



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**(UTN)**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

**(FECYT)**

**CARRERA:**

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

**INFORME FINAL DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

**MODALIDAD:**

PRESENCIAL

**TEMA:**

“Actividades Físicas para el Desarrollo de la Motricidad Gruesa en Niños de 5 a 8 Años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra Provincia de Imbabura en el Año Lectivo 2020-2021”

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:** Licenciatura en Educación Física

**Línea de investigación:** Gestión, calidad de la educación, procesos pedagógicos e idiomas

**Autor (as):** Teneda Pandi Liliana Jazmín

Potosí Farinango Irene Gabriela

**Director:** Msc. Yandún Yalamá Segundo Vicente

Ibarra-2022



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

## BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

### AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN

#### A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

#### IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	1004420798		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	Y	Liliana Jazmín Teneda Pandi	
<b>DIRECCIÓN:</b>	Ibarra- La Florida		
<b>EMAIL:</b>	<a href="mailto:ljtenedap@utn.edu.ec">ljtenedap@utn.edu.ec</a>		
<b>TELÉFONO FIJO:</b>	62658381	<b>TELF. MOVIL</b>	0980022655

DATOS DE CONTACTO			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	1004514020		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	Y	Potosí Farinango Irene Gabriela	
<b>DIRECCIÓN:</b>	Ibarra- San Antonio -Pucahuaico		
<b>EMAIL:</b>	<a href="mailto:igpotosif@utn.edu.ec">igpotosif@utn.edu.ec</a>		
<b>TELÉFONO FIJO:</b>	6251332	<b>TELF. MOVIL</b>	0981963386

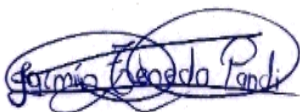
DATOS DE LA OBRA			
<b>TÍTULO:</b>	“Actividades Físicas para el Desarrollo de la Motricidad Gruesa en Niños de 5 a 8 Años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra Provincia de Imbabura en el Año Lectivo 2020-2021”		
<b>AUTOR (ES):</b>	Teneda Pandi Liliana Jazmín Potosí Farinango Irene Gabriela		
<b>FECHA: AAAAMMDD</b>	2021 – Septiembre – 08		
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO			
<b>PROGRAMA:</b>	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>PREGRADO</b>	<input type="checkbox"/> <b>POSGRADO</b>
<b>TITULO POR EL QUE OPTA:</b>	Licenciatura En Educación Física		
<b>ASESOR /DIRECTOR:</b>	Msc. Segundo Vicente Yandún Yalamá		

## CONSTANCIAS

El autor (es) manifiestan que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de esta y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra a los 21 días del mes de junio del 2022

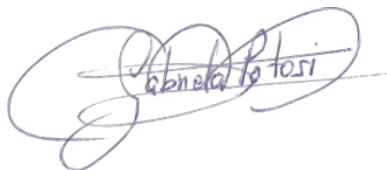
### LAS AUTORAS:



Firma:

Liliana Jazmín Teneda Pandi

CI 1004420798



Firma:

Irene Gabriela Potosí Farinango

CI 1004514020

## CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR

Ibarra, 25 de octubre del 2021

Msc. Vicente Yandún Y.

DIRECTOR DE TRABAJO DE TITULACIÓN

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final de trabajo de titulación, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología (FECYT) de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.



Msc. Vicente Yandún Y.

C.C.: 1001684685

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL**

El Tribunal Examinador del trabajo de titulación “Actividades Físicas para el Desarrollo de la Motricidad Gruesa en Niños de 5 a 8 Años de la Unidad Educativa José Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra Provincia de Imbabura en el Año Lectivo 2020-2021” elaborado por Teneda Pandi Liliana Jazmín, Potosí Farinango Irene Gabriela previo a la obtención del título de licenciatura en Educación Física, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:



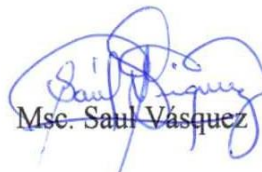
Msc. Vicente Yandún

C.C.: 100168468-5



Msc. Fabian Yépez

C.C.: 100159460-3



Msc. Saul Vásquez

C.C.: 100216503-1

## **DEDICATORIA**

Dedico mi trabajo de tesis primeramente a DIOS por a verme brindado su bendición, salud, vida y la oportunidad de estudiar, guiándome durante todo este tiempo de esfuerzo y trabajo.

A mis padres por estar siempre a mi lado cuando más los necesite, en las buenas y malas, por mostrarme su amor y apoyo infinito en cada momento, por sus palabras de orientación que me ayudaron a levantarme en todos los aspectos de la vida.

A mi hijo y esposo que siempre me demostraron su amor y comprensión formando una parte muy importante dentro de mi vida, pues siempre me acompañaron sin importar los obstáculos que se presentaron durante esta trayectoria de estudio.

A mis hermanos por ser parte de mi vida por ayudarme a seguir construyendo mi sueño y por cuidar de mi hijo en todos los momentos.

A mis tías, por brindarme su apoyo mutuo en los momentos más difíciles de mi vida, donde me demostraron su cariño, voluntad, por mí y mi hijo.

**Gabriela**

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo principalmente a Dios, Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos.

A mis padres, por estar a mi lado en las dificultades, brindarme su apoyo incondicional y compartir momentos significativos.

A mi familia porque con sus consejos y sugerencias, nunca permitieron que me desanimara, siempre estuvieron para mí, me acompañaron en todos mis sueños y metas.

A mis profesores de la universidad por compartir sus conocimientos y estar ayudándonos en todo y en especial a mi tutor pues sin él, no hubiera logrado esta tesis.

**Liliana**

## **AGRADECIMIENTO**

Mi agradecimiento infinito es a mi madre, una persona incondicional en mi vida, ya que ella es mi motor para seguir luchando cada día de mi vida, sin ella no hubiera logrado seguir mi carrera que con tanto amor y satisfacción la pude culminar.

Agradezco a mi hermana Elizabeth, quien supo cuidar de mi hijo en todos los momentos de mi trascurso de estudio, dándole amor, cariño y protección, quedare eternamente agradecida por todo su apoyo incondicional.

A mi abuelita, quien con sus sabios consejos en los momentos malos y buenos supo estar acompañándome siempre, la quiero y la valoro ya que ella es mi segunda madre.

Agradezco a la Universidad Técnica del Norte por haberme aceptado formar parte de ella y abierto las puertas de su seno científico para poder estudiar mi carrera. También

con sincero agradecimiento a todos los licenciados que me brindaron sus conocimientos y su apoyo para seguir adelante día a día.

También a mi tutor Msc. Vicente Yandún por haberme brindado la oportunidad de recurrir a sus conocimientos científicos, además por haberme tenido toda la paciencia del mundo para guiarme durante el desarrollo del trabajo de la tesis.

Mi agradecimiento también va dirigido a la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, por haber aceptado que realicemos la investigación del tema de nuestra tesis, cooperándonos y apoyándonos todo el cuerpo Educativo.

**Gabriela**

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Técnica del Norte por concederme la oportunidad de superarme y culminar con éxito mis estudios.

A la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología, a la Carrera de Educación Física.

Mi profundo agradecimiento, gratitud y estima a las autoridades, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de nuestra preparación de nuestra profesión, de manera especial al Msc. Vicente Yandún Yalamá tutor de nuestro proyecto de investigación quien, con paciencia y su rectitud como docente supo orientarnos hasta alcanzar nuestro propósito culminar con éxito nuestra carrera profesional.

**Liliana**



## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar las actividades físicas que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021 a través de una exhaustiva búsqueda bibliográfica en las más reconocidas bases de datos como Scholar Google, Scopus, Dialnet, repositorios de universidades nacionales e internacionales y se tomó en cuenta los criterios y aportes de varios autores como (Bernate, 2021), (Cárdenas, 2018), (Iraheta, 2020), (Niquen, 2021), (Osorio, Piquer, Chiva, & Capella, 2019), entre otros. Cuyos aportes sobre la actividad física y el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años fueron muy relevantes en la construcción del marco teórico. La investigación fue según su enfoque mixto estableciéndose datos numéricos y estadísticos para llegar a conclusiones y resultados, además fue bibliográfica tomando en cuenta investigaciones de igual o mayor envergadura y dar sustento al proyecto investigativo, fue descriptiva porque se detalló hechos ocurridos dentro de los objetivos planteados con carácter propositivo. Los métodos incluidos fueron; deductivo, analítico y sintético, utilizando la encuesta y observación para valorar el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en la población escogida que fueron 104 niños de 5 a 8 años de la institución antes mencionada. Los resultados arrojados fueron un escaso desarrollo de la motricidad gruesa debido a la insuficiente práctica de actividad física y un estilo de vida sedentario por múltiples factores. Por lo que se creó una propuesta alternativa en la que se detallan actividades específicas para el desarrollo de la motricidad gruesa y mejoramiento de la salud física, emocional, cognitiva, social y espiritual de los participantes tomando en cuenta las individualidades de los participantes. Finalmente se concluye que la actividad física administrada por un profesional y correctamente planificada serán los aliados en el desarrollo integral estudiantil.

**Palabras clave:** Actividad Física, Motricidad Gruesa, desarrollo motriz, niñez

## ABSTRACT

The main objective of this research was to determine the physical activities that help the development of gross motor skills in children aged 5 to 8 years of the José Miguel Leoro Vásquez Educational Unit of the parish of San Antonio de Ibarra, province of Imbabura in the school year 2020-2021 through an exhaustive bibliographic search in the most recognized databases such as Scholar Google, Scopus, Dialnet, repositories of national and international universities and the criteria and contributions of various authors such as (Bernate, 2021), (Cárdenas, 2018), (Iraheta, 2020), (Niquen, 2021), (Osorio, Piquer, Chiva, & Capella, 2019), among others. Whose contributions on physical activity and the development of gross motor skills in children from 5 to 8 years old were very relevant in the construction of the theoretical framework. The research was according to its quantitative approach, establishing numerical and statistical data to reach conclusions and results, it was also bibliographic, taking into account research of equal or greater scope and supporting the research project, it was descriptive because events that occurred within the objectives were detailed raised with a purposeful character. The methods included were; deductive, analytical and synthetic, using the interview and observation as techniques and the questionnaire and structured matrix as instruments to observe and understand the level of gross motor development in the chosen population, which were 104 children aged 5 to 8 years from the institution before mentioned. The results obtained were a poor development of gross motor skills due to insufficient practice of physical activity and a sedentary lifestyle due to multiple factors. Therefore, an alternative proposal was created in which specific activities for the development of gross motor skills and improvement of the physical, emotional, cognitive, social and spiritual health of the participants are detailed. Finally, it is concluded that physical activity administered by a professional and correctly planned will be the allies in the comprehensive development of students.

**Keywords:** Physical Activity, Gross Motor, motor development, childhood

# Índice

<b>CONSTANCIAS</b> .....	<b>ii</b>
<b>CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR</b> .....	<b>iii</b>
<b>APROBACIÓN DEL TRIBUNAL</b> .....	<b>iv</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>v</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>v</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>- 15 -</b>
Problema de Investigación.....	- 15 -
Formulación del problema.....	- 16 -
Objetivos.....	- 19 -
Objetivos Específicos .....	- 20 -
Preguntas de investigación .....	- 20 -
<b>CAPÍTULO I</b> .....	<b>- 21 -</b>
<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>- 21 -</b>
1.1 Antecedentes Investigativos .....	- 21 -
1.2 Actividad Física .....	- 22 -
1.3 Actividad Física Recreativa .....	- 26 -

1.4	Motricidad Gruesa .....	- 29 -
1.5	Etapas de desarrollo de los niños de 5 a 8 años .....	- 33 -
1.6	Movimientos de Locomoción .....	- 35 -
1.7	Marco Legal.....	- 37 -
<b>CAPÍTULO II.....</b>		<b>- 38 -</b>
<b>2.</b>	<b>METODOLOGÍA.....</b>	<b>- 38 -</b>
2.1	Tipo de Investigación .....	- 38 -
2.3.	Técnicas e Instrumentos .....	- 40 -
2.3.2	Ficha de Observación .....	- 41 -
<b>2.4.</b>	<b>Población .....</b>	<b>- 41 -</b>
<b>2.5</b>	<b>Muestra.....</b>	<b>- 41 -</b>
2.6	Matriz Diagnóstica .....	- 42 -
	Etapas de desarrollo de los niños de 5 a 8 años.....	- 42 -
<b>CAPÍTULO III .....</b>		<b>44</b>
<b>3</b>	<b>ANÁLISIS DE RESULTADOS .....</b>	<b>44_Toc105484660</b>
	Pregunta 1. ¿Tiene conocimiento sobre las actividades físicas que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa? .....	44
	Pregunta 2 ¿Considera que existen beneficios cuando se trabaja ejercicios de motricidad gruesa?.....	46
	Pregunta 3 ¿Qué estrategias de enseñanza aprendizaje emplea usted en la acción didáctica para el desarrollo de la motricidad gruesa? .....	47

Pregunta 4 ¿Tiene conocimiento de las dificultades que presentan los niños en el desarrollo de la motricidad gruesa? .....	48
Pregunta 5. Describa las actividades físicas que ha implementado para fortalecer la motricidad gruesa. ....	49
Pregunta 6 ¿Qué tipo de actividades físicas emplea en sus clases?.....	50
Pregunta 7 ¿Conoce el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años?.....	51
Pregunta 8 ¿El niño aprende mejor cuando está involucrado en la realización de actividades físicas? .....	52
Pregunta 9 ¿Cree usted que el niño necesita realizar actividades físicas específicas para el desarrollo de la motricidad gruesa?.....	53
Pregunta 10 ¿Qué actividades físicas recomienda para un mejoramiento en el desarrollo de la motricidad gruesa? .....	55
3.2 Resultados de la ficha de Observación dirigida a niños de 5 a 8 años .....	55
<b>CAPÍTULO IV.....</b>	<b>58</b>
<b>4 PROPUESTA.....</b>	<b>58</b>
4.1 Título de la Propuesta .....	58
4.2 Justificación .....	58
4.3 Fundamentación Teórica .....	59
4.4 Objetivo General.....	60
4.3.1 Objetivos específicos.....	60
4.5 Ubicación Sectorial.....	61

4.5 Desarrollo de la Propuesta.....	61
<b>Conclusiones.....</b>	<b>86</b>
Recomendaciones .....	87
<b>Bibliografía.....</b>	<b>88</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>95</b>
Anexo 1. Entrevista .....	95
Anexo 2. Ficha de Observación.....	97
Anexo 3. Matriz de Coherencia.....	99
Anexo 4. Operacionalización de Variables .....	101

## INTRODUCCIÓN

La actividad Física es un elemento esencial de la enseñanza aprendizaje en Educación Física que permite el desarrollo y perfeccionamiento de conocimientos corporales, mentales, sociales, emocionales y afectivos y psicológicos del niño. Al mismo tiempo es imperioso expandir el conocimiento sobre ello debido a la importancia que tiene en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años particularmente se tomó en cuenta a los estudiantes de la Unidad Educativa José Leoro Vásquez.

Siguiendo a Cuadro *et al.* (2021) explica que las actividades físicas son aquellas que permiten gasto energético en el individuo y ayudan al desarrollo de procesos formativos en los niños, mediante la ejecución de movimientos corporales específicos de tipo lúdico, deportivo, recreativo y actividades en la naturaleza. Mientras que la motricidad gruesa permite al niño interactuar con su entorno mediante el dominio y control de su cuerpo a través del movimiento.

Es por esta razón que en la presente investigación se observarán que actividades físicas permiten el desarrollo de la motricidad gruesa y la importancia de la aplicación de ellas en las clases de Educación Física a través de la indagación y análisis de documentos científicos que corroboren la información, contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes implicados.

### **Problema de Investigación**

Los niños de 5 a 8 años no efectúan actividades físicas que le permita desarrollar a través de ellas la motricidad gruesa, factor determinante para la mejora de las capacidades coordinativas necesarias en la práctica de los deportes. Generando movimientos descoordinados, escasa e equilibrio y ritmo que en un futuro no existirá un

buen desempeño de las capacidades motrices y sociales entre otros, en la vida cotidiana del niño y adolescente, es por este motivo que una guía dirigida a los docentes permitiría a los niños mejorar sus falencias motrices de forma efectiva.

Otro problema latente es el desconocimiento por parte de estudiantes y padres de familia de los múltiples beneficios que la actividad física regular y constante lo que desencadena en la escasa práctica de estas actividades y cuando las ejecutan lo hacen solo por obligación y no las efectúan de la mejor manera.

La desmotivación de los estudiantes es otro factor negativo en la práctica de actividades físicas que no permiten el correcto desarrollo de actividades coordinativas y habilidades motrices básicas que son la base para la efectuación de deportes a futuro, a su vez afecta a la concentración, atención del niño y esto repercute en otras materias y en el desenvolvimiento con su entorno social.

La escasa práctica de actividades físicas por el uso de la tecnología provoca en los niños problemas de salud como la obesidad y esta a su vez provoca otro tipo de enfermedades como la diabetes, problemas cardiovasculares, además problemas psicológicos como la baja autoestima, estrés, irritabilidad entre otras.

Por último, cabe mencionar que no existe una guía de actividades físicas específicas para el desarrollo de motricidad gruesa en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez que contribuya a la mejora de la salud física, deportiva, intelectual y social de niño y contribuya a su desarrollo integral.

### **Formulación del problema**

¿Cuáles son las actividades físicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia San Antonio de Ibarra de la provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?



La estructura o contenido del informe es la siguiente:

- Resumen en el que se exponen todas las ideas y forma como se efectuó la investigación
- Introducción en este apartado se explica el inicio de la investigación, el problema de investigación, formulación y la estructura del documento investigativo
- Capítulo I Marco Teórico, en el que se encuentran los antecedentes, bases teóricas y aportes científicos de varios autores de las categorías de estudio, para dar sustento a la investigación
- Capítulo II Metodología, en la que se explica la tipología de la investigación, métodos, técnica e instrumentos, población investigada
- Capítulo III Resultados y Discusión, en este apartado se encuentran los resultados arrojados de la entrevista dirigida a docentes de la institución elegida, además los resultados de la ficha de observación tomada a los niños de 5 a 8 años.
- Capítulo IV Propuesta alternativa que contiene sesiones de clase para la mejora, desarrollo y perfección de la motricidad gruesa dirigida a niños de 5 a 8 años.
- Conclusiones y recomendaciones encontradas a lo largo de la investigación para contribuir al desarrollo de investigaciones futuras

## **Justificación**

La presente investigación pretende obtener información sobre la actividad física y la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia San Antonio de Ibarra de la provincia de Imbabura debido a que por varios factores los niños no efectúan actividades físicas que permitan el desarrollo de motricidad gruesa y contribuyan a la adquisición de hábitos de vida saludable.

De acuerdo con Castaño (2021) los beneficios de la práctica regular de actividades físicas son el fortalecimiento del sistema inmunológico, permite que el niño desarrolle competencias sociales como el trabajo en equipo, disciplina, respeto, cooperación entre otros, contribuyendo a la mejora en el estilo de vida.

Entre los aportes de la actividad física en el desarrollo de la motricidad gruesa de acuerdo con lo expresado por Vela (2018) se pueden mencionar el apoderamiento de habilidades y capacidades continuas y progresivas desencadenando en el descubrimiento del propio cuerpo como instrumento en la búsqueda de acciones y funciones corporales para adquirir experiencias necesarias en la construcción del aprendizaje.

El principal beneficio de la práctica adecuada y regular de actividades físicas es la adquisición de habilidades en el proceso de aprendizaje a través de la correcta y óptima ejecución de actividades físicas lo que permitirá practicar algún deporte que llame su atención o sea de su agrado en el futuro, 104 niños de 5 a 8 años de la “Unidad Educativa Luis Leoro Vásquez” de la parroquia San Antonio de la ciudad de Ibarra fueron los beneficiarios directos y los beneficiarios indirectos fueron los docentes de Educación Física, padres de familia de los niños y las autoridades institucionales

El presente estudio es de impacto y relevancia debido a que no se ha realizado este tipo de investigaciones en niños en edades de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la Parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura.

Además, es factible por la colaboración de autoridades, docentes padres de familia y niños de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia San Antonio de Ibarra. Por otro lado, las revisiones bibliográficas y los recursos fueron oportunos favoreciendo al desempeño y calidad de la investigación garantizando efectividad y óptimos resultados.

El código de la niñez y adolescencia en Ecuador (2009) en el artículo 1 menciona que:

Art.- 1 Finalidad. - Este código dispone sobre la protección integral que el Estado, la sociedad y la familia deben garantizar a todos los niños, niñas y adolescentes que viven en el Ecuador, con el fin de lograr su desarrollo integral y el disfrute pleno de sus derechos, en un marco de libertad, dignidad, y equidad.

La línea de investigación en la que se apoyó el presente proyecto investigativo fue gestión, calidad de la educación, procesos pedagógicos e idiomas establecidos por la Universidad Técnica del Norte.

### **Objetivos**

Determinar las actividades físicas que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.

### **Objetivos Específicos**

- Identificar el tipo de actividades físicas que practican los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.
- Valorar el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en edades de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.
- Elaborar una guía de actividades que ayuden al desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.

### **Preguntas de investigación**

- ¿Qué tipo de actividades físicas practican los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?
- ¿Qué nivel de desarrollo de la motricidad gruesa existe en edades de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?
- ¿Cómo ayudaría la guía de actividades al desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?

# CAPÍTULO I

## MARCO TEÓRICO

### 1.1 Antecedentes Investigativos

La investigación de Vela (2018), en su estudio titulado “La Actividad Física en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama” cuyo objetivo fue contribuir en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de esa unidad educativa y se utilizó la investigación de campo, documental y bibliográfica que permitió determinar la necesidad y factibilidad de la propuesta para el correcto desarrollo de la motricidad gruesa. Finalmente se concluyó que la motricidad gruesa si influye en los niños de segundo año de la Unidad Educativa Joaquín Lalama en cuanto a la parte social, física, psicológica y mental a través de las actividades aplicadas al mismo tiempo se entendió que los beneficios de la motricidad gruesa son; fortalecimiento de la lateralidad, equilibrio, ritmo, orientación espacio-temporal y mejoran el desenvolvimiento en las clases de educación Física.

Siguiendo a Cárdenas (2018), en su estudio titulado “La Actividad Física y la motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de Educación Básica de la Unidad Educativa Totoras” y su objetivo fue determinar la actividad física y la motricidad gruesa de los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras y la metodología empleada fue de enfoque cuali-cuantitativo y la investigación utilizada fue de campo, documental bibliográfica, descriptiva y exploratoria aplicada a 50 estudiantes a quienes se les aplicó un pre test y post test MABC 2 y una ficha de observación para identificar el nivel de motricidad y después para comprobar si las actividades empleadas ayudaron a la mejora de esos resultados. Finalmente se llegó a la conclusión de que la actividad física ayudó a al desarrollo motriz de los niños

investigados, cambiando efectivamente la calidad de vida en la parte física, motriz, afectiva y social.

## **1.2 Actividad Física**

La actividad física en la vida diaria es indispensable para que el ser humano pueda desenvolverse a través del movimiento y gasto energético que este produce. En la Educación Física la actividad física es el mecanismo por el que el estudiante aprende y resuelve problemas de forma efectiva, dinámica y rápida.

Zapata y Ramírez (2020), mencionan que la Actividad Física es el gasto energético que produce el organismo cuando efectúa cualquier tipo de movimiento muscular y en el caso de la Educación Física son ejercicios físicos que aportan a la mejora de la salud, contrarrestan los efectos del sedentarismo y obesidad causados por la inactividad física tanto en la escuela como en el hogar.

La escasa actividad física provoca cambios drásticos en la vida de las personas como ejemplo se puede mencionar; los problemas cardiovasculares que ocurren por la escasa práctica de ejercicios físicos recreativos, así como también la diabetes que es una patología que puede causar la muerte y poco a poco daña varios órganos y sistemas del cuerpo humano.

La actividad física reduce y evita cientos de enfermedades que en la actualidad son de alto riesgo para el ser humano y son la causa de muerte más frecuente debido a los malos hábitos y la presión del trabajo y pocos espacios apropiados para la práctica de actividad física regular.

Iraheta (2020), aduce que la mayoría de niños tienden a desarrollar enfermedades de tipo coronario, cardiovascular, óseo, accidentes cerebro vasculares, daños en la autoestima lo que repercute en la formación de su personalidad, por la

insuficiente actividad física y actividades que permitan el sano esparcimiento y diversión que en edades tempranas son esenciales para la formación adecuada e integral.

Las estadísticas indican que los adolescentes ecuatorianos entre 10 y 18 años presentan un total de 34% son inactivos, un 38% practican actividad física de forma irregular y menos del 3% son activos. Esta realidad desencadena problemas de salud como la obesidad, daños en los órganos y sistemas y problemas de tipo psicológico y emocional (Rodríguez, y otros, 2020). Es pertinente y urgente que los profesionales de la salud y la actividad física, y las autoridades estatales tomen medidas para que esta realidad cambie y los ecuatorianos transformen su vida y sus hábitos para que su salud no se deteriore y su vida se vea envuelta en el apareamiento de múltiples daños a su organismo.

### ***1.2.1 Beneficios de la actividad Física***

Siguiendo a Chávez *et al.* (2018), aducen que la actividad física reduce el riesgo de padecer varias enfermedades cardiovasculares, respiratorias, diabetes, obesidad, enfermedades mentales como el Alzheimer y psicológicas y emocionales como la depresión, baja autoestima, estrés, ansiedad, entre otras, esto ocurre debido a que el gasto energético ocasionado por la Actividad Física regular y dosificada desencadena en el organismo aumento de las hormonas de la felicidad como la dopamina y serotonina al igual que la circulación de la sangre se acelera y los órganos y sistemas funcionan de forma efectiva.

Las actividades físicas permiten al ser humano interactuar en la sociedad de forma efectiva y beneficiosa cuando tiene hábitos de vida saludable como correr en las mañanas, andar en bicicleta, nadar, ir al gimnasio, salir de caminata con amigos o familiares, practicar bailoterapia y aeróbicos en algún lugar cercano a su hogar,

permiten formar lazos de amistad con personas aledañas o que disfruten de igual forma esos hábitos, al tiempo que la concentración y atención se desarrollan y esto ayuda en el estudio y el trabajo porque la solución de problemas es inmediato y positivo.

Rodríguez *et al.* (2020) manifiestan que la actividad física permite a los niños una amplia gama de cualidades y competencias como la comunicación, cooperación, liderazgo, trabajo en equipo, mejora la concentración y la memoria, además se ha comprobado que los niños que practican actividad física mejoran un desempeño escolar y muestran habilidades y funciones cognitivas.

De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (2018) los niños y adolescentes deben efectuar mínimo 60 minutos diarios de actividad física en mediana intensidad para obtener los beneficios y resultados que la práctica regular permiten tanto en su salud como en la mejora de habilidades y destrezas implícitas en los ejercicios recreativos y deportes. La sugerencia de la Organización mundial de la salud para que se creen espacios de entretenimiento y gasto energético a través de varias prácticas deportivas es monitorear y evaluar los programas que presentan los gobiernos locales y cuáles son los resultados de estos en beneficio de la población.

Las clases de Educación Física en el Ecuador deben permitir un ambiente de esparcimiento y diversión de tipo inclusivo y participativo en el que el estudiante reconoce su cuerpo y sus habilidades, además debe promover una cultura de Actividad Física, orientando su personalidad y desarrollo social, espiritual y afectivo que más tarde servirán para el correcto desenvolvimiento en la sociedad y el niño será un ente activo capaz de transformar de forma eficaz y efectiva el entorno en el que vive

(Pereira, Velasteguí, & Paz, 2020). La escuela es el espacio físico y cognitivo en el que el niño aprende herramientas para la vida, como el relacionarse, comportarse y compartir



conocimientos aprendidos. En este sentido la Educación Física es una disciplina que permite a través de sus contenidos que el ser humano adquiera estas competencias mientras se mueve, comparte y aprende experiencias relevantes.

La Educación Física es la base de la educación debido a los múltiples beneficios que esta disciplina permite en la vida del niño. En la institución educativa el estudiante conoce el entorno que será su hogar mientras transcurra sus primeros años de vida el mismo que permitirá a futuro la adquisición de herramientas para el desenvolvimiento social futuro.

Para González *et al.* (2019) la actividad física se refiere al movimiento, son acciones que implican desplazamientos del cuerpo y sus segmentos y quien administra esta operación es la mente humana y esta los encamina a cumplir objetivos planteados. En el sistema educativo ecuatoriano se incluye estas actividades en la materia de Educación Física permitiendo la inclusión de múltiples actividades que permitan el desarrollo de habilidades, destrezas y competencias en niños, niñas y adolescentes utilizando la mente de forma rápida en la toma de decisiones y resolución de problemas de forma efectiva y específica contribuyendo en la formación integral de los mismos.

Los principales beneficios de las actividades físicas recreativas en cuanto a la salud son; la adquisición de hábitos de vida saludables aumenta el sistema inmunológico, mejora la salud mental y psicológica de las personas que las efectúan. En cuanto a la parte física mejora las capacidades físicas, habilidades y destrezas. En el plano social fortalece la integración comunitaria, favorece la cultura ambiental y los valores morales.

### **1.3 Actividad Física Recreativa**

La actividad física recreativa es sinónimo de acciones motrices en las que interviene el juego el mismo que permite desarrollar habilidades y destrezas cognitivas, cinéticas, afectivas, psicomotrices, sociales y espirituales esenciales para el desarrollo integral del niño.

De acuerdo con Rodríguez *et al.* (2020) explican que las actividades físicas recreativas son aquellas acciones motrices de carácter lúdico que fortalecen en los niños conocimientos físicos, cognitivos, emocionales, psicológicos y sociales y contribuyen al desarrollo integral del ser humano, promueven el desarrollo de hábitos de vida saludable y desarrollan la inteligencia holística.

Los conocimientos que adquieren los infantes cuando efectúan actividad física regular, dosificada y establecida por un profesional del área de Educación Física o entrenamiento deportivo mejoran la concentración, atención, memoria activa, motivación debido a la segregación de hormonas como la dopamina, oxitocina, serotonina, melatonina y la activación de neuronas que permiten un trabajo cerebral rápido y eficiente.

Las actividades físico recreativas se aplican como un método para desarrollar las capacidades físicas, fortalecer la salud y eliminar los niveles de estrés ocurridos por el trabajo, estudio entre otras actividades que dan paso al sedentarismo o la poca actividad física en las personas. Se pueden efectuar de diversas maneras de forma planificada, libre y voluntaria (Jaramillo & Sotomayor, 2017).

Cuando un profesional de la actividad física organiza y planifica actividades de acuerdo con la edad, sexo, peso y gustos personales de los involucrados, el resultado

será un programa exclusivo y efectivo que contribuirá al cambio en la vida de los participantes y a la vez será permanente debido a la aceptación que tendrá.

Roa *et al.* (2019) exponen que entre las actividades recreativas dirigidas a niños en edad escolar se pueden mencionar las actividades que potencien la percepción y los movimientos posturales, las actividades que fortalecen las habilidades motrices básicas, como correr, saltar, lanzar, reptar, rolar, también se pueden incluir ejercicios de gimnasia que consiente movimientos variados y combinados de tipo lúdico que le permiten al niño reconocer su cuerpo, espacio, ritmo y tiempo.

Las actividades físicas recreativas que van dirigidas a niños deben ser planificadas y establecidas de acuerdo a sus necesidades e intereses al mismo tiempo deben contribuir la formación de habilidades, destrezas y competencias esenciales para el desenvolvimiento en la sociedad, deben estar organizadas por tiempo, complejidad y beneficios, materiales, espacios, también se deben tomar en cuenta la edad, género, preferencias individuales y colectivas de los participantes. Un programa de este tipo debe estar dirigido por un profesional que organice las actividades y que éstas sean divertidas, diversas, fáciles de realizar y variadas.

### ***1.3.1 Actividades Físicas Recreativas Recomendadas***

Las actividades más recomendables de acuerdo con Castaño (2021), son variadas y dinámicas a su vez fáciles de realizar, divertidas y creativas estas son:

- El baile o danza es una expresión del cuerpo y el alma que le permite al niño a través de los movimientos coordinados, al son del ritmo musical conocer su cuerpo y exterioriza sus sentimientos y emociones, desarrolla la memoria, mejora la elasticidad, corrige la postura, admite conocer y compartir las costumbres y tradiciones del lugar de origen.

- Actividades lúdicas que ayuden a mejorar la coordinación y el equilibrio, fuerza con el propio cuerpo, juegos de lanzamiento y recepción, juegos desplazamientos entre otros.
- Actividades de relajación y respiración para que los niños controlen y dominen sus emociones y sentimientos. Este tipo de acciones motrices son esenciales en la actualidad debido al cambio en el estilo de vida de los niños se debe prepararlos para los desafíos diarios para que los asuman de forma tranquila e inteligente.
- Circuitos de habilidades motrices básicas fundamentales para el desarrollo psicomotriz en los que se incluyen; correr, saltar, lanzar, reptar, rolar, empujar, desplazarse entre otros.
- Actividades en la naturaleza que permiten el disfrute de los paisajes y al mismo tiempo compartir con sus familiares y amigos, por otro lado, el niño se concientiza del cuidado y protección del medio ambiente y la importancia de preservar las reservas naturales.

Las principales características de las actividades recreativas de acuerdo con Sánchez (2014) son en primera instancia una herramienta esencial en la planificación del tiempo libre de manera que contribuya a mejorar la salud psicológica, física, emocional del participante y pueden ser:

- Voluntarias
- De participación activa
- Regeneradora de energía
- Permite la expresión del ser humano
- Es saludable

- Utiliza el tiempo libre de forma productiva
- Es un derecho humano
- Espontáneo y organizado
- Es parte del proceso educativo

### ***1.32 Clasificación de las Actividades Físicas Recreativas***

Seguendo a Sánchez (2014) reúnen varios requisitos imprescindibles para que sean beneficiosas para el ser humano en el campo de la salud física, psicológica y emocional y estas pueden ser:

- Actividades deportivas recreativas que incluyen todos los deportes
- Actividades al aire libre en contacto con la naturaleza
- Actividades Lúdicas como los juegos de mesa, tradicionales, videojuegos
- Actividades manuales y artísticas
- Actividades culturales
- Espectáculos artísticos, culturales, deportivos
- Visitas
- Actividades familiares, reuniones, fiestas
- Actividades audiovisuales
- Actividades de lectura
- Hobbies, pasatiempos
- Actividades de relajación

### **1.4 Motricidad Gruesa**

La motricidad gruesa es sin duda los movimientos grandes y extensos que el ser humano puede ejecutar como el caminar en el que interviene todo el aparato locomotor,

a su vez la motricidad gruesa en el niño debe ser desarrollada progresivamente sin afectar su crecimiento.

La motricidad gruesa hace referencia a todo el cuerpo cuando ejecuta acciones y movimientos que implican la utilización de grandes grupos musculares y están directamente relacionados con el dominio corporal de acuerdo con lo expresado por Osorio *et al.* (2019). En este sentido cabe recalcar la importancia del desarrollo adecuado de la motricidad gruesa en los primeros años de vida del ser humano debido a la importancia que esta adquiere en años posteriores para efectuar actividades cotidianas y simples, así como más complejas como las deportivas y artísticas.

Por otro lado, Garza Fernández citado en (Jerez, 2017) expresa que la motricidad gruesa hace referencia al control motriz de grupos musculares corporales, llevando al niño a independizarse en cuanto al desplazamiento corporal grueso que se va adquiriendo de acuerdo a la madurez del sistema nervioso.

El aprendizaje y desarrollo motriz debe ser progresivo y paulatino tomando en cuenta la edad del individuo para no afectar su aprendizaje motriz, teniendo en cuenta actividades específicas que no dañen su cuerpo y su relación con el entorno y no desencadenen en problemas más graves a futuro.

De acuerdo con Sánchez (2014) la motricidad gruesa es definida como:

El conjunto de funciones nerviosas y musculares que permiten la movilidad y coordinación de los miembros, el movimiento y la locomoción. Los movimientos se efectúan gracias a la contracción y relajación de diversos grupos musculares, para ello entran en funcionamiento los receptores sensoriales que se encuentran en la piel y los receptores propioceptores de músculos y tendones. (pág. 33)

El trabajo que demanda la motricidad gruesa inicia en el cerebro luego pasa por los receptores sensoriales situados en los músculos y la piel debido a esto es pertinente que se trabaje tomando en cuenta este particular para no afectar al funcionamiento adecuado del organismo del niño.

Siguiendo a Elles *et al.* (2021) aducen, que la motricidad tiene que ver con la dimensión del ser que le permite interactuar con la realidad mediante el control del movimiento corporal interviniendo los sistemas del cuerpo, siendo el tronco el eje estabilizador mientras se ejecutan acciones con las extremidades.

Es la habilidad del niño para mover armoniosamente los músculos del cuerpo manteniendo el equilibrio, mientras va desarrollando la fuerza, agilidad, velocidad, resistencia, flexibilidad, ritmo, acoplamiento, coordinación visopédica.

Al respecto Ochoa (2019) aduce que:

Son habilidades que el niño va adquiriendo para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo y mantener el equilibrio, agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos corporales. El ritmo de evolución varía de uno a otro, de acuerdo con la madurez del sistema nervioso, su carga genética, su temperamento básico y la estimulación ambiental donde la capacidad del cuerpo permite integrar la acción de los músculos largos, con el objetivo de realizar determinados movimientos: saltar, correr, trepar, arrastrarse y bailar. (pág.22)

Todos los elementos esenciales para el correcto desarrollo de la motricidad gruesa en el niño van a depender mucho del ambiente en el que se desenvuelva, al mismo tiempo la alimentación y la genética juegan un papel preponderante para adquirir las habilidades, destrezas, capacidades y competencias de la motricidad gruesa,

El dominio de la motricidad gruesa en los niños es esencial porque los ayuda a ganar confianza en sí mismos, mejorar y fortalecer su autoestima, exploración, descubrimiento del entorno, además resulta determinante para el fortalecimiento de la motricidad fina (Quilumbaquín, 2021). Además, la motricidad gruesa es parte del desarrollo motriz y físico cuando se observan los cambios de las proporciones corporales, desarrollo nervioso y aumento de la musculatura. Es la capacidad de ejercer movimientos de forma coordinada para alcanzar óptimas y eficaces habilidades motrices.

Los beneficios físicos, psicológicos y emocionales son inmensos cuando un niño adquiere el dominio de la motricidad gruesa porque será un ser humano socialmente productivo y verá al mundo que le rodea de forma distinta porque su desarrollo motriz y nervioso se irá perfeccionando (Niquen, 2021).

Las actividades de motricidad gruesa que se destacan en los niños de 5 a 8 años son:

- El niño corre con facilidad
- Sube y baja escaleras con facilidad
- Lanza una pelota por encima de un objeto
- Lanza y coge una pelota
- Salta con pies juntos
- Salta con un solo pie de apoyo
- Hace rebota una pelota
- Voltereta hacia adelante y hacia atrás
- Arrastrar un objeto pesado
- Golpear con un objeto
- Avanzar en una carrera de obstáculos



- Desarrollo de equilibrio estático y dinámico
- Trepár árboles
- Jugar con globos
- Saltar a través de obstáculos como charcos de agua
- Saltar la cuerda

La clasificación de la motricidad gruesa de acuerdo con Rodríguez (2019) se detalla a continuación:

- Caminar es una acción mediante la que el ser humano se desplaza de un lugar a otro conociendo y explorando el mundo, necesitando del equilibrio y la coordinación y el control de la postura para ejecutar esos movimientos de manera natural.
- Correr este desplazamiento se efectúa coordinando piernas y brazos y cuenta con una fase de vuelo en la que el individuo despega los pies del piso.
- Lanzar y atrapar estas acciones permiten entregar un objeto a alguien o debe llegar a un punto determinado. Mientras que atrapar sería tomar o coger un objeto determinado.
- Saltar es despegar las extremidades inferiores utilizando el impulso y la fuerza de todo el cuerpo.

### **1.5 Etapas de desarrollo de los niños de 5 a 8 años**

El período de desarrollo de los niños de 5 a 8 años es progresivo e individual y depende de una infinidad de factores familiares, sociales, del entorno, físicos, psicológicos que afectaran de forma directa en este proceso natural.

El desarrollo del niño es particular y depende de la genética y la herencia además depende del entorno en el que desenvuelve. Pero se conoce de forma general de acuerdo con Rodríguez (2019) una clasificación global que a continuación se presenta:

- Crecimiento y desarrollo físico en esta parte los niños deben aumentar de peso y la talla progresivamente, la alimentación y la actividad física inciden mucho en estos cambios sea de forma positiva o negativa. El cuerpo va adquiriendo desarrollo en habilidades motrices básicas.
- Desarrollo cognitivo el niño aprende acerca de la realidad mediante secuencias y repetición de actividades, comprenden los conceptos básicos del tiempo, aparece la lógica, operaciones intelectuales concretas, su memoria y atención son inestables.
- Desarrollo afectivo y social aparece la diferenciación de emociones, manifiesta independencia, empieza a distinguir la realidad de la fantasía, le gustan los juegos de simulación. Estos factores generan creatividad, confianza, afectos y capacidades de socialización.
- Desarrollo del lenguaje pueden comunicarse con las personas de forma efectiva y clara con frases sencillas, pero pueden comunicar el mensaje.
- Desarrollo sensorial y motor principalmente la percepción del propio cuerpo aparece, percepción espacial como la situación, dirección, orientación, también está la percepción temporal como el ritmo, o duración, conocimiento del entorno y desenvolvimiento en el mundo social.

## **1.6 Movimientos de Locomoción**

### **1.6.1 Patrones básicos del movimiento**

Los patrones básicos de movimiento son movimientos involuntarios que suponen la combinación de estos organizados según una disposición espacio temporal que representa la habilidad motriz. Ello se relaciona con los contenidos a partir de los patrones de locomoción, manipulación y equilibrio.

Según Alarcón *et al.* (2013) manifiestan que los patrones básicos del movimiento son una “serie de movimientos establecidos en una continuidad espacio temporal concreta”. Es el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, concatenándose distintos elementos espaciales como; ejes, planos y direcciones.

El movimiento natural de estos patrones origina alternativas para el mejoramiento de la coordinación de las destrezas que ayudaran a lo largo de diversas actividades

Lo más relevante es que deben conocer las destrezas que se tienen que desarrollar a partir de lo más general hasta llegar a lo específico, es decir llegar a la estimulación de los niños de todas las formas posibles, para que cuando sean jóvenes o adultos logren desenvolverse en distintos ámbitos deportivos debido a que simplemente requieren de una.

### **1.6.2 Patrones de locomoción:**

Los patrones de locomoción dependen de la herencia y desenvolvimiento diario del niño, estos movimientos naturales desarrollados de forma correcta permiten el perfeccionamiento motriz, necesario para la práctica deportiva y otras actividades cotidianas que se vuelven fáciles de resolver gracias a la especialización y perfección motriz.

Los movimientos de locomoción de acuerdo con Alarcón *et al.* (2013); se obtienen

se adquieren en forma mecánica porque son movimientos heredados y naturales y sobre estos se adquieren otras habilidades básicas, que con el crecimiento del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, tomando en cuenta los factores extrínsecos e intrínsecos en la especialización motriz de cada niño (pág. 28).

La locomoción se relaciona entorno al movimiento que el cuerpo humano realiza al desplazarse, a su vez cambiará la forma, estructuración y medida en función del individuo. Los elementos espaciales que se insertan en el desarrollo de estas destrezas son las direcciones, planos y ejes. (García, 2016) “Los movimientos efectuados son naturales y automáticos que cada individuo va optimizando, tanto en el crecimiento como práctica: caminar, correr, saltar, rodar y trepar” (p. 5).

Las habilidades motrices básicas son parte esencial de la locomoción, estos desplazamientos permitirán fortalecer de forma progresiva la comprensión del mundo en el niño poco a poco sabrá hacia dónde ir, como dirigirse, como moverse y direccionarse. A continuación, se detalla varias habilidades de desplazamiento:

- Caminar: Movimientos que contiene una organización compleja, con continua pérdida y ganancia de equilibrio.
- Correr: Manera precipitada y prolongación natural de caminar.
- Saltar: Articulaciones de tobillo, rodilla, y coxofemoral que son flexionadas y extendidas con el cuerpo hacia arriba y hacia al frente.
- Rodar: Desplazamiento corporal que se efectúa alrededor de su eje vertical y horizontal en una superficie.
- Trepar: Acción de escalar y bajar en donde se sujetan de manos y pies.

## **1.7 Marco Legal**

Según la ley Orgánica de Educación Intercultural (2017) Título I: de los Principios Generales:

Art 2 Principios. – La actividad educativa se desarrolla en base a los siguientes principios: Universalidad, Educación para el cambio, libertad, atención prioritaria, desarrollo de procesos, interaprendizaje, aprendizaje permanente, educación en valores, igualdad de género, comunidad de aprendizaje, participación ciudadana, corresponsabilidad, motivación, cultura de paz y solución de conflictos, flexibilidad, equidad, inclusión, calidad, calidez, integralidad, interculturalidad, accesos y permanencia, convivencia armónica, pertinencia, siendo los fundamentos filosóficos, conceptuales y constitucionales los cuales sustentan, definen y rigen las actividades educativas.

Art 3.- Fines de la Educación:

El desarrollo de la personalidad de las y los estudiantes que contribuya a lograr el conocimiento y ejercicio de sus derechos, el cumplimiento de sus obligaciones, el desarrollo de una cultura de paz entre los pueblos.

El fortalecimiento de y la potenciación de la educación para contribuir al cuidado y preservación las identidades conforme a la diversidad cultural y las particularidades metodológicas de la enseñanza desde el nivel inicial hasta el nivel superior.

La contribución al desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de las personas para garantizar la plena realización individual y la realización colectiva que permita en el marco del Buen vivir.

## **CAPÍTULO II**

### **2. METODOLOGÍA**

#### **2.1 Tipo de Investigación**

##### **Según su enfoque**

##### **2.1.1 Investigación Mixta**

El presente trabajo investigativo tuvo un enfoque mixto debido a que se trabajó de forma objetiva con datos estadísticos, precisos, fiables, medibles, observables para darle sustento a la investigación y expandir conocimientos de una realidad objetiva, mediante la aplicación de una ficha de observación a estudiantes de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia de San Antonio, cantón Ibarra, provincia de Imbabura y una entrevista dirigida a docentes de aula y de Educación Física. Así mismo se tomó en cuenta emociones y sentimientos de la población investigada.

De acuerdo con Hernández (2017) la investigación mixta unifica las investigaciones cualitativas y cuantitativas para obtener un estudio más amplio del fenómeno que se desea investigar, tomando en cuenta datos numéricos, emociones y sentimientos de la población intervenida.

##### **Según su propósito**

##### **2.1.2 Investigación Bibliográfica**

Para efectuar el presente investigativo fue esencial analizar y consultar diversas fuentes como libros, artículos científicos, documentos, folletos, bases de datos, revistas científicas, publicaciones, sitios web, archivos, que sirvieron de soporte y ampliación de

la información sobre actividad física para el desarrollo de la motricidad gruesa necesarios para profundizar y conocer distintos criterios de varios autores, teorías, conceptualizaciones y distintos enfoques (Guevara, Verdesoto, & Nelly, 2020).

### **Según su diseño**

#### **2.1.3 Investigación Descriptiva**

De acuerdo con Guevara *et. al* (2020), la investigación descriptiva se utiliza para describir e interpretar y resumir la información de manera científica en este caso acerca de la actividad física en el desarrollo de la motricidad gruesa y los resultados que esto arroja si es beneficioso o no para los niños de 5 a 8 años y que tipo de actividades pueden servir para el correcto desarrollo de la motricidad gruesa.

### **Según su propósito**

#### **2.1.4 Investigación Propositiva**

Después de conocer el problema y encontrar solución al mismo partiendo de la idea de crear una guía para la práctica de actividades físicas y contribuyendo al desarrollo de la motricidad gruesa, tomando en cuenta las individualidades y el ritmo de aprendizaje de los niños ayudando a mejorar sus capacidades, habilidades, fortaleciendo su salud, física, emocional, social, cognitiva y espiritual cambiando positivamente su calidad de vida.

## **2.2 Métodos de Investigación**

### **2.2.1 Método Deductivo**

Se utilizó en la elaboración del marco teórico abstrayendo la información específica, importante y necesaria para que los conocimientos plasmados sean los más verídicos y de tipo científico y de fácil comprensión (Sánchez, Reyes, & Mejía, 2018). A su vez en la elaboración del análisis de resultados de la entrevista, ordenando de forma

eficaz y efectiva los resultados obtenidos, además se focalizó en los temas centrales de la investigación que fueron las actividades físicas recreativas y la motricidad gruesa.

### **Método inductivo**

#### **2.2.2 Método Analítico**

Este método se utilizó en la encuesta dirigida a niños de 5 a 8 años cuando se efectuó el análisis de cada pregunta de forma específica. Luego de obtener los resultados se plasmó en el capítulo de análisis de resultados.

#### **2.2.3 Método Sintético**

Permitió la redacción de conclusiones y recomendaciones una vez obtenido los datos de la encuesta y realizado el análisis de resultados, también sirvió para resumir la macro información sobre actividad física, actividad física recreativa y motricidad gruesa.

### **2.3. Técnicas e Instrumentos**

#### **2.3.1 Entrevista**

La técnica que se utilizó en el presente trabajo de investigación fue la entrevista la misma que estuvo basada en 10 preguntas específicas que se realizó al docente de Educación Física y los docentes de aula de primero, segundo, tercero y cuarto año de básica de la Unidad Educativa "José Miguel Leoro Vásquez" con el único propósito de recoger y conocer la información referente al tema de investigación. Se utilizó con la finalidad de conocer las actividades físicas que utilizan los docentes en el desarrollo de la motricidad gruesa mediante la práctica de juegos recreativos en los niños en edades de 5 a 8 años, de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la Parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.



### 2.3.2 Ficha de Observación

Se empleó una ficha de observación para entender el nivel de desarrollo motriz que presentaron los niños de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la Parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.

### 2.4. Población

La población que colaboró en este plan de investigación se detalla en la siguiente tabla.

*Tabla 1: participantes de la investigación*

*Fuente: Unidad Educativa "José Miguel Leoro Vásquez" de la ciudad de Ibarra*

<b>Institución</b>	<b>Paralelo</b>	<b>Niños y Niñas</b>	<b>Docentes</b>
José Miguel Leoro Vásquez	Paralelo A	35	1
	Paralelo B	35	1
	Paralelo A	33	1
			1
		103	4
<b>TOTAL</b>			107

*Fuente: Unidad Educativa "José Miguel Leoro Vásquez" de la ciudad de Ibarra*

### 2.5 Muestra

Se trabajó con el 100% de la población para la obtención de los resultados. No se aplicó la fórmula debido a que la población es inferior a 200 individuos.

## 2.6 Matriz Diagnóstica

Tabla 2: Matriz Diagnóstica

<b>Objetivos de Diagnóstico</b>	<b>Variables</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Técnicas</b>	<b>Fuentes de Información</b>
Determinar	Actividades Físicas recreativas	Definición de Actividad Física Beneficios de la actividad física Actividades Físicas recreativas Actividades Físicas	Entrevista	Docente de Educación Física Y Docentes de aula de la Unidad Educativa José Miguel Leoro
Identificar	Motricidad Gruesa	Definición de Motricidad Gruesa Etapas de desarrollo de los niños de 5 a 8 años Movimientos de Locomoción Patrones Básicos del movimiento	Ficha de observación	Estudiantes de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez
Valorar				

---

Patrones de

locomoción

---

Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene

## CAPÍTULO III

### 3 ANÁLISIS DE RESULTADOS

**3.1 Resultados de la entrevista dirigida a 4 docentes de aula y 1 docente de Educación Física de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura para conocer el nivel de conocimiento del desarrollo de la Motricidad Gruesa en niños de 5 años a 8 años y la frecuencia de la práctica de Actividades Físicas Recreativas.**

La misma consta de 10 preguntas en las que se pide al docente entrevistado indicar si conoce sobre las actividades físicas que ayudan o contribuyen al desarrollo de la motricidad gruesa, que tipo de actividades físicas son recomendables para el desarrollo de la misma, que estrategias utiliza para que esto se cumpla y que nivel de desarrollo motriz presentan los niños de 5 a 8 años. Tomando en cuenta la información estructurada en el marco teórico sobre la motricidad gruesa, actividad física y Educación Física, a su vez el instrumento de investigación plasmado en el presente documento está validado por un experto.

**Pregunta 1. ¿Tiene conocimiento sobre las actividades físicas que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa?**

R1. Si tengo conocimiento sobre las actividades que deben efectuar los niños pueden ser; caminar, correr, saltar, lanzar entre otras.

R2. Si, para que los estudiantes desarrollen la motricidad gruesa es necesario que realicen ejercicios específicos que incluyan grandes grupos musculares como caminar, correr, saltar, lanzar y recoger utilizando extremidades superiores inferiores o ejercicios combinados.

R3. Si se pueden efectuar actividades de coordinación y expresión lúdica

R4. Si las actividades que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa pueden ser correr, saltar caminar utilizando el material adecuado

R5. Si las actividades más recomendadas son las que disfruten los niños por ejemplo juegos y rondas donde puedan realizar saltos, carreras y trabajo en equipo

### **Análisis**

La información obtenida es clara y los docentes saben a ciencia cierta que ejercicios benefician a los niños de 5 a 8 años a desarrollar la motricidad gruesa en todas las respuestas incluyen ejercicios que implican la ejecución de habilidades motrices básicas, estas actividades no solo pueden efectuarse de forma aislada sino que se pueden combinar permitiendo que los circuitos de habilidades motrices básicas sean los protagonistas en las clases de Educación Física sin dejar a un lado los juegos y las rondas que les gusta mucho a los niños que al momento que juegan, disfrutan y aprenden.

Alarcón *et.al* (2013), en su estudio titulado “Estrategias para mejorar los patrones básicos de movimiento: lanzar, atrapar, marchar y saltar en el que el resultado de su investigación arrojó que al estudiante seleccionado no podía efectuar este tipo de ejercicios básicos, comparando con la investigación presentada es sumamente similar el resultado debido a que los niños presentan dificultad en la realización de estos movimientos básicos, a pesar de que los docentes están en pleno conocimiento la situación actual a limitado el trabajo de desarrollo motriz encaminado a solucionar los problemas de movimiento que presentan los niños de la institución educativa.

**Pregunta 2 ¿Considera que existen beneficios cuando se trabaja ejercicios de motricidad gruesa?**

R1. Los beneficios al trabajar la motricidad gruesa son muchos por eso es importante trabajar este tipo de motricidad en edades tempranas porque ayuda al niño a fortalecer el equilibrio, coordinación y habilidades motrices básicas.

R2. Existen beneficios a nivel cognitivo mejorando la memoria, concentración, atención, en cuanto a la parte física ayuda a mejorar el equilibrio, coordinación, agilidad y velocidad de reacción.

R3. Si ayudan al desarrollo motriz

R4. Si ayudan al desarrollo cognitivo, motriz y afectivo del niño si se trabaja desde edades tempranas.

R5. Los beneficios que se obtienen gracias al desarrollo de la motricidad gruesa son muchos por ejemplo el niño a futuro podrá efectuar actividades deportivas específicas de cualquier deporte de forma rápida, eficaz y efectiva.

**Análisis**

La mayoría de entrevistados están de acuerdo en los múltiples beneficios del desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años, los docentes están conscientes de los beneficios inmediatos que trae consigo la motricidad gruesa además es evidente que las ventajas en cuanto al desarrollo y práctica de cualquier deporte saltan a la vista si se mantiene este tipo de prácticas recreativas y físicas.

Siguiendo a Criollo (2018), en su estudio titulado "La influencia de la motricidad gruesa en el desarrollo de la expresión corporal en niños de 4 años de la Unidad Educativa Paúl Rivet en el año lectivo 2017-2018 cuyo objetivo fue determinar la influencia de la

motricidad gruesa en el desarrollo de la expresión corporal en niños de 4 años, realizando una consulta bibliográfica en documentos científicos de gran relevancia, en los que se identificó los múltiples beneficios que conlleva la motricidad gruesa. Se utilizó una ficha de observación, entrevista y encuesta como instrumentos de investigación. Con los datos recopilados se procedió a crear una propuesta que permitirá a los niños desarrollar la motricidad gruesa desde edades tempranas, concluyendo así que el documento investigativo contribuirá a la formación integral de los infantes. Esta investigación persigue objetivos parecidos a la de la presente investigación, además se reconocen los múltiples beneficios de la motricidad gruesa y como ella aporta al desarrollo integral de los seres humanos si se la aplica desde los primeros años de vida.

**Pregunta 3 ¿Qué estrategias de enseñanza aprendizaje emplea usted en la acción didáctica para el desarrollo de la motricidad gruesa?**

R1. Las estrategias que utilizó son: mando directo, asignación de tareas, trabajo en grupo.

R2. Las estrategias que me han dado resultado son los juegos y actividades lúdicas y los circuitos motrices.

R3. Movimientos corporales; caminar, marchar, correr, saltar, subir gradas.

R4. Estrategias de juego, botar el balón, ejercicios de equilibrio

R5. Lanzamientos, ejercicios de empuje y agarre, conducción de balón, juegos y rondas infantiles.

**Análisis**

La mayoría de los entrevistados coinciden en las estrategias de enseñanza aprendizaje siendo las actividades lúdicas las protagonistas del desarrollo. Siguiendo a

Bernate (2021) en su estudio titulado Educación Física y su desarrollo integral de la motricidad gruesa en su estudio que incluyó una revisión bibliográfica, los resultados fueron que la Educación Física contribuye a la formación integral de los niños y niñas en tanto que se tome en cuenta la lúdica como herramienta para el desarrollo motriz del infante. En tanto que en el presente trabajo investigativo se menciona en varias partes específicas la importancia de esta materia para el desarrollo holístico del ser humano.

De acuerdo con Proaño y Guamunshi (2016), en su estudio titulado “el juego como estrategia didáctica en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 4 a 5 años” cuyo objetivo fue determinar el juego como estrategia didáctica en el desarrollo de la motricidad gruesa dirigida a niños de 4 a 5 años. La metodología utilizada fue la observación a los infantes y los resultados establecieron la siguiente conclusión: existe la necesidad urgente de efectuar actividades lúdicas como estrategia de enseñanza aprendizaje para que los niños aprendan de forma fácil y divertida y desarrollen la motricidad gruesa de forma efectiva y dinámica.

**Pregunta 4 ¿Tiene conocimiento de las dificultades que presentan los niños en el desarrollo de la motricidad gruesa?**

R1. Es evidente cuando el niño no ha realizado ejercicios de motricidad debido a que presentan dificultad cuando corren, caminan, saltan, lanzan y atrapan.

R2. Presentan falta de coordinación y su esquema corporal es débil en relación a otros niños que si realizan ejercicios de coordinación.

R3. Si debido a que no realizan ejercicios de motricidad desde edades tempranas.

R4. Presentan problemas al momento de realizar ejercicios de coordinación, equilibrio, entre otros



R5. Las dificultades de coordinación, desplazamiento, concentración son las más evidentes en niños con poco desarrollo motor grueso.

### **Análisis**

Las respuestas son parecidas y la mayoría de los entrevistados coinciden en las dificultades que presentan los niños cuando no realizan actividades físicas específicas que contribuyan al desarrollo de la motricidad gruesa en ámbitos como el físico, motriz, cognitivo, social, psicológico y emocional perjudicando al desarrollo integral del ser humano que a futuro no tendrá un desenvolvimiento efectivo en la sociedad.

Los niños que tienen problemas de coordinación por lo general sufren frecuentemente caídas, problemas para sujetar objetos, son lentos para caminar, reaccionar algún estímulo, este trastorno es conocido como trastorno del desarrollo de la coordinación o dispraxia según lo explicado por Miller (2021), estos problemas no permiten que el infante se desenvuelva de forma normal en su entorno y en la vida escolar estos problemas motrices desencadenan en otros problemas de tipo emocional, psicológico, cognitivo y social que si no se corrigen de forma adecuada complicarán su vida futura.

### **Pregunta 5. Describa las actividades físicas que ha implementado para fortalecer la motricidad gruesa.**

R1. Para fortalecer la motricidad gruesa en los estudiantes se realiza circuitos de habilidades motrices básicas como son; correr, saltar, lanzar, atrapar, saltar con pie izquierdo y pie derecho.

R2. Ejecución de circuitos neuromotores, como correr a diferentes ritmos y práctica de nociones básicas como atrapar pelotas.

R3. Correr, caminar a través de obstáculos, saltar, lanzar, correr, gatear, reptar

R4. Baile, juegos, actividades lúdicas que incluyan fondo musical, movimientos corporales amplios

R5. Insertar una pelota, subir y bajar gradas, saltar en un solo pie, boteo, conducción.

### **Análisis**

Es evidente que las actividades que planifican los docentes entrevistados son similares debido a que las investigaciones y artículos, además en el currículo vigente de Educación Física expone las actividades que se deben efectuar en niños de 5 a 8 años, las mismas que son esenciales para el desarrollo de la motricidad gruesa.

Para el centro pediátrico San Francisco (2020), las actividades esenciales para el desarrollo de la motricidad gruesa que los niños deben efectuar son las siguientes:

Caminar, correr, saltar, saltar a través de obstáculos, ejecutar actividades deportivas, girar, reptar, lanzar objetos, recoger objetos, empujar objetos.

Ejercicios motrices que están incluidos en la presente investigación de acuerdo a los criterios de varios autores y varios documentos científicos avalados por las ciencias médicas y deportivas.

### **Pregunta 6 ¿Qué tipo de actividades físicas emplea en sus clases?**

R1. Carreras de ida y vuelta, carreras con obstáculos, lanzamientos de objetos de distintas formas y tamaños y recepción de las mismas.

R2. Actividades deportivas en espacios libres, lanzamiento de objetos a diferentes puntos.

R3. Movimientos corporales mediante indicaciones dirigidas

R4. Caminatas, juegos, carreras

R5. Ejercicios de coordinación visomotriz, circuitos de habilidades, juegos recreativos

### **Análisis**

La respuesta de la mayoría de los participantes de la entrevista fue que realizan actividades lúdicas que incluyen carreras, caminatas, circuitos, lanzamientos y diversidad de actividades motrices que benefician a los niños y permiten el desarrollo de la motricidad gruesa

Cárdenas (2018), indica que las actividades más recomendables en la clase de Educación Física, para niños de 3 años en adelante son las recreativas y de carácter lúdico, fáciles y que permitan la diversión responsable de los infantes mientras desarrollan habilidades y destrezas motrices que en un futuro servirán para que se desenvuelvan en el ámbito escolar, deportivo y social de forma correcta. Este criterio coincide positivamente con las respuestas de los docentes y el criterio de las autoras.

### **Pregunta 7 ¿Conoce el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años?**

R1. En esta etapa el desarrollo es importante y el nivel es significativo de todas las etapas del niño.

R2. El nivel de desarrollo en esas edades debe ser progresivamente elevado para que a partir de los 9 años el niño pueda iniciar con la práctica de habilidades deportivas específicas

R3. Si es importante para que el niño vaya aumentando la facilidad de ejecución de movimientos específicos de la motricidad gruesa

R4. Si pero es muy básico en los niños de la institución educativa

R5. El nivel de desarrollo motriz en los niños de la institución es muy bajo en comparación a otros niños de diferentes instituciones.

### **Análisis**

Los entrevistados saben que el nivel de desarrollo motriz debe ser elevado en las edades de 5 a 8 años para mejorar la motricidad gruesa, pero al mismo tiempo son conscientes de que en la institución educativa donde laboran los niños no se encuentran en el nivel que deberían estar.

El nivel de desarrollo motriz en niños de 5 a 8 años debe ser dominante debido a que en edades tempranas se inicia con las actividades específicas para el aumento de la motricidad gruesa según lo explica Jerez (2017), en su estudio investigativo el mismo que a comparación del presente apartado no existe en los niños por diversos motivos, el más común es por la educación virtual ocasionada por la pandemia del COVID 19 que atraviesa la humanidad desde el 2020 lo que desencadena en sedentarismo y otros factores negativos que no permiten el avance de las actividades programadas en favor del movimiento corporal grueso.

### **Pregunta 8 ¿El niño aprende mejor cuando está involucrado en la realización de actividades físicas?**

R1. Si porque los niños aprenden mientras juegan y realizan actividades físicas recreativas

R2. Muy de acuerdo porque el niño mediante el movimiento y el juego aprende mucho

R3. El niño aprende haciendo mediante la experiencia

R4. Si debido a que los niños están en constante movimiento

R5. Cuando el niño participa en este tipo de actividades se involucra se concentra se motiva y aprende de forma rápida y divertida.

### **Análisis**

La mayoría de los entrevistados mencionan que los niños mientras se sienten involucrados en actividades físicas recreativas se motivan y su concentración y motivación aumentan porque adoran el movimiento lúdico, además comparten sus saberes con sus pares y el aprendizaje grupal también se manifiesta gracias a estas actividades que permiten el desenvolvimiento físico, cognitivo y emocional del infante.

El aprendizaje se facilita cuando el niño se siente motivado y cuando se involucra en actividades físicas recreativas se convierte en una persona alegre con ganas de conocer todo lo que el docente le explique según el criterio de Bernate (2021).

Este criterio concuerda con la presente investigación y con el pensamiento de los docentes de la institución educativa que es parte del trabajo investigativo quienes conocen de los aportes e influencia de la Educación Física en las otras materias.

### **Pregunta 9 ¿Cree usted que el niño necesita realizar actividades físicas específicas para el desarrollo de la motricidad gruesa?**

R1. Si porque el desarrollo de la motricidad gruesa es importante para años posteriores

R2. Es necesario realizar actividades específicas para el óptimo desarrollo de la motricidad gruesa

R3. Si la mayoría del tiempo

R4. Si para evitar problemas motrices a futuro

R5. Las actividades físicas específicas deben incluir circuitos de habilidades motrices básicas porque estos son los mejores ejercicios científicamente comprobados para el desarrollo de la motricidad gruesa.

### **Análisis**

En la pregunta 9 se investigó si el niño debe efectuar actividades físicas específicas para el desarrollo de la motricidad gruesa y todos los entrevistados están de acuerdo que es esencial que se practiquen actividades específicas que permitan el correcto desarrollo de la motricidad gruesa sin afectar a la salud, física, emocional y cognitiva del niño, porque existen actividades que no se deben efectuar a esas edades como son los ejercicios de técnica de algún deporte específico.

Las actividades específicas permiten al ser humano el correcto desarrollo de la motricidad gruesa, porque son ejercicios de resistencia, flexibilidad, coordinación visomotriz, equilibrio estático, dinámico que son de gran ayuda para la perfección de habilidades y destrezas deportivas explica Niquen (2021) en su estudio titulado “Programa de juegos motores para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 años de edad”. En el presente trabajo investigativo se explica detalladamente que actividades específicas son las adecuadas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños y a su vez en la propuesta alternativa hay una variedad de juegos y ejercicios que fortalecen esta motricidad.

**Pregunta 10 ¿Qué actividades físicas recomienda para un mejoramiento en el desarrollo de la motricidad gruesa?**

R1. Juegos de correr, lanzar, atrapar, reptar, gatear, empujar, halar

R2. Actividades lúdicas enfocadas en el desarrollo de la motricidad gruesa

R3. Juegos recreativos, rondas infantiles

R4. Ejercicios de lateralidad, direccionalidad, ritmo, actividades tempo espaciales

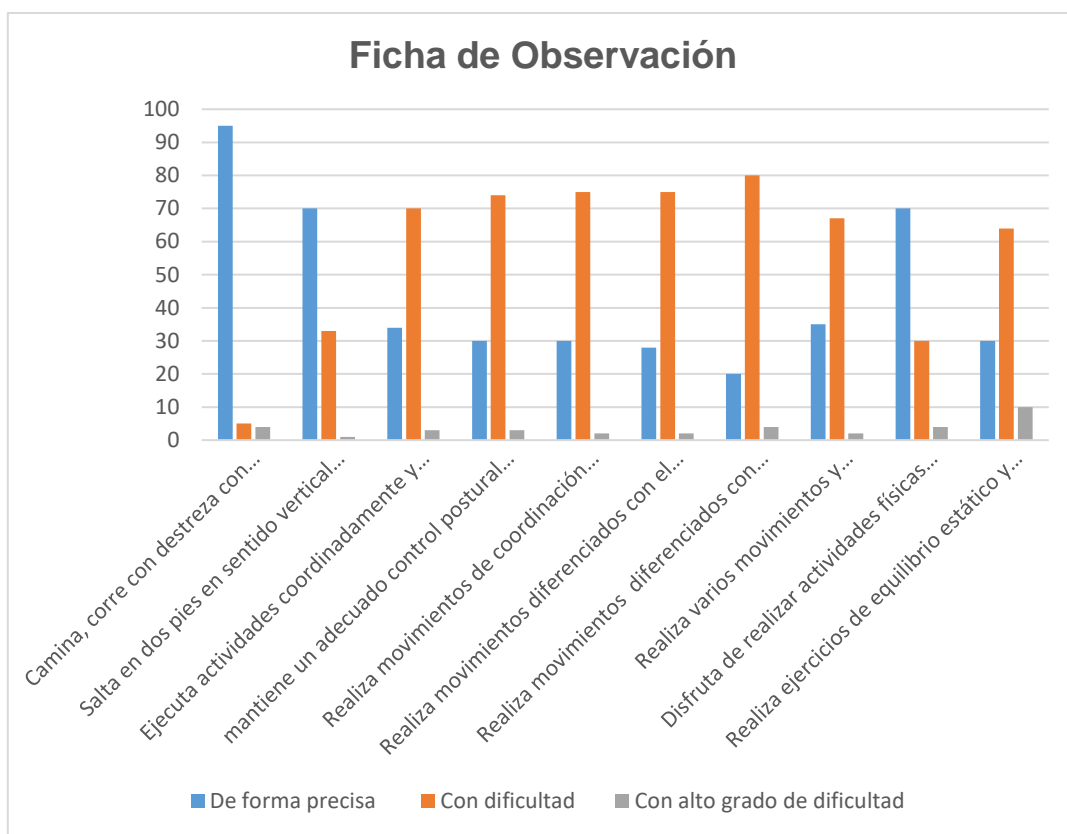
R5. Roles, marcha, saltos, utilizar la cuerda, desplazamientos con tiempo

**Análisis**

Toda la población entrevistada explica que se pueden realizar muchas actividades que impliquen el uso de la lateralidad, ritmo, actividades lúdicas, y habilidades motrices básicas, como correr, saltar, lanzar, reptar, rolar, empujar, halar, recoger, las mismas que son las más indicadas para el desarrollo de la motricidad gruesa según lo expresado por Castaño (2021) quien explica que las actividades físicas recreativas en edades tempranas son una herramienta de desarrollo motriz debido a la facilidad de su ejecución y sus múltiples beneficios a futuro de quienes lo ejecutan.

**3.2 Resultados de la ficha de Observación dirigida a niños de 5 a 8 años**

*Gráfico No 1: Resultados de la ficha de observación*



*Fuente: Ficha de observación*

### **Análisis**

En los resultados de la ficha de observación aplicada a niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa “José Miguel Leoro Vásquez, se muestra que la mayoría de participantes no tienen un buen nivel desarrollo motriz grueso por la tanto es necesario que se trabaje de forma particular n actividades específicas que permitan el avance en cuanto a la motricidad gruesa, que es esencial para el correcto progreso de la misma y a futuro los niños cuenten con todos los beneficios que la motricidad gruesa les brinda.

Los niños presentan poca dificultad en el caminar y correr con destreza y seguridad manteniendo el equilibrio a diferentes ritmos distancias y orientaciones. En cuanto a la realización de saltos en dos pies en sentido vertical obstáculos de 20 a 35 centímetros



Salta en dos pies en sentido vertical obstáculos de 20 a 35 cm un porcentaje menos elevado presentan problemas, en cuanto a la ejecución de actividades de forma coordinada y con control de la fuerza la mayoría presenta dificultad, siguiendo esta línea los participantes practican ejercicios de equilibrio estático y dinámico controlando los movimientos de las partes gruesas del cuerpo la mayoría presentan dificultad. Los participantes casi en su totalidad no mantienen un adecuado control postural en distintas posiciones del cuerpo y mientras se desplazan, los infantes ejecutan actividades de coordinación visomotriz con niveles de dificultad con ciertos problemas para realizarlas, a su vez la ejecución con movimientos diferenciados con el lado derecho e izquierdo también mantienen cierta dificultad en su mayoría con el lado izquierdo porque el lado dominante es el derecho. Una pequeña parte de la población ejecuta varios movimientos y desplazamientos combinando diferentes velocidades y duración. Por último, solo una pequeña parte de la población no disfruta de realizar actividades físicas recreativas como jugar, pasear, nadar, entre otras.

De acuerdo con Sailema y Chicaiza (2021), en su estudio sobre la motricidad gruesa y la actividad lúdica indican la importancia del bienestar físico mental y social que potencian las actividades lúdicas en el desarrollo de la motricidad gruesa y los ejercicios específicos para mejorar el equilibrio, coordinación, acoplamiento, ritmo, lateralidad, y habilidades motrices básicas.

## **CAPÍTULO IV**

### **4 PROPUESTA**

#### **4.1 Título de la Propuesta**

Guía de actividades físicas dirigidas al desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura.

#### **4.2 Justificación**

La presente propuesta alternativa nace gracias a los resultados de la investigación efectuada, en la que se encuentran falencias en el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años, importante para la formación y desarrollo de habilidades y destrezas que permiten al niño ser efectivo en la resolución de problemas motrices al mismo tiempo se vuelven efectivos y precisos sus movimientos facilitando la ejecución de actividades cotidianas, finalmente contribuye al desarrollo integral de los estudiantes que participan de los beneficios cognitivos, motrices, psicológicos, sociales, emocionales, afectivos y espirituales de la propuesta alternativa que se detalla en el presente documento.

Otro beneficio del presente documento es el apoyo pedagógico que brinda a los docentes de Educación Física y a los docentes de aula debido a sus contenidos fáciles de aplicar y la explicación de los mismos que permitirán aplicar de forma divertida y dinámica las actividades propuestas y los estudiantes aprenderán mientras pasan un momento de alegría y diversión.

La aplicación de la guía alternativa permitirá a los niños mejorar sus capacidades coordinativas especiales como equilibrio, acoplamiento, reacción, y orientación, capacidades físicas básicas como la resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza de manera

progresiva sin afectar el desarrollo natural del niño, mejoran la estructuración espacio temporal, agilidad.

La presente guía será de gran ayuda tanto para docentes como para niños en el aspecto pedagógico porque los beneficios mentales son otro aspecto positivo como el desarrollo de la concentración, atención, respeto por las reglas establecidas mecanismos esenciales para el desarrollo del proceso enseñanza aprendizaje diario.

### **4.3 Fundamentación Teórica**

Las actividades que incluyen juegos y rondas son divertidas y adecuadas para el niño debido a la motivación y alegría que en ellos causa, esto produce atención, interés y el aprendizaje se vuelve más fácil de asimilar y la significancia es evidente en el proceso educativo, el docente encuentra en el juego una estrategia pedagógica adecuada para el cumplimiento de los objetivos planteados, en este caso la mejora y perfeccionamiento de la motricidad gruesa. Elles *et. al* (2021) en su investigación titulada Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en niños futbolistas de 8 a 10 años menciona que las actividades lúdicas son el mejor medio para efectuar procesos formativos en infantes este mecanismo permite resolver problemas rápidos y hacer actividades de coordinación o equilibrio de forma eficaz y efectiva de forma veloz. Los resultados de la investigación fueron que los niños después de efectuar las actividades físicas planificadas mejoraron su desarrollo motriz y la tendencia a la excelencia fue notoria, pero de forma gradual.

La Educación Física es la disciplina que se encarga de la enseñanza mediante el movimiento corporal, utilizando diversos recursos didácticos, como la lúdica, los deportes colectivos, individuales, danza, teatro, actividades en la naturaleza entre otros.

Siguiendo a Bernate (2021) en su estudio titulado Educación Física y su desarrollo integral de la motricidad gruesa, incluyó una revisión bibliográfica, los resultados fueron

que la Educación Física contribuye a la formación integral de los niños y niñas en tanto que se tome en cuenta la lúdica como herramienta para el desarrollo motriz del infante. En tanto que en el presente trabajo investigativo se menciona en varias partes específicas la importancia de esta materia para el desarrollo holístico del ser humano.

La salud física, mental, emocional y psicológica del niño está condicionada por la forma de vida que mantenga, si cultiva hábitos que beneficien y contribuyan a solventar y mantener su cuerpo y mente sanas, a través de la práctica de actividades físicas, una dieta balanceada, meditación y control de sus emociones y sentimientos contribuirá a mantener un estilo de vida saludable y prolongará sus años en la tierra.

La Organización Panamericana de la Salud (2018) recomienda efectuar diversas actividades físicas de tipo recreativas, deportivas, en familia en niños de 5 a 17 años, ya sean en la escuela o en la casa con el objetivo de mejorar la salud física, emocional, psicológica de este grupo etario. Al mismo tiempo explica que las personas de ese rango de edad deben ejecutar las actividades mencionadas en un período de 60 minutos diarios en intensidad moderada de tipo aeróbica si olvidar las actividades fuerza, velocidad y flexibilidad al menos 3 veces por semana.

#### **4.4 Objetivo General**

Desarrollar una guía de actividades físicas dirigidas al desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura.

##### **4.3.1 Objetivos específicos**

- Mejorar la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años, mediante actividades físicas recreativas para fortalecer su coordinación dinámica general.
- Dotar de una guía didáctica de actividades físicas recreativas para que los docentes

desarrollen en los educandos su motricidad gruesa.

- Socializar la guía didáctica de actividades físicas recreativas para mejorar la motricidad gruesa, dirigida a autoridades, docentes, padres de familia.

#### 4.5 Ubicación Sectorial

País: Ecuador

Provincia: Imbabura

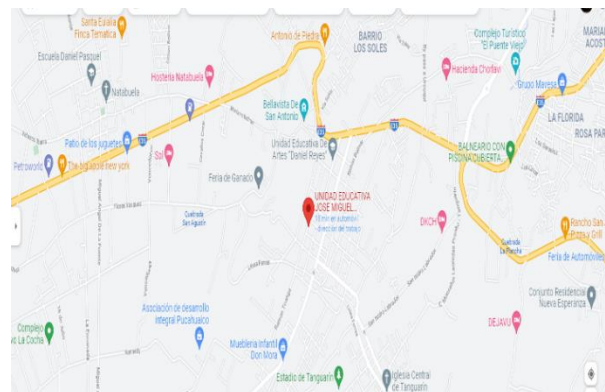
Cantón: Ibarra

Parroquia: San Antonio

Beneficiarios: Docentes de Educación Física, Docentes de aula, estudiantes de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez.



*Fuente: fotografía de la institución educativa*



*Fuente: ubicación de la unidad educativa*

#### 4.5 Desarrollo de la Propuesta

El presente documento pedagógico servirá de apoyo a los docentes de Educación Física, tomando en cuenta la importancia del correcto desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años, desarrollo que les permitirá efectuar actividades deportivas y recreativas de forma eficiente, rápida y eficaz.

Los niños de 5 a 8 años que participen de las actividades físicas propuestas en la presente guía serán niños con un desarrollo motriz, cognitivo, afectivo y social muy elevado al mismo tiempo contribuirá con el desarrollo integral de los mismos

En este sentido se vio la necesidad de dividir la guía en 3 unidades que a continuación se detallan:

Unidad I Desarrollo de la motricidad gruesa (Habilidades motrices básicas)

Unidad II Juegos Lúdicos de coordinación orientación y equilibrio

Unidad III Actividades en la Naturaleza.



## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología**

**Carrera: Licenciatura en Educación Física**

**Guía de actividades físicas dirigidas al desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura**



**Autoras:** Liliana Teneda, Irene Potosí

**Tutor:** Msc. Vicente Yandún

**Ibarra-2021**

**UNIDAD I**


**DESARROLLO DE LA**

**MOTRICIDAD GRUESA**


**(HABILIDADES**

**MOTRICES BÁSICAS)**




<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 1
<b>Tema:</b>	Desarrollo de la habilidad motriz de la Carrera
<b>Objetivo:</b>	Practicar la habilidad motriz de la carrera mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Trotar, marchar, correr en su propio terreno</p> <p>Calentamiento Específico  Correr a diferentes ritmos</p>
	<p><b>Parte Principal (20´)</b>  Los niños deberán elegir a su animal favorito y correr como él (ejemplo correr como caballito, correr como perrito, correr como ovejita), además deberán imitar el sonido del animal elegido  Variante: los niños deberán elegir una pareja e imitarán la carrera del animal elegido por su compañero.</p>
	<p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</p>


Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 2
<b>Tema:</b>	Desarrollo de la habilidad motriz de la carrera con obstáculos
<b>Objetivo:</b>	Practicar la habilidad motriz de la carrera con obstáculos mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, conos, botellas o cajas
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Movimiento articular  Calentamiento Específico  Juego la cadena: los estudiantes se ubican en grupo mientras 2 niños se toman de la mano y proceden atraparlos</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Ubicar los obstáculos en una columna separados entre sí más o menos a una distancia de un metro los niños deberán correr a través de ellos  Variante: los estudiantes correrán a través de los obstáculos y regresarán saltando sobre los obstáculos.</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</p>


Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 3
<b>Tema:</b>	Practica de ejercicios combinados referentes a la carrera con y sin obstáculos
<b>Objetivo:</b>	Practicar la habilidad motriz de la carrera con y sin obstáculos mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, conos, botellas o cajas
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Caminata rápida imitando a Jefferson Pérez  Calentamiento Específico  Juego las congeladas: los estudiantes forman un grupo y un estudiante los atrapa tocándoles cualquier parte del cuerpo y los otros estudiantes podrán salvarle saltado sobre él.</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Correr en parejas alrededor de los obstáculos, correr individualmente, correr en grupos de 3 tomados de la mano.  Variante: los estudiantes correrán a través de los obstáculos y regresarán saltando sobre los obstáculos, en parejas, individualmente.</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p>The photograph shows two young students in school uniforms running an obstacle course on a paved area. One student is jumping over a low wooden hurdle, while the other is running alongside. In the background, there is a brick wall and some trees. A yellow cone and a wooden block are visible on the ground.</p> <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</i></p>


*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 4
<b>Tema:</b>	Ejecución de la habilidad motriz del salto con pies juntos
<b>Objetivo:</b>	Ejecutar la habilidad motriz del salto con pies juntos mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Estiramientos activos con implemento (pelota, ula, botella)  Calentamiento Específico  Saltar libremente por el lugar</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Saltar con pies juntos imitando a los sapitos  Saltar con pies juntos imitando a los canguros  Variante: saltar libremente por el lugar</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L. V</i></p>


*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 5
<b>Tema:</b>	Mejora de la habilidad motriz del salto con pie derecho y pie izquierdo
<b>Objetivo:</b>	Mejorar la habilidad motriz del salto con pie derecho y pie izquierdo mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Juego el rey manda (correr, caminar, gatear, sentarse)  Calentamiento Específico  Saltar libremente por el lugar con pies juntos</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Saltar con pie derecho  Saltar con pie izquierdo  Variante: saltar con pie derecho y pie izquierdo alternando</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M..L.V</i></p>


*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 6
<b>Tema:</b>	Desarrollo motriz del salto combinado
<b>Objetivo:</b>	Practicar la habilidad motriz del salto con pie derecho y pie izquierdo y pies juntos a través de los obstáculos, mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, conos, botellas, cajas
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Skipping juntando y separando piernas  Calentamiento Específico  Saltar y correr libremente</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Saltar con pies juntos sobre obstáculos  Saltar alternando pie derecho y pie izquierdo sobre obstáculos  Variante: Saltar con pies juntos sobre obstáculos y correr velocidad  Saltar con un solo pie y correr velocidad</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</i></p>

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*


<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 7
<b>Tema:</b>	Mejora de la habilidad motriz del lanzamiento con mano derecha
<b>Objetivo:</b>	Practicar la habilidad motriz del lanzamiento con mano derecha, mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, pelotas de papel o de tenis
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Estiramientos activos  Calentamiento Especifico  Juego las carretillas; los estudiantes forman parejas y alternan el ser carretillas tomando de los pies al compañero y desplazándose de un lugar a otro</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Lanzar con mano derecha una pelotita hacia un punto establecido  Lanzar con mano derecha una pelotita hacia varios puntos establecidos  Variante: Saltar con pies juntos sobre obstáculos y correr una distancia establecida y lanzar una pelotita.</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</i></p>

Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene


<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 8
<b>Tema:</b>	Perfeccionamiento de la habilidad motriz del lanzamiento con mano izquierda
<b>Objetivo:</b>	Perfeccionar la habilidad motriz del lanzamiento con mano izquierda, mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, pelotas de papel o de tenis
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Correr, saltar y atrapar un objeto de acuerdo a la orden dada  Calentamiento Específico  Juego lanzo y atrapo los estudiantes deberán lanzar al cielo una pelotita y tratar de atraparla con una sola mano</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Lanzar con mano izquierda una pelotita hacia un punto establecido  Lanzar con mano izquierda una pelotita hacia varios puntos establecidos  Variante: Correr una distancia establecida y lanzar una pelotita con mano derecha y mano izquierda.</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</p>

Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene




<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 9
<b>Tema:</b>	Ejercicios de lanzamiento combinados
<b>Objetivo:</b>	Ejercitar la habilidad motriz del lanzamiento con mano derecha e izquierda y con dos manos, mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, pelotas de papel o de tenis
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Caminar y lanzar hacia arriba cualquier objeto (pelota, pañuelo, bola de papel)  Calentamiento Específico  Juego de lanzamiento y atrape de cualquier elemento (pelota, globo, etc.)</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Lanzar con mano derecha e izquierda una pelotita hacia un punto establecido  Lanzar con mano derecha e izquierda una pelotita hacia varios puntos establecidos  Variante: Correr una distancia establecida y lanzar dos pelotitas con mano derecha y mano izquierda hacia un punto establecido.</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</i></p>


*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 11
<b>Tema:</b>	Repto, empujo me divierto y aprendo
<b>Objetivo:</b>	Practicar la habilidad motriz de reptar y empujar, mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, cajas de cartón, o de zapatos
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Trote lento en parejas  Calentamiento Especifico  Juego en parejas se toman de las manos frente a frente y se empujan el uno al otro</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Reptar sobre el espacio imitando a las serpientes  Reptar evitando los obstáculos ubicados en el espacio determinado  Empujar una caja hasta un lugar determinado y luego halar para ubicarla en el lugar establecido  Variante: Empujar una caja de tamaño diferente hasta un lugar determinado y luego halar para ubicarla en el lugar establecido</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes de U.E.J.M.L.V</i></p>

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 12
<b>Tema:</b>	Voltereta de diversion
<b>Objetivo:</b>	Practicar la habilidad motriz de rolar hacia adelante, mediante actividades específicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, colchoneta, tatami
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Reptar como serpiente hacia un lugar establecido  Calentamiento Específico  Juego la rueda; el estudiante intenta rolar como una rueda</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Rolar con la ayuda de un compañero  Rolar hacia adelante sobre el espacio  Variante: rolar sobre una superficie a desnivel para que sea más fácil la ejecución del rol hacia adelante</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</p>

Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 13
<b>Tema:</b>	Circuito de habilidades motrices básicas
<b>Objetivo:</b>	Realizar habilidades motrices básicas a través de un circuito
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, colchoneta, tatami
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Ejercicios de respiración y relajación  Calentamiento Específico  Juego el gato y el ratón se forma un círculo un niño se queda afuera (gato) y el otro dentro del círculo (ratón) después de cantar la ronda el gato persigue al ratón.</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Ejecutar un circuito de habilidades motrices básicas el estudiante corre a través de obstáculos luego repta, rola y empuja una caja hasta el lugar indicado salta alternando pie derecho y pie izquierdo, salta pies juntos sobre obstáculos y lanza una pelotita hasta un punto establecido.</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</i></p>

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

**UNIDAD I I**


**JUEGOS LÚDICOS DE**

**COORDINACIÓN,**


**VISOMOTRIZ,**

**ORIENTACIÓN Y**


**EQUILIBRIO**

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 14
<b>Tema:</b>	Juego Lúdico de coordinación, orientación y equilibrio
<b>Objetivo:</b>	Efectuar ejercicios de coordinación dinámica y equilibrio para desarrollar la motricidad gruesa
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, pelota, tubo de cartón cuerda
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Caminar a diferentes ritmos lento, moderado, rápido  Calentamiento Específico  Caminar en puntas de pie, caminar sobre los talones, saltar en un solo pie</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Poner una cuerda sobre el piso o pintar una línea sobre el piso, caminar sobre la línea sosteniendo con la mano derecha la pelota dentro del tubo de cartón.  Poner una cuerda sobre el piso o pintar una línea sobre el piso caminar sobre la línea sosteniendo con la mano izquierda la pelota dentro del tubo de cartón.</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes de U.E.J.M.L.V</i></p>

Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 15
<b>Tema:</b>	Juego Lúdico la Rayuela
<b>Objetivo:</b>	Efectuar ejercicios de coordinación dinámica y equilibrio para desarrollar la motricidad gruesa
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, ulas y tizas
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Juego los sapitos saltan en pareja  Calentamiento Específico  Gatear, reptar y saltar sobre ulas</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Elaborar sobre el piso una rayuela y jugar según las reglas establecidas por el juego</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes de U.E.J.M.L.V</i></p>

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 16
<b>Tema:</b>	Juego Lúdico papeles de colores
<b>Objetivo:</b>	Efectuar ejercicios de coordinación dinámica y equilibrio para desarrollar la motricidad gruesa
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Lugar espacioso, ulas, papeles de colores
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Saltos combinando pie derecho, pie izquierdo  Calentamiento Especifico  Trotar alrededor de las ulas y cuando se menciones el color ubicarse dentro de la ula</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Juego de coordinación, se ubican papeles de diferentes colores los estudiantes escucharán el color elegido y efectuarán la acción, por ejemplo; sobre el color azul saltar con un pie, tocar con mano derecha el color rojo, sentarse sobre el color amarillo</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes de U.E.J.M.L.V</i></p>


*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*




# UNIDAD III

## ACTIVIDADES EN LA


## NATURALEZA

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 17
<b>Tema:</b>	Diversión y aprendizaje en la naturaleza
<b>Objetivo:</b>	Conocer lugares turísticos de la localidad y practicar actividades físicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Piscina
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Lubricación articular desde la cabeza hasta los pies  Calentamiento Específico  Trote alrededor de la piscina y ejercicios de coordinación</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Juego de sumersión, respiración y flotación  Juego el tesoro; el docente arroja un objeto dentro de la piscina y los estudiantes deberán atraparlo</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p>Fuente: <a href="https://www.google.com/search imágenes">https://www.google.com/search imágenes</a></p>


Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 18
<b>Tema:</b>	Caminata turística
<b>Objetivo:</b>	Conocer lugares turísticos de la localidad y practicar actividades físicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	lugar turístico de la localidad (montaña, laguna, reserva ecológica)
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Movimiento articular  Juego las estatuas  Calentamiento Específico  Caminata rápida en grupos de 5</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Caminata hacia un lugar turístico de la localidad</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes U.E.J.M.L.V</i></p>

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 19
<b>Tema:</b>	Paseo en bicicleta
<b>Objetivo:</b>	Conocer lugares turísticos de la localidad y practicar actividades físicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	lugar turístico de la localidad (montaña, laguna, reserva ecológica), bicicleta
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Juego de calentamiento Tierra, mar, aire  Calentamiento Especifico  Trote y ejercicios de coordinación</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Pasear en bicicleta hacia un lugar turístico de la localidad</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes de U.E.J.M.L.V</i></p>

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

<b>Sesión de Clase:</b>	N0. 20
<b>Tema:</b>	Juegos de mesa al aire libre
<b>Objetivo:</b>	Conocer lugares turísticos de la localidad y practicar actividades físicas
<b>Tiempo:</b>	40 minutos
<b>Materiales:</b>	Parque de la localidad, juegos de mesa, ajedrez, bingo, damas chinas
<b>Actividades:</b>	<p><b>Parte Inicial (10´)</b>  Motivación y explicación del tema y objetivo de la clase  Calentamiento General:  Movimiento articular juego lúdico el semáforo  Calentamiento Específico  ejercicios de coordinación utilizando mano derecha e izquierda</p> <p><b>Parte Principal (20´)</b>  Realizar juegos de mesa en el parque de la localidad</p> <p><b>Parte Final: (10´)</b>  Estiramientos activos  Ejercicios de respiración y relajación  Evaluación de lo aprendido</p>
<b>Gráfico:</b>	 <p><i>Fuente: estudiantes de U.E.J.M.L.V</i></p>

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

## Conclusiones

- La actividad física permite el desarrollo holístico del estudiante cuando es aplicada de forma planificada, organizada y tomando en cuenta la edad y los procesos de aprendizaje del estudiante para alcanzar óptimos resultados educativos y deportivos a corto, mediano y largo plazo.
- Los resultados de la investigación permiten conocer las falencias en el desarrollo motriz de los niños de 5 años a 8 años debido a la escasa práctica de actividad física derivada por varios factores como el sedentarismo, obesidad, uso indebido de la tecnología entre otros factores negativos que afectan la salud física, mental, psicológica y cognitiva de los niños.
- Las actividades físicas realizadas en la propuesta alternativa permitirán a los niños desarrollar habilidades y destrezas específicas de la motricidad gruesa, al mismo tiempo son actividades fáciles y divertidas al momento de practicarlas esto será el mecanismo para obtener múltiples beneficios sociales, cognitivos, físicos, emocionales y afectivos, al mismo tiempo se pueden efectuar fuera del horario escolar junto a su familia.
- El presente proyecto investigativo puede servir como apoyo pedagógico a otras instituciones educativas al mismo tiempo sirve como base para investigaciones de mayor envergadura.

## **Recomendaciones**

- Continuar con la investigación sobre el desarrollo motriz progresivo y sus beneficios en edades tempranas para contribuir al desarrollo integral de los estudiantes de los primeros años escolares.
- Socializar de forma permanente y continua los beneficios que la actividad física brinda a la sociedad dentro y fuera de los establecimientos educativos y la importancia de la inclusión de toda la familia en este tipo de proyectos investigativos educativos.
- Aplicar la propuesta alternativa en la institución educativa tomando en cuenta los lineamientos del currículo de Educación Física vigentes.
- Tomar en cuenta a la propuesta alternativa como apoyo pedagógico para los docentes de aula y los docentes de Educación Física de todos los subniveles educativos.

## Bibliografía

- Alarcón, M., Cortés, E., & López, M. (2013). *Estrategia Pedagógica para mejorar los patrones básicos fundamentales de movimiento: lanzar, atrapar, marcha y saltar en un estudiante del Colegio Nydia Quintero de Turbay*. Tesis de pregrado [Universidad Libre de Colombia], Bogotá. Obtenido de [repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8655/ESTRATEGIA%20PEDAGOGICA%20PARA%20MEJORAR%20LOS%20PATRONES%20BÁSICOS%20FUNDAMENTALES%20DE%20MOVIMIENTO.pdf?sequence=1#:~:text=Los%20patrones%20básicos%20fundamentales%20se,%2C%20girar%2C%20doblar%2C%20e](https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8655/ESTRATEGIA%20PEDAGOGICA%20PARA%20MEJORAR%20LOS%20PATRONES%20BÁSICOS%20FUNDAMENTALES%20DE%20MOVIMIENTO.pdf?sequence=1#:~:text=Los%20patrones%20básicos%20fundamentales%20se,%2C%20girar%2C%20doblar%2C%20e)
- Bernate, Y. (2021). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la motricidad. *Revista Scielo*, 16(2), 03-15. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522021000200643](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200643)
- Cárdenas, A. (2018). *La Actividad Física y la motricidad gruesa en los niños de primero y segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Totoras*. Tesis Pregrado [Universidad Técnica de Ambato], Repositorio Institucional, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/27618>
- Castaño, E. (2021). La Actividad Física y su importancia en los niños. *Revista Pediátrica de Panamá*, 50(1), 1-2. Obtenido de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1253894>
- Chávez, M., Salazar, C., Hoyos, G., Bautista, A., González, D., & Ogarrio, C. (2018). Actividad física y enfermedades crónicas no transmisibles de estudiantes



mexicanos en función del género. *Dialnet*(33), 169-174. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6367747>

Código de la niñez y adolescencia Ecuador. (28 de julio de 2009). *educacion.gob.ec*. Obtenido de Código de la niñez y adolescencia: [https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/TRANSP-CODIGO\\_DE\\_LA\\_NINEZ\\_Y\\_ADOLESCENCIA.pdf](https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/TRANSP-CODIGO_DE_LA_NINEZ_Y_ADOLESCENCIA.pdf)

Criollo, J. (2018). *La influencia de la motricidad gruesa en el desarrollo de la expresión corporal en niños de 4 años de la Unidad Educativa Paúl Riveten el año lectivo 2017-2018*. Tesis pregrado , repositorio universitario Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil, Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/2345/1/T-ULVR-2142.pdf>

Cuadro, E., García, A., Hernández, D., Mallarino, J., & Álvarez, L. (2021). Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en niños de 8 a 10 años futbolistas. *Revista Digital EF. Deportes*, 26(277), 47-59. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/2519/1404?inline=1>

Elles, E., García, A., Hernández, D., Mallarino, J., & Álvarez, L. (2021). Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en niños (8-10 años) futbolistas. *revista Digital EF Deportes*, 26(277), 47-59. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/2519/1404?inline=1>

Garcia. (2016). <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/25988/1/BFILO-PD-EP1-10-180.pdf>. Obtenido de

<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/25988/1/BFILO-PD-EP1-10-180.pdf>

González, J., Cañarte, M., Acebo, R., Regalado, K., Zea, C., & Soledispa, X. (2019). Análisis de la Actividad Física y su importancia en el sistema educativo ecuatoriano: carrera Gestión Empresarial de la Universidad Estatal del Sur de Manabí. *Revista Polo del Conocimiento*, 4(3), 222-244. Obtenido de <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/938/pdf>

Guevara, G., Verdesoto, A., & Nelly, C. (2020). metodologías de investigación educativa. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 4(3), 163-173. Obtenido de <http://recimundo.com/index.php/es/article/view/860>

Hernández, S. (2017). Cómo se originan las investigaciones cualitativas, cuantitativas y mixtas. *Metodología de la Investigación*, 1(6), 24-29. Obtenido de [http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/2771/506\\_2.pdf](http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/2771/506_2.pdf)

Intercultural, L. O. (19 de mayo de 2017). *LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN INTERCULTURAL*. Obtenido de Ministerio de Educación : <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/05/Ley-Organica-Educacion-Intercultural-Codificado.pdf>

Iraheta, B. (2020). Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña. *Scielo*, 17(1), 1-18. Obtenido de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-097X2020000100001&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-097X2020000100001&script=sci_arttext)

Jaramillo, J., & Sotomayor, P. (2017). Estudi diagnóstico de las actividades físico recreativas en la Academia de Guerra del ejército ecuatoriano. *Revista Cubana de*

*Investigaciones Biomédicas*, 36(3), 02-13. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=81843>

Jerez, F. (2017). *valoración del desarrollo psicomotriz de los niños de 4 a 5 años de la parroquia Salasaca*. Informe de investigación , Universidad técnica de Ambato, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/26983/2/Valoraci%3bn%20del%20desarrollo%20psicomotriz%20de%20los%20ni%3blosni%3bla%20de%204.pdf>

Miller, C. (01 de enero de 2021). *Problemas con la coordinación infantil*. Obtenido de <https://childmind.org/es/articulo/problemas-con-la-coordinacion/>

Niquen, F. (2021). *Programa de Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en los niños de 3 años*. [Tesis de pregrado Universidad Católica Santo Toribio de Mongrovejo], Repositorio Institucional, Chiclayo. Obtenido de <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3248>

Ochoa, L. (2019). *Psicomotricidad y Desarrollo cognitivo en los niños de 5 años de la institución educativa inicial Pinto Pinto Talabera Distrito de Alto Selva Alegre Arequipa 2019*. Tesis pregrado [Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa], Repositorio Digital, Arequipa. Obtenido de <http://190.119.145.154/handle/UNSA/9987>

Organización Panamericana de la Salud. (09 de mayo de 2018). *Organización Mundial de la salud*. Obtenido de Organización Panamericana de la Salud: <https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud>

- Osorio, V., Piquer, M., Chiva, O., & Capella, C. (2019). Efectos de un programa de actividad física integral sobre la motricidad gruesa de niños y niñas con diversidad funcional. *Revista Lasallista de Investigación*, 16(1), 37-47. Obtenido de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/695/69563162002/69563162002.pdf>
- Pereira, M., Velasteguí, C., & Paz, B. (2020). Prácticas deportivas y enfoques curriculares: una perspectiva desde la Educación Física Ecuatoriana. *Revista Educare*, 24(1), 180-197. Obtenido de <https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1233/1232>
- Proaño, Z., & Guamunshi, M. (2016). *El juego como estrategia didáctica en el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 3 a 4 años de educación inicial de la escuela "Nueve de Octubre" de la comunidad de Sanjapamba, cantón Guano, provincia de Chimborazo año lectivo 2014 - 2015*. Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba: Riobamba, UNACH 2016. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/2589>
- Quilumbaquín, M. (2021). *Actividades Físicas recreativas para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de 5 a 6 años de la Unidad Educativa Jacinto Collahuazo durante el Covid 19*. Tesis de maestría [Universidad Técnica del Norte], Repositorio Institucional UTN, Ibarra. Obtenido de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11302/2/PG%20842%20TRA%20BAJO%20GRADO.pdf>
- Roa, S., Hernández, A., & Valero, A. (2019). Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo. *Scielo*, 15(69), 13-28. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442019000400386&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442019000400386&script=sci_arttext&tlng=en)

- Rodríguez, Á., Rodríguez, J., Guerrero, H., Arias, E., Paredes, A., & Chávez, V. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2), 1-18. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252020000200010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252020000200010)
- Rodríguez, P. (2019). *Estrategias Didácticas para desarrollar la motricidad gruesa en niños y niñas de 4 a 5 años*. Tesis de pregrado [Pontificia Universidad Católica del Ecuador], Repositorio Institucional, Quito. Obtenido de <http://201.159.222.35/handle/22000/16324>
- Sailema, Á., & Chicaiza, L. (2021). *La actividad Lúdica y la motricidad gruesa*. Tesis pregrado, repositorio digital Universidad Técnica de Ambato, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/33403>
- San Francisco, C. P. (25 de marzo de 2020). *Centro pediátrico San Francisco*. Obtenido de Centro pediátrico San Francisco: <https://centropediatricosanfrancisco.com/ejercicios-de-psicomotricidad-gruesa-y-fina-para-ninos/>
- Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos de investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima: Universidad Ricardo Palma. Obtenido de <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Sánchez, J. (2014). Las actividades recreativas: sus características, clasificación y beneficios. *Revista EF. Deportes*, 19(126), 1-3. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd196/las-actividades-recreativas-clasificacion.htm>

Vela, C. (2018). *La Actividad Física en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama*.

Tesis de pregrado [Universidad Técnica de Ambato], Repositorio Institucional, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/28531>

Zapata, M., & Daira, R. (2020). La promoción de la actividad física para disminuir el sobrepeso en niños. *Scielo. Revista PODIUM*, 15(1), 153-165. Obtenido de

<http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996->

[24522020000100153&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-24522020000100153&script=sci_abstract&tlng=pt)

## Anexos

### Anexo 1. Entrevista

#### ENTREVISTA DIRIGIDA A DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DOCENTES DE AULA

Nivel educativo: \_\_\_\_\_  
 Título universitario: \_\_\_\_\_  
 Cargo que desempeña: \_\_\_\_\_  
 Institución a la que pertenece: \_\_\_\_\_  
 Años de servicio en el campo educativo \_\_\_\_\_  
 Nivel de Educación básica en el que se desempeña: \_\_\_\_\_  
 Fecha: \_\_\_\_\_

PREGUNTAS	ASPECTOS CLAVES PARA ORIENTAR LA ENTREVISTA EN RELACIÓN A LAS CATEGORÍAS DE ANÁLISIS DEL ESTUDIO
1. ¿Tiene conocimiento sobre las actividades físicas que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa?	
2. ¿Considera que existen beneficios cuando se trabaja ejercicios de motricidad gruesa?	
3. ¿Qué estrategias de enseñanza aprendizaje, emplea usted en la acción didáctica para el desarrollo de la motricidad gruesa?	
4. ¿Tiene conocimiento de las dificultades que presentan los niños en el desarrollo de la motricidad gruesa?	
5. ¿Describa las actividades físicas que ha implementado para fortalecer la motricidad gruesa?	
6. ¿Qué tipo de actividades físicas emplea en sus clases?	
7.- ¿Conoce el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años?	
8. ¿El niño aprende mejor cuando está involucrado en la realización de actividades físicas?	

9. ¿Cree usted que el niño necesita realizar actividades físicas específicas para el desarrollo de la motricidad gruesa?	
10 ¿Qué actividades físicas sugiere para el mejoramiento en el desarrollo de la motricidad gruesa?	



## Anexo 2. Ficha de Observación

# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

## GUÍA DE OBSERVACIÓN DIRIGIDA A NIÑOS/AS DE 5 A 8 AÑOS

Nivel educativo: \_\_\_\_\_  
 Título universitario: \_\_\_\_\_  
 Cargo que desempeña: \_\_\_\_\_  
 Institución a la que pertenece: \_\_\_\_\_  
 Años de servicio en el campo educativo \_\_\_\_\_  
 Nivel de Educación básica en el que se desempeña: \_\_\_\_\_  
 Fecha: \_\_\_\_\_

De forma precisa	
Con dificultad	
Con alto grado de dificultad	

PREGUNTAS GENERADORAS	ASPECTOS CLAVES PARA ORIENTAR LA ENTREVISTA EN RELACIÓN A LAS CATEGORÍAS DE ANÁLISIS DEL ESTUDIO		
	De forma precisa	Con dificultad	Con alto grado de dificultad
1.- ¿Camina, corre con destreza y seguridad manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y cambios de ritmos?			
2.- ¿Salta en dos pies en sentido vertical obstáculos de 20 a 35 cm			
3.- ¿Ejecuta actividades coordinadamente y con control adecuado de fuerza como: lanzar, ¿atrapar y patear objetos?			
4.¿Realiza ejercicios de equilibrio estático y dinámico, controlando los movimientos de las partes gruesas del cuerpo?			
5 ¿Mantiene un adecuado control postural en diferentes posiciones del cuerpo y en desplazamientos?			
6¿Realiza actividades de coordinación viso motriz			

con niveles de dificultad?			
7 ¿Realiza movimientos diferenciados con el lado derecho del cuerpo?			
8 ¿Realiza movimientos diferenciados con el lado izquierdo del cuerpo?			
9 ¿Realiza varios movimientos y desplazamientos combinando diferentes velocidades y duración?			
10 ¿Disfruta de realizar actividades físicas recreativas como jugar, pasear, nadar, entre otras?			

### Anexo 3. Matriz de Coherencia

<b>Problema de Investigación</b>	<b>Objetivo General</b>
<p>¿Cuáles son las actividades físicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia San Antonio de Ibarra de la provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?</p>	<p>Determinar las actividades físicas que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.</p>
<b>Preguntas de Investigación</b>	<b>Objetivos Específicos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué tipo de actividades físicas practican los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?</li> <li>• ¿Qué nivel de desarrollo de la motricidad gruesa existe en edades de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?</li> <li>• ¿Cómo ayudaría la guía de actividades al desarrollo de la</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el tipo de actividades físicas que practican los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.</li> <li>• Valorar el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en edades de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.</li> <li>• Elaborar una guía de actividades que ayuden al desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años, en</li> </ul>

<p>motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021?</p>	<p>la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez, de la parroquia de San Antonio de Ibarra provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.</p>
--	---

## Anexo 4 Operacionalización de Variables

### Variable Independiente

#### *Actividades Físicas*

<b>Contextualización</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Técnicas e Instrumentos</b>
La actividad física permite el gasto energético del individuo si se la efectúa de forma planificada y específica contribuye a mejorar la salud y cambiar de forma efectiva la calidad de vida de quien la práctica de forma periódica.	Actividad Física Beneficios de la actividad física Actividad Física recreativa Actividades Físicas recomendadas Clasificación de las Actividades Físicas Recreativas	Definición Participación	¿Tiene conocimiento sobre las actividades físicas que ayudan al desarrollo de la motricidad gruesa? ¿Considera que existen beneficios cuando se trabaja ejercicios de motricidad gruesa? ¿Qué estrategias de enseñanza aprendizaje, emplea usted en la acción didáctica para el desarrollo de la motricidad gruesa? ¿Tiene conocimiento de las	Matriz estructurada Entrevista

			<p>dificultades que presentan los niños en el desarrollo de la motricidad gruesa?</p> <p>¿Describa las actividades físicas que ha implementado para fortalecer la motricidad gruesa?</p> <p>¿Qué tipo de actividades físicas emplea en sus clases?</p> <p>¿Conoce el nivel de desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de 5 a 8 años?</p> <p>¿El niño aprende mejor cuando está involucrado en la realización de actividades físicas?</p>	
--	--	--	--	--

			<p>¿Cree usted que el niño necesita realizar actividades físicas específicas para el desarrollo de la motricidad gruesa?</p> <p>¿Qué actividades físicas sugiere para el mejoramiento en el desarrollo de la motricidad gruesa?</p>	
--	--	--	---	--

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

## Variable Dependiente

### *Motricidad Gruesa*

<b>Contextualización</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Técnicas e Instrumentos</b>
Movimientos grandes establecidos por grupos musculares que permiten el desenvolvimiento en el entorno del ser humano de forma efectiva	Motricidad Gruesa Etapas de desarrollo de los niños de 5 a 8 años Movimientos de locomoción Patrones de Locomoción	Definición Participación Activa	¿Camina, corre con destreza y seguridad manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y cambios de ritmos? ¿Salta en dos pies en sentido vertical obstáculos de 20 a 35 cm ¿Ejecuta actividades coordinadamente y con control adecuado de fuerza como: lanzar, ¿atrapar y patear objetos? ¿Realiza ejercicios de equilibrio estático y dinámico, controlando los movimientos de	Observación Ficha



			<p>las partes gruesas del cuerpo?</p> <p>¿Mantiene un adecuado control postural en diferentes posiciones del cuerpo y en desplazamientos?</p> <p>¿Realiza actividades de coordinación viso motriz con niveles de dificultad?</p> <p>¿Realiza movimientos diferenciados con el lado derecho del cuerpo?</p> <p>¿Realiza movimientos diferenciados con el lado izquierdo del cuerpo?</p> <p>¿Realiza varios movimientos y desplazamientos combinando diferentes velocidades y duración?</p> <p>¿Disfruta de realizar actividades físicas</p>	
--	--	--	--	--

			recreativas como jugar, pasear, nadar, entre otras?	
--	--	--	--	--

*Autoras: Teneda Liliana y Potosí Irene*

Anexo 5. Certificado de Entrevista



UNIDAD EDUCATIVA  
"JOSÉ MIGUEL LEORO VÁSQUEZ"  
San Antonio de Ibarra- Imbabura Calle Ramón Teanga - Teléfono: 2 932 490  
RECTORADO

Ibarra, 06 de octubre de 2021  
#UEJMLV2021-22-REC-036

A petición del interesado y en mi calidad de Rectora(E) de la Unidad Educativa: "José Miguel Leoro Vásquez", de San Antonio de Ibarra.

**CERTIFICO**

**QUE:** La estudiante **TENEDA PANDI LILIANA JAZMÍN**, con CI **1004420798** aplico la entrevista para el Trabajo de Grado con el tema "Actividades físicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez" de la parroquia de San Antonio, Provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.

Es todo lo que puedo certificar en honor a la verdad y la parte interesada puede hacer uso del presente documento para los fines que creyere conveniente.

Atentamente,

Lic. Ana Garrido  
**Rectora (e)**  
[anan.garrido@educacion.gob.ec](mailto:anan.garrido@educacion.gob.ec)  
Cel. 0993826470  
CI. 1002413308





UNIDAD EDUCATIVA  
"JOSÉ MIGUEL LEORO VÁSQUEZ"  
San Antonio de Ibarra- Imbabura Calle Ramón Teanga - Teléfono: 2 932 490  
RECTORADO

Ibarra, 06 de octubre de 2021  
#UEJMLV2021-22-REC-037

A petición del interesado y en mi calidad de Rectora(E) de la Unidad Educativa: "José Miguel Leoro Vásquez", de San Antonio de Ibarra.

### CERTIFICO

**QUE:** La estudiante **POTOSÍ FARINANGO IRENE GABRIELA**, con CI **1004514020** aplico la entrevista para el Trabajo de Grado con el tema "Actividades físicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 5 a 8 años de la Unidad Educativa José Miguel Leoro Vásquez" de la parroquia de San Antonio, Provincia de Imbabura en el año lectivo 2020-2021.

Es todo lo que puedo certificar en honor a la verdad y la parte interesada puede hacer uso del presente documento para los fines que creyere conveniente.

Atentamente,

Lic. Ana Garrido  
**Rectora (e)**  
[anan.garrido@educacion.gob.ec](mailto:anan.garrido@educacion.gob.ec)  
Cel. 0993826470  
CI. 1002413308



San Antonio de Ibarra - Imbabura - Calle Ramón Teanga 8-36 - Teléfono: 2932 490



UNIDAD EDUCATIVA  
"JOSÉ MIGUEL LEORO VÁSQUEZ"  
San Antonio de Ibarra- Imbabura Calle Ramón Teanga - Teléfono: 2 932 480

Ibarra, 05 de abril de 2021

La Rectora Encargada de la Unidad Educativa "José Miguel Leoro Vásquez", de San Antonio de Ibarra.

**CERTIFICA**

QUE: El /la estudiante LILIANA JAZMIN TENEDA PANDI, con cedula Nro. 1004420798 del octavo nivel de la carrera de educación física de la Universidad Técnica del Norte, realizó sus prácticas pre-profesionales en nuestra institución cumpliendo 400 horas efectivamente.

Las mencionadas prácticas dieron inicio el 8 septiembre de 2020 hasta el 05 de marzo del 2021 en el periodo académico 2020-2021.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, pudiendo el interesado hacer uso del presente para los fines pertinentes.

Atentamente,

Lic. Ana Garrido  
Rectora (e)  
[anan.garrido@educacion.gob.ec](mailto:anan.garrido@educacion.gob.ec)  
Cel. 0993826470

