

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

CARRERA: PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

**INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR, MODALIDAD PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

TEMA:

**“JUEGOS TRADICIONALES PARA EL DESARROLLO DE LAS
CAPACIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS ESTUDIANTES DE
OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD
EDUCATIVA “TEODORO GÓMEZ DE LA TORRE”**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

Línea de investigación:

Gestión, calidad de la educación, procesos pedagógicos e idiomas

Autor: Hidalgo Chapi Kevin Alexander.

Director: MSc. Minayo Echeverria Nancy Aracely

Asesor: MSc. Suasti Velasco Washington Fabian

Ibarra – 2025



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 | | | |
|-----------------------------|--------------------------------|--------------------|------------|
| CÉDULA DE IDENTIDAD: | 0401818778 | | |
| APELLIDOS Y NOMBRES: | Hidalgo Chapi Kevin Alexander. | | |
| DIRECCIÓN: | El Olivo | | |
| EMAIL: | Kahidalgoc@utn.edu.ec | | |
| TELÉFONO FIJO: | 0000000 | TELF. MOVIL | 0990236911 |

| DATOS DE LA OBRA | |
|--------------------------------|---|
| TÍTULO: | JUEGOS TRADICIONALES PARA EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "TEODORO GÓMEZ DE LA TORRE" |
| AUTOR (ES): | HIDALGO CHAPI KEVIN ALEXANDER. |
| FECHA: AAAAMMDD | 06 de diciembre del 2024 |
| SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO | |
| PROGRAMA: | <input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO |
| TÍTULO POR EL QUE OPTA: | Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte |
| DIRECTOR/ASESOR: | MSc. Minayo Echeverria Nancy Aracely / MSc. Suasti Velasco Washington Fabian |
| | |

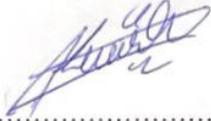
CONSTANCIAS

CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) 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 (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 10 días, del mes de enero de 2025

EL AUTOR:

(Firma).....

Nombre: Hidalgo Chapi Kevin Alexander

C. I. 0401818778

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR

Ibarra, 06 de diciembre de 2024

MSc. Minayo Echeverria Nancy Aracely

DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del 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.

(f) 

MSc. Nancy Aracely Minayo Echeverria

C.I.: 100331643-5

DEDICATORIA

A Dios, por ser mi guía, mi fortaleza y la luz que ha iluminado cada paso de este camino. Sin su infinita bondad y sabiduría, este sueño no habría sido posible. A Él encomiendo mis logros y mi gratitud eterna.

A mi madre, por ser el pilar de mi vida, por su amor incondicional y sus incesantes sacrificios para brindarme un futuro lleno de oportunidades. Gracias por tu ejemplo de valentía, trabajo y dedicación, que me inspira a luchar por mis metas.

A mis queridos abuelitos, por su ternura, sus consejos llenos de sabiduría y el amor inmenso que han compartido conmigo. Sus historias y enseñanzas han sido faros en mi vida, y su apoyo, un refugio en los momentos difíciles.

A los docentes que han marcado mi camino académico, por su paciencia, compromiso y dedicación al compartir su conocimiento. Cada lección impartida ha sido una semilla de aprendizaje que ahora florece en este logro. Gracias por creer en mí y por contribuir a mi formación personal y profesional.

Kevin Alexander

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios, quien con Su infinita bondad ha sido mi fuerza y guía en todo momento. Su presencia me ha dado el valor para superar cada desafío y la esperanza para avanzar hacia mis metas.

A mi madre, mi mayor inspiración, por su amor incondicional, sus sacrificios y su dedicación incansable. Gracias por ser mi apoyo más firme y por motivarme a creer en mí mismo incluso en los momentos más difíciles. Además, agradezco a mis queridos abuelitos, por siempre acompañarme en este camino y motivarme a conseguir una meta más.

A los docentes, por su compromiso y entrega en la formación de sus estudiantes. Su esfuerzo por compartir conocimiento y valores ha sido clave en mi desarrollo personal y profesional. Cada lección aprendida de ustedes deja una huella imborrable en mi vida.

A mi universidad, por brindarme la oportunidad de crecer académica y humanamente en un entorno enriquecedor. Gracias por ser el espacio donde se han formado no solo conocimientos, sino también sueños y aspiraciones.

Este logro no solo es fruto de mi esfuerzo, sino también del apoyo y dedicación de quienes han estado a mi lado a lo largo de este camino universitario.

Kevin Alexander Hidalgo Chapi

RESUMEN

La presente tesis, titulada "Juegos Tradicionales para el Desarrollo de las Capacidades Motrices Básicas en los Estudiantes de octavo año de Educación Básica de la Unidad Educativa 'Teodoro Gómez de la Torre'", investiga el impacto de los juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas de los estudiantes. Este estudio se basa en la premisa de que los juegos tradicionales, a menudo subestimados en el contexto educativo moderno, pueden desempeñar un papel crucial en la mejora de capacidades motoras como correr, saltar, lanzar, atrapar, entre otras. A través de una metodología mixta, se evaluaron las capacidades motrices de los estudiantes antes y después de un programa de intervención basado en juegos tradicionales seleccionados, como la rayuela, el salto de la cuerda, y las carretillas). Los resultados demuestran una mejora significativa en las capacidades motoras de los participantes, evidenciando la eficacia de estos juegos en el desarrollo físico integral de los estudiantes. Además, se destaca la importancia de incorporar actividades lúdicas tradicionales en el currículo escolar como una estrategia pedagógica efectiva para fomentar el desarrollo motor y promover una cultura física activa entre los jóvenes. Esta investigación contribuye al campo de la educación física y resalta la necesidad de preservar y valorar los juegos tradicionales como herramientas educativas valiosas.

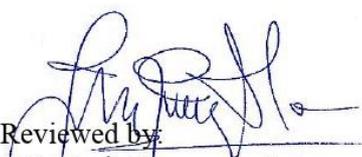
Palabras clave: Juegos tradicionales, capacidades motrices básicas, estudiantes, educación básica.



Abstract

This study entitled “Traditional Games for the Development of Basic Motor Skills in 8th Grade Students at the ‘Teodoro Gómez de la Torre’ Educational Unit during the school year 2023-2024” investigated the impact of traditional games on the development of basic motor skills among 8th-grade students. It posits that traditional games, often overlooked in contemporary education, can significantly enhance motor skills such as running, jumping, throwing, and catching. Utilizing a mixed-methods approach, the study assessed students' motor skills before and after an intervention program that included traditional games like hopscotch, jumping rope, and wheelbarrows. The findings reveal a marked improvement in the participants' motor skills, demonstrating the effectiveness of these activities in fostering comprehensive physical development. Furthermore, this research underscores the importance of integrating traditional play into the school curriculum as an effective pedagogical strategy to promote motor development and encourage a culture of active physical engagement among youth. This study contributes to the field of physical education, emphasizing the need to preserve and recognize traditional games as valuable educational resources.

Keywords: Traditional games, basic motor skills, students, basic education.


Reviewed by
MSc/ Luis Paspuezan Soto
CAPACITADOR-CAI
October 30, 2024

ÍNDICE DE CONTENIDOS

| | |
|--|----|
| RESUMEN | 7 |
| INTRODUCCIÓN..... | 12 |
| Motivaciones para la investigación | 12 |
| Planteamiento del Problema | 12 |
| Descripción del problema..... | 13 |
| <i>Delimitación espacial</i> | 14 |
| <i>Delimitación temporal</i> | 14 |
| <i>Formulación del problema</i> | 14 |
| Justificación..... | 15 |
| Antecedentes..... | 17 |
| Objetivo General..... | 19 |
| Objetivos Específicos | 19 |
| CAPITULO 1: MARCO TEÓRICO | 20 |
| 1.1. Juego..... | 20 |
| 1.1.1 <i>Conceptualización de los Juegos Tradicionales</i> | 21 |
| 1.1.2 <i>Clasificación de los juegos tradicionales</i> | 23 |
| 1.1.3 <i>Juegos tradicionales en Ecuador</i> | 24 |
| 1.2. Capacidades motrices básicas..... | 27 |
| 1.2.1. <i>Carrera</i> | 28 |
| 1.2.2. <i>Tiro alto del hombro</i> | 28 |
| 1.2.3. <i>Salto largo</i> | 29 |
| 1.2.4. <i>Atajar</i> | 29 |
| 1.2.5. <i>Patear</i> | 29 |
| 1.3. Test de Gallahue | 30 |
| 1.3.1. <i>Fases</i> | 30 |
| CAPÍTULO 2: MATERIALES Y MÉTODOS..... | 32 |

| | | |
|---|---|----|
| 2.1. | Enfoque de investigación..... | 32 |
| 2.1.1. | <i>Tipo de investigación</i> | 32 |
| 2.1.2. | <i>Métodos de Investigación</i> | 33 |
| 2.2. | Técnicas e instrumentos de investigación | 34 |
| 2.2.1. | <i>Test</i> | 34 |
| 2.2.2. | <i>Entrevista</i> | 35 |
| 2.2.3. | <i>Guía estructurada</i> | 35 |
| 2.2.4. | <i>Guía de preguntas</i> | 35 |
| 2.3. | Preguntas de investigación | 36 |
| 2.4. | Matriz de operacionalización de variables | 37 |
| 2.5. | Participación y población | 38 |
| 2.6. | Cálculo de la muestra | 39 |
| 2.7. | Procesamiento de daos y análisis de datos | 40 |
| CAPITULO 3: RESULTADOS Y ANALISIS | | 41 |
| 3.1. | Análisis del test de Gallahue | 41 |
| 3.1. | Análisis de la entrevista..... | 47 |
| CAPITULO 4: PROPUESTA | | 55 |
| 4.1. | Título de la Propuesta:..... | 55 |
| 4.2. | Introducción..... | 55 |
| 4.3. | Justificación | 56 |
| 4.4. | Objetivo | 57 |
| 4.5. | Ubicación sectorial y física | 58 |
| 4.6. | Desarrollo de la propuesta | 58 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | | 74 |
| GLOSARIO | | 76 |
| BIBLIOGRAFÍA | | 77 |
| ANEXOS | | 84 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1. Matriz de operacionalización de variables. | 37 |
| Tabla 2. Tabla de universo. | 39 |
| Tabla 3. Datos proporcionados de la capacidad (Carrera)..... | 41 |
| Tabla 4. Datos proporcionados de la capacidad (tiro por encima del hombro)..... | 42 |
| Tabla 5. Datos proporcionados de la capacidad (Salto en largo). | 43 |
| Tabla 6. Datos proporcionados de la capacidad (Atajar)..... | 45 |
| Tabla 7. Datos proporcionados de la capacidad (Patear)..... | 46 |
| Tabla 8. Matriz de coherencia. | 84 |
| Tabla 9. Matriz categorial..... | 85 |
| Tabla 10. Matriz de relaciones..... | 87 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1. Ubicación de la Unidad Educativa..... | 58 |
| Figura 2. Autorización..... | 89 |
| Figura 3. Entrevista a docentes..... | 90 |
| Figura 4. Test..... | 91 |
| Figura 5. Aplicación del test de Gallahue (lanzar)..... | 98 |
| Figura 6. Aplicación del test de Gallahue (carrera)..... | 98 |

INTRODUCCIÓN

Motivaciones para la investigación

Las motivaciones para llevar a cabo esta investigación son múltiples y variadas. En primer lugar, la preocupación creciente sobre el impacto negativo que la disminución de la práctica de juegos tradicionales podría tener en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los niños. Los juegos tradicionales, que históricamente han sido una fuente significativa de actividad física, han disminuido en popularidad, y esto podría estar contribuyendo a un desarrollo físico y motor subóptimo en los niños de hoy en día.

Además, existe una necesidad imperiosa de rescatar y revitalizar el patrimonio cultural que representan estos juegos, asegurando que las nuevas generaciones puedan beneficiarse de sus múltiples ventajas. Finalmente, el interés por entender mejor cómo los juegos tradicionales pueden integrarse de manera efectiva en los programas educativos actuales motiva esta investigación, con el objetivo de proporcionar recomendaciones prácticas y fundamentadas que puedan ser implementadas en las instituciones educativas.

Planteamiento del Problema

El problema de investigación se centra en la disminución de la práctica de juegos tradicionales y su impacto en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de la Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre” de la ciudad de Ibarra. Este problema es relevante dado el contexto actual, en el cual la tecnología y el sedentarismo han desplazado actividades físicas tradicionales que eran fundamentales para el desarrollo integral de los niños.

Además, la falta de juegos tradicionales en el currículo escolar y en la vida cotidiana de los estudiantes está contribuyendo a una deficiencia en capacidades motrices esenciales, tales como coordinación, equilibrio y agilidad. La ausencia de estas actividades no solo afecta el desarrollo físico, sino también el bienestar emocional y social de los estudiantes, ya que los juegos tradicionales fomentan la interacción social, el trabajo en equipo y el respeto por la cultura y las tradiciones locales. Por lo tanto, es crucial investigar y abordar esta problemática para diseñar intervenciones educativas efectivas que promuevan el desarrollo motriz integral a través de la reintroducción de juegos tradicionales en las rutinas diarias de los estudiantes.

Descripción del problema

En la era moderna, el crecimiento de la tecnología y los cambios en los estilos de vida han llevado a una disminución significativa en la participación de los niños y adultos en juegos tradicionales. Esta disminución en la práctica de juegos tradicionales plantea preocupaciones sobre su impacto en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en la población. A medida que los juegos tradicionales se han vuelto menos frecuentes en la vida cotidiana, ha surgido la preocupación de que esta falta de participación pueda tener efectos negativos en el desarrollo físico y motor de los individuos, especialmente en los niños. Los juegos tradicionales solían ser una fuente importante de actividad física, que ayudaba a mejorar capacidades motrices básicas, como correr, saltar, lanzar, trepar, equilibrarse, girar y manipular objetos.

Para Ecuador los juegos tradicionales ha sido una fuente importante en la época antigua ya que resulta ser la mejor distracción de niños, jóvenes y adultos de esa época, ayudando así al desarrollo de las capacidades motrices básicas, como también la convivencia entre amigos, familia y como no la comunidad en la que reside por lo que Mesías et al., (2021) menciona que, “La importancia y el impacto de los juegos tradicionales en el Ecuador, radica en que, si bien son vistos como una actividad meramente recreativa, en sus tiempos de apogeo fueron parte del intercambio e interacción social entre las personas en sus pueblos o comunidades” (p. 1336). Hoy en día, estos juegos han ganado poca importancia en el Ecuador; tanto que a los niños les encanta sentarse frente a computadoras y dispositivos móviles durante horas.

Así también, Arevalo (2015) indica que en el Ecuador cuenta con una gran cantidad de juegos infantiles que forman parte de nuestro acervo cultural y son objeto de publicaciones, psicología, recreación, pedagogía, etc., pero la realidad es que estos juegos se han dejado de practicar hasta la masificación. El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones, los cuales deberán estar orientados hacia los fines de la educación. Este principio queda recogido en la Declaración Universal de los Derechos del Niño, y sobre él fundamento esta propuesta basada en la importancia del juego.

Para abordar este problema, es necesario llevar a cabo investigaciones que examinen el impacto de la disminución de la práctica de juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en diferentes grupos de edad. Además, se deben identificar

estrategias efectivas para promover la participación en juegos tradicionales, tanto en el ámbito educativo como en el comunitario, para salvaguardar el desarrollo físico y motor de las generaciones futuras. Por lo expuesto, la investigación se centra en explicar cómo impacta los juegos tradicionales en el desarrollo de capacidades motrices en los estudiantes de la Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre” de la ciudad de Ibarra, año lectivo 2022-2023.

Delimitación espacial

La delimitación espacial de esta investigación se circunscribe a la Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre”, ubicada en la ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura, Ecuador. Esta institución educativa ha sido seleccionada como el escenario principal del estudio debido a su representatividad en el contexto educativo local y su disposición a participar en la investigación. La elección de esta unidad educativa permite obtener datos específicos y contextualizados que reflejan las particularidades culturales y sociales de la región.

Delimitación temporal

La delimitación temporal de la investigación abarca el año lectivo 2023-2024. Este periodo ha sido elegido para permitir un análisis detallado y contemporáneo de la situación actual respecto a la práctica de juegos tradicionales y su impacto en las capacidades motrices de los estudiantes. La recolección de datos y el análisis se centrarán en este lapso temporal para proporcionar una visión actualizada y relevante de la problemática, permitiendo la formulación de conclusiones y recomendaciones pertinentes para el contexto educativo actual.

Formulación del problema

Se formula la siguiente pregunta de investigación ¿Como inciden los juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de octavo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre”?

Justificación

En los últimos años, se ha observado una disminución preocupante en el nivel de actividad física y el desarrollo de capacidades motrices básicas en la población infantil. El sedentarismo y el uso excesivo de dispositivos electrónicos han contribuido a que los niños pasen menos tiempo realizando actividades físicas y juegos al aire libre. En contraste, los juegos tradicionales representan una invaluable fuente de actividad física y diversión para los niños. Estos juegos, transmitidos de generación en generación, han sido diseñados para promover el desarrollo de capacidades motrices básicas como correr, saltar, lanzar y atrapar. A través de la práctica de estos juegos, los niños pueden mejorar su equilibrio, coordinación, fuerza muscular, resistencia y control del cuerpo. Además, estos juegos suelen involucrar interacciones sociales y trabajo en equipo, fomentando capacidades sociales y emocionales.

La importancia de esta investigación radica en el uso de los juegos tradicionales en los niños de octavo año EGB con el objetivo de desarrollar en ellos las capacidades motrices básicas, específicamente a través del juego tradicional del baile de las sillas. Este juego, muy conocido en Ecuador, trae consigo múltiples beneficios para los niños, como el fortalecimiento de conexiones sociales, activación de la concentración, equilibrio, velocidad y ritmo. Además, este tipo de juego competitivo genera en el estudiante confianza y seguridad en sí mismo, fomenta el valor del esfuerzo, le permite afrontar riesgos, superar el miedo a competir y aprender a perder (Caraballo, 2018).

Incluso en el currículo nacional del Ecuador, de acuerdo con el Ministerio de Educación del Ecuador (2020), existe una unidad dedicada a los juegos tradicionales, lo que refleja un interés gubernamental en estos tipos de juegos. Estos no son considerados meramente como actividades recreativas, sino como herramientas lúdicas con las cuales los estudiantes aprenden de manera divertida (Ministerio de Educación del Ecuador, 2020).

El aporte de esta investigación se centra en resaltar la relevancia de los juegos tradicionales en el desarrollo motriz y social de los niños, contribuyendo al ámbito educativo al proporcionar una base teórica sólida sobre sus beneficios. Los resultados obtenidos podrán ser utilizados por educadores, padres y profesionales de la educación para promover y fomentar la práctica de juegos tradicionales como parte integral de la educación y el desarrollo infantil. Asimismo, esta investigación contribuirá a generar conciencia sobre la

importancia de mantener vivas nuestras tradiciones culturales y cómo pueden beneficiar el desarrollo integral de los niños en un mundo cada vez más tecnológico y sedentario.

La utilidad teórica de esta investigación reside en proporcionar un marco conceptual que destaque la relación entre los juegos tradicionales y el desarrollo de capacidades motrices básicas, integrando estudios previos y nuevos hallazgos. En términos de utilidad práctica, los resultados pueden ser aplicados directamente en el diseño de programas educativos que incluyan juegos tradicionales, optimizando el currículo escolar y promoviendo un desarrollo infantil más equilibrado. Desde una perspectiva metodológica, la investigación servirá como un modelo para futuros estudios sobre la integración de actividades lúdicas en la educación formal, ofreciendo herramientas y estrategias para la implementación efectiva de estos juegos en el aula.

Finalmente, la factibilidad de esta investigación está respaldada por el interés institucional en los juegos tradicionales y la disponibilidad de recursos y apoyo de la comunidad educativa de la Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre”. Esto asegura que los resultados no solo serán teóricamente sólidos, sino también prácticos y aplicables en el contexto educativo real, beneficiando directamente a los estudiantes y a la comunidad educativa en general.

Antecedentes

Los juegos tradicionales son parte de la cultura humana que a su vez han desempeñado un papel fundamental en el desarrollo de capacidades motrices básicas en niños y adultos. De esta manera, los juegos tradicionales se han transmitido de generación en generación, por ende, han sido valorados por los beneficios que estos otorgan a la salud física, el desarrollo cognitivo e incluso en lo social. Cabe destacar que este tipo de juegos han sido estudiados a lo largo de los años, dado que han contribuido al desarrollo integral del ser humano.

Un estudio realizado por el autor Ardilla-Barragán (2022) señala que, “Los juegos tradicionales, se constituyen como expresiones lúdicas que hacen parte del acervo cultural de las regiones y permiten identificar costumbres y tradiciones” (p.1). Es considerado como una herramienta que dinamiza el proceso de aprendizaje, ya que, es una actividad recreativa que fortalece la actividad física, la identidad cultural y lo social. Otra investigación realizada por González-Cordero y Jarrin-Navas (2021) revela que los juegos tradicionales no solo generan aprendizajes significativos, sino también permite el correcto desarrollo de corporeidad en las personas.

Son actividades en donde implica saltar, lanzar, correr, trepar, manipular objetos, entre otros. De tal manera, trabaja lo que es las capacidades motrices básicas que una persona debe ir desarrollando con el tiempo, dado que son fundamentales en el crecimiento de la persona. Es decir, que son una parte esencial para el desarrollo físico, la coordinación de los niños e incluso son la base para capacidades más complejas en etapas posteriores de la vida.

En este contexto, la autora García-Ramírez (2022) determina que los juegos tradicionales son parte de la cultura, por tanto, han permanecido por siglos en todo el mundo. De tal modo, estos juegos varían de acuerdo con la región y la cultura, por lo que a través de ellos se identifica estilos de vida, tradiciones, costumbres, entre otras.

Por otro lado, los juegos tradicionales a menudo requieren de cierta comprensión, aplicación de reglas, uso de estrategias como también de toma de decisiones rápidas. Al jugar, las personas también trabajan sus capacidades cognitivas, como la concentración, la memoria, la planificación y la resolución de problemas. Así mismo, estos juegos promueven la interacción social e incluso el trabajo en equipo, dado que en su mayoría requieren trabajar en grupos para poder ejecutar el juego (García-Ramírez, 2022). En este sentido, los participantes adquieren valores, así como el respeto, la amistad, etc., aprenden a competir de

manera justa, trabajar en conjunto para llegar a un objetivo planteado, a establecer reglas, entre otros (Heredia Morales, 2023).

Finalmente, se determina que, a través de la práctica de estas actividades lúdicas, se han beneficiado física, cognitiva y socialmente los sujetos, mientras que también han contribuido a la preservación de la cultura y la identidad de las comunidades. De acuerdo con una investigación realizada por Ardilla-Barragán (2022) menciona que, “estas prácticas recreativas, además de fortalecer la identidad cultural, favorecen capacidades sociales y dinamizan los procesos de aprendizaje en contextos educativos, gracias a su valor pedagógico” (p.2). Es una actividad que en el ámbito educativo ha generado un importante impacto, dado que posee características que permiten al sujeto disfrutar y a su vez desarrollarse íntegramente.

Objetivo General

Determinar la influencia de los juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en estudiantes de octavo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 -2024.

Objetivos Específicos

- Identificar y clasificar los juegos tradicionales que tienen un impacto significativo en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en estudiantes de octavo año de EGB.
- Evaluar, mediante la aplicación del test de Gallahue, las capacidades motrices básicas de los estudiantes de octavo de Educación Básica en la Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre” durante el año lectivo 2023-2024.
- Elaborar una guía didáctica práctica sobre la utilización de juegos tradicionales para fortalecer las capacidades motrices en el contexto educativo de la Educación General Básica.

CAPÍTULO 1: MARCO TEÓRICO

1.1. Juego

El juego ha existido desde siglos, es una actividad que se encuentra inherente al ser humano y que genera cierta experiencia gratificante en el individuo al transmitir diversión y entretenimiento, aunque su significado y manera de jugar varía según el lugar en el que se encuentre, es decir, depende de la cultura de cada pueblo; además, a través del juego el niño desarrolla ciertas capacidades, conocimientos y destrezas. Según Meneses Montero y Monge Alvarado (2001), “los juegos ofrecen experiencias de gran valor y versatilidad para el desarrollo integral, por lo que deben ser tomados en cuenta dentro de todo programa de educación formal y no formal” (p. 123). Es decir, el juego en el ámbito pedagógico se convierte en una herramienta valiosa al permitir el crecimiento personal de los niños.

El juego es una actividad que permite al niño expresarse de manera espontánea y encantadora es una necesidad natural del niño que le permite ejercitar su impulso de crecimiento y desarrollo personal. A través del juego, el niño puede explorar, experimentar, aprender y descubrir el mundo que lo rodea de manera libre y sin presiones externas, donde el niño se muestra en su estado más puro y auténtico (Secadas, 2018). Por lo tanto, el juego no es más que una actividad en la cual una o varias personas participan de manera voluntaria y consciente, con el objetivo de divertirse, aprender, desarrollar capacidades, explorar y/o experimentar el mundo que los rodea, cabe recalcar que el juego puede tener reglas establecidas o ser libre y espontáneo, así mismo puede realizarse en solitario o en grupo; en él se puede involucrar objetos, herramientas, música, movimiento, entre otros elementos, y puede tener diferentes propósitos y formas dependiendo el contexto. Además, el juego juntamente con la educación es un proceso fundamental, así como postula Sánchez (2017):

Otro aspecto para destacar sobre el juego es que puede considerarse el centro principal de la actividad de un niño durante su infancia ya que en su práctica realiza todo tipo de acciones y movimientos generalizados como, saltos, desplazamientos, coordinación óculo manual o giros (p.7).

1.1.1 Conceptualización de los Juegos Tradicionales

Los juegos tradicionales son universales y se los puede encontrar en cualquier parte del mundo, no presentan limitación en cuanto a cultura y religión, y de ahí nace la variación de jugarlos, reglas, recursos, diseño, entre otros aspectos. Como manifiesta Acedo, Vicente y Saco (2001) “el juego tradicional es aquel juego que se ha ido transmitiendo de generación en generación y casi siempre de forma oral” (p.25). A pesar de que algunos juegos han sufrido modificaciones a lo largo del tiempo, su esencia original sigue siendo la misma, esto demuestra la capacidad de las comunidades para adaptar y transformar los juegos a lo largo del tiempo, sin perder su valor cultural y social; que como menciona Pérez Bonachera (2015) “Estos juegos tienen un componente popular que permite interiorizar el medio cultural, y, fundamentalmente, son juegos sociales” (p. 7). Con ayuda de los juegos tradicionales se puede transmitir a los niños valores, identidad y cultura, además de diversión y aprendizaje; cabe mencionar que los juegos tradicionales no deben ser confundidos con los juegos populares o los juegos autóctonos, debido a que se habla de diferentes significados, es decir, los populares son aquellos juegos que son practicados por una población, mientras que los autóctonos son realizados o creados en un cierto lugar, en cambio al hablar de los juegos tradicionales estos son arraigados en un pueblo o cultura y van de generación en generación.

Los juegos tradicionales son considerados como una forma de entretenimiento única y auténtica dentro de cualquier comunidad humana, especialmente en lo que se refiere a capacidades motrices; a diferencia de otros tipos de juegos, estos están ligados al contexto sociocultural en el que se practica (Rebollo, 2002). Por lo tanto, los juegos tradicionales son aquellas actividades lúdicas que permiten preservar y transmitir el patrimonio cultural, dinámica y lúdica de un pueblo o comunidad en específico, además los juegos tradicionales tienen algunas características que visto desde el ámbito educativo es un recurso valioso, puesto que, facilitan el aprendizaje, posibilita cierto desarrollo de capacidades motrices, de igual manera mejora capacidades y permite a los niños un momento de recreación.

a. Características de los juegos tradicionales

Los juegos tradicionales se caracterizan por ser juegos simples que no requieren de equipos o materiales sofisticados y que fomentan la socialización, la cooperación y la competencia sana entre los participantes, este tipo de juegos pueden tener una finalidad recreativa o

educativa, y se adaptan a las distintas edades y capacidades de aquellos que lo juegan. Ardila (2021) recoge algunas características mencionadas por Veiga (1988), el cual dice lo siguiente:

- En el contexto del juego, el juguete es a menudo un elemento presente que se adapta a las condiciones de la actividad.
- El juego en sí mismo puede tener reglas y condiciones que cambien para adaptarse al entorno a las circunstancias específicas en las que se practica.
- Las reglas del juego son flexibles y pueden ser modificadas o adaptadas al entorno, y pueden incluir variaciones de juegos específicos.
- Todo lo que forma parte del entorno del juego tradicional es igual de importante que el propio juego, incluyendo el lenguaje y las actitudes de los participantes, así como su forma de interactuar.
- La función principal del juego tradicional es inculcar a los nuevos miembros de la sociedad en su cultura, lo que les da un verdadero significado a estos juegos.

Por lo tanto, los juegos tradicionales tienen una serie de características que los hacen distintivos y que han contribuido a su supervivencia y difusión a lo largo del tiempo, además cada juego tiene su propia característica, objetivo, manera de jugar y manera de mantener la cultura de un pueblo.

b. Importancia de los Juegos Tradicionales en el ámbito pedagógico

Los juegos tradicionales desempeñan un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes al promover capacidades psicomotoras, cognitivas y sociales. Estos juegos, como el "escondite" o la "rayuela", mejoran la coordinación, el equilibrio y la agilidad, contribuyendo al desarrollo físico adecuado (García, 2020). Además, fomentan el pensamiento lógico y la resolución de problemas al seguir reglas específicas (Fernández, 2019). La interacción social durante estos juegos refuerza capacidades de cooperación y comunicación (Pérez, 2018).

Culturalmente, los juegos tradicionales preservan y transmiten valores y tradiciones comunitarias, fortaleciendo la identidad y el sentido de pertenencia (Martínez, 2019). Pedagógicamente, su implementación en el aula aumenta la motivación y facilita la comprensión de conceptos complejos mediante experiencias significativas (Ruiz, 2020). Por otro lado, desde el punto emocional, estos juegos reducen el estrés y la ansiedad, promoviendo un ambiente escolar saludable y mejorando la autoestima de los estudiantes (López, 2021). En conclusión, los juegos tradicionales enriquecen el proceso educativo y contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes.

Finalmente, los juegos tradicionales en Educación Física permiten promover la actividad física, debido a que implican movimiento lo que puede contribuir a mejorar la salud y la condición física de los estudiantes. Así mismo, existe un desarrollo de capacidades motoras, puesto que, suelen implicar movimientos variados, como correr, saltar, lanzar, atrapar, equilibrarse, entre otros, este tipo de actividades ayudan a mejorar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la destreza motriz de los niños y niñas. De hecho, intenta incentivar y promover la implicación de los estudiantes mediante la utilización de recursos alternativos, adaptados específicamente a las circunstancias particulares, y motivando el interés por abordar temáticas que difieran de las habituales en el currículo educativo (Piquer, s.f.).

1.1.2 Clasificación de los juegos tradicionales

Los juegos tradicionales más conocidos en el Ecuador se mencionan a continuación.

a. Juegos al aire libre

La educación al aire libre promueve la exploración, el conocimiento del entorno natural, la comprensión de los fenómenos naturales, el desarrollo físico, el deporte y el crecimiento de capacidades sociales; al explorar en espacios abiertos, los sentidos de los niños y niñas se agudizan, el cuerpo está atento y reacciona a los diversos estímulos que se encuentran en la naturaleza, como la temperatura, el terreno irregular, los obstáculos, el viento y los sonidos, entre otros, estos desafíos generan aprendizaje y capacidades cognitivas significativas para el desarrollo de los niños (Vidal, Honour y Pantoja, 2021). Este tipo de juegos tradicionales evitan el sedentarismo desde temprana edad, ya que los niños se relacionan con su entorno como el patio, áreas verdes, espacio público, lo cual permite mayor movimiento y actividad física. Entre estos juegos se encuentran la rayuela, canicas, saltar soga, cometas, trompo, palo encebado, ula-ula, entre otros más.

b. Juegos individuales

“Son los juegos que ejecuta un solo niño satisfaciendo así sus intereses muy personales” (Cedeño y Calle, 2020, p.77) Los juegos tradicionales individuales permiten al niño desarrollar varias capacidades y capacidades, mejora su autoestima, aumenta su confianza al trabajar o desarrollar actividades por sí mismo al momento de jugar, idea estrategias para ganar (competencia) algunos juegos son el ula-ula, palo encebado, baile de las sillas, carrera de sacos, entre otros.

c. Juegos Colectivos

“Son los juegos que se realizan entre varias personas, responden al principio de la socialización y están estimulados por la emulación y la competencia” (Cedeño y Calle, 2020, p.77). Los juegos tradicionales colectivos generan capacidades comunicativas, empatía y respeto a las opiniones de los demás al momento de trabajar en grupo, así mismo les permite pensar o elaborar estrategias para ganar, sin embargo, esto puede tener una desventaja que es la competencia, aunque si es utilizada y canalizada de buena manera genera impactos positivos no solamente en el grupo si no en cada integrante del grupo, como por ejemplo el del pañuelo (jalar la cuerda) (Cedeño y Calle, 2020).

d. Juegos de cambio de rol

Son aquellos juegos en lo que existe cierta oposición entre los jugadores, la cual puede ser activa o pasiva; además cabe destacar que en este tipo de juego tradicional no existe ni ganadores ni perdedores, sino que solamente existe un cambio de roles entre los grupos o personas que estén interviniendo, este cambio de roles es motivado por circunstancias del propio juego, un claro ejemplo es el juego de la comba (Cáceres, Fernández, García y Velásquez, 1995).

1.1.3 *Juegos tradicionales en Ecuador*

Este tipo de juegos son divertidos y desafiantes para los niños, aquí desarrollan capacidades de estrategia, trabajo en equipo si es que este es colectivo o también de forma individual. Entre estos juegos competitivos se encuentra el pañuelo, salta la soga, sacos, juego de las sillas, juego tradicional a profundizar en el presente documento.

a. Juego de las sillas

El propósito del juego de las sillas es mejorar la cooperación de un grupo de personas y fomentar el sentido de compañerismo. El juego en su versión tradicional y más conocida consiste en formar un círculo de sillas, una menos que el número total de participantes. Los jugadores se desplazan alrededor del círculo mientras suena la música y cuando esta se detiene, cada uno debe sentarse en una silla. La persona que no logra sentarse queda eliminada del juego. En cada ronda se retira una silla y el juego continúa hasta que quedan solamente dos personas jugando. El ganador es aquel que logra sentarse en la última silla que queda en el juego, este puede ser jugado dentro del aula como en un espacio abierto, además es considerado como un juego tradicional popular. Por lo tanto, que se intenta lograr con el niño a nivel educativo, como menciona el Ministerio de Educación del Ecuador (s.f.)

Así también, este famoso juego tradicional genera capacidades en los niños como la atención activa, mejora capacidades sociales, desarrolla capacidades de motricidad gruesa, estimula la coordinación visoespacial, actividad física entre otros aspectos más. Con respecto a la atención activa se da por la velocidad que se da en respuesta cuando se apaga la música, al ser precompetitiva genera lazos sociales entre sus semejantes, desarrollo de la motricidad gruesa al aplicar en él la velocidad, y la coordinación visoespacial debido a que los niños tendrán que escuchar y realizar la acción de sentarse (Educa peques, 2019).

b. Rayuela

La rayuela es un juego tradicional que se practica en muchas culturas alrededor del mundo, y es conocido por su capacidad para mejorar las capacidades motoras finas y gruesas de los niños. Este juego implica lanzar una piedra o marcador a cuadros numerados dibujados en el suelo y luego saltar de un cuadro a otro sin pisar las líneas ni el cuadro donde cayó el marcador. Dentro de este contexto, la rayuela ayuda a los niños a desarrollar su equilibrio, coordinación y capacidades de planificación motora (García y Rodríguez, 2019). Además, la rayuela promueve la socialización y el trabajo en equipo, ya que los niños deben esperar su turno y seguir las reglas del juego (López y Hernández, 2018).

c. Encantados

Encantados es un juego popular entre los niños que fomenta el ejercicio físico y la interacción social. En este juego, un jugador actúa como el "encantador" y debe atrapar a los

otros jugadores tocándolos (Petersen y Dunn, 2016). Los jugadores tocados quedan "encantados" y deben quedarse quietos hasta que otro jugador los libere tocándolos. Además, se señala que encantados es eficaz para mejorar la agilidad y la velocidad de los niños, así como su capacidad para tomar decisiones rápidas bajo presión (Thompson y Green, 2017). Además, este juego promueve la colaboración y el espíritu de equipo, ya que los jugadores deben trabajar juntos para liberar a sus compañeros encantados.

d. Tingo Tango

Tingo Tango es un juego tradicional que se juega en muchos países de América Latina. Consiste en que los jugadores se sientan en círculo mientras pasan un objeto al ritmo de una canción. Cuando la canción se detiene, el jugador que tiene el objeto es eliminado o debe realizar una tarea. Este juego ayuda a desarrollar la coordinación mano-ojo y la atención auditiva. Por otro lado, el Tingo Tango también fomenta la concentración y la rapidez de respuesta (Martínez y Silva, 2020). Además, al involucrar canciones tradicionales, este juego contribuye a la preservación y transmisión de la cultura local (Gutiérrez y Ramos, 2019).

e. Juego del pañuelo

El juego del pañuelo es un juego de equipo que desarrolla capacidades físicas y cognitivas. En este juego, dos equipos se alinean frente a frente, y un árbitro sostiene un pañuelo en el centro (Rodríguez y Sánchez, 2017). Cuando el árbitro llama un número, los jugadores correspondientes de cada equipo corren para intentar tomar el pañuelo y regresar a su equipo sin ser atrapados. De esta manera, se destaca que este juego mejora la velocidad, la agilidad y la estrategia, ya que los jugadores deben planificar sus movimientos y anticipar las acciones de sus oponentes (Fernández y López, 2018). Además, el juego del pañuelo promueve la cooperación y la comunicación dentro del equipo.

f. Salto de la cuerda

El salto de la cuerda es un ejercicio cardiovascular que también se considera un juego recreativo popular entre los niños. Saltar la cuerda implica coordinación, ritmo y resistencia. Según un estudio en el "Journal of Strength and Conditioning Research", el salto de la cuerda es una actividad altamente eficaz para mejorar la salud cardiovascular, la resistencia muscular y la coordinación (Smith y Johnson, 2019). Además, el salto de la cuerda puede

realizarse individualmente o en grupo, lo que también puede fomentar la socialización y el trabajo en equipo (Brown y Lee, 2018).

g. Carretillas

El juego de las carretillas implica que un niño camina con las manos mientras otro sujeta sus piernas, simulando el movimiento de una carretilla (Rodríguez y Pérez, 2019). Este juego es excelente para desarrollar la fuerza del tren superior, la coordinación y el equilibrio. De este modo, se señala que el juego de las carretillas puede mejorar significativamente la fuerza de los brazos y la estabilidad en los niños (García y Martínez, 2020). Además, este juego promueve la cooperación, ya que los niños deben trabajar juntos para moverse de manera efectiva y segura.

1.2. Capacidades motrices básicas.

Las capacidades motrices básicas son un conjunto de capacidades físicas que se consideran fundamentales para el desarrollo motor y la actividad física del ser humano, en palabras de Cidoncha y Díaz (2010) menciona que es:

Una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, receptor. Estas capacidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las capacidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta y yuxtapuestamente (párrafo 1, sección “Las capacidades motrices”).

Dentro de este tipo de capacidades se encuentra carrera, tiro alto del hombro, salto largo, atajar y patear. Además, son consideradas capacidades motrices básicas porque con ellas se realiza múltiples capacidades y destrezas más complejas ya sea en lo deportivo como en lo cotidiano. Por tal razón Arias (2020) menciona que, “de esta forma podremos aprender técnicas y capacidades más complejas, necesarias para la iniciación o práctica de diferentes deportes, juegos, danzas, entre otras” (p.1). Por lo tanto, la práctica de esta es importante no solamente para competir y ganar, sino también para mejorar la salud y el bienestar físico y disminuir el sedentarismo y mejorar el rendimiento en diferentes actividades físicas y deportes.

Dentro de este marco, se detalla la clasificación de las capacidades motrices hace referencia a la categorización de las habilidades motoras que son fundamentales para el desarrollo físico y psicomotor de los individuos, especialmente en edades tempranas (Porta, 1987). Estas capacidades se dividen principalmente en carrera, lanzar, atajar, patear. Se detalla a continuación cada una de las capacidades.

1.2.1. Carrera

La carrera es una habilidad fundamental en muchos deportes y actividades físicas. Se caracteriza por una serie de movimientos cíclicos de las extremidades inferiores, donde el pie tiene un breve contacto con el suelo mientras el cuerpo avanza (Caiza López et al., 2022). La técnica de carrera eficiente es crucial para maximizar la velocidad y minimizar el riesgo de lesiones. Así mismo, se menciona que una postura adecuada durante la carrera, con el torso ligeramente inclinado hacia adelante, los brazos moviéndose en sincronía con las piernas y un patrón de pisada que permite una rápida transición entre los pasos, es esencial para un rendimiento óptimo (Porta, 1987). En el contexto deportivo, mejorar la técnica de carrera puede implicar entrenamientos específicos como sprints, trabajos de técnica de carrera y ejercicios de fuerza para las piernas y el core. Estos componentes son esenciales para aumentar la potencia y la eficiencia de la carrera, contribuyendo a un mejor rendimiento atlético (Porta, 1987).

1.2.2. Tiro alto del hombro

El tiro alto del hombro es una técnica utilizada principalmente en deportes como el balonmano y el fútbol americano. Este movimiento requiere una coordinación precisa entre el tronco y las extremidades superiores (Ayala et al., 2012). La mecánica del tiro alto implica una rotación del torso mientras el brazo de lanzamiento se eleva por encima del hombro, generando fuerza desde las piernas y el core, y transmitiéndola a través del brazo para proyectar el objeto con velocidad y precisión. De este modo, se destaca que la correcta ejecución de esta técnica reduce el riesgo de lesiones en el hombro y el codo, y maximiza la potencia del lanzamiento (Ayala et al., 2012). Entrenar el tiro alto del hombro puede incluir ejercicios de resistencia, estiramientos específicos y prácticas repetitivas de la técnica bajo la supervisión de un entrenador, garantizando así la mejora continua y la seguridad del atleta (Ayala et al., 2012).

1.2.3. Salto largo

El salto largo es una capacidad motriz básica que juega un papel fundamental en el desarrollo físico de los estudiantes en el ámbito de la educación física. Este movimiento no solo fomenta la coordinación y la fuerza explosiva, sino que también contribuye a mejorar la velocidad de los alumnos. La ejecución del salto largo implica una serie de fases, que incluyen la carrera de aproximación, el impulso, el vuelo y el aterrizaje, cada una de las cuales requiere un control corporal preciso y una buena sincronización (Pérez Iniesta y Jiménez Buforn, 2014). Al integrar esta habilidad en el currículo escolar, se busca no solo potenciar las capacidades físicas, sino también aumentar la confianza de los estudiantes en su manejo corporal y habilidades deportivas (Porta, 1987). Esta visión holística del salto largo resalta su importancia en el desarrollo integral del alumno, facilitando su crecimiento tanto en lo físico como en lo emocional.

1.2.4. Atajar

Atajar es una habilidad crítica en deportes como el fútbol y el balonmano, donde el objetivo es evitar que el balón entre en la meta. Esta técnica requiere reflejos rápidos, una buena anticipación y la capacidad de leer el juego (Porta, 1987). Cabe destacar, que los porteros deben tener una postura atlética, con las rodillas ligeramente flexionadas y el peso distribuido en las puntas de los pies para reaccionar rápidamente en cualquier dirección (García-Rubio et al., 2020). Además, la coordinación ojo-mano es esencial para realizar paradas efectivas. El entrenamiento de atajar puede incluir ejercicios de agilidad, trabajo de pies, fortalecimiento del core y simulaciones de situaciones de juego para mejorar la capacidad de reacción y la toma de decisiones bajo presión (Porta, 1987). Desarrollar esta habilidad no solo depende de la aptitud física, sino también de la inteligencia táctica y la capacidad de comunicación con los defensores.

1.2.5. Patear

Patear es una acción fundamental en deportes como el fútbol, el rugby y el fútbol americano. La técnica de patear involucra una secuencia compleja de movimientos que comienzan con una carrera de impulso, seguida de un swing de pierna que impacta el balón (Aedo-Muñoz, et al., 2023). La precisión y la potencia del tiro dependen de factores como la posición del pie de apoyo, el ángulo del cuerpo y la parte del pie que contacta con el balón. Por otro lado, se dice que los diferentes tipos de tiros, como el tiro con efecto, el disparo de volea o el pase

de interior, requieren variaciones en la técnica y el enfoque (Aedo-Muñoz, et al., 2023). El entrenamiento para mejorar la habilidad de patear incluye ejercicios específicos para fortalecer los músculos de las piernas, mejorar la coordinación y la precisión, así como prácticas repetitivas para desarrollar la consistencia y la confianza en el tiro (Herrera Zapana, 2019).

1.3. Test de Gallahue

El Test de Gallahue es una herramienta clave en la evaluación del desarrollo motor en niños, enfocándose en capacidades motrices fundamentales como la locomoción, la manipulación y la estabilización (Gallahue y Ozmun, 2006). Este test, basado en el modelo del desarrollo motor de Gallahue, es ampliamente reconocido por su enfoque en el proceso y no solo en el producto del movimiento, permitiendo una comprensión más profunda de las capacidades motrices y su progreso a lo largo del tiempo.

Dentro de este marco, David Gallahue, profesor emérito de la Universidad de Indiana, desarrolló este modelo para proporcionar una estructura comprensible y aplicable para la enseñanza y evaluación de la educación física en niños. Dentro de este contexto, su trabajo ha sido fundamental en la comprensión del desarrollo motor desde la infancia hasta la adolescencia, destacando la importancia de las experiencias motoras adecuadas en las primeras etapas de la vida para el desarrollo integral del niño (Gallahue y Ozmun, 2006).

Por otro lado, el Test de Gallahue se estructura en diferentes etapas, cada una diseñada para evaluar aspectos específicos del desarrollo motor. Estas etapas incluyen evaluaciones de capacidades locomotoras (como correr y saltar), capacidades manipulativas (como lanzar y atrapar), y capacidades de estabilidad (como mantener el equilibrio) (Gallahue y Ozmun, 2006). De este modo, la aplicación de este test en un entorno escolar permite a los educadores identificar áreas de fortaleza y necesidad, facilitando la planificación de intervenciones pedagógicas adecuadas para cada estudiante (Gallahue, 2002).

1.3.1. Fases

El modelo de desarrollo motor propuesto por Gallahue proporciona una estructura detallada sobre cómo evolucionan las capacidades motrices en los niños a lo largo de su crecimiento. Según Araya et al. (2019), este modelo se divide en varias fases clave que reflejan el progreso en la adquisición de capacidades motrices, cada una con características y objetivos específicos.

a. Fase de movimientos Reflejos

Abarca desde la vida intrauterina hasta el nacimiento. En esta etapa inicial, el desarrollo se manifiesta a través de patrones de movimiento automáticos y reflejos, como la rotación de la cabeza y los movimientos de las extremidades (Araya et al, 2019). Estos movimientos reflejan una adaptación temprana del sistema nervioso y son cruciales para el procesamiento de estímulos y la preparación para el movimiento voluntario posterior.

b. Fase de Movimientos Rudimentarios

Se extiende desde el nacimiento hasta el segundo año de vida. Durante el primer año, los movimientos son predominantemente reflejos, mientras que en el segundo año se observa una transición hacia movimientos más controlados y voluntarios (Araya et al, 2019). Esta fase es fundamental para la superación de los reflejos primitivos y el desarrollo de capacidades motoras intencionales, aunque estas aún puedan parecer rudimentarias.

c. Fase de Capacidades Motrices Básicas

Se divide en tres sub-etapas: inicial (2-3 años), elemental (4-5 años) y madura (6-7 años). En la etapa inicial, los movimientos tienden a ser rígidos, pero progresivamente se vuelven más coordinados y fluidos en la etapa madura (Araya et al, 2019). Las capacidades adquiridas durante esta fase son esenciales, ya que forman la base sobre la cual se desarrollarán capacidades más avanzadas.

d. Fase de Capacidades Motrices Específicas

Comprende dos etapas: la de transición (7-10 años) y la específica (11-13 años). En esta fase, los niños mejoran su rendimiento motor al practicar y combinar capacidades en contextos deportivos (Araya et al, 2019). Esta etapa es crucial para la consolidación de capacidades motrices más complejas y la integración de estas en actividades específicas.

e. Fase de Capacidades Motrices Especializadas

Comienza a los 14 años y continúa hasta la adultez. En esta etapa, se observa una mejora significativa en la capacidad y eficiencia motriz, mientras que el individuo comienza a tomar decisiones más informadas sobre su participación en actividades según sus intereses y capacidades motrices desarrolladas (Araya et al, 2019).

CAPÍTULO 2: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Enfoque de investigación.

El trabajo de investigación emplea una metodología mixta que combina tanto el análisis cuantitativo como el cualitativo. Esta combinación ofrece una visión más completa de la realidad social al aprovechar tanto los aspectos numéricos como las experiencias individuales. Por un lado, se utilizan herramientas como el análisis probabilístico y la recopilación de datos numéricos, típicos de la investigación cuantitativa.

De esta manera se usa el análisis cualitativo dado que refiere al proceso de interpretación no matemático, que pretende descubrir conceptos y relaciones subyacentes dentro del conjunto de datos (Ñaupas Paitán et al., 2013). De esta manera, se incorporan enfoques cualitativos como las entrevistas abiertas y la aplicación de un test para la comprensión del fenómeno estudiado. Por consiguiente, en esta investigación, se aplicó un enfoque cualitativo en la elaboración y contextualización del marco teórico, también conocido como revisión del estado del arte. Este enfoque facilitó el estudio y análisis de las variables dependientes e independientes, específicamente, los juegos tradicionales y las capacidades motrices básicas.

Por otro lado, la investigación cuenta con un diseño no experimental, de corte transversal longitudinal porque no se manipulan variables, sino que se observan por medio de un test las capacidades motrices de los estudiantes a través de los juegos tradicionales sin intervenir en el proceso. El diseño transversal permite medir las capacidades en un momento específico durante el año lectivo, mientras que el componente longitudinal sigue a los mismos estudiantes a lo largo del tiempo. Esto ofrece una visión clara del impacto continuo de los juegos tradicionales en su desarrollo físico.

2.1.1. Tipo de investigación

a. Descriptiva

La investigación implica un análisis destinado a identificar características clave de un fenómeno particular. Su objetivo es describir las tendencias observadas en un grupo o población en estudio. Por tal razón, “Con el fin de que la descripción sea exacta, objetiva, el científico utiliza un lenguaje científico, formalizado, que supera las deficiencias del lenguaje natural.” (Ñaupas Paitán et al., 2013, p. 112). Es decir que este tipo de investigación sirvió para describir, caracterizar y explicar el fenómeno de estudio, que es “los juegos

tradicionales para el desarrollo de capacidades motrices básicas”, y así también la población que se utilizó para la realización de la investigación.

b. Documental

La investigación documental es un procedimiento científico, un proceso sistemático de indagación, recolección, organización, análisis e interpretación de información o datos en torno a un tema determinado. Al igual que otros tipos de investigación, éste es conducente a la construcción de conocimientos (Ñaupas Paitán et al., 2013). Entonces, este tipo de investigación será un apoyo para la construcción del marco teórico que, con ayuda de diferentes fuentes bibliográficas como libros, revistas, artículos científicos, entre otros, se pudo definir, conceptualizar y entender de mejor manera las variables a investigar.

2.1.2. Métodos de Investigación

a. Método Analítico

Este método de investigación fue de gran utilidad en el proceso de investigación, debido a que se analizó y discutió los resultados obtenidos de la encuesta e interpretar los resultados de esta, así mismo permitió construir el Marco Teórico, ya que, el método analítico ha sido la de un procedimiento que descompone un todo en sus elementos básicos y, por tanto, que va de lo general (lo compuesto) a lo específico (lo simple), es posible concebirlo también como un camino que parte de los fenómenos para llegar a las leyes, es decir, de los efectos a las causas (Ñaupas Paitán et al., 2013). Para ello, se deben seguir una serie de pasos que incluyen la presentación de los resultados de las técnicas de investigación, fundamentación con las opiniones de otros autores acerca de investigaciones similares.

b. Método Inductivo

Dentro del presente trabajo este método consintió en que el investigador llegará a las conclusiones de la investigación partiendo de los datos recolectados en la aplicación de las encuestas y entrevistas, y sus resultados serán analizados con ayuda de la estadística. Se fundamenta en la observación repetida de hechos y fenómenos de la realidad, mediante la identificación de características comunes en un grupo determinado, para arribar a conclusiones respecto a los aspectos que lo caracterizan (Ñaupas Paitán et al., 2013).

c. Método Deductivo

Este tipo de método permitió estudiar a los docentes de octavos años de Educación Básica, es decir, analizar sus perspectivas, experiencias y así llegar a datos particulares, logrado así llegar a resultados positivos en la investigación. Cabe destacar que, el método deductivo es un proceso racional que parte de lo general para llegar a lo particular. Una de sus características es que las conclusiones obtenidas mediante la deducción son verdaderas si las premisas de las que se originan también lo son (Ñaupas Paitán et al., 2013).

d. Método sintético

En la investigación, el método sintético fue utilizado especialmente en el capítulo de la propuesta. Esto se debió a que este enfoque permitió resumir y consolidar información compleja de manera efectiva, lo cual resultó invaluable al presentar una propuesta de investigación clara y concisa (Ñaupas Paitán et al., 2013). Al emplear este método, los investigadores pudieron organizar y presentar de manera coherente los elementos clave de su propuesta. Este método, al ser un proceso de análisis y síntesis, buscó resumir algún tema, situación o acontecimiento; por lo tanto, fue utilizado en el capítulo de la propuesta.

e. Método estadístico

Se utilizó un método estadístico para analizar los datos obtenidos de la evaluación de las capacidades motrices básicas de los estudiantes. Por ende, este análisis no solo permitió identificar patrones y tendencias en los resultados, sino que también proporcionó una base sólida para la discusión de los hallazgos (Hernández Sampieri y Mendoza, 2018). De este modo, el enfoque estadístico utilizado se convirtió en un elemento clave para fundamentar las recomendaciones y acciones futuras en el ámbito educativo, contribuyendo a un desarrollo físico más integral de los alumnos.

2.2. Técnicas e instrumentos de investigación

2.2.1. Test

Se aplicó el test de Gallahue, una herramienta ampliamente utilizada para evaluar el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los niños. Este test fue tomado del libro "Developmental Physical Education for All Children" escrito por Gallahue y Cleland-

Donnelly (2003). Este recurso ha sido ampliamente reconocido y utilizado en estudios sobre desarrollo motor en el ámbito educativo, además se toma en cuenta por otras publicaciones de estudiantes de la Universidad Técnica del Norte que también lo han aplicado, por ende, destacan su importancia en el campo de la educación física y el desarrollo motor infantil. De tal modo, según Gallahue y Cleland-Donnelly (2003), el test permite clasificar a los estudiantes en tres niveles de desarrollo: inicial, elemental y maduro. Esto garantiza que la prueba mida con precisión las variables previstas y produzca resultados consistentes a lo largo del tiempo.

2.2.2. Entrevista

La entrevista es la técnica de investigación usada en este proyecto porque permitió recopilar información directa de los docentes de cultura física de la institución. Esta técnica fue clave para obtener una comprensión detallada sobre los temas relacionados con los juegos tradicionales y su impacto en el desarrollo de las capacidades motrices básicas de los estudiantes. A través de un conjunto de diez preguntas abiertas, que constituyeron el instrumento de la entrevista, se lograron respuestas profundas y matizadas sobre la implementación de estas actividades en el entorno educativo, resaltando tanto los beneficios como los desafíos que enfrentan los docentes en su uso pedagógico (Hernández Sampieri y Mendoza, 2018).

2.2.3. Guía estructurada

En la investigación, se consideró como instrumento a una guía estructurada que detallaba las capacidades motrices básicas que debían ser evaluadas en cada estudiante. Esta guía contenía descripciones claras y precisas de las capacidades a medir (Gallahue y Cleland-Donnelly, 2003). Además, incluía los criterios específicos para clasificar cada capacidad en uno de los tres niveles de desarrollo: inicial, elemental, y maduro. Cada habilidad fue descrita en términos de ejecución técnica, lo que permitió observar y registrar de manera objetiva el nivel de desempeño de cada estudiante. Los resultados de las pruebas se califican asignando una puntuación de 1 para el nivel inicial, 2 para el nivel elemental y 3 para el nivel maduro, proporcionando así una evaluación clara y estructurada del estado motor de cada estudiante.

2.2.4. Guía de preguntas

La guía de preguntas para esta investigación estuvo compuesta por 10 reactivos específicamente diseñados para abordar los temas de los juegos tradicionales y las

capacidades motrices. Cada reactivo fue formulado con el objetivo de recopilar información valiosa que respaldara el enfoque del trabajo. De tal modo, estos reactivos permitieron explorar diferentes aspectos sobre el uso de juegos tradicionales y también sobre el desarrollo de las capacidades motrices en los estudiantes, facilitando así una comprensión más profunda de la relación entre ambas áreas (Hernández Sampieri y Mendoza, 2018).

La guía de preguntas proporciona un marco sólido que asegura la consistencia y la exhaustividad en la recopilación de información. Por ende, los autores Ñaupas Paitán et al. (2013), afirman que, “Son aquellas que permiten al informante decir lo que piensa sin más limitaciones que el espacio que se le concede para responder a la pregunta” (p. 293). De esta manera se pretende obtener información valiosa y que ayude a sustentar el tema de investigación.

2.3. Preguntas de investigación

- ¿Qué juegos tradicionales tienen mayor influencia en el desarrollo de las diferentes capacidades motrices básicas de los estudiantes de 8vo año de EGB según los docentes de la institución?
- ¿Cómo se encuentra el nivel de desarrollo de las capacidades motrices básicas de los estudiantes de 8vo año de EGB en la Unidad Educativa "Teodoro Gómez de la Torre", según los resultados del test de Gallahue?
- ¿Cómo diseñar una guía de juegos tradicionales que fomente el desarrollo de las capacidades motrices básicas en estudiantes de 8vo año de EGB de manera eficiente y práctica?

2.4. Matriz de operacionalización de variables

A continuación, se muestra en la Tabla 2 la matriz de relación diagnóstica para la investigación.

Tabla 1. *Matriz de operacionalización de variables.*

| Concepto | Categoría | Dimensión | Indicador | Técnica |
|--|------------|---|--|------------|
| Son juegos tradicionales que se han desarrollado en la comunidad, y los juegos son aquellos donde los participantes alcanzan una meta final. | 1.1. Juego | 1.1.1. Conceptualización de los juegos tradicionales | <ul style="list-style-type: none"> • Definiciones. • Características • Desarrollo • Participación y Popularidad • Importancia de los juegos tradicionales | Entrevista |
| | | 1.1.2. Clasificación de los juegos tradicionales | <ul style="list-style-type: none"> • Juegos al aire libre • Juegos individuales • Juegos colectivos • Juegos de cambio de rol | |
| | | 1.1.3. Juegos tradicionales en Ecuador | <ul style="list-style-type: none"> • Juego de la silla • Rayuela • Encantados • Tingo tango • Juego del pañuelo | |

Tabla 2. *Tabla de universo. Cuadros*

| Grado | Paralelo | Número de estudiantes |
|--------|----------|-----------------------|
| Octavo | A | 38 |
| | B | 38 |
| | C | 38 |
| | D | 38 |
| | F | 38 |
| | G | 38 |
| | H | 38 |
| | Total | |

Nota. Elaboración propia.

2.6. Cálculo de la muestra

$$n = \frac{N\sigma^2Z^2}{(N-1)E^2 + \sigma^2Z^2}$$

N= Tamaño de la población

n= Tamaño de la muestra

σ = Varianza de la población (0.25)

N-1= Correlación que se usa para muestras mayores

E= Limite aceptado de error 0.05

t= Niveles de confianza (1.95)

Aplicando la formula se obtiene lo siguiente:

$$n = \frac{304 * 0.25 * 1.95^2}{(304 - 1) (0.05^2) + (0.25 * 1.95^2)}$$

$$n = \frac{304 * 0.25 * 3.80}{(303) (0.0025) + (0.25 * 3.80)}$$

$$n = \frac{288.8}{0,75 + 0,95}$$

$$n = \frac{288.8}{1.7}$$

$n = 170$ estudiantes

Fracción muestral

$$f = \frac{n}{N}$$

$$f = \frac{170}{304}$$

$$f = 0,55$$

$$55\%$$

Se entiende que la muestra es el 55% aproximadamente del total de la población.

2.7. Procesamiento de datos y análisis de datos

La recolección de datos se realizó en la Unidad Educativa "Teodoro Gómez de la Torre" con la autorización necesaria, utilizando el Test de Gallahue para evaluar las capacidades motrices básicas de los estudiantes. Los datos obtenidos se procesaron en SPSS versión 25, donde se generaron tablas de frecuencia para visualizar la distribución de las capacidades motrices básicas evaluadas. Este análisis permitió identificar patrones y tendencias, facilitando la discusión y el diseño de estrategias pedagógicas para mejorar las capacidades motrices de los estudiantes.

CAPÍTULO 3: RESULTADOS Y ANALISIS

3.1. Análisis del test de Gallahue

En este capítulo se presentan y analizan los resultados obtenidos de diversas pruebas físicas relacionadas con las capacidades motrices básicas deportivas. Los datos se clasifican en tres niveles de desarrollo: inicial, elemental y maduro. Las siguientes secciones detallan los hallazgos para cada capacidad evaluada, con énfasis en los movimientos específicos de diferentes partes del cuerpo.

Capacidad: Carrera

Tabla 3. Datos proporcionados de la capacidad (Carrera).

| | Inicial | Elemental | Maduro |
|---|---------|-----------|--------|
| Movimiento de las piernas (vista lateral) | 75% | 21% | 4% |
| Movimiento brazos | 64% | 29% | 7% |
| Movimiento de las piernas (vista posterior) | 81% | 15% | 4% |

Elaboración propia. Fuente: Test (2024).

Análisis:

Los resultados revelan que dentro de la capacidad “Carrera” una mayoría significativa de los estudiantes se encuentra en los niveles inicial y elemental en el movimiento de las piernas y brazos, con porcentajes que oscilan entre el 64% y el 81% en la categoría inicial. Esto indica un potencial considerable para el desarrollo en estas capacidades, aunque solo un pequeño porcentaje, entre el 4% y el 7%, ha alcanzado el nivel maduro. En el análisis de la carrera, se observan los movimientos de piernas desde vistas laterales y posteriores, así como los movimientos de brazos. En el movimiento de las piernas visto lateralmente, el 75% de los sujetos evaluados se encuentran en el nivel inicial, lo que indica una prevalencia de técnicas básicas. Esto sugiere que los participantes aún no han desarrollado la coordinación y fuerza necesarias para optimizar su técnica. Solo un 4% alcanza un nivel maduro, demostrando una ejecución avanzada y eficiente de la técnica. Esta distribución sugiere que la mayoría de los evaluados no han practicado lo suficiente para perfeccionar sus movimientos, lo cual es

consistente con estudios previos que destacan la importancia de la práctica y la intervención técnica en el desarrollo de capacidades motoras complejas (Smith y Brown, 2019).

En cuanto a los movimientos de los brazos, un 64% de los participantes se encuentran en la fase inicial, mientras que solo un 7% ha desarrollado una técnica madura. Este hallazgo resalta una debilidad significativa en la coordinación entre las extremidades superiores e inferiores, que es crucial para una carrera eficiente y efectiva. Investigaciones han mostrado que el movimiento adecuado de los brazos puede mejorar significativamente la velocidad y la estabilidad durante la carrera (Johnson et al., 2018).

Desde una vista posterior, la mayoría de los movimientos de piernas se clasifican como iniciales (81%), con un mínimo avance hacia técnicas maduras. Este patrón sugiere que los corredores tienen dificultades en mantener una alineación adecuada y en realizar movimientos eficaces, lo cual es fundamental para evitar lesiones y mejorar el rendimiento. La falta de desarrollo en esta área podría ser atribuida a un entrenamiento inadecuado o a una falta de énfasis en la técnica correcta durante las sesiones de práctica (García y et al., 2020).

Capacidad: tiro por encima del hombro

Tabla 4. Datos proporcionados de la capacidad (tiro por encima del hombro).

| | Inicial | Elemental | Maduro |
|----------------------------------|---------|-----------|--------|
| Movimiento de brazos | 61% | 22% | 17% |
| Movimiento de tronco | 75% | 17% | 8% |
| Movimiento de las piernas y pies | 89% | 8% | 3% |

Elaboración propia. Fuente: Test (2024).

Análisis:

Con respecto a los resultados arrojados en la capacidad motriz de “Tiro por encima del hombro” indica que, en el movimiento de brazos, el 61% de los estudiantes está en el nivel

inicial, el 22% en el nivel elemental y el 17% en el nivel maduro. Para el movimiento de tronco, el 75% se encuentra en el nivel inicial, el 17% en el elemental y el 8% en el maduro. En el caso del movimiento de las piernas y pies, un 89% está en el nivel inicial, el 8% en el elemental y solo un 3% en el maduro. El análisis del tiro por encima del hombro se enfoca en los movimientos de brazos, tronco y piernas. Un 61% de los sujetos muestran movimientos iniciales de brazos, con un 17% alcanzando un nivel maduro, lo que sugiere una mejoría gradual en la técnica de tiro. Este avance gradual podría estar relacionado con una mayor atención en el entrenamiento de la fuerza y la coordinación de los brazos, aspectos que son críticos en deportes que requieren tiros precisos y potentes (Lee y Kim, 2017).

En los movimientos del tronco, el 75% son iniciales, con un escaso 8% en nivel maduro, reflejando una falta de desarrollo en esta área específica. Esto es consistente con la literatura que sugiere que el desarrollo de la fuerza y la coordinación del tronco es un proceso más complejo y largo, que requiere ejercicios específicos y repetitivos para mejorar la estabilidad y la potencia (Thompson y Morgan, 2016).

Los resultados para el movimiento de las piernas y pies indican una mayor proporción de técnicas básicas (89%), con solo un 3% alcanzando el nivel maduro. Este desequilibrio sugiere que, a pesar de la importancia del tren inferior en la generación de fuerza y estabilidad durante el tiro, muchos atletas no están dedicando suficiente tiempo al desarrollo de estas capacidades. Estudios recientes han enfatizado la necesidad de un enfoque integral en el entrenamiento que incluya ejercicios específicos para mejorar la fuerza y la coordinación de las extremidades inferiores (Pérez et al., 2021).

Capacidad: Salto en largo

Tabla 5. *Datos proporcionados de la capacidad (Salto en largo).*

| | Inicial | Elemental | Maduro |
|----------------------|---------|-----------|--------|
| Movimiento de brazos | 75% | 4% | 22% |

| | | | |
|------------------------------------|-----|-----|-----|
| Movimiento de tronco | 74% | 2% | 24% |
| Movimiento de las piernas y cadera | 70% | 16% | 14% |

Elaboración propia. Fuente: Test (2024).

Análisis:

Los resultados revelan que, una proporción significativa de estudiantes presenta debilidades en esta capacidad. De tal modo, se presenta que, en el movimiento de brazos, el 75% de los estudiantes se encuentra en el nivel inicial, el 4% en el nivel elemental y el 22% en el nivel maduro. Así mismo, en el movimiento de tronco, el 74% está en el nivel inicial, el 2% en el elemental y el 24% en el maduro. Por último, en el movimiento de las piernas y cadera, el 70% se clasifica en el nivel inicial, el 16% en el elemental y el 14% en el maduro. Al analizar, se observó que los movimientos de los brazos presentan un notable predominio en la fase inicial, con un 75% de los participantes categorizados en ella, mientras que un 22% demuestra un nivel maduro de la técnica. Esta distribución sugiere una prevalencia considerable de técnicas básicas de movimiento del brazo entre los participantes del salto de longitud, y una proporción menor muestra capacidades más refinadas.

De manera similar, los movimientos del tronco en salto de longitud muestran una representación predominantemente de la fase inicial, con el 74% de los participantes categorizados en consecuencia, mientras que el 24% exhibe una técnica madura. Esta distribución es paralela a la de los movimientos de los brazos, lo que indica una presencia sustancial de técnicas rudimentarias de movimiento del tronco entre los participantes, junto con una proporción notable que muestra capacidades avanzadas.

En el ámbito de los movimientos de piernas y caderas, el análisis revela que el 70% de los participantes se sitúan en la fase inicial, y una proporción relativamente mayor (14%) alcanza la madurez en comparación con otras partes del cuerpo. Esta distribución subraya el papel fundamental de los movimientos de piernas y caderas en las primeras etapas del desarrollo de capacidades de salto de longitud, con una progresión notable hacia técnicas más refinadas.

La investigación de Myer et al. (2011) enfatiza la importancia de los movimientos coordinados de brazos, tronco, piernas y cadera para optimizar el rendimiento en salto de longitud, destacando la necesidad de enfoques de entrenamiento integrados que aborden

todos los aspectos del desarrollo de la técnica. Además, Lloyd et al. (2016) enfatizan la importancia de la eficiencia biomecánica en la ejecución del salto de longitud, subrayando el papel de los patrones de movimiento maduros en la maximización de la distancia del salto.

Concluyendo, el análisis de los movimientos de brazos, tronco, piernas y cadera en el salto de longitud revela distintas trayectorias de desarrollo, con distribuciones variables observadas en las diferentes fases. Los hallazgos subrayan la importancia de las intervenciones de entrenamiento específicas destinadas a mejorar el dominio de la técnica en todos los aspectos del salto.

Capacidad: Atajar

Tabla 6. *Datos proporcionados de la capacidad (Atajar).*

| | Inicial | Elemental | Maduro |
|----------------------|---------|-----------|--------|
| Movimiento de cabeza | 12% | 44% | 44% |
| Movimiento de brazos | 38% | 37% | 25% |
| Movimiento de manos | 59% | 21% | 20% |

Elaboración propia. Fuente: Test (2024).

Análisis:

El resultado obtenido en la capacidad motriz de “Atajar” indica que, en general, el 12% de los estudiantes se encuentra en el nivel inicial para el movimiento de cabeza, mientras que un 44% se clasifica en los niveles elemental y maduro, lo que sugiere una capacidad adecuada en estos aspectos. Para el movimiento de brazos, el 38% está en el nivel inicial, con un 37% en el elemental y el 25% en el maduro, lo que resalta una necesidad de desarrollo en esta área. Finalmente, el movimiento de manos muestra que un 59% está en el nivel inicial, mientras que solo un 21% y un 20% alcanzan los niveles elemental y maduro, respectivamente. Tras el análisis, se observó que los movimientos de la cabeza muestran una distribución notable entre los niveles de desarrollo, con un 12% categorizado como inicial y una distribución igual del 44% cada uno en las fases elemental y madura. Esta distribución sugiere una progresión desde técnicas de movimiento de cabeza rudimentarias a técnicas refinadas a medida que avanzan el desarrollo de esta capacidad.

En el ámbito de la investigación, ha llamado la atención la importancia de los movimientos de la cabeza en la actuación eficaz del portero. Un estudio de Williams et al. (2018) acentúa el papel del escaneo visual, estrechamente asociado con los movimientos de la cabeza, en la anticipación e intercepción exitosa de los disparos. Además, Bar-Eli et al. (2011) descubrieron que los porteros de élite demuestran capacidades de percepción superiores, incluidos patrones eficientes de movimiento de la cabeza, lo que les permite seguir la trayectoria del balón con mayor precisión.

Pasando a los movimientos de brazos, el análisis indica una distribución más equilibrada, con mayor presencia en la fase inicial (38%) y menor representación en la madurez (25%). Esta distribución sugiere que, si bien los movimientos del brazo son cruciales durante las etapas de desarrollo, pueden someterse a refinamiento y optimización a medida que progresan las capacidades de los porteros.

La investigación realizada por Helsen et al. (2012) apoya la importancia de los movimientos del brazo en el portero, destacando su papel en el posicionamiento y alcance del balón de manera efectiva. Además, Mann et al. (2016) enfatizan la naturaleza adaptativa de los movimientos del brazo en respuesta a las diferentes demandas de las diferentes trayectorias de tiro, subrayando aún más su importancia en la competencia del portero.

Por último, los movimientos de la mano presentan un marcado dominio en la fase inicial, con un 59% catalogados como tales, mientras que sólo un 20% alcanza una técnica madura. Esta prevalencia de los movimientos iniciales de la mano subraya el papel fundamental que desempeñan en las primeras etapas de la adquisición de capacidades de portero.

Capacidad: Patear

Tabla 7. *Datos proporcionados de la capacidad (Patear).*

| | Inicial | Elemental | Maduro |
|-------------------------------|---------|-----------|--------|
| Movimiento de brazos y tronco | 87% | 0% | 13% |
| Movimiento de las piernas | 83% | 8% | 9% |

Elaboración propia. Fuente: Test (2024).

Análisis:

Los resultados obtenidos indican que hay áreas significativas que se deben mejorar. De tal modo, un 87% de los estudiantes se encuentra en el nivel inicial en el movimiento de brazos y tronco, lo que es preocupante, ya que solo un 13% alcanza el nivel maduro. Asimismo, en el movimiento de las piernas, un 83% está en el nivel inicial, con solo un 8% en el elemental y un 9% en el maduro, lo que también indica un desempeño deficiente. Tras el análisis, es evidente que los movimientos de brazos y tronco exhiben predominantemente técnicas de fase inicial, con una abrumadora mayoría (87%) categorizados como tales, mientras que apenas un 13% demuestra un nivel maduro de técnica. Esta distribución subraya una prevalencia significativa de patrones básicos de movimiento de brazos y tronco entre los participantes, y una proporción limitada muestra capacidades más refinadas.

De manera similar, los movimientos de las piernas al patear muestran una alta prevalencia de técnicas de fase inicial, con el 83% de los participantes categorizados en consecuencia y una proporción menor (9%) que demuestra un nivel maduro de técnica. Esta distribución resalta el papel fundamental de los movimientos básicos de las piernas en el dominio de las patadas, con una progresión modesta hacia técnicas más avanzadas. Por otro lado, la investigación de Zhang et al. (2018) enfatiza la importancia de los movimientos coordinados de brazos, tronco y piernas para optimizar el rendimiento de las patadas, destacando la necesidad de enfoques de entrenamiento integrados que aborden todos los aspectos del desarrollo de la técnica. Además, Hrysomallis (2011) destaca la importancia de la eficiencia biomecánica en la ejecución de patadas, subrayando el papel de los patrones de movimiento maduros para mejorar la precisión y la potencia.

Por tanto, la evaluación de los movimientos de brazos, tronco y piernas en la capacidad de patada revela una presencia predominante de técnicas de fase inicial, con representación limitada en los niveles elemental y maduro. Los hallazgos subrayan la importancia de las intervenciones de entrenamiento específicas destinadas a mejorar el dominio de la técnica en todos los componentes de la patada.

3.2. Resultados de la entrevista

En el marco de la investigación, se llevó a cabo una serie de entrevistas con docentes de cultura física de la Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre”. El objetivo principal de estas entrevistas fue obtener una comprensión profunda de la percepción y las prácticas

actuales en torno a la implementación de juegos tradicionales en la enseñanza de las capacidades motrices. De tal modo, la entrevista se estructuró en torno a diez preguntas abiertas que abordaron aspectos clave como la importancia de los juegos tradicionales, su integración en el currículo, y los desafíos y beneficios percibidos en su aplicación. Este enfoque permitió a los docentes expresar libremente sus experiencias y opiniones, proporcionando así una perspectiva valiosa sobre cómo estos juegos pueden contribuir al desarrollo integral de los estudiantes.

Finalmente, en este análisis, se examinaron las respuestas obtenidas, identificando patrones comunes, áreas de consenso y divergencia entre los entrevistados. A través de este análisis, se pretende aportar una visión detallada que apoye la mejora continua en la enseñanza de las capacidades motrices básicas y promueva el enriquecimiento de la experiencia educativa de los estudiantes.

Pregunta 1. ¿Cuáles son los juegos tradicionales más comunes que se utilizan en clases de Educación Física?

Docente 1: Mencionó que, en su experiencia, se utilizan diversos juegos tradicionales que son tanto populares como efectivos. Esparza (2024), señala que, entre los más comunes se encuentran la rayuela, que es excelente para desarrollar la coordinación y el equilibrio; el juego de la soga, en sus diferentes variantes, que fomenta el trabajo en equipo y la fuerza; y los juegos de atrapadas y escondites, que promueven la agilidad y la velocidad. Además, incorpora juegos como las rondas, las canicas, el pañuelo y las carreras de sacos, que ofrecen oportunidades para desarrollar capacidades motrices básicas y mantienen a los estudiantes comprometidos y activos durante las clases (Esparza, 2024).

Docente 2: El docente mencionó que entre los juegos tradicionales ecuatorianos más utilizados en Educación Física se encuentran la rayuela, encostalados, el quemado y las carreras de relevos. Inchao (2024), destaca que estos juegos, debido a su simplicidad y dinamismo, permiten a los estudiantes desarrollar ciertas capacidades motoras básicas. Además, destaca que fomentan el trabajo en equipo, la coordinación y la resistencia física.

Pregunta 2. ¿Qué juegos tradicionales cree que son más efectivos para desarrollar las capacidades específicas como correr, saltar, lanzar o atrapar?

Docente 1: El docente indicó que ciertos juegos tradicionales son particularmente eficaces para mejorar estas capacidades físicas. Así mismo, Esparza (2024), señala que para desarrollar la habilidad de correr, recomendó juegos como las atrapadas, chapas y choros, las carreras de relevos, ya que promueven la velocidad y la resistencia. En cuanto al salto, sugirió juegos como la rayuela y el juego de la cuerda, que ayudan a mejorar la coordinación, el equilibrio y la resistencia. Para el lanzamiento, el juego del quemado y las canicas son útiles para perfeccionar la precisión y la fuerza en el lanzamiento. Finalmente, para trabajar la habilidad de atrapar, el juego del pañuelo y las variantes de los juegos de quemados, así como las carreras de sacos y la cuerda, son efectivos para desarrollar la agilidad y la coordinación en la captura de objetos (Esparza, 2024).

Docente 2: Mencionó que los juegos más eficaces para trabajar estas capacidades incluyen aquellos que fomentan la coordinación y el equilibrio, como caminar sobre una línea recta para mejorar la orientación y estabilidad. Inchao (2024), también mencionó que juegos tradicionales como la rayuela o el ensacado son útiles para desarrollar el salto y la agilidad, mientras que el quemado y las carreras de relevos son efectivos para trabajar la velocidad, la precisión en el lanzamiento y la capacidad de atrapar.

Pregunta 3. ¿Cómo se percibe la motivación y el entusiasmo de los estudiantes al participar en juegos tradicionales comparado con otras actividades físicas?

Docente 1: La motivación y el entusiasmo de los estudiantes suelen ser significativamente mayores cuando participan en juegos tradicionales en comparación con otras actividades físicas más estructuradas o competitivas. Esparza (2024), destaca que esto se debe a que los juegos tradicionales ofrecen una experiencia más divertida y espontánea, caracterizada por su flexibilidad, variedad e inclusividad. Los estudiantes se sienten atraídos por los pequeños desafíos y las competencias amistosas que estos juegos proporcionan, lo que fomenta un ambiente de participación y disfrute (Esparza, 2024).

Docente 2: El docente señaló que, aunque algunos estudiantes valoran y comprenden las tácticas de los juegos tradicionales, muchos muestran más interés por actividades modernas que utilizan tecnología o equipos especializados. Además, Inchao (2024), indicó que las nuevas generaciones suelen preferir juegos actuales que involucran máquinas o elementos tecnológicos, lo que ha disminuido el entusiasmo hacia los juegos tradicionales en comparación con otras formas de actividad física más innovadoras.

Pregunta 4. ¿Qué recomendaciones haría a docentes sobre la integración de juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas?

Docente 1: Recomendó que, para integrar eficazmente los juegos tradicionales, los docentes deben primero definir objetivos específicos claros para cada actividad, asegurando que estos se alineen con las capacidades motrices que se desean desarrollar. Además, Esparza (2024), señala que es crucial seleccionar juegos apropiados para el nivel de edad y desarrollo de los estudiantes, evitando la monotonía mediante una variedad de juegos. Los docentes también deben adaptar y modificar los juegos según las necesidades del grupo y fomentar la participación inclusiva, asegurándose de que todos los estudiantes tengan un rol activo. Finalmente, se debe incorporar una reflexión y retroalimentación constructiva antes y después de las actividades para mejorar las capacidades de los estudiantes y fortalecer el aprendizaje (Esparza, 2024).

Docente 2: Considera que es fundamental hacer un llamado a los docentes de Educación Física para que promuevan activamente los juegos tradicionales en sus clases. Además, Inchao (2024) señala que estos juegos son esenciales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas, especialmente en los niveles de educación básica elemental, ya que permiten a los estudiantes fortalecer capacidades como la coordinación, el equilibrio y la agilidad de una manera lúdica y culturalmente significativa.

Pregunta 5. ¿Ha utilizado el test de Gallahue para evaluar las capacidades motrices básicas de sus estudiantes? Si es así, ¿cómo fue su experiencia?

Docente 1: El docente indicó que no ha tenido la oportunidad de utilizar el test de Gallahue hasta el momento. Esparza (2024), explicó que este test no está incluido en los procedimientos de diagnóstico que emplea habitualmente. Sin embargo, manifestó su interés en investigar más sobre el test de Gallahue para evaluar su posible adecuación a su práctica educativa y determinar si podría integrarse en su trabajo con los estudiantes (Esparza, 2024).

Docente 2: Explicó que, desde el inicio de su carrera, ha implementado este tipo de evaluaciones para identificar las capacidades motrices básicas de sus estudiantes. Inchao (2024) según su experiencia, el uso de estas pruebas permite detectar cuáles niños tienen una buena coordinación, flexibilidad, estabilidad y elasticidad, y también ayuda a identificar aquellos que, durante su infancia, no recibieron una adecuada educación física. A partir de

los resultados, puede diseñar estrategias de intervención más efectivas para mejorar sus capacidades.

Pregunta 6. ¿Cómo describiría el nivel actual de las capacidades motrices básicas de los estudiantes de 8vo año de la institución?

Docente 1: El docente observó que el nivel de las capacidades motrices básicas varía considerablemente entre los estudiantes, dependiendo de varios factores. Esparza (2024), refiere que, a esta edad, las capacidades de correr y velocidad suelen estar bien desarrolladas en la mayoría de los estudiantes. Sin embargo, las capacidades relacionadas con saltar, la coordinación, la fuerza y el lanzamiento se encuentran en proceso de desarrollo. El docente enfatizó la importancia de continuar trabajando en estas capacidades y recomendó realizar evaluaciones regulares y personalizadas para cada estudiante. Sugirió que se podrían utilizar herramientas como el test de Gallahue u otras evaluaciones adecuadas para identificar áreas de fortaleza y necesidades de mejora en el desarrollo motriz (Esparza, 2024).

Docente 2: En la actualidad, muchos estudiantes muestran menor interés por actividades que requieran esfuerzo físico. Señaló que las nuevas generaciones tienden a preferir actividades más pasivas o tecnológicas, lo que ha afectado el desarrollo de sus capacidades motrices básicas, como la coordinación, la resistencia y la fuerza (Inchao, 2024). Esto se refleja en una disminución del rendimiento en tareas que implican esfuerzo físico, ya que los estudiantes parecen menos motivados a realizar actividades que demanden trabajo físico constante.

Pregunta 7. ¿Cómo se puede mejorar la precisión y relevancia de los Test en la evaluación de las capacidades motrices de los estudiantes?

Docente 1: Destacó que es crucial adoptar un enfoque adaptativo y sistemático para mejorar la precisión y relevancia de las evaluaciones. Esto implica seleccionar juegos y actividades específicos para el grupo de edad de los estudiantes, asegurando que las pruebas sean adecuadas para su nivel de desarrollo. Además, Esparza (2024), señala que, es fundamental proporcionar instrucciones claras y utilizar herramientas adecuadas para la evaluación. El docente también sugirió que el análisis de datos previos, si se dispone de ellos, puede ayudar a ajustar y mejorar las pruebas. Implementar estos pasos contribuye a asegurar que las evaluaciones sean precisas y efectivas para promover un desarrollo físico integral en los estudiantes (Esparza, 2024).

Docente 2: Sugirió que la mejora de estas evaluaciones depende, en parte, de la colaboración de los padres de familia. Señaló que, si los padres inculcan desde una edad temprana valores como el esfuerzo y la disciplina, los estudiantes estarán más receptivos y comprometidos en las pruebas físicas. Además, Inchao (2024), considera que es fundamental ajustar los test para que reflejen con mayor exactitud las capacidades individuales, asegurando que estas herramientas de evaluación se adapten a las necesidades y características específicas de cada estudiante.

Pregunta 8. ¿Cuáles son, desde su perspectiva, las ventajas más significativas de utilizar tests en la evaluación educativa?

Docente 1: Indicó que los tests son herramientas valiosas en la evaluación educativa por varias razones. Primero, proporcionan una forma estructurada y objetiva de medir el aprendizaje de los estudiantes. Además, Esparza (2024), señala que permiten diagnosticar necesidades específicas y ofrecer retroalimentación precisa, lo que facilita la toma de decisiones basadas en datos concretos. Estos aspectos contribuyen a una evaluación más efectiva y a la implementación de estrategias educativas informadas.

Docente 2: Los tests estandarizados en el ámbito educativo ofrecen varias ventajas clave. Primero, proporcionan un marco normativo que facilita la corrección y la promoción de diversas evaluaciones, asegurando que los resultados sean comparables y consistentes (Inchao, 2024). Además, los tests permiten identificar áreas de mejora en el desempeño de los estudiantes y ajustar las estrategias de enseñanza para abordar las necesidades específicas. En general, estos instrumentos ayudan a medir de manera objetiva el progreso y las capacidades de los estudiantes, lo que contribuye a una evaluación más precisa y efectiva.

Pregunta 9. ¿Qué juegos tradicionales incluiría en una guía didáctica destinada a mejorar las capacidades motrices de los estudiantes?

Docente 1: Sugirió que incluiría una variedad de juegos tradicionales, tanto los más conocidos como aquellos menos comunes. Esparza (2024), recomienda buscar alternativas y variantes de estos juegos para fomentar su práctica en el ámbito educativo. Incorporar una amplia gama de juegos no solo haría el aprendizaje de capacidades motrices más divertido y efectivo, sino que también promovería una participación más activa de los estudiantes (Esparza, 2024).

Docente 2: Recomendó la inclusión de varios juegos tradicionales que favorecen el desarrollo de las capacidades motrices básicas. Entre estos juegos, destacan la rayuela, que mejora la coordinación y el equilibrio mediante saltos en casillas; el ensacado, que fomenta la agilidad y el control del cuerpo a través de saltos dentro de sacos; y la carrera de relevos, que fortalece la velocidad y el trabajo en equipo. Además, el juego del quemado, que implica lanzar una pelota para tocar a los compañeros, es útil para desarrollar la precisión y la agilidad en el lanzamiento y la evasión (Inchao, 2024). Estos juegos no solo contribuyen al desarrollo físico, sino que también promueven valores como la cooperación y la competencia sana.

Pregunta 10. ¿Cuáles son los elementos clave que debe incluir una guía didáctica efectiva para apoyar la enseñanza en el aula?

Docente 1: El docente destacó que los elementos fundamentales son tener objetivos claros y precisos, así como metas bien definidas. Esparza (2024), destaca también es esencial contar con una planificación estructurada que incluya una secuencia lógica de actividades, avanzando de lo sencillo a lo complejo. La guía didáctica debe incorporar un método pedagógico adaptado a las necesidades de los estudiantes, utilizando materiales y recursos adecuados y accesibles. Estos elementos facilitan una enseñanza más efectiva, mejoran la experiencia de aprendizaje y apoyan al docente en sus actividades diarias (Esparza, 2024).

Docente 2: Una guía didáctica efectiva debe contener varios elementos esenciales. En primer lugar, debe presentar objetivos de aprendizaje claros y específicos que orienten las actividades y evaluaciones. Además, es crucial incluir una descripción detallada de las actividades, asegurando que sean variadas y adecuadas para desarrollar las capacidades deseadas. Según Inchao (2024), menciona que la guía también debe proporcionar estrategias de evaluación para medir el progreso de los estudiantes de manera objetiva y continua. Asimismo, es importante incluir recursos y materiales didácticos necesarios, junto con recomendaciones para adaptar las actividades a diferentes niveles de habilidad. Por último, la guía debe ofrecer pautas para la gestión del aula, facilitando un ambiente de aprendizaje organizado y efectivo.

3.3. Análisis de la entrevista

El análisis de las respuestas brindadas por los docentes de Cultura Física revela una variedad de juegos tradicionales utilizados en clases, tales como la rayuela y las carreras de sacos, que

son valorados por su capacidad para desarrollar diversas capacidades motrices básicas como la coordinación, el equilibrio y la agilidad (Ramírez y Meza, 2022). Además, estos juegos fomentan la cooperación y el trabajo en equipo, lo que es crucial para el desarrollo integral de los estudiantes. Por consiguiente, los docentes también coinciden en que juegos como el quemado son efectivos para trabajar la precisión y la fuerza en el lanzamiento, destacando la importancia de la adaptabilidad de los juegos a las necesidades de los estudiantes (Ramírez y Meza, 2022). Sin embargo, las percepciones sobre la motivación de los estudiantes hacia los juegos tradicionales varían, sugiriendo que las nuevas generaciones pueden mostrar un interés más fuerte en actividades tecnológicas.

Respecto al uso de herramientas como el test de Gallahue para evaluar capacidades motrices, se evidencia que algunos docentes están interesados en conocer más sobre su aplicación, destacando su utilidad para identificar capacidades motoras y desarrollar intervenciones efectivas (Gallahue y Ozmun, 2006). Las observaciones sobre el nivel actual de capacidades motrices de los estudiantes también presentan discrepancias, con algunos docentes indicando que ciertas capacidades requieren trabajo adicional, mientras que otros notan una disminución general en el desarrollo de capacidades debido a un estilo de vida más pasivo (Gallahue y Ozmun, 2006).

Finalmente, ambos docentes reconocen la importancia de ajustar las evaluaciones a las características individuales de los estudiantes y enfatizan la colaboración de los padres en el desarrollo de capacidades motoras (Mengibar et al., 2017). Esta colaboración no solo fomenta un entorno de aprendizaje más inclusivo, sino que también ayuda a los estudiantes a desarrollar un sentido de responsabilidad hacia su propio aprendizaje y bienestar físico (Mengibar et al., 2017). Al involucrar a los padres, se crea un vínculo que potencia la motivación y el compromiso de los estudiantes en actividades físicas y juegos tradicionales, fundamentales para su desarrollo integral.

CAPÍTULO 4: PROPUESTA

4.1. Título de la Propuesta:

Potenciando la Habilidad Motriz a través de Juegos Tradicionales en Educación General Básica: Guía Didáctica Práctica

4.2. Introducción

En el dinámico panorama de la Educación General Básica, hay un énfasis creciente en fomentar el desarrollo integral de los estudiantes. La excelencia académica sigue siendo una prioridad, pero se reconoce que la educación debe extenderse más allá de los libros para abarcar el crecimiento integral de los estudiantes, incluido el refinamiento de sus capacidades motoras. En este contexto, los juegos tradicionales emergen como poderosas herramientas educativas, que combinan la riqueza cultural con el compromiso físico para facilitar experiencias de aprendizaje óptimas.

Dentro del contexto ecuatoriano, la promoción de los juegos tradicionales se alinea con el diverso patrimonio cultural del país. Ecuador cuenta con una gran cantidad de juegos tradicionales que reflejan el tejido multicultural de la nación, ofreciendo a los estudiantes la oportunidad de conectarse con sus raíces, apreciar su herencia y fomentar un sentido de orgullo por su identidad cultural. Desde juegos indígenas como el "baile de la silla" hasta juegos de influencia española como la "rayuela", estos pasatiempos tradicionales sirven como puente entre el pasado y el presente, enriqueciendo el viaje educativo con significado cultural.

Además, los juegos tradicionales brindan una plataforma para promover la cohesión social y el trabajo en equipo entre los estudiantes ecuatorianos. En un país conocido por su fuerte sentido de comunidad, estos juegos fomentan la colaboración, la comunicación y el respeto mutuo entre los jugadores, reforzando valores que son parte integral de la sociedad ecuatoriana. De esta manera, es importante destacar que los juegos tradicionales ofrecen un espacio seguro e inclusivo para que los estudiantes desarrollen sus capacidades motoras.

En un contexto donde el acceso a programas deportivos estructurados puede ser limitado, estos juegos brindan una alternativa accesible y de bajo costo para la actividad física. Ya sea que se jueguen en patios de escuelas, parques comunitarios o pueblos rurales, los juegos

tradicionales promueven la aptitud física y el desarrollo de capacidades motoras de una manera divertida y atractiva.

Teniendo en cuenta estas consideraciones, esta guía didáctica aborda un enfoque contextualizado del uso estratégico de los juegos tradicionales en la Educación General Básica ecuatoriana. Al aprovechar la riqueza cultural de los juegos tradicionales, los educadores pueden mejorar las experiencias de aprendizaje de los estudiantes, fomentar el orgullo cultural y promover el desarrollo físico y social en el panorama educativo ecuatoriano.

4.3. Justificación

La integración de los juegos tradicionales en el medio educativo no es simplemente un esfuerzo de recreación, sino un enfoque pedagógico estratégico (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021). Estos juegos sirven como conductos para el desarrollo de la motricidad gruesa y fina, mejorando la coordinación, el equilibrio y la conciencia espacial en los estudiantes. Además, la riqueza cultural incorporada en los juegos tradicionales fomenta un sentido de aprecio y respeto por la diversidad, alineándose con el espíritu inclusivo de la educación moderna (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021).

En primer lugar, en Ecuador, donde el acceso a programas deportivos estructurados puede ser limitado en ciertas regiones o escuelas, los juegos tradicionales ofrecen un medio rentable y accesible para promover la actividad física y el desarrollo de capacidades motoras. Esto es particularmente relevante en áreas rurales o escuelas con recursos limitados, donde los juegos tradicionales pueden servir como una valiosa alternativa a los programas deportivos formales.

Además, los juegos tradicionales se alinean estrechamente con el rico patrimonio cultural de Ecuador, brindando una oportunidad para que los estudiantes se conecten con sus raíces y patrimonio cultural (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021). En un país tan diverso como Ecuador, donde coexisten culturas indígenas, afroecuatorianas y mestizas, los juegos tradicionales sirven como conducto para preservar y celebrar esta diversidad cultural (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021). Al incorporar estos juegos al plan de estudios, los educadores pueden promover la apreciación, el respeto y la comprensión cultural entre los estudiantes, fomentando un sentido de identidad y orgullo nacional.

Dentro de la unidad educativa específica donde se realiza el estudio, se refuerza aún más la justificación de implementar una guía didáctica sobre juegos tradicionales. Al integrar estos juegos en el plan de estudios, los educadores pueden abordar las necesidades y desafíos específicos de sus estudiantes, promoviendo un desarrollo integral y creando un entorno de aprendizaje de apoyo. Además, al alinearse con el contexto cultural de la comunidad atendida por la unidad educativa, la implementación de juegos tradicionales puede mejorar la participación y la relevancia de los estudiantes, haciendo que el aprendizaje sea más significativo e impactante (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021).

De este modo, la integración de los juegos tradicionales al contexto educativo del Ecuador, y dentro de una unidad educativa específica, se justifica por su potencial para promover la actividad física, el desarrollo de capacidades motoras, la apreciación cultural, la inclusión y el desarrollo holístico entre los estudiantes. Al adoptar estos juegos como estrategia pedagógica, los educadores pueden enriquecer la experiencia educativa, fomentar el orgullo cultural y promover la cohesión social dentro del panorama educativo ecuatoriano.

4.4. Objetivo

Objetivo General

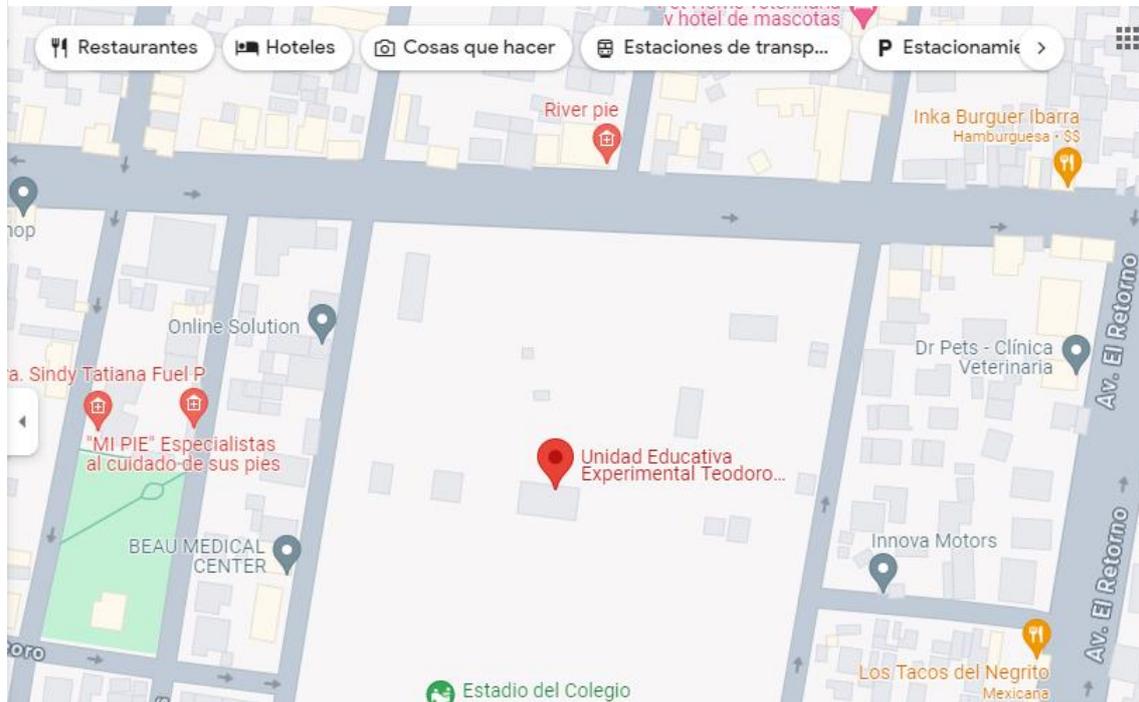
Implementar una guía didáctica práctica para la utilización de juegos tradicionales para potenciar las capacidades motrices básicas en estudiantes de 8vo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 -2024.

Objetivos Específicos

- Identificar y seleccionar los juegos tradicionales propicios para el desarrollo de las capacidades motrices en función de la pertinencia cultural y la idoneidad para los entornos educativos.
- Integrar los juegos tradicionales en la planificación micro curricular, alineándose con los objetivos educativos y promoviendo el aprendizaje interdisciplinario en estudiantes de 8vo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 -2024.

4.5. Ubicación sectorial y física

Figura 1. Ubicación de la Unidad Educativa.



Elaboración propia. Fuente: Google Maps (2024).

- **País:** Ecuador
- **Provincia:** Imbabura
- **Ciudad:** Ibarra
- **Sostenimiento:** Fiscal
- **Modalidades:** Presencial
- **Infraestructura:** Propia
- **Población:** Mixta

4.6. Desarrollo de la propuesta

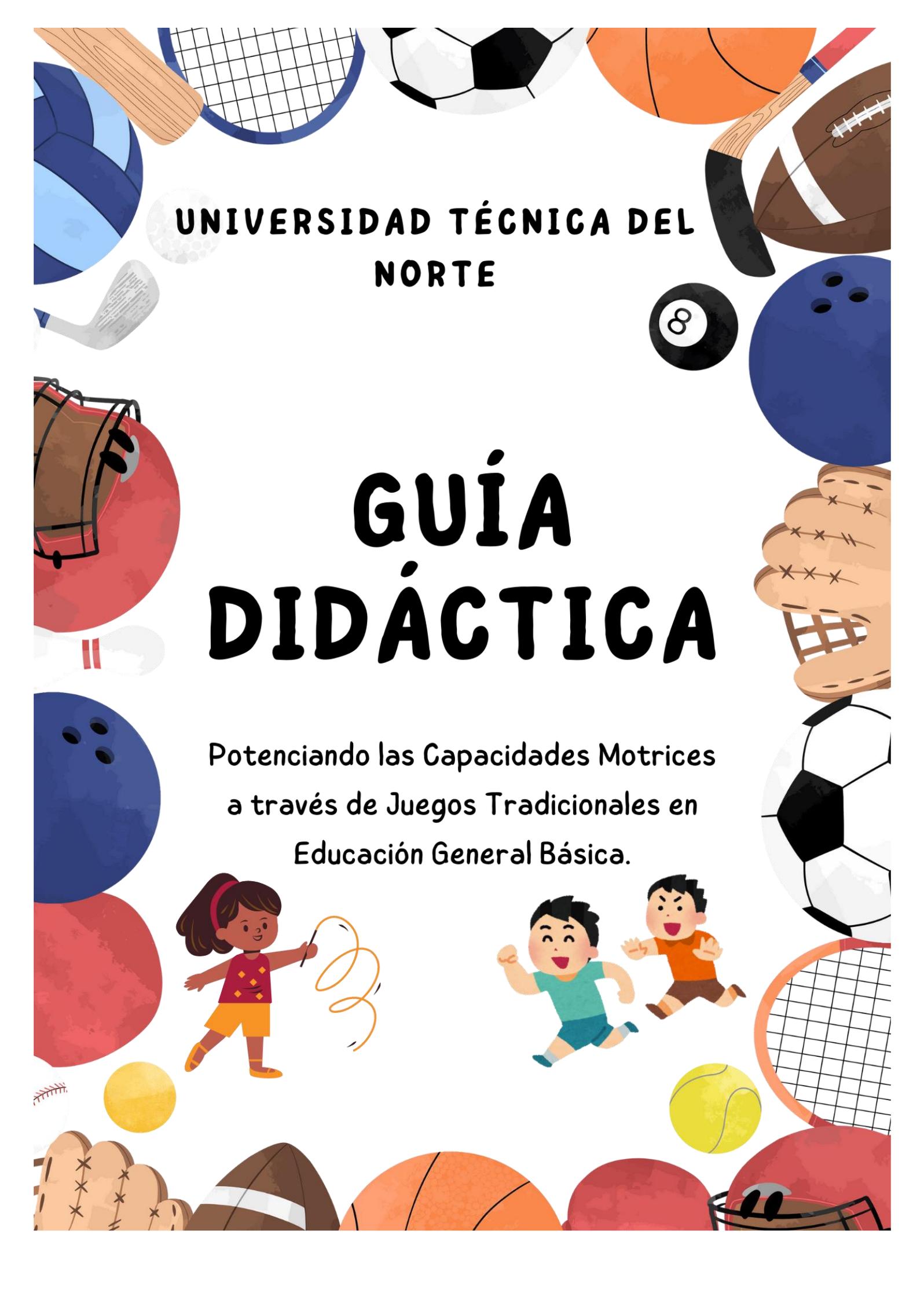
En la implementación de esta propuesta, se debe prestar una atención meticulosa a la selección y adaptación de los juegos tradicionales para garantizar la alineación con los objetivos educativos y las diversas necesidades de los estudiantes. Un enfoque colaborativo que involucre a educadores, especialistas en educación física y expertos culturales es primordial para seleccionar un repertorio de juegos tradicionales que trasciendan las

fronteras culturales y al mismo tiempo honren la diversidad (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021).

La integración de los juegos tradicionales en el plan de estudios requiere una planificación y coordinación cuidadosas, con un enfoque en la incorporación sin fisuras a los marcos educativos existentes (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021). A través de la colaboración interdisciplinaria, los educadores pueden aprovechar los juegos tradicionales para reforzar conceptos de diversas áreas temáticas, fomentando el desarrollo holístico y mejorando la participación de los estudiantes.

Además, la evaluación de la progresión de las capacidades motoras requiere un enfoque multifacético, que abarque tanto medidas cualitativas como cuantitativas. Las técnicas de evaluación basadas en la observación durante el juego proporcionan información sobre el dominio de las capacidades motoras de los estudiantes, mientras que las estrategias de evaluación formativa facilitan la retroalimentación y la reflexión continua (González-Cordero y Jarrín-Navas, 2021).

En conclusión, la guía didáctica práctica propuesta ofrece juegos que permiten aprovechar el potencial transformador de los juegos tradicionales en la Educación General Básica. Al abrazar la herencia cultural y aprovechar los beneficios inherentes de los juegos tradicionales, los educadores pueden fomentar el desarrollo de las capacidades motoras de los estudiantes, allanando el camino para el crecimiento holístico y el aprendizaje permanente.



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL
NORTE**

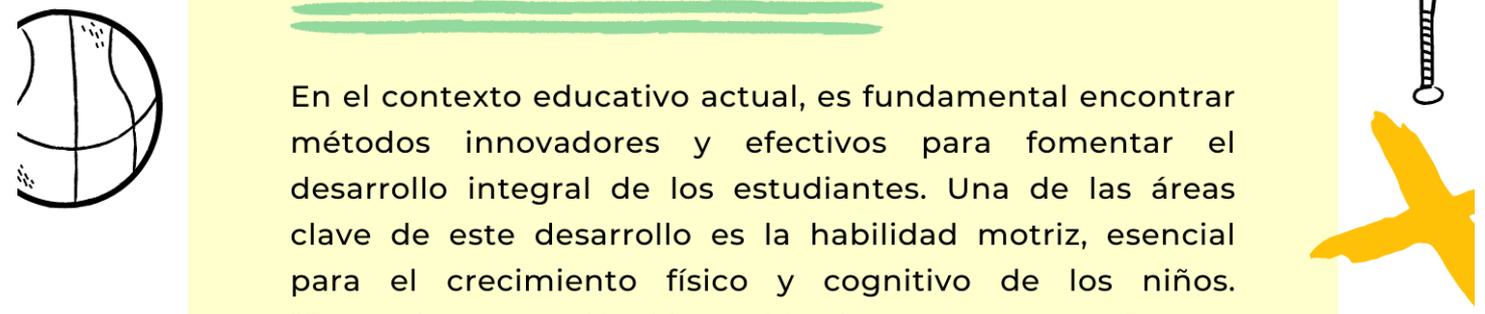
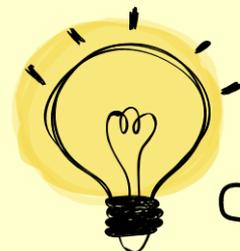
GUÍA DIDÁCTICA

**Potenciando las Capacidades Motrices
a través de Juegos Tradicionales en
Educación General Básica.**

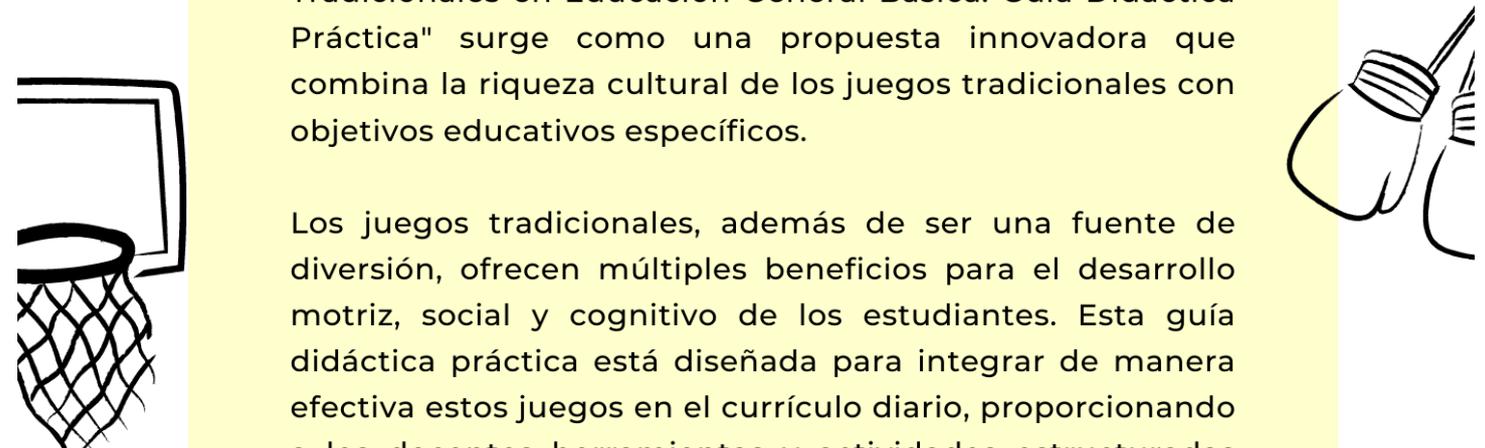




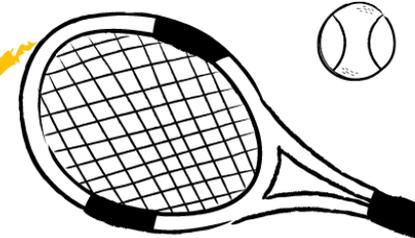
INTRODUCCIÓN



En el contexto educativo actual, es fundamental encontrar métodos innovadores y efectivos para fomentar el desarrollo integral de los estudiantes. Una de las áreas clave de este desarrollo es la habilidad motriz, esencial para el crecimiento físico y cognitivo de los niños. "Potenciando la Habilidad Motriz a través de Juegos Tradicionales en Educación General Básica: Guía Didáctica Práctica" surge como una propuesta innovadora que combina la riqueza cultural de los juegos tradicionales con objetivos educativos específicos.



Los juegos tradicionales, además de ser una fuente de diversión, ofrecen múltiples beneficios para el desarrollo motriz, social y cognitivo de los estudiantes. Esta guía didáctica práctica está diseñada para integrar de manera efectiva estos juegos en el currículo diario, proporcionando a los docentes herramientas y actividades estructuradas que no solo mejoran las habilidades motrices básicas, sino que también fomentan la cooperación, la creatividad y el aprendizaje activo. Cada juego ha sido seleccionado por su capacidad para desarrollar habilidades específicas, y la guía proporciona estrategias claras para su implementación y evaluación en el aula.



QUEMADOS

Capacidad: Carrera/ **Juego:** Quemados

Docente: Alexander H.

Duración: 40min

Objetivo:

Desarrollar la velocidad, la agilidad y la coordinación.

Mejora del trabajo en equipo y la estrategia

Curso/grado: 10

Desarrollo de la actividad

Inicio (calentamiento)

1. Estiramientos dinámicos:

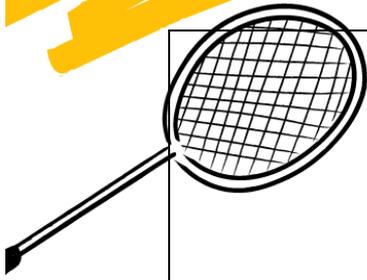
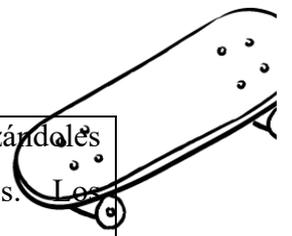
- Rotación de cuello, brazos, cintura, y piernas.
- Flexiones suaves hacia adelante para estirar la espalda y los isquiotibiales.
- Movilidad de hombros y brazos para preparar los músculos para el lanzamiento.

2. Carrera suave y desplazamientos laterales:

- Carrera suave alrededor del área de juego.
- Desplazamientos laterales y zigzag entre conos, mejorando la agilidad y velocidad de reacción.

Desarrollo

Los niños se dividen en dos equipos y se colocan en lados opuestos de un área de juego delimitada. El objetivo es eliminar a los



jugadores del equipo contrario lanzándoles pelotas y evitando ser golpeados. Los jugadores deben correr y esquivar para mantenerse en el juego.

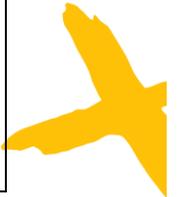
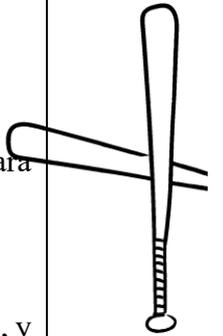
Vuelta a la calma - 5 minutos:

1. Respiración profunda (2 minutos):

Ejercicios de respiración profunda para reducir la frecuencia cardíaca.

2. Estiramientos estáticos (3 minutos):

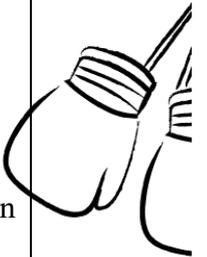
Estiramientos suaves de piernas, brazos, y espalda para relajar los músculos utilizados.



Materiales: Pelotas suaves.
Tipo de organización: Por equipos.

Recomendaciones:

- Utilizar pelotas suaves para evitar lesiones.
- Establecer reglas claras para asegurar un juego justo y seguro.
- Fomentar la deportividad y el trabajo en equipo.
- Supervisar el juego para intervenir en caso de comportamientos inapropiados.

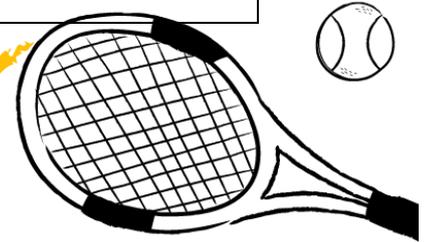
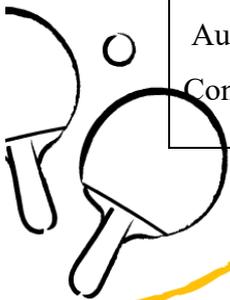


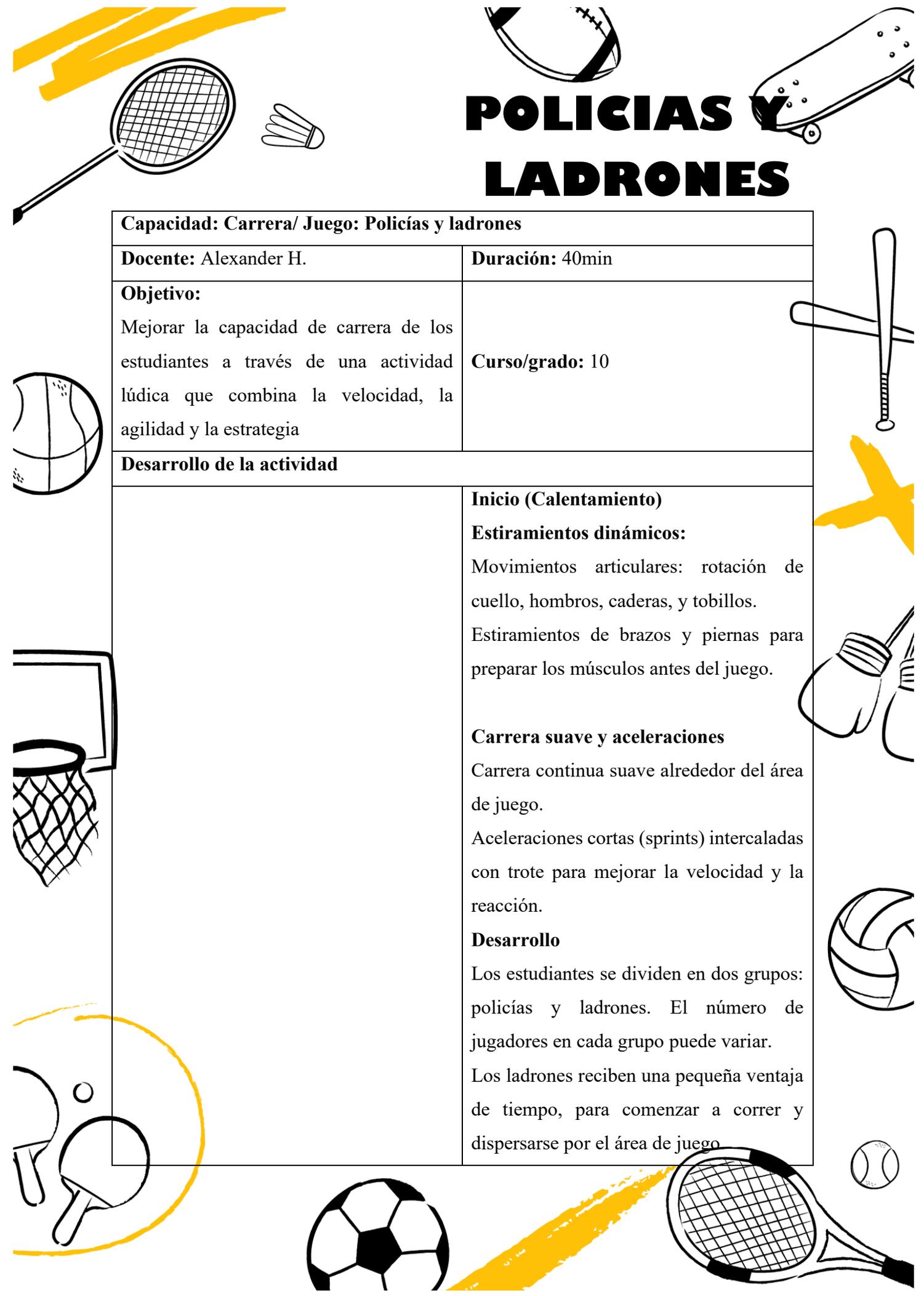
Beneficios:

Mejora la capacidad de los estudiantes para moverse rápidamente en diferentes direcciones.

Aumenta la coordinación mano-ojo y mejora los tiempos de reacción.

Contribuye al desarrollo de la resistencia física y cardiovascular.





POLICIAS Y LADRONES

Capacidad: Carrera/ **Juego:** Policías y ladrones

Docente: Alexander H.

Duración: 40min

Objetivo:

Mejorar la capacidad de carrera de los estudiantes a través de una actividad lúdica que combina la velocidad, la agilidad y la estrategia

Curso/grado: 10

Desarrollo de la actividad

Inicio (Calentamiento)

Estiramientos dinámicos:

Movimientos articulares: rotación de cuello, hombros, caderas, y tobillos.

Estiramientos de brazos y piernas para preparar los músculos antes del juego.

Carrera suave y aceleraciones

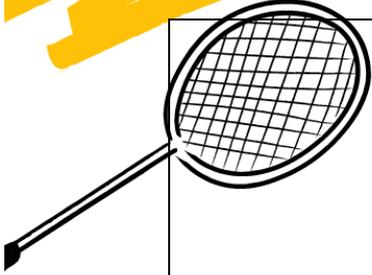
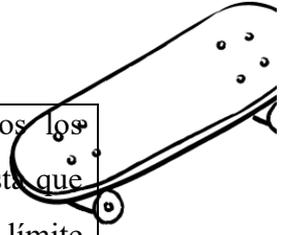
Carrera continua suave alrededor del área de juego.

Aceleraciones cortas (sprints) intercaladas con trote para mejorar la velocidad y la reacción.

Desarrollo

Los estudiantes se dividen en dos grupos: policías y ladrones. El número de jugadores en cada grupo puede variar.

Los ladrones reciben una pequeña ventaja de tiempo, para comenzar a correr y dispersarse por el área de juego



El juego continúa hasta que todos los ladrones han sido capturados o hasta que se alcanza un tiempo límite predeterminado.

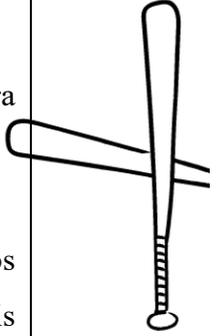
Vuelta a la calma

Respiración profunda:

Ejercicios de respiración controlada para reducir la frecuencia cardíaca.

Estiramientos estáticos:

Estiramientos suaves de piernas y brazos para relajar los músculos, haciendo énfasis en los cuádriceps, isquiotibiales y tríceps.



Materiales: Cancha o área libre.

Tipo de organización: Por equipos.

Recomendaciones:

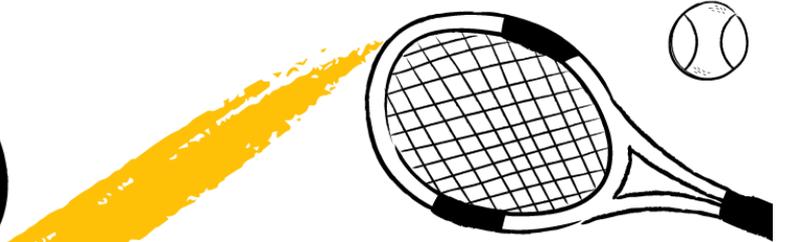
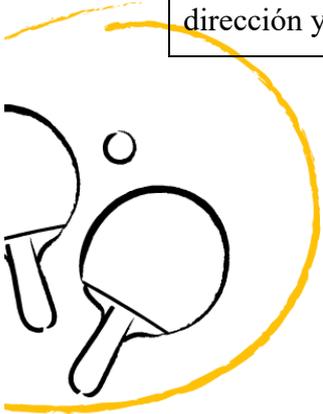
- Introduce variaciones en las reglas, como permitir que los ladrones tengan un objeto que los policías deben capturar en lugar de simplemente tocarlos.
- Supervisar el juego para intervenir en caso de comportamientos inapropiados.



Beneficios:

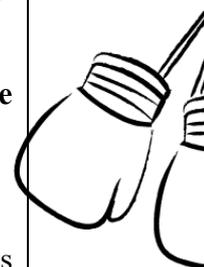
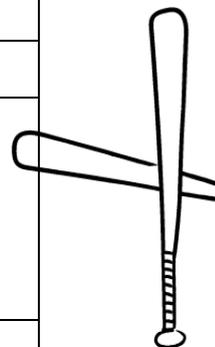
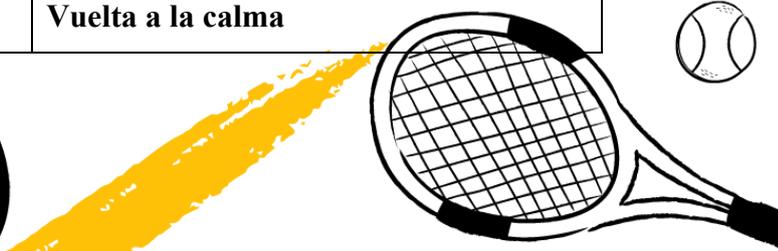
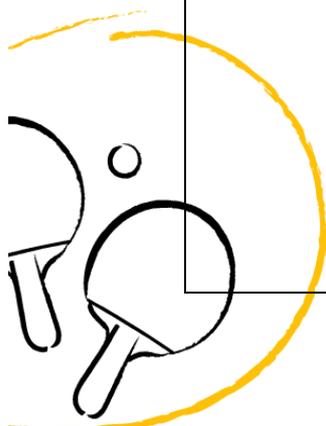
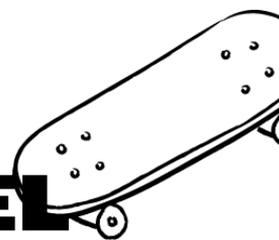
Mejora la velocidad y la resistencia a través de la carrera constante.

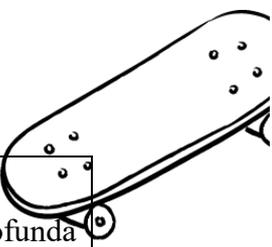
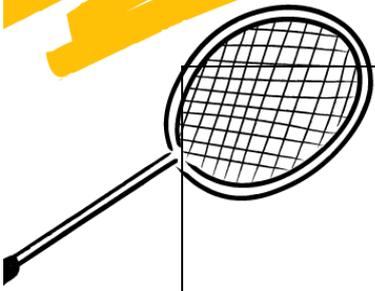
Promueve el desarrollo de la agilidad y la coordinación mediante el cambio rápido de dirección y la evasión.



PELOTA EN EL AIRE

| | |
|--|--|
| Capacidad: Atajar / Juego: Juego de la pelota en el aire | |
| Docente: Alexander H. | Duración: 40min |
| Objetivo: Mejorar la habilidad para interceptar y atrapar objetos en movimiento. | Curso/grado: 10 |
| Desarrollo de la actividad | |
| | <p>Inicio (Calentamiento)</p> <p>Estiramientos dinámicos: Rotación de brazos, muñecas, caderas, y tobillos. Flexiones laterales del tronco y estiramientos de piernas.</p> <p>Carrera suave y ejercicios de coordinación: Trote suave alrededor del área de juego. Ejercicio de "tocarse las rodillas y los hombros": los niños corren en el lugar y, al comando, deben tocar una parte del cuerpo, mejorando la coordinación y la reacción.</p> <p>Desarrollo de la actividad Un niño lanza la pelota al aire y otro debe atraparla antes de que toque el suelo. El juego puede incluir varias variaciones, como atrapar con una sola mano o lanzamientos más complicados para aumentar el desafío.</p> <p>Vuelta a la calma</p> |

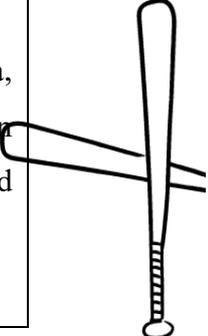




Respiración profunda:

- Ejercicios de respiración profunda para relajar y calmar el cuerpo después del juego.

Estiramientos suaves:

- Estiramientos de brazos, espalda, y piernas para evitar la tensión muscular después de la actividad física.
- 



Materiales: Pelota.

Tipo de organización: Individual o en grupos pequeños.

Recomendaciones:

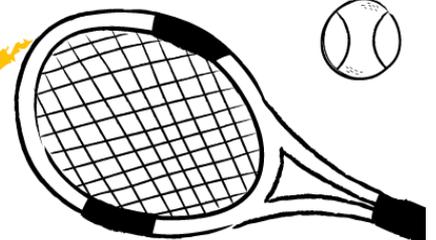
- Asegurarse de que el área de juego sea segura y libre de obstáculos.
 - Empezar con lanzamientos sencillos y aumentar la dificultad gradualmente.
 - Fomentar la cooperación y la comunicación entre los jugadores.
 - Supervisar para evitar que los niños se golpeen al intentar atrapar la pelota.
- 
- 

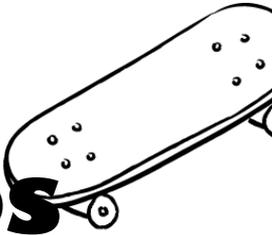
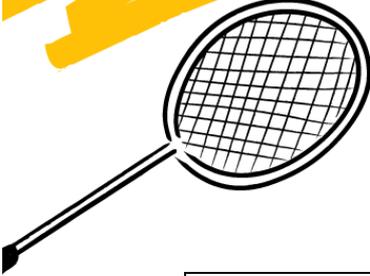


Beneficios:

Fomenta la concentración sostenida y la atención al detalle.

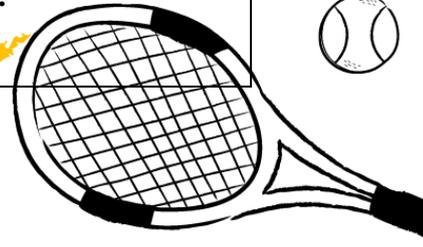
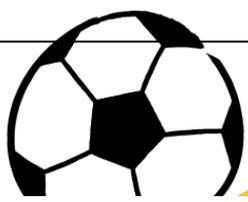
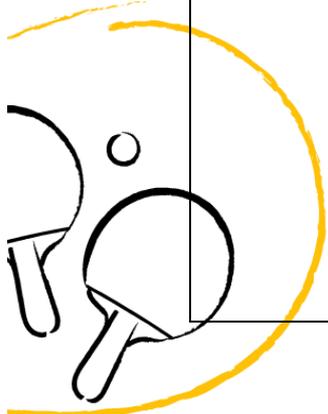
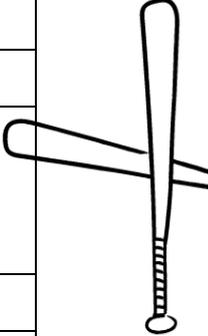
Desarrolla capacidades motoras grandes a través del movimiento de los brazos y el cuerpo.

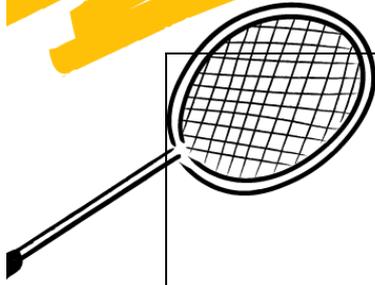
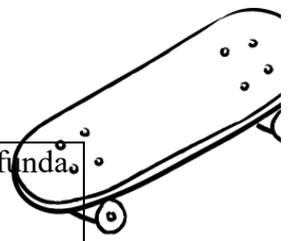




JUEGO DE LOS AVIONES

| | |
|---|--|
| Capacidad: Salto en largo / Juego: El Juego de los Aviones | |
| Docente: Alexander H. | Duración: 40min |
| Objetivo: Desarrollar la fuerza y la técnica de salto en largo. | Curso/grado: 10 |
| Desarrollo de la actividad | |
| | <p>Inicio (Calentamiento)</p> <p>Estiramientos dinámicos: Movimientos de rotación de tobillos, caderas, y brazos. Flexiones suaves de piernas y estiramiento de los músculos isquiotibiales y cuádriceps.</p> <p>Carrera suave y saltos: Carrera suave alrededor del área de juego. Saltos cortos en el lugar, variando entre ambos pies y un pie, para preparar los músculos para los saltos.</p> <p>Desarrollo de la actividad Los niños dibujan una serie de aviones (rectángulos) en el suelo, cada uno a una distancia mayor del anterior. Deben saltar de un avión al siguiente sin tocar las líneas. El objetivo es llegar al último avión sin cometer errores.</p> <p>Vuelta a la calma</p> <p>Respiración profunda:</p> |





Ejercicios de respiración lenta y profunda para reducir la frecuencia cardíaca.

Estiramientos suaves:
Estiramientos de piernas, caderas, y espalda para relajar los músculos utilizados durante los saltos.

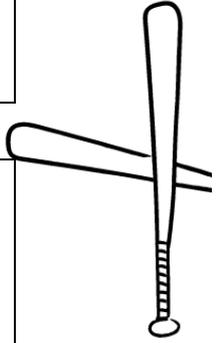


Materiales: Tiza para dibujar en el suelo.

Tipo de organización: Individual o en grupos pequeños.

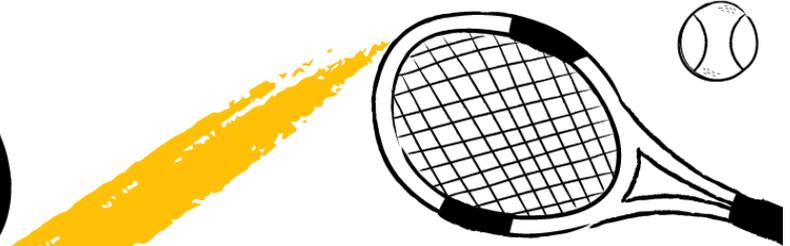
Recomendaciones:

- Asegurarse de que el área de juego sea plana y segura.
- Supervisar para evitar lesiones durante los saltos.
- Fomentar la práctica y la mejora continua en la técnica de salto.



Beneficios:

Fomenta un sentido de competencia amigable y el establecimiento de metas personales.
Mejora su fuerza y salto.



JUEGO DE LA CHAZA

Capacidad: Patear / **Juego:** El Juego de la Chaza

Docente: Alexander H.

Duración: 40min

Objetivo:

Mejorar la técnica de pateo y la coordinación motriz gruesa.

Curso/grado: 10

Desarrollo de la actividad

Inicio (Calentamiento)

Estiramientos dinámicos:

Movimientos circulares de tobillos, rodillas, caderas, y brazos.

Estiramientos de piernas y espalda para preparar los músculos para los movimientos rápidos y los saltos.

Carrera suave y trabajo de coordinación:

Trote suave alrededor del área de juego.

Ejercicio de saltos suaves sobre un pie y con ambos pies para preparar el cuerpo para las acciones de patear y moverse rápidamente.

Desarrollo de la actividad

Los niños patean la pelota para que rebote en una pared o en el suelo dentro de un área delimitada. El objetivo es mantener la pelota en movimiento el mayor tiempo posible sin que salga del área delimitada. Pueden hacerlo por turnos o en un juego continuo de ida y vuelta.



Materiales: Mejorar la técnica de pateo y la coordinación motriz gruesa.

Tipo de organización: Individual o en parejas.



Vuelta a la calma

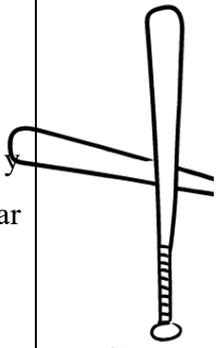
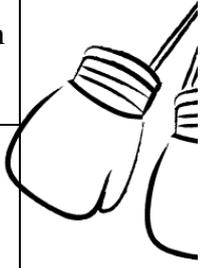
Respiración profunda:

Ejercicios de respiración profunda para relajar el cuerpo después de la actividad física.

Estiramientos suaves:

Estiramientos de piernas, brazos, y espalda para liberar la tensión muscular acumulada.

Recomendaciones:

- Asegurarse de que el área de juego sea segura y libre de obstáculos.
 - Utilizar una pelota adecuada para la superficie de juego.
 - Fomentar la cooperación y la precisión en el control de la pelota.
- 
- 
- 

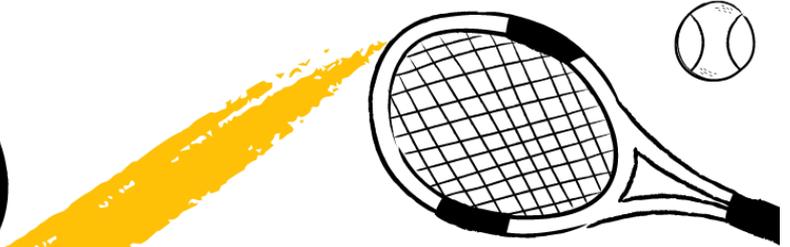
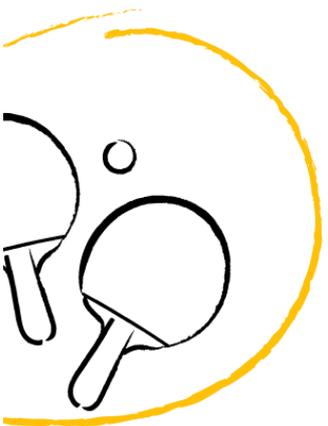


Beneficios:

Mejora la precisión en los movimientos y la coordinación mano-ojo.

Aumenta la velocidad de reacción y los reflejos.

Fomenta el pensamiento estratégico y la planificación de movimientos.



EL TROMPO ENCANTADO

Capacidad: Tiro por encima del hombro / **Juego:** El Juego del Trompo Encantado

Docente: Alexander H.

Duración: 40min

Objetivo:

Mejorar la precisión y la fuerza en los lanzamientos.

Curso/grado: 10

Desarrollo de la actividad

Inicio (Calentamiento)

Estiramientos dinámicos:

Movimientos circulares de muñecas y brazos, preparando los músculos para el lanzamiento del trompo.

Flexiones suaves de dedos y estiramientos de manos para mejorar la destreza.

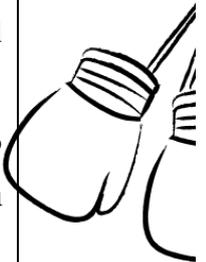
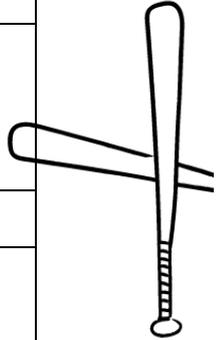
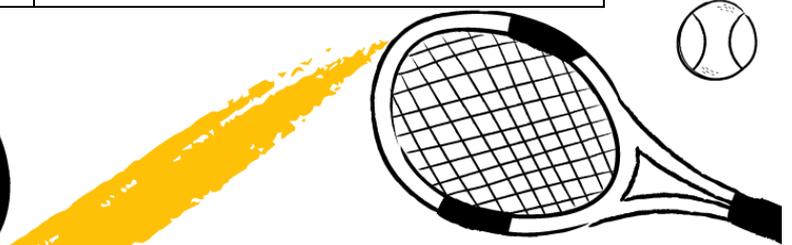
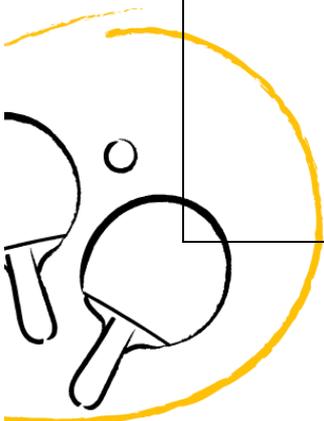
Juegos de calentamiento de motricidad fina

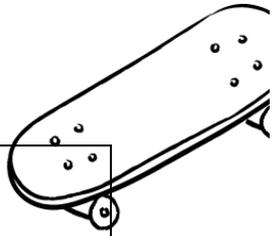
Los niños practican enrollar cuerdas o hilos en pequeños objetos para mejorar su precisión antes de usar el trompo.

Trote suave alrededor del área de juego para preparar el cuerpo y mejorar la concentración.

Desarrollo de la actividad:

Los niños enrollan la cuerda alrededor del trompo y lo lanzan al suelo para hacerlo girar. Deben intentar que el trompo gire el mayor tiempo posible y dentro de un área designada. El trompo que dure más tiempo girando y se mantenga dentro del área gana.





Materiales: Trompos y cuerdas.

Tipo de organización: Individual o en parejas.

Vuelta a la calma

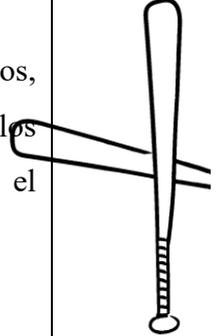
Respiración profunda:

Respiración profunda y lenta para relajar el cuerpo después del juego.

Estiramientos suaves:

Ejercicios de estiramiento para las manos, muñecas y brazos para relajar los músculos utilizados durante el lanzamiento del trompo.

Recomendaciones:

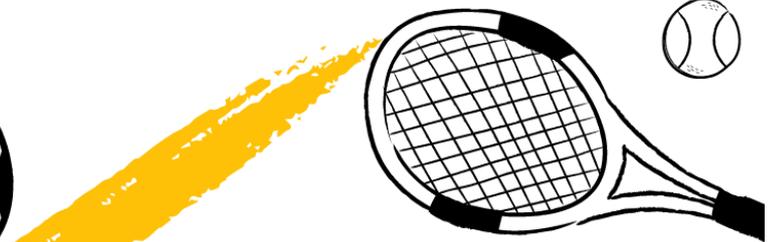
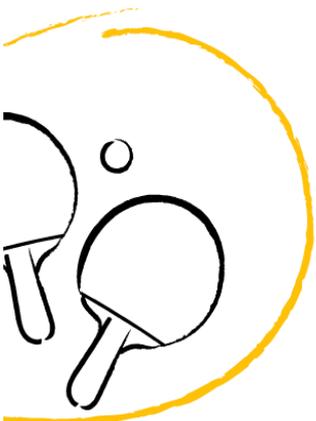
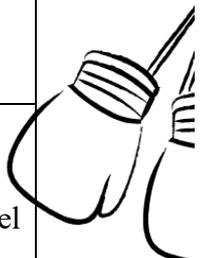
- Asegurarse de que el área de juego esté libre de obstáculos.
 - Supervisar para garantizar que los lanzamientos sean seguros.
 - Fomentar la precisión y la práctica.
- 
- 



Beneficios:

Mejora las capacidades motoras finas a través de la manipulación y el control del trompo.

Desarrolla la coordinación mano-ojo y la destreza manual.



CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

- El estudio identificó y clasificó efectivamente los juegos tradicionales en dependencia a las necesidades que se observaron en el desarrollo de las capacidades motrices básicas entre los estudiantes de octavo año de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre. A través de un riguroso proceso de selección, los diversos juegos fueron destacados por su eficacia para mejorar la coordinación, el equilibrio y la agilidad. Adicional, la clasificación subrayó el valor cultural y pedagógico de estos juegos, enfatizando su papel en la preservación del patrimonio cultural al tiempo que promueve el desarrollo físico.
- Los aspectos metodológicos de este estudio se basaron en un diseño de investigación cuantitativo y descriptivo. Para evaluar el desarrollo motor de los niños según su edad, se seleccionó el test de Gallahue, que evalúa las capacidades motoras a través de cinco patrones motores: correr, lanzar por encima de la cabeza, saltar de longitud, atrapar y patear. Las capacidades motoras se evaluaron mediante una rúbrica con tres etapas: inicial, elemental y madura. Los resultados indicaron que los problemas más significativos se observaron en el patrón de carrera, en el patrón de lanzamiento por encima de la cabeza, en salto largo y el patrón patear. Por el contrario, los resultados más favorables se dieron en el patrón de atajar, predominando la etapa madura tanto en niños como en niñas.
- Un resultado fundamental de este estudio fue la creación de una guía didáctica práctica sobre el uso de juegos tradicionales para mejorar las capacidades motoras en la Educación General Básica (EGB). La guía proporciona a los educadores instrucciones completas, variaciones de juegos y estrategias pedagógicas para integrar eficazmente estas actividades en el plan de estudios. El formato fácil de usar y las recomendaciones basadas en evidencia garantizan que los maestros puedan aplicar fácilmente la guía, promoviendo la participación sostenida y el desarrollo físico entre los estudiantes.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda que las instituciones educativas integren sistemáticamente los juegos tradicionales en el plan de estudios regular de educación física. Dada su eficacia para mejorar la coordinación, el equilibrio y la agilidad, estos juegos deben utilizarse para abordar las necesidades de capacidades motoras específicas identificadas en los estudiantes. Además, se debe enfatizar el valor cultural y pedagógico de estos juegos para fomentar tanto el desarrollo físico como la preservación del patrimonio cultural.
- Con base en los hallazgos, se deben realizar evaluaciones periódicas utilizando herramientas como la prueba de Gallahue para realizar un seguimiento del progreso e identificar las necesidades emergentes en los estudiantes. Se debe prestar especial atención a mejorar los patrones de carrera y lanzamiento por encima de la cabeza, ya que se identificaron áreas con problemas importantes. De hecho, se deben incorporar actividades y ejercicios personalizados que se concentren en estas capacidades en el programa de educación física para garantizar un desarrollo motor equilibrado entre todos los estudiantes.
- Los juegos tradicionales deben promoverse como actividades inclusivas y atractivas que puedan atender a una amplia gama de capacidades e intereses. Las escuelas deben organizar eventos y competencias que involucren a todos los estudiantes, fomentando un sentido de comunidad y fomentando la participación de todos. Al crear un entorno inclusivo y de apoyo, los juegos tradicionales pueden servir como una poderosa herramienta para la integración social y el desarrollo integral. Este compromiso más amplio puede ayudar a reforzar el valor de la actividad física y el patrimonio cultural dentro de la comunidad, apoyando los objetivos educativos generales.

GLOSARIO

1. **Coordinación:** La organización de los diferentes elementos de un organismo o actividad complejo para permitirles trabajar juntos de manera efectiva, suave y eficiente (Diccionario Merryam-Webster, 2024).
2. **Juegos tradicionales:** Juegos que se transmiten de generación en generación dentro de una cultura, a menudo con raíces en la historia y las tradiciones de esa cultura.
3. **Equilibrio:** La capacidad de mantener el control de la posición del cuerpo mientras está parado o en movimiento (Diccionario Merryam-Webster, 2024).
4. **Patrimonio Cultural:** Las tradiciones, valores y artefactos que se transmiten de generación en generación y que se consideran importantes preservar. (UNESCO, 2020).
5. **Prueba de Gallahue:** una herramienta de evaluación que se utiliza para evaluar las capacidades motoras a través de patrones motores específicos como correr, lanzar, saltar, atrapar y patear (Gallahue y Ozmun, 2006).
6. **Guía didáctica:** Un manual de instrucción que proporciona instrucciones detalladas, variaciones y estrategias pedagógicas para la enseñanza o el aprendizaje. (Real Academia Española [RAE], 2024).
7. **Desarrollo Profesional:** Capacitación y educación que ayuda a las personas a mejorar sus capacidades y conocimientos en su campo profesional (Diccionario Merryam-Webster, 2024).
8. **Precompetitivo:** Actividades o juegos diseñados para preparar a los participantes para eventos competitivos, enfocándose en el desarrollo de capacidades y la estrategia en lugar de la competencia en sí (RAE, 2024).
9. **Desarrollo Holístico:** Un enfoque de aprendizaje que enfatiza la importancia del desarrollo físico, emocional, social y cognitivo de los estudiantes (RAE, 2024).
10. **Estrategia Pedagógica:** Un método y práctica de enseñanza, especialmente como materia académica o concepto teórico (Diccionario Merryam-Webster, 2024)

BIBLIOGRAFÍA

- Ardila, J. (2021). *Juegos Tradicionales Aportes al Desarrollo Socio-Cultural de los Estudiantes de la Institución Educativa Ignacio Gil Sanabria del Municipio de Siachoque*. [Tesis de Master, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia]. <https://acortar.link/D8SvFR>
- Ardila-Barragán, J. N. (2022). Juegos tradicionales: aportes al desarrollo sociocultural en contextos educativos rurales. *Revista Digital: Actividad Física y deporte*, 8(1). <https://doi.org/10.31910/rdafd.v8.n1.2022.2152>
- Arias, C. (2020). *Educación física en casa, mantente en movimiento*. <https://n9.cl/xn2h6>
- Ayala, F., Sainz de Baranda, P., y Cejudo, A. (2012). El entrenamiento de la flexibilidad: técnicas de estiramiento. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 5(3),105-112. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=323327671004>
- Ayala, L. H. (2011). ¿Qué es el patrimonio cultural inmaterial? *Boletín del Centro de Investigación y Documentación del Instituto Cervantes*, 4.
- Cáceres, M., Fernández, García, D. y Velásquez, C. (1995). *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, (22), pp. 51 – 60.
- Carrillo Linares, E., Aguilar Hernández, V., y González Blanco, Y. (2020). El desarrollo de las capacidades físicas del estudiante de Mecánica desde la Educación Física. *Mendive. revista de educación*, 18(4), 794-807. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1815-76962020000400794&script=sci_abstract&tlng=pt
- Cedeño, E., y Calle, R. (2020). Incidencia de los juegos individuales y colectivos en las capacidades y destrezas de los estudiantes. *Revista Rehuso*, 5(2), 70-84. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Rehuso/article/view/1684>
- Cidoncha, V. y Díaz, E. (2010). Aprendizaje motor. Las capacidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. *Revista Digital EF Deportes*, 15 (147). <https://acortar.link/ONKL8Q>
- Cuadro, E. E., de la Cruz, A. F. G., Ariza, D. D. H., Castro, J. C. M., y Contreras, L. M. Á. (2021). Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en niños (8-10 años)

- futbolistas. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(277).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03002017000300004&script=sci_arttext
- Educa peques (2019). *Juego de las sillas – Como se juega y sus beneficios en el desarrollo de los niños*. [Página Web]. <https://acortar.link/AcbFuo>
- Entsakua, C. (2015). *Elaboración y Aplicación de Juegos Tradicionales en la Educación Infantil para fortalecer el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños(as) del primer año de Educación General Básica de la Escuela “Jorge Delgado Cabrera” del cantón de Huamboya, provincia de Morona Santiago - Año Lectivo 2014 – 2015*. [Tesis de Grado, Universidad Politécnica Salesiana]. <https://acortar.link/ofjcOO>
- Escribá, A. (2008). *El equilibrio en la educación infantil y primaria*. (Tesis de Grado, Universidad de Murcia). <https://acortar.link/5DE3Ch>
- Fernández Velásquez (2018). *La coordinación óculo manual. Qué es y en qué consiste. Fernández-Velásquez Centro de Miopía* [Página Web]. <https://fernandez-velazquez.com/coordinacion-oculo-manual-y-oculomotora/>
- Fernández, J. (2019). Juegos tradicionales y aprendizaje cognitivo en la educación primaria. *Revista de Educación y Cultura*, 34(2), 115-130.
- Fleck, S. J., y Kraemer, W. J. (2014). *Designing resistance training programs* (4th ed.). Human Kinetics.
- Gallahue, D. L. (2002). *Understanding motor development in children*. McGraw-Hill.
- Gallahue, D. L., y Cleland-Donnelly, F. (2003). *Developmental physical education for all children* (4ta ed.). Human Kinetics.
- Gallahue, D. L., y Ozmun, J. C. (2006). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. McGraw-Hill.
- Gallahue, DL y Ozmun, JC (2006). *Comprensión del desarrollo motor: bebés, niños, adolescentes y adultos* (6ª ed). Nueva York: McGraw-Hill.
- García Ramirez, V. N. y Tarazona Meza, A. K. (2022). Importancia de los juegos tradicionales para fortalecer el desarrollo psicomotor de los niños de 3 a 5 años. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 26(2), 27–51.
<https://doi.org/10.46498/reduipb.v26i2.1776>

- García, M. (2020). Impacto de los juegos tradicionales en el desarrollo psicomotor infantil. *Revista Internacional de Educación Física*, 28(1), 45-59.
- Guevara Vallejo, P. V., y Calero Morales, S. (2017). La técnica de carrera y el desarrollo motriz en aspirantes a soldados. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(3), 0-0. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03002017000300004&script=sci_arttext
- Guzmán, J. (2019). *Técnicas de Investigación de Campo. Unidades de Apoyo para el Aprendizaje. [Página Web]*. <https://acortar.link/nlseJM>
- Heredia Morales, E. E. (2023). Los Juegos Tradicionales como Estrategia Pedagógica para el Fortalecimiento de Valores Culturales en Niños y Niñas de Educación Inicial. *Revista Científica CIENCIAEDUC*, 10(1), 1-7. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/480/4803731008/4803731008.pdf>
- Hernández Sampieri, R. y Mendoza, C. P. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill México
- Herrera Zapana, M. (2019). Características del pase con el pie según función de juego en jugadores del Club Deportivo Alfonso Ugarte de Puno que participa en el campeonato de fútbol de la Copa Perú 2018 [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. <https://core.ac.uk/reader/587974000>
- Iza Recalde, D. I. (2023). *Juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en estudiantes del octavo año de educación general básica paralelo "A" de la unidad educativa "Gabriela Mistral" periodo lectivo 2022-2023 Otavalo* (Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte).
- Lopera, J., Ramírez, C., Zuluaga, M. y Ortiz, J. (2010). El método analítico como método natural. *Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 25.
- López Zetino, R. E. (2009). *Estudio comparativo del nivel de desarrollo de capacidades físicas básicas de estudiantes de educación media del Departamento de San Salvador* (Doctoral dissertation, Universidad de El Salvador). <https://oldri.ues.edu.sv/id/eprint/16691/>
- López, A. J. C., Gómez, U. M., Jaramillo, R. A. A., & Coyago, O. F. C. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases educación física para

educación primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 3370-3387. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2470>

López, P. (2021). Beneficios emocionales de los juegos tradicionales en el ámbito escolar. *Psicología y Educación*, 39(3), 210-225.

Luna-Rojas, H. F., Moscoso-García, R. F., Ávila-Mediavilla, C. M., y Jarrín-Navas, S. A. (2020). Las capacidades motrices básicas como base para la educación física en primaria. *Polo del conocimiento*, 5(11), 100-115.

Martínez, R. (2019). La preservación del patrimonio cultural a través de los juegos tradicionales. *Revista de Antropología y Educación*, 22(4), 331-348.

Meneses Montero, M., y Monge Alvarado, M. (2001). El juego en los niños: enfoque teórico. *Revista Educación*, 25(2), 113-124. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44025210.pdf>

Meneses, J. y Rodríguez, D. (2011). *El cuestionario y entrevista*. <https://acortar.link/2f5O3S>

Mengibar, R. B., Medina, A. B., Cantón, Á. C., Espejo, R., Berguillo, F. B. F., Ruiz, F. G., ... & Espinosa, F. J. G. (2021). Educación Física en Casa de Calidad: propuesta de aplicación curricular en Educación Secundaria Obligatoria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 787-793. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7597026>

Merriam Webster. (2002). *Diccionario, MW*. <https://www.merriam-webster.com/>

Ministerio de Educación del Perú (s.f.). *Aprendo en casa. Juego de las sillas*. <https://acortar.link/GA16rU>

Morales, O. (2003). Fundamentos de la Investigación Documental y la Monografía. En Manual para la elaboración y presentación de la monografía. Mérida, Venezuela: Grupo Multidisciplinario de Investigación en Odontología, pp.20. <https://acortar.link/izRH54>

Muñoz, E. A., Catalán, R. M., Miarka, B., Muñoz, P. M., Brito, C. J., Palma, F. H., y Contreras, J. P. (2023). Cinemática de pateo con empeine en jugadores profesionales varones de fútbol chileno: Propuesta de un modelo cinemático. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (47), 933-940. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8720495>

- Ortín, N. U., Villanueva, F. U., y López, F. A. (2008). Una propuesta de evaluación para las capacidades motrices básicas en Educación Primaria a través de un juego popular: la oca. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (14), 35-42. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732279006.pdf>
- Ozmun, JC y Gallahue, DL (2016). Desarrollo motor. Educación Física y Deporte *Adaptado E*, 6 (375), 375-390.
- Pérez Bonachera, M. (2015). *El Juego Tradicional*. [Tesis de Master, Universidad de Almería]. <https://acortar.link/sbY4PS>
- Pérez Iniesta, G., y Jiménez Buforn, E. (2014). El salto de longitud, una modalidad del atletismo muy adaptable para trabajar en Educación Física. *EFDeportes*, 19, 192. <https://www.efdeportes.com/efd192/el-salto-de-longitud-en-educacion-fisica.htm>
- Pérez, A. (2018). Juegos tradicionales y desarrollo social en la infancia. *Sociología de la Infancia*, 15(2), 89-104.
- Piquer, M. (s.f.). *Juegos tradicionales en Educación Física: 1 propuesta práctica*. [Página Web]. Mundo Entrenamiento. El Deporte Bajo Evidencia Científica. <https://mundoentrenamiento.com/juegos-tradicionales-en-educacion-fisica/>
- Pol-Rondón, Y., Durruthy-Rivera, R., y Robert-Gómez, D. A. (2021). Juegos motrices y capacidades motrices básicas. *Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 18(49), 143-151.
- Porta, J. (1987). Desenvolupament de les capacitats físiques. La flexibilitat. Apunts. *Educación Física y Deportes*, 7-8. <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/383978/476962>
- Ramírez, V. N. G., y Meza, A. K. T. (2022). Importancia de los juegos tradicionales para fortalecer el desarrollo psicomotor de los niños de 3 a 5 años. *Revista EDUCARE-UPEL-IPB-Segunda Nueva Etapa* 2.0, 26(2), 27-51. <https://www.revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1776>
- Ramos, M. (2017). *El método estadístico*. [Página Web]. Docplayer. <https://docplayer.es/48231406-El-metodo-estadistico.html>
- Real Académica Española. (2024). *Diccionario de la Lengua Española*. <https://dle.rae.es/diccionario>

- Rebollo, J. (2002). Juegos Populares: una propuesta para la escuela. *Revista de Educación Física, Deporte y Recreación*, (3), pp. 31 – 36.
- Redondo, C. (2010). Coordinación y Equilibrio: base para la educación Física en primaria. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 37. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Nu_mero_37/CRISTINA_REDONDO_1.pdf
- Rijo, A. G., Rivera, L. D., Cabrera, J. F., González, A. G., Lara, J. P., y Álvarez, G. S. (2008). Nueva propuesta curricular para el área de Educación Física en la Educación Primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 8(29), 93-108. <https://www.redalyc.org/pdf/542/54222978005.pdf>
- Rodríguez, A. y Pérez, J. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, (82), 179-200.
- Ruiz, L. (2020). Estrategias didácticas basadas en juegos tradicionales. *Innovación Educativa*, 12(3), 201-220.
- Salinas, F. J., y Ceballos, A. (2018). *La educación física en la educación básica: Un enfoque constructivista*. Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha.
- Sánchez, A. (2017). *Juegos Tradicionales desde Brueghel hasta ahora*. [Tesis de Master, Universidad de Granada]. <https://acortar.link/P8dKLZ>
- Sánchez, D. B. (2006). *La educación física*. Inde. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=Xe4bwTVDIugC&oi=fnd&pg=PA5&dq=capacidades+motrices+b%C3%A1sicas+educacion+fisica&ots=yM5phiCJM1&sig=Gr_4BaDgfclAdB8UykBVmf3wMJE
- Sánchez, S. y Samada, Y. (2022). Sistema de ejercicios para desarrollar la coordinación óculo-pedal en niños de 5 a 6 años. *Revista Cognosis*, (7). <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/5416/5740>
- Secadas, F. (2018). Las definiciones del juego. *Revista pedagógica*. <https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2018/04/2-Las-Definiciones-del-Juego.pdf>
- Shi, P., y Feng, X. (2022). Motor skills and cognitive benefits in children and adolescents: Relationship, mechanism and perspectives. *Frontiers in Psychology*, 13, 1017825.

- Smith, T. (2021). Motor skill development through traditional games in childhood. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(1), 76-91.
- Solana, A. y Muñoz, A. (2011). Importancia del entramiento de las capacidades coordinativas en la formación de jóvenes Futbolistas. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades*, 21 (2), pp. 121 –142. <https://www.redalyc.org/pdf/654/65423606010.pdf>
- Terrasa, M. (2021). *El Alma Oscura del Juego: Teoría y Motivos Recurrentes de la Dificultad como Estética Ludoficcional*. [Tesis Doctoral, Universitat de Illes Balears]. <https://acortar.link/UfKbdr>
- Torralba, M., Vieira, M., Lleixà, T., y Gorla, J. (2016). Evaluación de la coordinación motora en educación primaria de barcelona y provincia. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 16 (62), 355-371.
- Torres Luque, G. E. M. A. (2015). *Enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en Educación Infantil*. Ediciones Paraninfo, SA.
- UNESCO. (2020). *¿Qué es el patrimonio cultural inmaterial?* <https://ich.unesco.org/es/que-es-el-patrimonio-inmaterial-00003>
- Vallejo, G. (1984). El ritmo de la educación física. *Física y Deporte*, 6(1). Medellín.
- Vidal, M., Honour M. y Pantoja, P. (2021). ¡Volvamos a jugar ¡guía del aprendizaje al aire libre. <https://acortar.link/ILksNV>
- Villa, C. (2010). Coordinación y equilibrio: base para la educación física en primaria. *Revista Digital: Innovación y Experiencias Educativas*, 37. https://www.academia.edu/download/59747448/CRISTINA_REDONDO_120190615-71208-1e0xmds.pdf

ANEXOS

Tabla 8. Matriz de coherencia.

Nota. Elaboración propia.

| | |
|--|--|
| <p>Tema</p> <p>Juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en las y los estudiantes de octavo de Educación General Básica en la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 -2024.</p> | <p>Objetivo general</p> <p>Determinar la influencia de los juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en estudiantes de octavo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 -2024</p> |
| <p>INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN</p> | <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo influyen estos juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes? • ¿Cuál es el nivel actual de las capacidades motrices básicas de los estudiantes de octavo año de EGB en la Unidad Educativa "Teodoro Gómez de la Torre" según el test de Gallahue? • ¿Cuál es la mejor propuesta para utilizar juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de 8vo año de EGB de la Unidad Educativa "Teodoro Gómez de la Torre"? | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y clasificar los juegos tradicionales que tienen un impacto significativo en el desarrollo de las capacidades motrices básicas en estudiantes de octavo año de EGB. • Evaluar, mediante la aplicación del test de Gallahue, las capacidades motrices básicas de los estudiantes de octavo de Educación Básica en la Unidad Educativa "Teodoro Gómez de la Torre" durante el año lectivo 2023-2024. • Elaborar una guía didáctica práctica sobre la utilización de juegos tradicionales para fortalecer las capacidades motrices en el contexto educativo de la Educación General Básica. |

Tabla 9. *Matriz categorial.*

| Concepto | Categoría | Dimensión | Indicador | Técnica |
|--|------------|--|---|------------|
| Son juegos tradicionales que se han desarrollado en la comunidad, y los juegos son aquellos donde los participantes alcanzan una meta final. | 1.1. Juego | 1.1. 1. Conceptualización de los juegos tradicionales | <ul style="list-style-type: none"> • Definiciones. • Características • Desarrollo • Participación y Popularidad • Importancia de los juegos tradicionales | Entrevista |
| | | 1.1.2. Clasificación de los juegos tradicionales | <ul style="list-style-type: none"> • Juegos al aire libre • Juegos individuales • Juegos colectivos • Juegos de cambio de rol | |
| | | 1.1.3. Juegos tradicionales en Ecuador | <ul style="list-style-type: none"> • Juego de la silla • Rayuela • Encantados • Tingo tango • Juego del pañuelo • Salto de la cuerda • Carretillas | |

| | | | | |
|---|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------|------|
| Es un proceso psicofísico que permite al niño y niña para desarrollar el esquema corporal a través de las capacidades básicas | 1.2. Capacidades motrices básicas | 1.2.1. Carrera | • Test de Gallahue | Test |
| | | 1.2.2. Tiro alto del hombro | | |
| | | 1.2.3. Salto largo | | |
| | | 1.2.4. Atajar | | |
| | | 1.2.5. Patear | | |

Nota. Elaboración propia.

Tabla 10. *Matriz de relaciones.*

| Objetivo diagnóstico | Categoría | Indicador | Fuente | Técnica |
|--|----------------------------------|---|--|-------------------|
| <p>Determinar las falencias que tienen los estudiantes de 8vo año de EGB en las áreas fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 - 2024.</p> | <p>1.1. Juegos tradicionales</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Definiciones. • Características • Desarrollo • Participación y Popularidad • Juegos al aire libre • Juegos individuales • Juegos colectivos • Juegos de cambio de rol • Juego de la silla • Rayuela • Encantados • Tingo tango • Juego del pañuelo • Salto de la cuerda • Carretillas | <p>Profesores y estudiantes de 8vo de Educación General Básica de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 -2024.</p> | <p>Entrevista</p> |

| | | | | |
|--|--|---|--|-------------|
| <p>Diagnosticar las capacidades motrices básicas a través de los juegos en las y los estudiantes de 8vo de Educación General Básica de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 - 2024.</p> | <p>1.2. Capacidades motrices básicas</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Carrera • Lanzamiento • Salto largo • Atajar • Patear • Test de Gallahue | <p>Estudiantes de 8vo de Educación General Básica de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre, año lectivo 2023 - 2024.</p> | <p>Test</p> |
|--|--|---|--|-------------|

Nota. Elaboración propia.

Figura 2. Autorización.

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**
Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020
FACULTAD EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA
CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

Oficio N° UTN-CPAFD-2024-0035-O
Ibarra, 14 de mayo de 2024

ASUNTO: Autorización

Magister
Sandra Hidalgo
RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "TEODORO GÓMEZ DE LA TORRE"
Presente

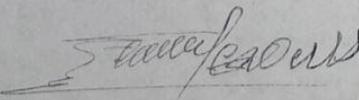
De mi consideración:

La Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte y la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte expresa un atento y cordial saludo y el deseo de éxitos en sus funciones.

Solicito a usted comedidamente, se digne autorizar la aplicación de Test dirigido a los estudiantes de octavo año y entrevistas a los docentes del área de Educación Física de su prestigioso establecimiento educativo, a cargo del señor Alexander Hidalgo con cédula de ciudadanía N° 0401818778, estudiante de Octavo nivel de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte; se encuentra realizando un trabajo investigativo con el tema "Juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes de 8vo año de educación básica de la Unidad Educativa "Teodoro Gómez de la Torre" e n el período 2023.2024" previo a la obtención del título profesional.

Por la gentil atención, le agradezco.

Atentamente,
"CIENCIA Y TECNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO"


PhD. Elmer Meneses S
COORDINADOR CARRERA

FECYT
CARRERA DE PEDAGOGÍA
DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y DEPORTE

- MSc. José Luis Rivadeneira
COORDINADOR AREA EFF.

Favor coordinar el apoyo para la aplicación de la encuesta 23 MAYO 2024

MSc. Mariela Pinto
VICERRECTORA VESPERTINA.

Favor condone la aplicación de la encuesta, previa revisión de la misma para verificar que no existan preguntas que vulneren los derechos de los estudiantes.

22-5-2024
Luis de la Torre
23 MAYO 2024

Ciudadela Universitaria Barrio El Olivo
Av.17 de Julio 5-21 y Gral. José María Córdova
Teléfono: (05) 2997-800 RUC: 1060001070001
www.utn.edu.ec

Figura 3. *Entrevista a docentes.*

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA - FECYT

ENTREVISTA PARA EL DOCENTE

Estimado/a:

El presente cuestionario tiene como objetivo recabar información sobre el uso de los juegos tradicionales para el desarrollo de las capacidades motrices básicas en los estudiantes. Al momento de contestar cada una de las preguntas debe ser de manera sincera y personal.

CUESTIONARIO

1. ¿Cuáles son los juegos tradicionales más comunes que se utilizan en clases de Educación Física?
2. ¿Qué juegos tradicionales cree que son más efectivos para desarrollar capacidades específicas como correr, saltar, lanzar o atrapar?
3. ¿Cómo se percibe la motivación y el entusiasmo de los estudiantes al participar en juegos tradicionales comparado con otras actividades físicas?
4. ¿Qué recomendaciones haría a docentes sobre la integración de juegos tradicionales en el desarrollo de las capacidades motrices básicas?
5. ¿Ha utilizado el test de Gallahue para evaluar las capacidades motrices de sus estudiantes? Si es así, ¿cómo fue su experiencia?
6. ¿Cómo describiría el nivel actual de capacidades motrices básicas de los estudiantes de 8vo año de la institución?
7. ¿Cómo se puede mejorar la precisión y relevancia de los Test en la evaluación de las capacidades motrices de los estudiantes?
8. ¿Cuáles son, desde su perspectiva, las ventajas más significativas de utilizar tests en la evaluación educativa?
9. ¿Qué juegos tradicionales incluiría en una guía didáctica destinada a mejorar las capacidades motrices de los estudiantes?
10. ¿Cuáles son los elementos clave que debe incluir una guía didáctica efectiva para apoyar la enseñanza en el aula?

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

Figura 4. Test.

Test de Gallahue

Carrera

Posición de observación: El patrón de la carrera deberá ser observado desde dos ángulos diferentes. El movimiento de las piernas (vista lateral) y el movimiento de los brazos deberán ser evaluados desde el costado del examinado, a una distancia de aproximadamente 6 metros, mientras que el movimiento de las piernas (vista posterior) deberá ser observado desde atrás mientras el sujeto corre alejándose del examinador. El sujeto deberá partir de y llegar a líneas claramente marcadas. Puede resultar útil ubicar al niño en una situación competitiva para estimularlo a que realice el esfuerzo máximo. La distancia recorrida deberá ser lo suficientemente larga como para que el niño alcance su velocidad máxima; sin embargo, no debe cansarse. Entre cada prueba se permitirá un período de descanso suficiente.

Instrucciones verbales sugeridas: “Cuando yo diga ya quiero que corras lo más rápido que puedas hasta esos conos” ¿Listo?, “Ya”.

Instrucciones especiales: En la determinación del trecho a correr, el observador debe considerar: 1) contar con tiempo suficiente para poder evaluar la acción a ser observada (sin contar la fase inicial de observación y la última de pérdida de velocidad), 2) la edad del niño y su habilidad para correr sin cansarse durante los intentos. Se sugiere que para niños menores de 6 años la distancia total se limite a unos 5 a 6 metros; los niños mayores podrán correr entre 8 y 11 metros. La superficie por correr deberá ser pareja y sin obstáculos, la tierra con escollos puede alterar el patrón en cuestión.

| CARRERA | INICIAL | ELEMENTAL | MADURO |
|---|---|--|---|
| Movimiento de las piernas (vista lateral) | <p>El movimiento de la pierna es corto y limitado.</p> <p>- Paso rígido y desigual.</p> <p>-No hay fase de vuelo observable.</p> <p>- Hay extensión incompleta de la pierna de apoyo.</p> | <p>-Aumenta el movimiento, el largo la velocidad.</p> <p>-Fase de vuelo limitada pero observable.</p> <p>-La pierna de apoyo se extiende en forma más completa en el despegue.</p> | <p>-El largo del paso es máximo y la velocidad es alta.</p> <p>-Hay fase definida de vuelo.</p> <p>-La pierna de apoyo se extiende completamente.</p> <p>-El muslo que se adelanta lo hace paralelamente a la tierra.</p> |
| Movimiento de los brazos | <p>-Movimiento rígido y corto; el codo flexionado en grado variable.</p> <p>-Tiende a balancearse hacia fuera en forma horizontal.</p> | <p>-Aumenta el balanceo de brazos.</p> <p>-Predominio de desplazamiento hacia atrás sobre el horizontal.</p> | <p>-Balanceo vertical en oposición a las piernas.</p> <p>-Los brazos se flexionan en ángulo recto.</p> |

| | | | |
|--|---|---|---|
| <p>Movimiento de las piernas (vista posterior)</p> | <p>-La pierna en movimiento rota hacia fuera a partir de la cadera.</p> <p>-El pie en movimiento vuelve los dedos hacia fuera.</p> <p>-Amplia base de sustentación.</p> | <p>-El pie en movimiento atraviesa con cierta altura a la línea media al deslizarse hacia adelante.</p> | <p>-Pequeña rotación del pie y de la pierna en el movimiento hacia delante.</p> |
|--|---|---|---|

Tiro por encima del hombro

Posición de observación: El patrón de tiro por encima del hombro deberá ser observado con el observador enfrentando al examinado y ligeramente desplazado hacia el lado dominante del niño. Se debe poner cuidado en no obstruir o limitar el tiro al niño, bloqueando el camino.

Instrucciones verbales sugeridas: “Cuando te avise quiero que tires esta pelota lo más lejos que puedas” ¿Listo?, “Tira”.

Instrucciones especiales: La superficie del lugar donde se ejecuta el tiro deberá ser pareja y no resbaladiza.

De ser posible, el patrón será ejecutado al aire libre o en un gimnasio amplio. La pelota deberá ser lo suficientemente pequeña como para que el niño pueda controlarla con los dedos. Las pelotas de paño resultan excelentes pues sólo pueden alcanzar una distancia limitada y, por lo tanto, son fácilmente recuperables.

| TIRO POR ENCIMA DE HOMBRO | INICIAL | ELEMENTAL | MADURO |
|---------------------------------|--|---|---|
| <p>Movimiento de los brazos</p> | <p>-El movimiento parte del codo.</p> <p>- El codo permanece adelantado respecto del cuerpo; el movimiento es similar al empujar.</p> <p>- Los dedos se separan al soltar.</p> <p>- La inercia es hacia delante y hacia abajo.</p> | <p>-En la preparación, h el brazo se desplazan hacia arriba, hacia los lados, hacia atrás con el codo en posición de flexión.</p> <p>-La pelota es mantenida detrás de la cabeza.</p> <p>-El brazo se desplaza hacia delante, alto respecto del hombro.</p> | <p>-El brazo se desplaza hacia atrás en la preparación.</p> <p>-El codo opuesto se eleva para equilibrar el movimiento del brazo ejecutante.</p> <p>-El codo que ejecuta el tiro se desplaza hacia delante en forma horizontal a medida que se estira.</p> <p>-El antebrazo rota y el</p> |

| | | | |
|------------------------------|--|---|--|
| | | | pulgar finaliza apuntando hacia abajo |
| Movimiento del tronco | <ul style="list-style-type: none"> - El tronco permanece perpendicular al blanco. - Se produce una pequeña rotación durante el tiro. - El peso del cuerpo experimenta un ligero desplazamiento hacia atrás. | <ul style="list-style-type: none"> -El tronco rota hacia el lado que ejecuta el tiro durante el movimiento preparatorio. - Los hombros rotan hacia el lado que ejecuta. - El tronco se flexiona hacia delante acompañando el movimiento hacia delante del brazo. - Se produce un desplazamiento definido del peso corporal hacia delante. | <ul style="list-style-type: none"> -El tronco rota en forma notoria hacia el lado que ejecuta el tiro durante el movimiento preparatorio. - El hombro que ejecuta el tiro desciende levemente. -Se produce una definida rotación de caderas, piernas, columna y hombros durante el tiro |
| Movimiento de piernas y pies | <ul style="list-style-type: none"> -Los pies permanecen quietos. -En el momento de preparación del tiro puede producirse un pequeño desplazamiento sin finalidad de los pies. | <ul style="list-style-type: none"> -Se da un paso adelante con la pierna correspondiente al brazo que ejecuta el tiro. | <ul style="list-style-type: none"> -Durante el momento de preparación el peso esta sobre el pie posterior. - A medida que el peso se desplaza el pie opuesto se adelanta un paso. |

Salto en largo

Posición de observación: Deberá ser observado desde una posición perpendicular a la acción. El examinado deberá partir de una posición relajada, con los dedos de ambos pies tocando la línea de partida. Se debe tener cuidado de no colocar los pies del niño en una posición artificial o incómoda.

Instrucciones verbales sugeridas: “Cuando te diga que saltes, quiero que saltes con los dos pies, lo más lejos que puedas. ¿Listo? Salta.

Instrucciones especiales: El patrón de salto en largo debería ser ejecutado sobre una alfombra o una superficie suave o de césped. La posición inicial puede marcarse con una línea, unas huellas de pies dibujadas sobre papel ayudarán al niño a ubicar los suyos en la posición correcta.

| SALTO EN LARGO | INICIAL | ELEMENTAL | MADURO |
|--------------------------------|--|---|---|
| Movimiento de los brazos | <ul style="list-style-type: none"> -Balanceo limitado; los brazos no desencadenan el salto. -Durante la base de vuelo, movimiento lateral hacia abajo o posteriores hacia arriba, para mantener el equilibrio. | <ul style="list-style-type: none"> -Inician el salto. -Permanecen siempre hacia adelante del cuerpo en la posición de flexión inicial. -Se desplazan hacia los costados para mantener el equilibrio durante el vuelo. | <ul style="list-style-type: none"> -Movimiento hacia atrás y hacia arriba durante la flexión preparatoria. -Durante el despegue se balancean hacia adelante con fuerza y se elevan. Los brazos se mantienen altos durante el salto. |
| Movimiento del tronco | <ul style="list-style-type: none"> -Se mueve en posición vertical; poca influencia en el salto. | | <ul style="list-style-type: none"> -El tronco se desplaza formando ángulo de 45°. -Mayor influencia en el desplazamiento horizontal. |
| Movimiento de piernas y cadera | <ul style="list-style-type: none"> -La flexión preparatoria es inconsciente en cuanto a la flexión de las piernas. -Hay dificultad para utilizar ambos pies -La extensión es limitada en -El despegue. -El peso de desplaza | <ul style="list-style-type: none"> - La flexión preparatoria es más profunda y consistente. -La extensión en el despegue es mas completa. -Las caderas están flexionadas durante el vuelo. Y los muslos se mantienen en Posición de flexión. | <ul style="list-style-type: none"> -La flexión preparatoria es más acentuada y consiente. -Se produce la extensión completa de tobillos, rodillas y caderas en el despegue. -Los muslos se mantienen paralelo a la tierra durante el la fase de vuelo, la parte inferior de la pierna se |

| | | | |
|--|------------------------------|--|---|
| | hacia atrás al tocar tierra. | | <p>mantiene vertical.</p> <p>-El peso del cuerpo se desplaza hacia delante en el momento de tocar tierra.</p> |
|--|------------------------------|--|---|

Atajar

Posición de observación: El patrón de atajar deberá ser observado enfrentando directamente al niño.

Efectuando el tiro con la mano baja, el examinador deberá arrojar una pelota pequeña, aproximadamente a la altura del pecho.

Instrucciones verbales sugeridas: “Quiero que atajes esta pelota cuando yo la tire” ¿Listo?

Instrucciones especiales: En el patrón destajar reviste suma importancia el tamaño y peso de la pelota. Se sugiere utilizar una pelota tamaño softbol o rellena de tela de algodón. La altura a la cual se arroja la pelota también modifica la respuesta. Deberá ser arrojada a la altura del pecho desde una distancia de aproximadamente un metro y medio. Cualquier tiro ejecutado demasiado alto o bajo deberá ser descartado.

| ATAJAR | INICIAL | ELEMENTAL | MADURO |
|--------------------------|---|---|---|
| Movimiento de la cabeza | Se produce una reacción marcada, volviendo la cabeza o tapándose la cara con los brazos. | -La reacción de rechazo se limita a que el niño cierre los ojos cuando establece contacto con la pelota. | -Desaparece totalmente la reacción de rechazo. |
| Movimiento de los brazos | <p>-Los brazos se encuentran extendidos frente al cuerpo.</p> <p>-Se produce escaso movimiento hasta el momento del contacto.</p> <p>-El movimiento es similar a la acción de arrastrar con todo el brazo.</p> <p>-Se intenta atrapar la pelota con todo el cuerpo.</p> | <p>-Los codos se mantienen hacia los lados flexionados alrededor de 90°.</p> <p>-Los brazos atrapan la pelota cuando falla el contacto inicial cuerpo. Intentado por las manos.</p> | <p>-Los brazos permanecen relajados a ambos lados y los antebrazos extendidos frente al</p> <p>-Los brazos ceden ante el contacto para absorber la fuerza que trae la pelota.</p> <p>- Los brazos se adaptan a la trayectoria de la pelota.</p> |

| | | | |
|-------------------------|---|--|--|
| Movimiento de las manos | <ul style="list-style-type: none"> -Las palmas están vueltas hacia arriba. -Los dedos se encuentran extendidos y tensos. -Las manos no se utilizan en el patrón de atajar. | <ul style="list-style-type: none"> -Las manos se enfrentan una a otra con los pulgares hacia arriba. -Producido el contacto, Las manos intentan tomar la pelota con un movimiento desparejo y escasamente coordinado | <ul style="list-style-type: none"> -Los pulgares se mantienen enfrentados. -Las manos toman la pelota con un movimiento simultáneo y bien coordinado. -Los dedos realizan una presión más eficaz. |
|-------------------------|---|--|--|

Patear

Posición de observación: El patrón de patear deberá ser observado desde el costado del niño, con el observador parado en forma directamente perpendicular a la pelota que será pateada.

Instrucciones verbales sugeridas: “Cuando te avise quiero que patee esta pelota lo más lejos que puedas”.

Instrucciones especiales: El niño deberá ubicarse más o menos a un paso de la pelota. La pelota deberá patearse con carrera previa. Deberá medir alrededor de 0,30m de diámetro y no ser demasiado pesada como para dificultar la patada.

| PATEAR | INICIAL | ELEMENTAL | MADURO |
|-----------------------------------|--|------------------|---|
| Movimiento de brazos y son tronco | <ul style="list-style-type: none"> -Los movimientos escasos durante el acto de patear. -El tronco permanece rígido. - Los brazos se utilizan para mantener el equilibrio. | | <ul style="list-style-type: none"> - Los brazos se desplazan con movimientos alternados en el momento de patear. -Durante la fase de inercia, el tronco se inclina. |

| | | | |
|----------------------------------|---|--|--|
| <p>Movimiento de las piernas</p> | <p>-La pierna que patear efectúa un movimiento limitado hacia atrás.</p> <p>-El movimiento hacia delante es escaso y no se observa inercia.</p> <p>- El niño patear " hacia" la pelota más que patearla directamente con impulso.</p> | <p>-El movimiento preparatorio hacia atrás de la rodilla.</p> <p>-La pierna que patear tiende a permanecer flexionada mientras patear.</p> <p>-La inercia se limita a un movimiento hacia delante de la rodilla.</p> | <p>-El movimiento de la pierna que patear se produce a la altura de comienza a la altura de la cabeza.</p> <p>-La pierna que sostiene el peso se flexiona levemente al establecer contacto.</p> <p>-Aumenta el largo del balanceo de la pierna.</p> <p>-La inercia eleva la pierna; el pie que hace de soporte se desplaza apoyándose sobre los dedos.</p> |
|----------------------------------|---|--|--|

Figura 5. *Aplicación del test de Gallahue (lanzar).*



Figura 6. *Aplicación del test de Gallahue (carrera).*

