. Por lo tanto, se corrobora la cuarta hipótesis de la investigación.

Tabla 5. Correlación entre práctica de atletismo y desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.



Fuente: Base de datos (Anexo 3)

Aplicamos el Coeficiente de Correlación de PEARSON:

$$r = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\left[n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\right]\left[n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\right]}}$$ **r = 0,549**

Interpretación de los Resultados

Según la Tabla 1 índice de correlación tiene el valor de r = 0,549 nos indica que existe una significativa correlación y positiva entre la práctica de atletismo y desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en los estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea. Por lo tanto, se corrobora la cuarta hipótesis de la investigación.

5.2 Prueba de hipótesis

Para la prueba hipótesis se ha considerado los siguientes pasos:

Hipótesis general

Ho: No existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Ha: Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

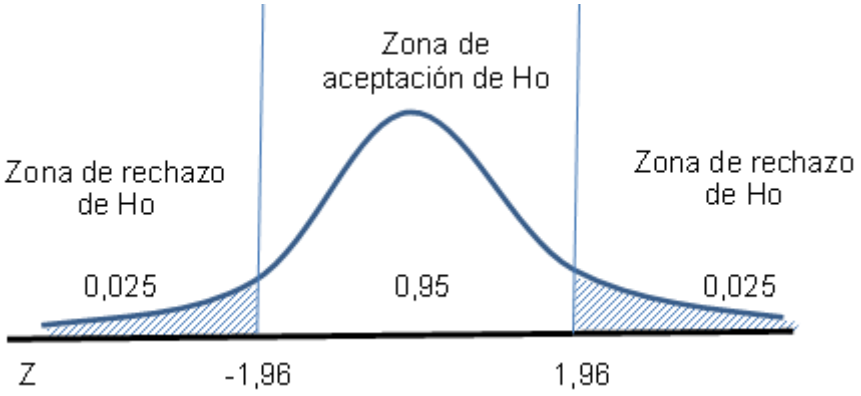
Con los datos que se tiene calculamos el estadístico de prueba o **Z** calculada.

Correlaciones

		Desarrollo motricidad y psicomotricidad
Práctica de atletismo	Correlación de Pearson	,549
	Sig. (bilateral)	,000
	N	88

r = 0,549 n = 88

$$Z = \frac{r}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}} \Rightarrow$$ **Z = 5,12**



El valor de **Z = 5,12** es mayo al valor crítico **Z_c = 1,96** por lo que se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna; es decir, que el coeficiente de **r = 0,549** es de significativa correlación positiva, por lo tanto, se tiene

datos suficientes que nos prueban que existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Hipótesis específica 1

Ho: No existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Ha: Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020

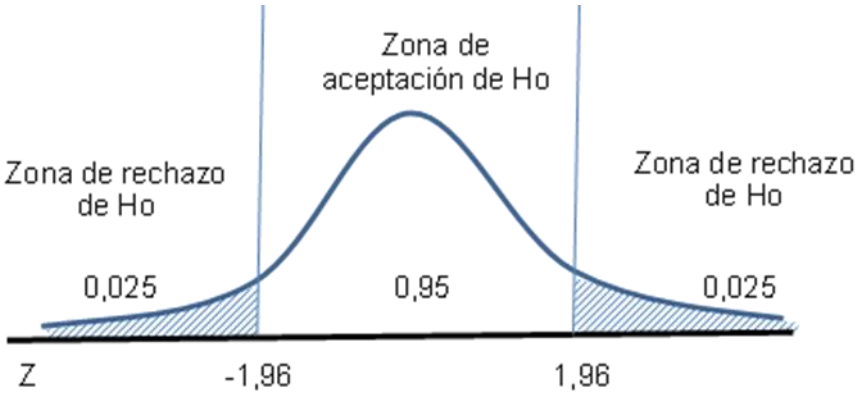
Con los datos que se tiene calculamos el estadístico de prueba o **Z** calculada.

Correlaciones

		Movimiento locomotor
Práctica de atletismo	Correlación de Pearson	,488
	Sig. (bilateral)	,000
	N	88

r = 0,488 n = 88

$$Z = \frac{r}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}} \Rightarrow$$ **Z = 4,55**



El valor de **Z = 4,55** es mayo al valor crítico **Z_c = 1,96** por lo que se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna; es decir, que el coeficiente de **r = 0,488** es de significativa correlación positiva, por lo tanto, se tiene

datos suficientes que nos prueban que existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020**.**

Hipótesis específica 2

Ho: No existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Ha: Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

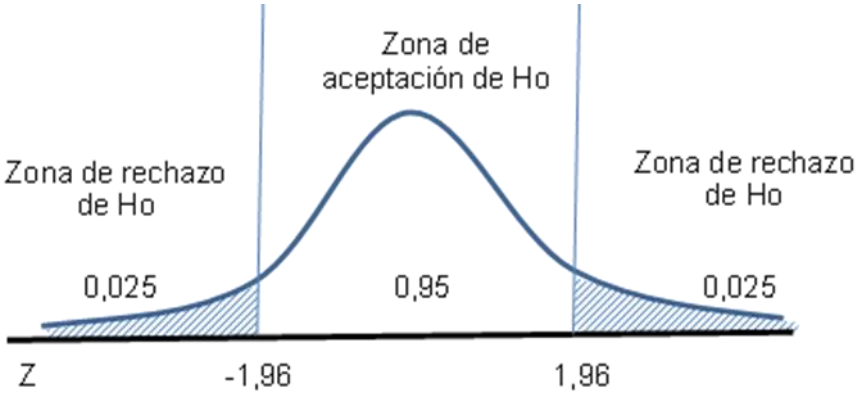
Con los datos que se tiene calculamos el estadístico de prueba o **Z** calculada.

Correlaciones

		Coordinación
Práctica de atletismo	Correlación de Pearson	,487
	Sig. (bilateral)	,000
	N	88

r = 0,487 n = 88

$$Z = \frac{r}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}} \Rightarrow$$ **Z = 4,54**



El valor de **Z = 4,54** es mayo al valor crítico **Z_c = 1,96** por lo que se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna; es decir, que el coeficiente de **r = 0,487** es de significativa correlación positiva, por lo tanto, se tiene datos suficientes que nos prueban que existe una relación significativa entre

la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Hipótesis específica 3

Ho: No existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Ha: Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

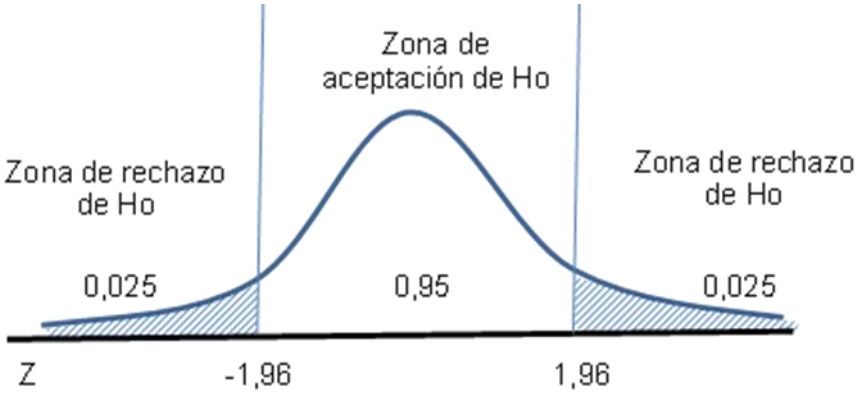
Con los datos que se tiene calculamos el estadístico de prueba o **Z** calculada.

Correlaciones

		Equilibrio
Práctica de atletismo	Correlación de Pearson	,354
	Sig. (bilateral)	,001
	N	88

r = 0,354 n = 88

$$Z = \frac{r}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}} \Rightarrow$$ **Z = 3,30**



El valor de **Z = 3,30** es mayo al valor crítico **Z_c = 1,96** por lo que se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna; es decir, que el coeficiente de **r = 0,354** es de significativa correlación positiva, por lo tanto, se tiene datos suficientes que nos prueban que existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la I.E.

N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020**.**

Hipótesis específica 4

Ho: No existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

Ha: Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.

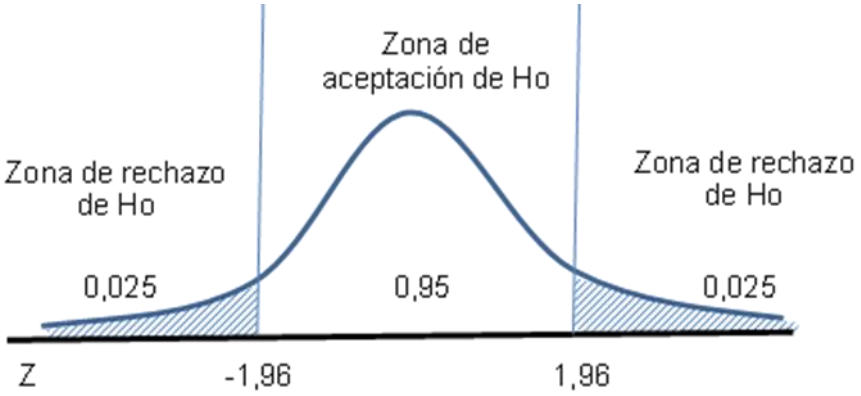
Con los datos que se tiene calculamos el estadístico de prueba **Z** calculada.

Correlaciones

		Lateralidad
Práctica de atletismo	Correlación de Pearson	,209
	Sig. (bilateral)	,050
	N	88

r = 0,209 n = 88

$$Z = \frac{r}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}} \quad \Rightarrow \quad \mathbf{Z = 1{,}94}$$



El valor de **Z = 1,94** es mayo al valor crítico **Z_c = 1,96** por lo que no se rechaza la hipótesis nula; es decir, que el coeficiente de **r = 0,209** es de correlación baja y positiva, por lo tanto, se tiene datos suficientes que nos prueban que no existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E. N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020

CONCLUSIONES

- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, ya que se obtiene como valor Z = 5,12 es superior al valor critico (Zc = 1,96) con r = 0,549.
- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, ya que se obtiene como valor Z = 4,55 es superior al valor critico (Zc = 1,96) con r = 0,488.
- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de coordinación en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, ya que se obtiene como valor Z = 4,54 es superior al valor critico (Zc = 1,96) con r = 0,487.
- Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, ya que se obtiene como valor Z = 3,30 es superior al valor critico (Zc = 1,96) con r = 0,354.
- No existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la I.E N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020, ya que se obtiene como valor Z = 1,94 es menor al valor critico (Zc = 1,96) con r = 0,209.

RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS

En base a los resultados y a la información obtenida en la investigación, se hacen las siguientes sugerencias:

1. Los docentes deben mejorar el desarrollo de motricidad y psicomotricidad en los estudiantes, empleando estrategias adecuadas en la práctica de atletismo.
2. Los docentes deben aplicar estrategias que permitan mejorar el movimiento locomotor en los estudiantes.
3. Los docentes deben fortalecer el desarrollo de la coordinación en los estudiantes.
4. Los docentes deben aplicar estrategias para mejorar el equilibrio en los estudiantes.
5. Los docentes deben mejorar el desarrollo de lateralidad en los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acebedo, Z., Muñoz, C. (2000). *Juegos recreativos y su influencia en el desarrollo de la coordinación motora gruesa en los alumnos del primer grado del C.E.E. N° 30490 "Heraclio García de las Casas" de Aparta – Jauja*. Tesis de la Facultad de pedagogía y Humanidades de la Universidad Nacional del Centro del Perú.
- Alban, A. (2005). *Estudio comparativo del desarrollo psicomotor grueso en dos instituciones educativas de la ciudad de Quito comprendido en edades de 2-4 años,* tesis de la facultad de ciencias sociales y comunicación. Universidad Tecnológica Equinoccial. Ecuador.
- Arias, L. Castro, M. y Esquivel, J. (2008). *Desarrollo de la psicomotricidad infantil en el niño menor de 6 años*. Lima, Perú. Tesis de licenciatura. Universidad Enrique Guzmán y Vallle. Recuperado en: es.scrib.com>material académico>Ensayos y tesis
- Aguinaga, H. (2012). *Desarrollo psicomotor en un grupo de Estudiantes de 4 años de educación Inicial de la red 06 Callao*. Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú. Recuperado de: http://repositorio.usil.edu.pe/wp-content/uploads/2014/07/2012_Aguinaga_Desarrollo-psicomotor-en- un-grupo-de-estudiantes-de-4-a%C3%B1os-de-educaci%C3%B3n- inicial-de-la-Red-6-Callao.pdf
- Bravo, E., Hurtado, M. (2012). *Influencia de la psicomotricidad global en el aprendizaje de conceptos básicos matemáticos en los niños de cuatro años de una institución educativa privada del distrito de San Borja*, tesis de la escuela de Post Grado de la Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Cantera y Devís, J. (2002). *La promoción de la actividad física relacionada con la salud en el ámbito escolar: implicaciones y propuestas a partir de un*

estudio realizado entre adolescentes.

- Castillo, I. y Balaguer, I. (2004). *Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados*. Apunts. Educación Física y Deportes, 63, 22-29.
- Camacho, G. (2011). *Psicomotricidad*. Recuperado De: http://www.slideshare.net/myfriendsforeverbest/psicomotricidad- 10505170
- Conde, José (2007). *La motricidad gruesa comprende todo lo relacionado con el desarrollo cronológico del niño/a especialmente en el crecimiento del cuerpo y de las habilidades psicomotrices respecto al juego y a las aptitudes motrices de manos, brazos, pierna y pies*.
- Comillas, J. Perpinyá A. *Psicomotricidad en la educación infantil [libro de internet]. España:* CEAC; 2003 Recuperado de: http://books.google.com.pe/books?id=gSmAKk4yfCoC&pg=PA34&dq=motricidad+gruesa&hl=es&ei=qdcrT-rrNeHg2AWosfiXDw&sa=X&oi=book_result&ct=book-thumbnail&resnum=1&ved=0CDAQ6wEwAA#v=onepage&q=motricid ad %20gruesa&f=false
- Consejo, C. (2010). *La psicomotricidad y educación psicomotriz en la educación preescolar.* Recuperado de: www.Biblioteca.idict.villaclara.cu/UserFiles/File/psicomotricidad/11.pdf
- Correa. L. (2009). *Estudio comparativo del desarrollo psicomotor, a través del análisis del TEPSI, aplicado a niños mapuches y no mapuches, en la comuna de Mariquina*. Universidad Austral de Chile. Valdivia, Chile. Recuperado de: http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2009/fmc824e/doc/fmc824e.pdf
- García M. Feliz, (2002) *La Estimulación de la inteligencia: Programa de Filosofía para Niños*, Ediciones de la Torre, Madrid 2002.

- Hernández, Fernández y Batista (2014). *Metodología de la investigación*. 6º edición. México: Mac Hill Gr
- Martínez, M. (2013). *Desarrollo motriz grueso en niños de preescolar a través de actividades lúdicas: Individual y grupal.* Tesis de la Universidad Pedagógica Nacional. México D.F.
- Meeece J. (2000). *Desarrollo del niño y adolescente, compendio para educadores. Biblioteca para la educación del maestro*. Primera edición. McGraw-Hill Interamericana

ANEXOS

Anexo N° 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E Nº 32594-YURAGMARCA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Problema general ¿Cuál es la relación que existe entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020? **Problemas específicos** • ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020? • ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020? • ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020? ¿Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea?	**Objetivo general** Determinar la relación que existe entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020 **Objetivo especifico** • Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. • Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. • Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. • Evaluar la relación entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea	**Hipótesis general** Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la motricidad y psicomotricidad en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. **Hipótesis especifico** • Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de movimiento locomotor en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. • Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de la coordinación en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. • Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo del equilibrio en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020. • Existe una relación significativa entre la práctica del atletismo y el desarrollo de lateralidad en estudiantes de la Institución Educativa N° 32594- Yuragmarca, Pachitea, 2020.	**VARIABLE 1** Práctica del atletismo **VARIABLE 2** Motricidad y psicomotricidad	Velocidad Saltos Lanzamiento Movimiento locomotor Coordinación Equilibrio Lateralidad	**Tipo**: Correlacional **Población:** 114 estudiantes de la institución educativa **Muestra**: 88 estudiantes **Diseño:** Correlacional

Anexo N° 02: INSTRUMENTOS

FICHA DE OBSERVACIÓN

Práctica de atletismo

3	2	1
Si	A veces	No

VELOCIDAD	3	2	1
1. Realiza carreras muy cortas			
2. Corren lo más rápido que pueden			
3. Realizan carreras con pequeños obstáculos			
4. Realizan carreras de relevos con sus compañeros			
SALTOS			
5. Realizan pequeños saltos de longitud			
6. Reconocen y ejecutan el triple saltos			
7. Realizan saltos en forma vertical			
8. Mejoran sus saltos con la constante práctica.			
LANZAMIENTO			
9. Lanzan pequeños objetos de peso ligero			
10. Utilizan el palo de la escoba como jabalina			
11. Lanzan pequeños discos en el patio			
12. Realizan lanzamiento con martillos de plástico			

Tabla de valoración

	Velocidad	Saltos	Lanzamiento	PRÁCTICA DE ATLETISMO
Bajo	4 a 8	4 a 8	4 a 8	12 a 24
Moderado	9 a 10	9 a 10	9 a 10	25 a 30
Alto	11 a 12	11 a 12	11 a 12	31 a 36

FICHA DE OBSERVACIÓN

Desarrollo Psicomotor

3	2	1
Si	A veces	No

MOVIMIENTO LOCOMOTOR	3	2	1
1. Caminar hacia adelantes de espaldas			
2. Correr elevando las rodillas, en taloneo en salón			
3. Caminar con los dos pies, un pie			
4. Saltar sobre obstáculos			
COORDINACIÓN			
5. Saltar con palmadas			
6. Rebotar la pelota mientras camina			
7. Lanzar en diferentes formas un balón			
8. Brincar por entre las llantas			
EQUILIBRIO			
9. Pararse con un solo pie			
10. Correr de frente y rápidamente parar a correr de espaldas y viceversa			
11. Correr en zigzag			
LATERALIDAD			
12. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo			
13. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo			
14. Tocar el hombro derecho del compañero de al frente, de igual manera su oreja, el pie.			

Tabla de valoración

	Movimiento locomotor	Coordinación	Equilibrio	Lateralidad	**DESARROLLO PSICOMOTOR**
Bajo	4 a 8	4 a 8	3 a 6	3 a 6	14 a 27
Moderado	9 a 10	9 a 10	7 a 8	7 a 8	28 a 34
Alto	11 a 12	11 a 12	9	9	35 a 42

Anexo N° 03: BASE DE DATOS

c1 = Velocidad
c2 = Salto
c3 = Lanzamiento
PA = Práctica de atletismo

a1 = Movimiento locomotor
a2 = Coordinación
a3 = Equilibrio
a4 = Lateralidad
DM =Desarrollo motricidad y Psicomotricidad

Ord	c1	c2	c3	PA	a1	a2	a3	a4	DM
1	7	9	5	21	4	5	4	4	17
2	8	8	6	22	5	6	5	5	21
3	9	9	5	23	9	4	4	4	21
4	8	8	6	22	6	5	5	5	21
5	9	7	5	21	7	6	3	5	21
6	8	6	6	20	5	5	5	5	20
7	12	12	11	35	9	3	3	4	19
8	8	8	6	22	5	5	5	5	20
9	8	9	4	21	4	6	6	6	22
10	8	7	6	21	5	5	3	5	18
11	9	8	5	22	6	8	5	5	24
12	10	12	10	32	9	11	9	8	37
13	5	4	5	14	6	5	5	4	20
14	7	5	6	18	4	3	3	5	15
15	5	9	5	19	6	3	5	5	19
16	6	8	6	20	4	3	4	7	18
17	8	6	5	19	5	5	5	3	18
18	9	10	9	28	8	7	7	5	27
19	10	9	7	26	5	3	5	4	17
20	12	10	9	31	10	9	9	9	37
21	10	9	9	28	5	8	3	5	21
22	8	8	5	21	6	4	5	4	19
23	9	9	6	24	5	5	5	5	20
24	8	8	8	24	6	5	4	4	19
25	9	9	9	27	4	6	5	5	20
26	9	8	8	25	5	4	6	4	19
27	8	9	9	26	5	6	5	6	22
28	9	10	12	31	12	9	7	8	36
29	8	8	8	24	4	6	5	5	20
30	9	7	9	25	4	5	6	4	19
31	8	8	10	26	6	7	5	6	24
32	12	10	9	31	10	9	7	6	32
33	10	9	8	27	5	6	5	4	20

34	9	8	9	26	5	6	6	6	23
35	8	9	8	25	6	6	4	4	20
36	9	8	9	26	4	5	5	4	18
37	9	7	8	24	5	6	5	5	21
38	10	9	10	29	11	12	8	6	37
39	9	8	9	26	4	5	5	5	19
40	8	9	8	25	5	6	3	4	18
41	10	13	10	33	4	10	5	5	24
42	9	8	7	24	5	5	4	6	20
43	8	6	8	22	6	6	6	5	23
44	11	9	9	29	5	5	4	4	18
45	8	9	8	25	4	6	5	5	20
46	9	8	10	27	9	12	4	5	30
47	9	7	9	25	4	4	5	5	18
48	8	8	9	25	5	5	4	5	19
49	9	9	8	26	4	6	5	5	20
50	10	10	11	31	11	9	5	4	29
51	12	9	9	30	5	5	5	9	24
52	9	8	9	26	5	7	4	6	22
53	8	7	7	22	4	8	5	5	22
54	9	10	12	31	10	10	7	5	32
55	9	9	9	27	6	5	5	4	20
56	8	8	9	25	5	4	5	5	19
57	9	10	8	27	4	6	4	5	19
58	8	8	7	23	5	5	5	5	20
59	9	9	7	25	4	4	5	7	20
60	10	10	8	28	9	12	5	4	30
61	9	8	7	24	7	6	7	5	25
62	11	13	9	33	12	11	7	4	34
63	9	9	8	26	4	5	5	5	19
64	10	6	7	23	5	6	4	5	20
65	9	8	8	25	4	5	5	4	18
66	8	9	9	26	5	7	5	5	22
67	12	10	9	31	4	5	4	4	17
68	8	10	8	26	5	5	5	5	20
69	9	9	8	26	4	7	4	4	19
70	8	8	7	23	5	5	5	6	21
71	12	9	6	27	4	6	4	5	19
72	10	10	9	29	11	10	6	5	32
73	9	10	9	28	12	9	5	4	30
74	8	9	7	24	5	5	5	5	20
75	9	8	8	25	5	5	4	5	19
76	8	8	7	23	6	6	5	4	21
77	6	7	9	22	4	7	5	6	22
78	9	9	8	26	5	5	4	4	18
79	8	8	10	26	4	6	6	4	20
80	9	7	9	25	5	5	4	5	19

81	8	6	8	22	7	5	4	4	20
82	7	9	6	22	8	12	5	5	30
83	6	8	8	22	5	1	4	4	14
84	8	10	13	31	10	7	7	5	29
85	7	9	8	24	6	4	4	6	20
86	5	7	8	20	4	5	5	5	19
87	6	8	9	23	5	5	6	5	21
88	5	7	9	21	5	5	5	4	19

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO: PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E Nº 32594- YURAGMARCA

DATOS:

Apellidos y nombres del experto	Grado académico	Autor del instrumento
CAMPOS MEZA Sebastián	Magister	JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN PERCY HILARIO CAMPOS JAIME RIDU NARCIZO TUCTO

"Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES			CRITERIOS DE VALIDACIÓN				PROMEDIO	OBSERVACIÓN
VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD		
Desarrollo motricidad y Psicomotricidad	Movimiento locomotor	1. Caminar hacia adelantes de espaldas	4	4	4	4	4	
		2. Correr elevando las rodillas, en taloneo en salón	4	4	4	4	4	
		3. Caminar con los dos pies, un pie	4	4	4	4	4	
		4. Saltar sobre obstáculos	4	4	4	4	4	
	Coordinación	5. Saltar con palmadas	4	4	4	4	4	
		6. Rebotar la pelota mientras camina	4	4	4	4	4	
		7. Lanzar en diferentes formas un balón	4	4	4	4	4	
		8. Brincar por entre las llantas	4	4	4	4	4	
	Equilibrio	9. Pararse con un solo pie	4	4	4	4	4	
		10. Correr de frente y rápidamente parar a correr de espaldas y viceversa	4	4	4	4	4	
		11. Correr en zigzag	4	4	4	4	4	
	Lateralidad	12. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo	4	4	4	4	4	
		13. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo	4	4	4	4	4	
		14. Tocar el hombro derecho del compañero de al frente, de igual manera su oreja, el pie.	4	4	4	4	4	

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO (X). En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ( )

Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**
Huánuco, 05-08-2020	22737894		

FIRMA DEL EXPERTO

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO: PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E Nº 32594- YURAGMARCA

DATOS:

Apellidos y nombres del experto	Grado académico	Autor del instrumento
CAMPOS MEZA Sebastián	Magister	JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN PERCY HILARIO CAMPOS JAIME RIDU NARCIZO TUCTO

"Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES			CRITERIOS DE VALIDACIÓN				PROMEDIO	OBSERVACIÓN
VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD		
Practica de atletismo	Velocidad	1.Realiza carreras muy cortas	4	4	4	4	4	
		2.Corren lo más rápido que pueden	4	4	4	4	4	
		3.Realizan carreras con pequeños obstáculos	4	4	4	4	4	
		4.Realizan carreras de relevos con sus compañeros	4	4	4	4	4	
	Saltos	5. Realizan pequeños saltos de longitud	4	4	4	4	4	
		6. Reconocen y ejecutan el triple saltos	4	4	4	4	4	
		7. Realizan saltos en forma vertical	4	4	4	4	4	
		8. Mejoran sus saltos con la constante práctica.	4	4	4	4	4	
		9.Lanzan pequeños objetos de peso ligero	4	4	4	4	4	
	Lanzamiento	10. Utilizan el palo de la escoba como jabalina	4	4	4	4	4	
		11. Lanzan pequeños discos en el patio	4	4	4	4	4	
		12. Realizan lanzamiento con martillos de plástico	4	4	4	4	4	

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( ). En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI ( ) NO ( )

Lugar y fecha	DNI	Firma del experto	Teléfono
Huánuco, 05-08-2020	22737894		

FIRMA DEL EXPERTO

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO: PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E Nº 32594- YURAGMARCA

DATOS:

Apellidos y nombres del experto	Grado académico	Autor del instrumento
ROJAS FLORES Agustín Rufino	Magister	JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN PERCY HILARIO CAMPOS JAIME RIDU NARCIZO TUCTO

"Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES			CRITERIOS DE VALIDACIÓN				PROMEDIO	OBSERVACIÓN
VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD		
Desarrollo motricidad y Psicomotricidad	Movimiento locomotor	1. Caminar hacia adelantes de espaldas	4	4	4	4	4	
		2. Correr elevando las rodillas, en taloneo en salón	4	4	4	4	4	
		3. Caminar con los dos pies, un pie	4	4	4	4	4	
		4. Saltar sobre obstáculos	4	4	4	4	4	
	Coordinación	5. Saltar con palmadas	4	4	4	4	4	
		6. Rebotar la pelota mientras camina	4	4	4	4	4	
		7. Lanzar en diferentes formas un balón	4	4	4	4	4	
		8. Brincar por entre las llantas	4	4	4	4	4	
	Equilibrio	9. Pararse con un solo pie	4	4	4	4	4	
		10. Correr de frente y rápidamente parar a correr de espaldas y viceversa	4	4	4	4	4	
		11. Correr en zigzag	4	4	4	4	4	
	Lateralidad	12. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo	4	4	4	4	4	
		13. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo	4	4	4	4	4	
		14. Tocar el hombro derecho del compañero de al frente, de igual manera su oreja, el pie.	4	4	4	4	4	

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO (X). En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ( )

Lugar y fecha	DNI	Firma del experto	Teléfono
Huánuco, 05-08-2020	22674143	Dr. Agustín Rufino Rojas Flores	980262222

Dr. Agustín Rufino Rojas Flores
FIRMA DEL EXPERTO

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO: PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E Nº 32594- YURAGMARCA

DATOS:

Apellidos y nombres del experto	Grado académico	Autor del instrumento
ROJAS FLORES Agustín Rufino	Doctor	JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN PERCY HILARIO CAMPOS JAIME RIDU NARCIZO TUCTO

"Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES			CRITERIOS DE VALIDACIÓN				PROMEDIO	OBSERVACIÓN
VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD		
Practica de atletismo	Velocidad	1.Realiza carreras muy cortas	4	4	4	4	4	
		2.Corren lo más rápido que pueden	4	4	4	4	4	
		3.Realizan carreras con pequeños obstáculos	4	4	4	4	4	
		4.Realizan carreras de relevos con sus compañeros	4	4	4	4	4	
	Saltos	5. Realizan pequeños saltos de longitud	4	4	4	4	4	
		6. Reconocen y ejecutan el triple saltos	4	4	4	4	4	
		7. Realizan saltos en forma vertical	4	4	4	4	4	
		8. Mejoran sus saltos con la constante práctica.	4	4	4	4	4	
		9.Lanzan pequeños objetos de peso ligero	4	4	4	4	4	
	Lanzamiento	10. Utilizan el palo de la escoba como jabalina	4	4	4	4	4	
		11. Lanzan pequeños discos en el patio	4	4	4	4	4	
		12. Realizan lanzamiento con martillos de plástico	4	4	4	4	4	

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( ). En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI ( ) NO ( )

Lugar y fecha	DNI	Firma del experto	Teléfono
Huánuco, 05-08-2020	22674143	Dr. Agustín Rufino Rojas Flores	

Dr. Agustín Rufino Rojas Flores

FIRMA DEL EXPERTO

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO: PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E Nº 32594- YURAGMARCA

DATOS:

Apellidos y nombres del experto	Grado académico	Autor del instrumento
TARAZONA ALVINO María Abigunda	Magister	JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN PERCY HILARIO CAMPOS JAIME RIDU NARCIZO TUCTO

"Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES			CRITERIOS DE VALIDACIÓN				PROMEDIO	OBSERVACIÓN
VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD		
Desarrollo motricidad y Psicomotricidad	Movimiento locomotor	1. Caminar hacia adelantes de espaldas	4	4	4	4	4	
		2. Correr elevando las rodillas, en taloneo en salón	4	4	4	4	4	
		3. Caminar con los dos pies, un pie	4	4	4	4	4	
		4. Saltar sobre obstáculos	4	4	4	4	4	
	Coordinación	5. Saltar con palmadas	4	4	4	4	4	
		6. Rebotar la pelota mientras camina	4	4	4	4	4	
		7. Lanzar en diferentes formas un balón	4	4	4	4	4	
		8. Brincar por entre las llantas	4	4	4	4	4	
	Equilibrio	9. Pararse con un solo pie	4	4	4	4	4	
		10. Correr de frente y rápidamente parar a correr de espaldas y viceversa	4	4	4	4	4	
		11. Correr en zigzag	4	4	4	4	4	
	Lateralidad	12. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo	4	4	4	4	4	
		13. Identifica el lado derecho e izquierdo de su cuerpo	4	4	4	4	4	
		14. Tocar el hombro derecho del compañero de al frente, de igual manera su oreja, el pie.	4	4	4	4	4	

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO (X). En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ( )

Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**
Huánuco, 05-08-2020	22737894		

FIRMA DEL EXPERTO

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO: PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E Nº 32594- YURAGMARCA

DATOS:

Apellidos y nombres del experto	Grado académico	Autor del instrumento
TARAZONA ALVINO María Abigunda	Magister	JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN PERCY HILARIO CAMPOS JAIME RIDU NARCIZO TUCTO

"Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES			CRITERIOS DE VALIDACIÓN				PROMEDIO	OBSERVACIÓN
VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD		
Practica de atletismo	Velocidad	1.Realiza carreras muy cortas	4	4	4	4	4	
		2.Corren lo más rápido que pueden	4	4	4	4	4	
		3.Realizan carreras con pequeños obstáculos	4	4	4	4	4	
		4.Realizan carreras de relevos con sus compañeros	4	4	4	4	4	
	Saltos	5. Realizan pequeños saltos de longitud	4	4	4	4	4	
		6. Reconocen y ejecutan el triple saltos	4	4	4	4	4	
		7. Realizan saltos en forma vertical	4	4	4	4	4	
		8. Mejoran sus saltos con la constante práctica.	4	4	4	4	4	
		9.Lanzan pequeños objetos de peso ligero	4	4	4	4	4	
	Lanzamiento	10. Utilizan el palo de la escoba como jabalina	4	4	4	4	4	
		11. Lanzan pequeños discos en el patio	4	4	4	4	4	
		12. Realizan lanzamiento con martillos de plástico	4	4	4	4	4	

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO (X). En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ( )

Lugar y fecha	DNI	Firma del experto	Teléfono
Huánuco, 05-08-2020	22737894		

FIRMA DEL EXPERTO

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la Facultad de Ciencias de la Educación a los **NUEVE** días del mes de **AGOSTO** del año dos mil veintiuno, reunidos en la plataforma virtual de Cisco Webex de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán; los miembros del Jurado conformado por docentes ordinarios acreditados según **Resolución Nº 0837-2021-UNHEVAL/FCE-D** de fecha **04 de agosto del año dos mil veintiuno**:

Mg. Alejandro LIZANA ZORA	PRESIDENTE
Mg. Omar CONTRERAS CANTO	SECRETARIO
Dr. Arnulfo ORTEGA MALLQUI	VOCAL
Dr. Sebastián CAMPOS MEZA	ACCESITARIO

Con el asesoramiento del **Dr. Agustín Rufino ROJAS FLORES,** el/la aspirante a obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación con Mención en **Educación Física, Sr(a). Jaime Ridu NARCIZO TUCTO** procedió a sustentar su tesis titulada: **PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA IE. N° 32594 DE YURAGMARCA,** inició el proceso de sustentación a las **13:00** horas y concluyó a las **14:50** horas.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formulados por los miembros del jurado de conformidad al Reglamento de Titulación del Programa de Segunda Especialidad Profesional en Educación y concluido el proceso de evaluación se procedió a la calificación, obteniendo el/la titulando el siguiente resultado:

JURADOS	NOTA EN NÚMEROS	NOTA EN LETRAS
Presidente:	16	DIECISÉIS
Secretario:	16	DIECISÉIS
Vocal:	16	DIECISÉIS
PROMEDIO:	16	DIECISÉIS

Observaciones:

……..…

……..…

Quedando el/la aspirante como: APROBADO por UNANIMIDAD

Con lo cual, se dio por concluido el presente acto académico, firmando los miembros del Jurado en señal de conformidad.

PRESIDENTE
DNI Nº 22407605

SECRETARIO
DNI Nº 20904632

VOCAL
DNI Nº 22432336

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la Facultad de Ciencias de la Educación a los **NUEVE** días del mes de **AGOSTO** del año dos mil veintiuno, reunidos en la plataforma virtual de Cisco Webex de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán; los miembros del Jurado conformado por docentes ordinarios acreditados según **Resolución Nº 0837-2021-UNHEVAL/FCE-D** de fecha **04 de agosto del año dos mil veintiuno**:

Mg. Alejandro LIZANA ZORA	PRESIDENTE
Mg. Omar CONTRERAS CANTO	SECRETARIO
Dr. Arnulfo ORTEGA MALLQUI	VOCAL
Dr. Sebastián CAMPOS MEZA	ACCESITARIO

Con el asesoramiento del **Dr. Agustín Rufino ROJAS FLORES,** el/la aspirante a obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación con Mención en **Educación Física, Sr(a). Percy HILARIO CAMPOS** procedió a sustentar su tesis titulada: **PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA IE. N° 32594 DE YURAGMARCA,** inició el proceso de sustentación a las **13.00** horas y concluyó a las **14.50** horas.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formulados por los miembros del jurado de conformidad al Reglamento de Titulación del Programa de Segunda Especialidad Profesional en Educación y concluido el proceso de evaluación se procedió a la calificación, obteniendo el/la titulando el siguiente resultado:

JURADOS	NOTA EN NÚMEROS	NOTA EN LETRAS
Presidente:	16	DIECISÉIS
Secretario:	16	DIECISÉIS
Vocal:	16	DIECISÉIS
PROMEDIO:	16	DIECISÉIS

Observaciones:

……..…

……..…

Quedando el/la aspirante como: APROBADO por UNANIMIDAD

Con lo cual, se dio por concluido el presente acto académico, firmando los miembros del Jurado en señal de conformidad.

PRESIDENTE
DNI Nº 22407605

SECRETARIO
DNI Nº 20904632

VOCAL
DNI Nº 22432336

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la Facultad de Ciencias de la Educación a los **NUEVE** días del mes de **AGOSTO** del año dos mil veintiuno, reunidos en la plataforma virtual de Cisco Webex de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán; los miembros del Jurado conformado por docentes ordinarios acreditados según **Resolución Nº 0837-2021-UNHEVAL/FCE-D** de fecha **04 de agosto del año dos mil veintiuno**:

Mg. Alejandro LIZANA ZORA	PRESIDENTE
Mg. Omar CONTRERAS CANTO	SECRETARIO
Dr. Arnulfo ORTEGA MALLQUI	VOCAL
Dr. Sebastián CAMPOS MEZA	ACCESITARIO

Con el asesoramiento del **Dr. Agustín Rufino ROJAS FLORES,** el/la aspirante a obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación con Mención en **Educación Física, Sr(a). Julio Emilio PEÑA FALCON** procedió a sustentar su tesis titulada: **PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA IE. N° 32594 DE YURAGMARCA,** inició el proceso de sustentación a las **13.00** horas y concluyó a las **14.50** horas.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formulados por los miembros del jurado de conformidad al Reglamento de Titulación del Programa de Segunda Especialidad Profesional en Educación y concluido el proceso de evaluación se procedió a la calificación, obteniendo el/la titulando el siguiente resultado:

JURADOS	NOTA EN NÚMEROS	NOTA EN LETRAS
Presidente:	16	DIECISÉIS
Secretario:	16	DIECISÉIS
Vocal:	16	DIECISÉIS
PROMEDIO:	16	DIECISÉIS

Observaciones:

……..…

……..…

Quedando el/la aspirante como: APROBADO por UNANIMIDAD

Con lo cual, se dio por concluido el presente acto académico, firmando los miembros del Jurado en señal de conformidad.

PRESIDENTE
DNI Nº 22407605

SECRETARIO
DNI Nº 20904632

VOCAL
DNI Nº 22432336

CONSTANCIA N°0020-2021-UNHHEVAL-FCE/UI

CONSTANCIA DE APTO DE SIMILITUD

LA DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN:

Hace constar que:

- Julio Emilio PEÑA FALCÓN
- Percy HILARIO CAMPOS
- Jaime Ridu NARCIZO TUCTO

Autores del borrador de la tesis, titulado:
PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E. No 32594-YURAGMARCA. Programa de Segunda Especialidad Profesional con mención en Educación Física.

Han obtenido, un reporte de similitud general del **20%/20%** con el aplicativo **TURNITIN**, porcentaje de similitud permitido, para tesis de segunda especialidad. En consecuencia, es **APTO**. Se adjunta el reporte de similitud

Se expide la presente constancia, para los fines pertinentes.

Cayhuayna, 23 de noviembre de 2021

Dr. Zósimo Pedro Jacha Ayala
Director de la Unidad de Investigación
Facultad de Ciencias de la Educación

INFORME FINAL yuragmarca 12-11- 2021 p7.pdf
23 nov. 2021
15834 palabras/78460 caracteres

JULIO EMILIO PEÑA FALCÓN

PRÁCTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD E...

Resumen de fuentes

20%
SIMILITUD GENERAL

1	repositorio.unheval.edu.pe INTERNET	3%
2	repositorio.unsch.edu.pe INTERNET	3%
3	repositorio.unap.edu.pe INTERNET	3%
4	repositorio.unjfsc.edu.pe INTERNET	3%
5	Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote on 2017-08-04 TRABAJOS ENTREGADOS	1%
6	repositorio.uncp.edu.pe INTERNET	1%
7	Universidad Cesar Vallejo on 2016-05-10 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
8	repositorio.usanpedro.edu.pe INTERNET	<1%
9	cybertesis.urp.edu.pe INTERNET	<1%
10	1library.co INTERNET	<1%
11	repositorio.untumbes.edu.pe INTERNET	<1%
12	repositorio.ucv.edu.pe INTERNET	<1%
13	repositorio.unh.edu.pe INTERNET	<1%
14	culturadeportiva018.blogspot.com INTERNET	<1%
15	scielosp.org INTERNET	<1%
16	repositorio.une.edu.pe INTERNET	<1%
17	alicia.concytec.gob.pe INTERNET	<1%
18	Universidad Cesar Vallejo on 2016-06-09 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
19	documents.mx INTERNET	<1%
20	Universidad Cesar Vallejo on 2016-03-19 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
21	repositorio.unfv.edu.pe INTERNET	<1%
22	Universidad Nacional del Centro del Peru on 2019-11-16 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
23	repositorio.uct.edu.pe INTERNET	<1%
24	www.dspace.unitru.edu.pe INTERNET	<1%
25	Universidad Nacional Hermilio Valdizan on 2021-11-15 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
26	cybertesis.unmsm.edu.pe INTERNET	<1%
27	idus.us.es INTERNET	<1%

28	vriunap.pe INTERNET	<1%
29	Universidad Cesar Vallejo on 2016-08-25 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
30	Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote on 2019-06-14 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
31	Universidad Cesar Vallejo on 2016-07-20 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
32	repositorio.ulvr.edu.ec INTERNET	<1%
33	worldwidescience.org INTERNET	<1%
34	www.espeleo.com INTERNET	<1%
35	www.slideserve.com INTERNET	<1%
36	Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote on 2020-11-23 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
37	Universidad Internacional de la Rioja on 2012-08-31 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
38	Universidad San Ignacio de Loyola on 2015-11-17 TRABAJOS ENTREGADOS	<1%
39	anubis.cinterfor.org.uy INTERNET	<1%
40	dspace.unl.edu.ec INTERNET	<1%
41	mriuc.bc.uc.edu.ve INTERNET	<1%
42	repositorio.utn.edu.ec INTERNET	<1%
43	repository.unilibre.edu.co INTERNET	<1%
44	www.mednet.org.uy INTERNET	<1%

Se excluyeron los depósitos de búsqueda:

Ninguno

Excluido del Informe de Similitud:

Bibliografía
Citas textuales
Coincidencias menores (8 palabras o menos)

Se excluyeron las fuentes:

Ninguno

AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TESIS ELECTRONICAS DE 2DA ESPECIALIDAD

IDENTIFICACIÓN PERSONAL (especificar los datos de los autores de la tesis)

Apellidos y Nombres: HILARIO CAMPOS PERCY

DNI:40713363 Correo Electrónica: **percyh.c.2014@gmail.com**

Teléfonos: casa_____ Celular : 910129728 Oficina_____

Apellidos y Nombres: PEÑA FALCON JULIO EMILIO

DNI: 80514292 Correo: Electrónica:**juliopf2307@hotmail.com**

Teléfonos: casa_____ Celular : 950269073 Oficina_____

Apellidos y Nombres: NARCIZO TUCTO JAIME RIDU

DNI: 23168537 Correo Electrónica: **ridu1975@hotmail.com**

Teléfonos: casa_____ Celular : 948698585 Oficina_____

1. **IDENTIFICACIÓN DE TESIS**

SEGUNDA ESPECIALIDAD
FACULTAD DE: CIENCIAS DE LA EDUCACION E.P :_____

Título Profesional Obtenido:

_____

Título De La Tesis

PRACTICA DEL ATLETISMO Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E N°32594 -YURAGMARCA

_____

_____

_____

Tipo de acceso que autoriza (n) el (los) autor (es)

Marca "x"	Categoría de acceso	Descripción del acceso
X	Público	Es público y accesible al documento de texto completo por cualquier tipo de usuario que consulta el repositorio.
	Restringido	Solo permite el acceso al registro del metadato con información básica, más no al texto completo.

Al elegir la opción "publico", a través de la presente autorizo o autorizamos teléfonos: casa de manera gratuita al Repositorio Institucional – UNHEVAL, a publicar la versión electrónica de esta tesis en el portal web **repositorio. unheval. edu.pe.** un plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita, pudiendo revisarla, imprimirla o gravarla, siempre en cuando se respete la autoridad y sea citada correctamente.

En caso haya (n) marcado la opción "restringido", por favor detallar las razones por las que eligió este tipo de acceso.

_____

_____

Asimismo, pedimos indicar el período de tiempo en que la tesis tendría el tipo de acceso restringido.

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

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

Fecha de firma: 26/11/2021

Firma del autor y/o autores

Firma del autor y/o autores

Firma del autor y/o autores