



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

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

**TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

**TEMA:**

“ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS ESTUDIANTES DE 7MO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DEL PARALELO “A” EN LA UNIDAD EDUCATIVA REPÚBLICA DEL ECUADOR DE LA CIUDAD DE OTAVALO”

|                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

**AUTOR:**

Eufemia Carolina Ipiales Sánchez

**DIRECTOR (A):**

MSc. Anita del Rocío Gudiño Noguera

**Ibarra – Ecuador 2026**



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

## BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

### AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

#### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

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

| DATOS DE CONTACTO           |                                                                |                        |            |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------|------------|
| <b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b> | 100348916-6                                                    |                        |            |
| <b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b> | Ipiales Sánchez Eufemia Carolina                               |                        |            |
| <b>DIRECCIÓN:</b>           | Calle María Auxiliadora y 11 de agosto N° 23                   |                        |            |
| <b>EMAIL:</b>               | <a href="mailto:ecipiales@utn.edu.ec">ecipiales@utn.edu.ec</a> |                        |            |
| <b>TELÉFONO FIJO:</b>       | 2138 303                                                       | <b>TELÉFONO MÓVIL:</b> | 0981706454 |

| DATOS DE LA OBRA            |                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>TÍTULO:</b>              | Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo "A" en la Unidad Educativa República del Ecuador de la ciudad de Otavalo |
| <b>AUTOR (ES):</b>          | Eufemia Carolina Ipiales Sánchez                                                                                                                                                                               |
| <b>FECHA: DD/MM/AAAA</b>    | 10/03/2026                                                                                                                                                                                                     |
| SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>PROGRAMA:</b>            | <input checked="" type="checkbox"/> <b>PREGRADO</b> <input type="checkbox"/> <b>POSGRADO</b>                                                                                                                   |

|                                |                                                                   |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>TITULO POR EL QUE OPTA:</b> | Licenciada en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte          |
| <b>ASESOR /DIRECTOR:</b>       | Virna Isabel Acosta Paredes<br><br>Anita del Rocío Gudiño Noguera |

## 2. 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 marzo de 2026

**EL AUTOR:**

Nombre: Eufemia Carolina Ipiales Sánchez



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Acreditada Resolución Nro.173-SE-33-CACES-2020

## FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



### CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 10 de marzo de 2026

MSc. ANITA DEL ROCÍO GUDIÑO NOGUERA

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR CERTIFICA:

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



Firmado electrónicamente por:  
**ANITA DEL ROCIO  
GUDIÑO NOGUERA**

Validar únicamente con FirmaEC

MSc. Anita del Rocío Gudiño Noguera

Directora



## **DEDICATORIA**

Este proyecto de investigación está dedicado, en primer lugar, a mi familia, especialmente a mi madre, Martita, y a mi padre, Santiago, por el apoyo constante, la confianza y las palabras de aliento que fueron cada día.

A mis queridos sobrinos, Moisés, Joel, Sofía y el pequeño Darwin, para que este logro sea un ejemplo de superación, esfuerzo y perseverancia, para que a futuro sigan sus sueños con dedicación y compromiso convirtiéndose en el orgullo de quienes los amamos.

De manera especial, a mi pareja, Jonathan, por su paciencia y comprensión, por sus palabras motivadoras que me impulsaron a no rendirme y culminar con éxito mi profesión.

Finalmente, dedico a mi tutora Anita Gudiño y asesora Virna Acosta, que me guiaron en la construcción de este proyecto de investigación, por sus conocimientos y experiencias, que hicieron posible la culminación.

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, agradezco a Dios por guiarme, iluminarme y protegerme durante este trayecto académico; gracias por las bendiciones enviadas.

Manifiesto mi sincero agradecimiento a mi familia, mi papá y mamá, por su apoyo incondicional tanto en lo económico como en lo emocional, por la confianza y motivación que han influido en mi formación.

A los docentes de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Técnica del Norte, por los conocimientos impartidos y la orientación brindada en el proceso de formación.

De manera especial, agradezco a mi pareja, por su compañía y apoyo durante todo este proceso de investigación.

Finalmente, agradezco personalmente mi esfuerzo y dedicación; pese a las dificultades presentadas durante estos años de estudio, me siento orgullosa de mi capacidad, ya que logré mi sueño anhelado y seguiré cumpliendo más metas.

## RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación destaca la importancia de las actividades lúdicas en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños y niñas, ya que, mediante el juego, se fomenta el disfrute y el entrenamiento durante las clases de educación física. Además, contribuyen al desarrollo integral y fortalecen habilidades como la coordinación, el equilibrio y el desplazamiento. El objetivo general de la investigación fue determinar las actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo ‘‘A’’ en la Unidad Educativa República del Ecuador. Se utilizó una metodología de enfoque mixto, con un alcance descriptivo, un diseño no experimental, una investigación bibliográfica, de campo, transversal y con métodos estadísticos, inductivo, deductivo, analítico y sintético. La población estuvo conformada por 36 participantes, por lo cual para los 6 docentes se utilizó una encuesta con escala tipo Likert y para los 30 alumnos se aplicó un test de desarrollo motor grueso. Los resultados obtenidos en la encuesta, se evidenció que los docentes consideran la importancia del uso de actividades lúdicas en el proceso de aprendizaje; sin embargo, los estudiantes en su mayoría presentan dificultades notorias en el nivel de motricidad gruesa. Surgiendo este problema, se diseñó una guía didáctica basada en el currículo de educación física. Se concluye que la aplicación de estas actividades contribuye de forma efectiva también en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por último, se socializó la guía elaborada a los docentes de la institución anteriormente mencionada.

**Palabras clave:** actividades lúdicas, motricidad gruesa, desarrollo integral, proceso de enseñanza-aprendizaje



## ABSTRACT

This research highlights the importance of playful activities in the development of gross motor skills in children, as play promotes enjoyment and active participation during physical education classes. In addition, these activities contribute to comprehensive development and strengthen abilities such as coordination, balance, and movement. The general objective of the study was to determine playful activities that support the development of gross motor skills in seventh-grade students of General Basic Education, parallel "A," at the "República del Ecuador" Educational Unit. A mixed-methods approach was used, with a descriptive scope and a non-experimental design. The study also included bibliographic and field research, as well as statistical procedures based on inductive, deductive, analytical, and synthetic methods. The population consisted of 36 participants. A Likert-scale survey was administered to six teachers, and a gross motor development test was applied to 30 students. The survey results indicated that teachers recognize the importance of incorporating playful activities into the learning process; however, most students demonstrated notable difficulties in gross motor skills. In response to this situation, a didactic guide based on the physical education curriculum was designed. It was concluded that the implementation of these activities effectively contributes to the teaching-learning process. Finally, the guide was shared with the teachers of the aforementioned institution.

**Keywords:** playful activities, gross motor skills, integral development, teaching-learning process.

  
Reviewed by  
MSc. Luis Paspuezán Soto  
CAPACITADOR-CAI  
March 6, 2026

## Índice de contenidos

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| INTRODUCCIÓN.....                                 | 1  |
| Descripción del problema .....                    | 1  |
| Delimitación del Problema .....                   | 2  |
| Formulación del problema .....                    | 2  |
| Antecedentes.....                                 | 3  |
| Justificación.....                                | 5  |
| Objetivos.....                                    | 7  |
| Objetivo General.....                             | 7  |
| Objetivos específicos .....                       | 7  |
| Preguntas de investigación .....                  | 8  |
| Capítulo 1: Marco Teórico.....                    | 9  |
| 1.1 Actividades lúdicas .....                     | 9  |
| 1.1.2 Importancia de la actividad lúdica .....    | 10 |
| 1.1.3 Beneficios de las actividades lúdicas ..... | 12 |
| 1.1.4 Tipos de actividades lúdicas.....           | 12 |
| 1.1.5 Juego.....                                  | 14 |
| 1.2 Motricidad gruesa .....                       | 15 |
| 1.2.1 Importancia de la motricidad gruesa .....   | 17 |
| 1.2.2 Beneficios de la motricidad gruesa .....    | 18 |

|                                                                                                                                                                                         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.2.3 Motricidad gruesa y educación física.....                                                                                                                                         | 19 |
| Capítulo 2: Materiales y Métodos .....                                                                                                                                                  | 21 |
| 2.1 Tipo de investigación.....                                                                                                                                                          | 21 |
| 2.1.1 Alcance de la investigación.....                                                                                                                                                  | 21 |
| 2.1.2 Diseño de la investigación.....                                                                                                                                                   | 22 |
| 2.1.3 Métodos de la investigación.....                                                                                                                                                  | 23 |
| 2.2 Técnica e instrumentos de investigación .....                                                                                                                                       | 25 |
| 2.2.1 Encuesta .....                                                                                                                                                                    | 25 |
| 2.2.2 Test .....                                                                                                                                                                        | 25 |
| 2.3 Preguntas de investigación.....                                                                                                                                                     | 26 |
| 2.4 Matriz de operacionalización de variables.....                                                                                                                                      | 28 |
| 2.5 Participantes.....                                                                                                                                                                  | 29 |
| 2.6 Procedimientos y análisis de datos .....                                                                                                                                            | 29 |
| Capítulo 3: Resultados y Discusión.....                                                                                                                                                 | 31 |
| 3.1 Encuesta aplicada a docentes del área de Educación Física de la Unidad Educativa<br>República del Ecuador .....                                                                     | 31 |
| 3.2 Prueba realizada de Desarrollo Motor Grueso aplicada a los estudiantes de 7mo<br>año de Educación General Básica paralelo ‘A’ en la Unidad Educativa República del<br>Ecuador ..... | 39 |
| Capítulo 4: Propuesta.....                                                                                                                                                              | 45 |
| 4.1 Título de la propuesta.....                                                                                                                                                         | 45 |
| 4.2 Introducción .....                                                                                                                                                                  | 45 |

|                                                                                                                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.3 Justificación .....                                                                                                                                                                | 46 |
| 4.4 Objetivos de la propuesta.....                                                                                                                                                     | 47 |
| 4.5 Desarrollo de la propuesta .....                                                                                                                                                   | 47 |
| 4.6 Socialización de la guía de actividades lúdicas con los docentes del área de Educación Física .....                                                                                | 77 |
| 4.7 Fotografías de la socialización a los docentes de la guía de actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica ..... | 77 |
| Conclusiones.....                                                                                                                                                                      | 82 |
| Recomendaciones .....                                                                                                                                                                  | 83 |
| Glosario .....                                                                                                                                                                         | 84 |
| Referencias bibliográficas .....                                                                                                                                                       | 85 |
| Anexos.....                                                                                                                                                                            | 93 |

### Índice de tablas

|                       |    |
|-----------------------|----|
| <b>Tabla 1:</b> ..... | 31 |
| <b>Tabla 2:</b> ..... | 32 |
| <b>Tabla 3:</b> ..... | 33 |
| <b>Tabla 4:</b> ..... | 34 |
| <b>Tabla 5:</b> ..... | 34 |
| <b>Tabla 6:</b> ..... | 35 |
| <b>Tabla 7:</b> ..... | 36 |

|                        |    |
|------------------------|----|
| <b>Tabla 8:</b> .....  | 37 |
| <b>Tabla 9:</b> .....  | 38 |
| <b>Tabla 10:</b> ..... | 39 |
| <b>Tabla 11:</b> ..... | 40 |
| <b>Tabla 12:</b> ..... | 41 |
| <b>Tabla 13:</b> ..... | 42 |
| <b>Tabla 14:</b> ..... | 43 |

### **Índice de Ilustraciones**

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| <b>Ilustración 1</b> .....  | 51 |
| <b>Ilustración 2</b> .....  | 54 |
| <b>Ilustración 3</b> .....  | 56 |
| <b>Ilustración 4</b> .....  | 59 |
| <b>Ilustración 5</b> .....  | 61 |
| <b>Ilustración 6</b> .....  | 63 |
| <b>Ilustración 7</b> .....  | 65 |
| <b>Ilustración 8</b> .....  | 69 |
| <b>Ilustración 9</b> .....  | 72 |
| <b>Ilustración 10</b> ..... | 75 |



## INTRODUCCIÓN

### Descripción del problema

La presente investigación parte de la observación empírica durante la convivencia en las prácticas preprofesionales del área de Educación Física en la Unidad Educativa República del Ecuador de la ciudad de Otavalo, donde se ha identificado en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo ‘‘A’’, dificultades en el desarrollo de la motricidad gruesa, lo cual influye negativamente en el desempeño de las actividades lúdicas limitando su intervención activa en las clases de Educación Física. Probablemente, existe una limitada implementación de actividades dirigidas específicamente a mejorar esta motricidad en los estudiantes. Esta situación puede estar afectando desfavorablemente el desarrollo de las habilidades motoras como correr, saltar, trepar, lanzar, las cuales son esenciales para un mejor control y dominio corporal.

Asimismo, esta situación podría estar afectando la participación activa y emocional de los estudiantes durante las clases, viéndose afectados la motivación y el compromiso durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. El juego fomenta la participación con creatividad y, además, promueve el desarrollo integral del niño en lo cognitivo, en los estados emocionales y en lo social.

Por otro lado, el posible desinterés por parte de los estudiantes al participar en las actividades lúdicas puede afectar problemas como los antes mencionados, que son el desarrollo motriz, como saltar, correr, trepar, afectando la coordinación.

De acuerdo con Ortiz et al., (2024) como se cita en Vique (2015), menciona que anteriormente no había tanta importancia en desarrollar motricidad gruesa en los niños, pero con el avance de estudios, especialmente indagados por autores europeos y

estadounidenses, se lograron obtener algunos puntos fundamentales que demuestran la importancia del desarrollo de la motricidad en los niños por medio de juegos lúdicos.

Adicionalmente, el posible desinterés por parte de los docentes al implementar actividades lúdicas en las clases de Educación Física puede ser una dificultad, limitando el progreso de la motricidad gruesa en los estudiantes.

### **Delimitación del Problema**

La presente investigación se realizó en la Unidad Educativa “República del Ecuador” ubicada en la ciudad de Otavalo, provincia de Imbabura, del presente año lectivo 2025-2026, puesto que se realizó la respectiva investigación acerca de las actividades lúdicas para desarrollar la motricidad en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo “A” en la institución anteriormente mencionada.

### **Formulación del problema**

¿Cómo influyen las actividades lúdicas en el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de séptimo año de Educación General Básica del paralelo “A” en la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo?

## **Antecedentes**

Según, Calderón et al. (2024) en su artículo menciona en sus resultados de la investigación que las actividades lúdicas tienen un impacto positivo al desarrollo físico, motriz, cognitivo, afectivo, social, emocional y moral del niño, lo que contribuye a su desarrollo integral.

Las actividades lúdicas, conocidas como juegos y dinámicas recreativas, son espacios donde se expresan emociones, se divierten y se entretienen, y también constituyen un propósito educativo, ya que en los niños la mejor manera de aprender es mediante el juego, lo cual constituye un aspecto importante de su aprendizaje y desarrollo.

A partir de los resultados obtenidos por Alcívar y Rivera (2021), permiten identificar que los niños y niñas de 10 a 11 años presentan dificultades en distintas habilidades motrices. Dándole respuesta a esta problemática basada en un sustento teórico revisado, los autores diseñaron una guía pedagógica dirigida a docentes, enfocada específicamente en el desarrollo de la motricidad gruesa.

Según Quimís-Muñoz et al. (2025), en su investigación, su objetivo principal es analizar la incidencia de los juegos para el desarrollo motor grueso, por lo que consideran importante intervenir y promover la realización de actividades lúdicas para el desarrollo motor. En este artículo se utilizó un enfoque mixto-descriptivo, lo cual se llevó a cabo con una ficha de observación a 40 niños que tenían dificultades motoras y la aplicación de entrevistas a docentes de Educación Física.

Siguiendo con el mismo autor anteriormente mencionado, concluye que el juego, tanto como una estrategia educativa, es una forma de entretenimiento y es

esencial para mejorar la motricidad gruesa. Además, es importante que se apliquen actividades lúdicas para fomentar el desarrollo integral de los niños.

Las actividades lúdicas son una manera de distracción que a la vez genera una herramienta de aprendizaje, siendo importante que el juego pueda generar un ambiente divertido y fomentar un mejor desarrollo en los niños, ya sea emocional, social o cognitivo.

Considerando la investigación de Rojas (2025), en su artículo hace referencia a que las actividades lúdicas son estrategias educativas fundamentales dentro de las clases de Educación Física especificando sobre todo a los subniveles que se encuentren entre los 8 y 10 años, lo cual es una herramienta que genera el aprendizaje en los estudiantes, puesto que con las actividades lúdicas ha alcanzado resultados valiosos en los niños sobre todo en el desarrollo motriz.

De acuerdo con la anterior investigación, se considera que las actividades lúdicas son herramientas de enseñanza porque el juego ha logrado fomentar el desarrollo de esta motricidad, por lo cual los estudiantes han obtenido óptimos resultados tanto en el estímulo como en la colaboración activa.

Conforme a Gudiño (2024), en su tesis, tiene como objetivo determinar la relevancia de las actividades lúdicas para el desarrollo motriz grueso, por lo cual tuvo como resultado, luego de la intervención, que los niños tienen problemas al mantener el equilibrio en un solo pie, incluso al desplazarse de un punto hacia otro.

Por lo que el investigador desarrolló una propuesta alternativa sobre actividades lúdicas para fortalecer la motricidad gruesa, donde concluye que, además de mejorar dicha motricidad, esta propuesta se crea como una herramienta pedagógica donde existe

variedad de actividades que favorecen la motricidad gruesa y con la finalidad de que los docentes hagan uso de esas actividades en sus clases.

Según Mendoza y Pérez (2022), en su artículo se obtuvieron resultados que muestran una deficiencia de motricidad en los estudiantes de Básica Media, 7.º grado, con niveles bajos que estaban por debajo del promedio según la escala de valoración: Posteriormente, se elaboró una propuesta de actividades lúdicas como alternativa de solución.

Esta propuesta es para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices gruesas en las clases de Educación Física en escolares de Básica Media. Destaca que cada una de las actividades creadas tiene la finalidad de lograr un mejoramiento en las diferentes habilidades motrices como el equilibrio y la coordinación, porque es el punto débil en la motricidad de los escolares de básica media.

Conforme a la investigación realizada, se puede decir que desde hace algún tiempo ha existido un bajo nivel en el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes. Mediante las actividades lúdicas se ha determinado que son una herramienta fundamental en las clases, ya que por medio del juego se puede desarrollar la motricidad gruesa.

### **Justificación**

Las actividades lúdicas o <<actividades que comprenden juego o entretenimiento>> son importantes y fundamentales dentro del ámbito educativo, por lo que permiten un mejor aprendizaje y, a la vez, aumentan el aprovechamiento escolar en los estudiantes; también fomentan la autonomía y la autoestima en el desarrollo de las diferentes actividades. Los niños por medio del juego encuentran un ambiente divertido, entretenido, en el cual, a través de lo lúdico, se puede desarrollar la motricidad gruesa.

La motricidad gruesa implica el control y fortalecimiento de los movimientos grandes como correr, saltar, caminar, favoreciendo el equilibrio, la coordinación y la postura corporal. Sin embargo, en varias investigaciones se ha evidenciado que existe la deficiencia del desarrollo de la motricidad gruesa, lo que limita el desempeño escolar y un ambiente participativo en clases.

Las actividades lúdicas a través del juego se convierten en una herramienta fundamental para el aprendizaje, fomentando ambientes educativos, estimulando la motivación, la participación y el interés por el aprendizaje, que son elementos que influyen en la formación integral de los estudiantes.

La presente investigación pretende fortalecer la motricidad gruesa por medio de actividades recreativas como juegos, es decir, por medio de lo lúdico, comprendidas en las edades de 11 a 12 años, estableciendo la importancia de una formación integral tanto en lo cognitivo como en lo emocional y social, además de crear una comunicación positiva, autoconfianza y el mejoramiento de la interacción con el medio externo.

Actualmente, en la Unidad Educativa República del Ecuador, se evidenció un deficiente uso de actividades lúdicas en el área de Educación Física, puesto que la investigación tiene como finalidad que el juego sea el medio para enseñar, añadiendo una participación y fomentando las habilidades motrices en los niños. Se puede incorporar este uso de actividades, mediante la creación de una propuesta alternativa con actividades lúdicas relacionadas con el desarrollo motriz grueso.

La investigación tuvo como beneficiarios directos a los estudiantes de 7mo año de educación general básica del paralelo “A”, junto con el personal docente y administrativo de la institución. De manera indirecta, también serán favorecidos docentes de otras instituciones educativas.

La investigación es relevante porque los niños, mediante la ejecución de actividades lúdicas, experimentarán un mayor desarrollo en la motricidad gruesa, siendo de gran interés para los docentes debido a que cooperan como base para ejecutar juegos en clases. Las actividades pueden ser de manera grupal o individual y es importante intervenir en edades tempranas en la motricidad gruesa para evitar problemas a futuro.

Se ha considerado que esta investigación es factible porque se cuenta con recursos humanos que son los estudiantes y docentes de la institución educativa. Además, los recursos económicos son convenientes para el desarrollo de la investigación y, por parte de los materiales, si no existen, se pueden confeccionar con material reciclado; depende de lo que se llegue a necesitar.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Determinar las actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo “A” en la Unidad Educativa República del Ecuador

### **Objetivos específicos**

- Fundamentar teórica y metodológicamente sobre las actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa, mediante la revisión de la bibliografía actual.
- Indagar las actividades lúdicas que utilizan los docentes de Educación Física en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A de la Unidad Educativa República del Ecuador.

- Evaluar el nivel de motricidad gruesa que tienen los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A en la Unidad Educativa República del Ecuador.
- Elaborar una propuesta alternativa de actividades lúdicas para mejorar el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica

### **Preguntas de investigación**

- ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos sobre las actividades lúdicas y la motricidad gruesa según la bibliografía actual?
- ¿Qué actividades lúdicas aplican los docentes de Educación Física a los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A de la Unidad Educativa República del Ecuador?
- ¿Cuál es el nivel de motricidad gruesa que tienen los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A en la Unidad República del Ecuador?
- ¿Qué elementos teóricos-metodológicos contiene una propuesta alternativa para mejorar el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica?



## **Capítulo 1: Marco Teórico**

### **1.1 Actividades lúdicas**

Del concepto Lúdico según el Diccionario de la lengua española RAE - ASALE (2025) “Del lat. Ludus, adj. Perteneciente o relativo al juego, del sinónimo lúdico” (parr.1).

Las actividades lúdicas están centradas en el juego como un recurso didáctico o estrategia pedagógica, promoviendo un ambiente dinámico, interactivo y motivacional: además, fomentan un desarrollo integral y saludable en los estudiantes. Por medio del juego, los niños se convierten en independientes y desarrollan los sentidos sensoriales; a la vez, fortalecen su creatividad, imaginación y exploración, ya que impacta favorablemente en el crecimiento cognitivo, social y el desarrollo físico.

Para Gómez et al. (2015), mencionan en sus tesis que el concepto de lúdica es un término muy amplio como complejo, ya que se refiere a la necesidad del ser humano al expresarse, al sentir, al modo de comunicarse que producen las personas una serie de emociones vinculadas hacia el entretenimiento, la diversión y el esparcimiento, lo que lleva a gozar, reír, gritar e incluso expresando por medio del llanto lo que se convierte en una verdadera fuente generadora de emociones.

Se comprende como una actividad propia de carácter infantil dentro del proceso evolutivo, ya que incide significativamente en el desarrollo emocional e intelectual. Mediante el juego se tiene un aprendizaje autónomo y natural, manifestándose tanto en el tiempo libre como en el contexto escolar. En el ámbito educativo, los juegos son recursos didácticos, convirtiéndose en un proceso formativo, lo cual se transforma en estrategias pedagógicas y tiene la capacidad de promover la construcción de

conocimiento. De este modo, los juegos son relevantes como herramienta fundamental para los docentes en la labor educativa (Mayorga et al., 2023).

Según Candela y Benavides (2020), en su artículo mencionan que las actividades lúdicas son atractivas y motivadoras, puesto que atraen la atención de los alumnos hacia un aprendizaje significativo. Este tipo de actividades tiene infinitos beneficios, siendo los niños los que adquieren el conocimiento y percepción de su propio cuerpo, dominio de equilibrio, control eficaz y el ritmo, mejorando evidentemente la agilidad en los múltiples periodos del desarrollo.

### ***1.1.2 Importancia de la actividad lúdica***

La importancia de las actividades lúdicas impulsa el pensamiento abstracto, innovador y creativo, del mismo modo, el desarrollo de habilidades comunicativas y de participación, tal como la capacidad de ajustarse a los problemas y búsqueda de las soluciones correctas.

En su programa de actividades menciona que, mediante las actividades lúdicas, los alumnos aprenden a través del juego, lo cual favorece un aprendizaje más recio, permitiendo desarrollar habilidades para ser, hacer y mantenerse motivados en el trayecto de aprendizaje (Estepa, 2024).

El autor Estepa (2024), manifiesta el objetivo principal de las actividades lúdicas es promover el aprendizaje mediante el juego, siendo un método efectivo que permite a los alumnos la satisfacción, alegría y la participación de cada uno de los individuos.

Las actividades lúdicas son primordiales para promover el aprendizaje con cualidades atractivas y dinámicas para los niños. Busca transmitir un conocimiento intensivo al querer mejorar el desarrollo de la motricidad gruesa.

Para el autor Estepa (2024) afirma que las actividades lúdicas implican la ejecución de los diferentes movimientos corporales, como pueden ser suaves o de mayor intensidad, lo que contribuye al bienestar tanto físico como emocional. Analizando que las actividades lúdicas y las físicas comparten una misma finalidad en mejorar el desarrollo de la motricidad, donde están involucrados movimientos grandes del cuerpo.

En este sentido, los autores Castilla y Yepes (2015) con respecto a la importancia de las actividades lúdicas, menciona que lo lúdico constituye una actitud o disposición del ser humano frente a la vida cotidiana y las experiencias diarias. Trata de una forma de habitar y la relación con el entorno mediante momentos que generan disfrute, diversión y bienestar, relacionados con la relajación que aportan actividades simbólicas e imaginarias propias del juego. Además, el sentido del humor, el arte y otras acciones que surgen al interactuar con los demás, permiten vivir experiencias únicas, siendo lo primordial en cada actividad el placer que generan.

La importancia de lo lúdico como una actitud fundamental que va más allá de ser una actividad recreativa. El juego permite relacionarse en toda actividad que se realice que permite experimentar el disfrute y goce a través de los diferentes juegos, el arte y el humor.

Lo lúdico no es solo un medio de entretenimiento, sino un componente fundamental que satisface lo emocional y social. Al intervenir, lúdico favorece la creatividad, fortaleciendo las relaciones interpersonales y colaborando a un aprendizaje significativo.

### ***1.1.3 Beneficios de las actividades lúdicas***

Las actividades lúdicas desempeñan varios beneficios importantes, especialmente en la infancia. Incorporar actividades lúdicas permite fortalecer habilidades cognitivas y emocionales, fomentando la socialización y convirtiéndose en un medio significativo para el aprendizaje y el bienestar personal.

Los autores Candela y Benavides (2020) manifiestan en su revista que las actividades lúdicas brindan diferentes beneficios en el desarrollo infantil, ya que para los niños los juegos son atractivos y motivadores, donde facilitan la atención y el interés para un aprendizaje significativo. Mediante el juego, los niños aprenden conocimientos que mejoran el dominio del equilibrio, la coordinación de la motricidad gruesa e incluso aprenden el control voluntario de la respiración.

Según los autores Gómez et al. (2015), afirman que las actividades lúdicas tienen beneficios incluso en el desarrollo de la autoconfianza, la autonomía y la personalidad de cada ser humano, por lo que permiten explorar, expresarse libremente en un ambiente seguro y también motivador.

Para Caballero-Calderón (2021) los beneficios mediante las actividades lúdicas en el aula de clases se encuentran en tener un aprendizaje mejor al trabajar de manera colaborativa, donde se fomentan los recursos didácticos y la mejor fluidez del proceso enseñanza-aprendizaje y a la vez la comunicación e interpretación de los diferentes conceptos.

### ***1.1.4 Tipos de actividades lúdicas***

Las actividades lúdicas se clasifican según la función que cumplen y, del mismo modo, se ajustan a las diferentes necesidades de los niños, por lo que los juegos presentan una diversidad de dinámicas recreativas dirigidas a promover su desarrollo

integral y, a la vez, fortalecer sus habilidades y capacidades. Según Sánchez (2015), considera que la diversidad de enfoques y la limitación de las propuestas, se plantea un contenido de actividades recreativas como se presenta a continuación.

- Actividades deportivas-recreativas: Práctica de juegos con fines recreativos o deportivos, mediante la participación en diferentes encuentros o eventos de distintas disciplinas, ya sean recreativas, populares o de acceso masivo.
- Actividades al aire libre: Actividades desarrolladas en entornos naturales que permiten el contacto con la naturaleza, como, por ejemplo, caminatas, deportes acuáticos y actividades aéreas.
- Actividades lúdicas: Diversidad de juegos dirigidos al entretenimiento, como juegos tradicionales como encostalados, cuerda, además de juegos de mesa, salón y digitales.
- Actividades de creación artística y manual: Expresiones creativas mediante la elaboración de obras artísticas o manuales que puedan ser realizadas de forma individual o colectiva en las diferentes disciplinas.
- Actividades culturales participativas: Participación en actividades culturales y físicas que promueven la participación activa en los diferentes eventos artísticos y deportivos.
- Asistencia a espectáculos: Espectáculos y exhibiciones en eventos deportivos, culturales y artísticos en vivo.
- Actividades socio-familiares: Interacción social que incluyen reuniones familiares, actividades comunitarias orientadas a fortalecer la convivencia y valores éticos.
- Actividades audio-visuales: Uso de medios audiovisuales para disfrutar de la música, radio, televisión y el diferente contenido digital.

- Actividades de lectura: Exploración de libros, revistas, periódicos, contenido digital que enriquece en el ámbito personal.
- Actividades de pasatiempos, aficiones o hobbies: Pasatiempos creativos que pueden ser de manera individual o grupal como el cuidado de la naturaleza o acciones de diversión que le gusten a la persona.

### ***1.1.5 Juego***

El juego son acciones, actividades recreativas que fomentan la diversión especialmente a los niños permitiéndoles explorar, expresarse de manera natural y placentera en un ambiente libre y acogedor. El juego crea una competitividad, pero no es siempre ganar, sino el hecho de disfrutar y entrar en el mundo de hallazgo a nuevas posibilidades. Además, desarrolla habilidades fundamentales como física, cognitiva y emocional, y a la vez ayuda en el desarrollo de la motricidad gruesa.

De igual manera, Gallardo y Vázquez (2018) refiere que "el juego es una actividad, además de lúdica, recreativa y placentera, necesaria para el desarrollo del niño " (p.2), por lo tanto, el hecho de jugar beneficia principalmente en el desarrollo de la personalidad del niño.

El juego en los niños desarrolla física, motriz, cognitiva, afectiva, social, emocional y moral, contribuyendo al desarrollo integral, por lo tanto, el juego se manifiesta durante toda la vida infantil, puesto que sin el juego los niños no establecerían relaciones entre sí interactuando a su alrededor, y desarrolla sus capacidades, habilidades, destrezas y competencias. Es fundamental y realmente necesario en el desarrollo integral de los infantes (Gallardo & Vázquez, 2018).

Por otro lado, De la Torre Molina & Martinez (2021) conceptúan al juego como un grupo de diferentes actividades donde existe una interacción dinámica, comunicativa

haciendo fluir sus prácticas, vivencias, conocimientos, fortificando la creatividad, imaginación y recreación que desarrolla integralmente la persona.

Meneses y Monge (2024) mencionan que el juego se puede realizar al aire libre expresando diferentes maneras expresivas como es placentero, voluntario, divertido, espontáneo, expresivo, favoreciendo el movimiento, interactivo y en eso la creatividad y la imaginación. También, favorece en el ámbito emocional, como la alegría y la tranquilidad.

El juego fomenta un ambiente divertido generando relaciones efectivas en grupos e individual, por lo tanto, el juego hace referencia a broma, chiste que suele emplearse de manera indistinta, provocando expresiones involuntarias mediante la actividad lúdica.

## **1.2 Motricidad gruesa**

La motricidad gruesa hace referencia a los movimientos del cuerpo, como la movilidad de los músculos grandes, donde las habilidades del niño van desarrollándose o adquiriendo en el transcurso de su crecimiento, mejorando la motricidad gruesa, como el equilibrio, agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos.

La motricidad tiene como sinónimo “ movimiento” o “motriz” es un grupo de acciones sujetadas por el esqueleto, músculos, y los diferentes sistemas, especialmente el sistema nervioso, ya que permite movimientos y desplazamientos del ser humano (Castillo, 2012a).

Por lo tanto, Zapata (2024) define que la motricidad gruesa son movimientos grandes corporales que expresa el individuo o también conocidos como movimientos gruesos. Además, la lateralidad del cuerpo y los movimientos como: caminar, correr, saltar, acciones que el individuo desarrolló para poseer un dominio de sí mismo. El

dominio corporal del cuerpo humano referido a sí mismo y su entorno, empezando por la coordinación, equilibrio y ritmo.

Según Muentes Franco y Barzaga Sablón (2022) su trabajo de titulación afirma que es un conjunto de actividades lúdicas constituidas por varios juegos, lo que permite a los niños experimentar, expresarse mediante su cuerpo, generando emociones, disfrute y entrenamiento al momento de jugar, lo cual tiene un beneficio para los niños en el desarrollo de la motricidad gruesa, permitiendo los movimientos como correr, saltar, etc.

Castillo (2012) manifiesta que hay múltiples conceptos de motricidad, pero todas las definiciones tienen algo en relación, siendo la palabra clave movimiento, por lo cual la motricidad, sin tomar en cuenta cómo lo expliquen, tiene que ver con los movimientos más amplios y la capacidad de moverse.

La motricidad hace referencia a un conjunto de capacidades que involucra el movimiento, acompañado de desplazamientos y del control del cuerpo.

Se refiere a aquellas actividades que se realizan con el cuerpo en su totalidad y están asociadas con el crecimiento del cuerpo, con la coordinación, desplazamientos y movimientos involuntarios que están involucrados en el equilibrio (Franco & Ayala, 2011).

La motricidad se define como correr, saltar, rodar, girar, expresiones corporales, montar bicicleta, patinar, trepar y bailar, entre otras.



### ***1.2.1 Importancia de la motricidad gruesa***

La motricidad gruesa es fundamental en el desarrollo integral de los niños, porque permite adquirir habilidades físicas como son el equilibrio, la coordinación, los movimientos laterales, que son importantes para moverse.

La motricidad gruesa consiste en que los estudiantes desarrollen y fortalezcan sus músculos y mejoren su condición física. Favorece habilidades como la coordinación y el incremento de la resistencia, habilidades y aspectos fundamentales como en el ámbito saludable y el bienestar corporal. Por medio de estas actividades, los niños estimulan capacidades cognitivas como el desarrollo de la planificación, la resolución de problemas, la percepción del espacio y el tiempo, puesto que los niños aprenden a examinar sus movimientos del cuerpo y ajustan también de manera adecuada al entorno.

De acuerdo con Conde (2020), la estimulación de la motricidad gruesa es fundamental en los niños, pues depende de un adecuado desarrollo de sus capacidades motoras. Los niños logran desenvolverse con mayor eficacia en sus actividades diarias, lo cual evitará dificultades y a la vez favorecerá un óptimo desempeño en la vida.

Para prevenir posibles dificultades en la etapa adulta, es imprescindible que desde niños se realicen actividades que permitan el fortalecimiento de la motricidad gruesa. Estas prácticas no solo aportan el desarrollo motor, sino que además fomentan espacios de diversión y recreación, debido a que los niños disfrutan corriendo, saltando, asumiendo distintos roles, participando en dinámicas similares.

Según Vázquez et al. (2020b), el desarrollo psicomotriz a la edad temprana en los niños resulta esencial, ya que produce las habilidades necesarias para responder de manera positiva en las actividades a futuro.

Define la importancia de la estimulación para el desarrollo de la motricidad gruesa, ya que prepara al niño para enfrentar con éxito los diferentes desafíos deportivos y no tenga dificultad a futuro.

### ***1.2.2 Beneficios de la motricidad gruesa***

El desarrollo de la motricidad gruesa genera varios beneficios que involucran de manera directa a los niños desde la etapa temprana, favoreciendo competencias sociales, cognitivas y emocionales, aspectos que son importantes dentro del desarrollo del niño. Conforme a Sinchi et al. (2023) , los beneficios de la motricidad gruesa son:

- **Mejora de la coordinación y el equilibrio:** Los niños adquieren habilidades para regular sus movimientos y conservar el equilibrio, por lo que es importante la realización de varias actividades deportivas.
- **Fomenta la salud física:** La práctica continua de actividades físicas interviene en la prevención de algunas enfermedades, lo que promueve hábitos de vida saludable.
- **Incremento de la autoconfianza y la independencia:** A medida que los niños perfeccionan sus destrezas motoras, van fortaleciendo la confianza en sí mismos y en sus capacidades, lo cual permite desenvolverse con autonomía en la realización de diversas actividades.
- **Desarrollo de habilidades sociales:** Mediante actividades que implican a motricidad gruesa, se facilita la interacción entre grupos y se potencia a trabajos colaborativos.

De acuerdo con Gallahue (2023), las habilidades motoras básicas se dividen principalmente en tres grupos:

- **Habilidades locomotrices:** Consisten en desplazarse de un punto a otro, acciones como correr, saltar y rodar.
- **Habilidades no locomotrices:** Estas habilidades están relacionadas con el dominio del cuerpo, lo que incluye acciones como mantener el equilibrio, girar, posición de un pie, sea derecho o izquierdo.
- **Habilidades de manipulaciones o de proyección:** Trata de la interacción de objetos en movimiento; ejemplo: lanzar y receptar la pelota.

### ***1.2.3 Motricidad gruesa y educación física***

Las destrezas motoras gruesas son la base para actividades de mayor rendimiento, lo que implica habilidades en Educación Física, donde el dominio de los movimientos beneficia de manera progresiva el desarrollo integral de la motricidad gruesa. Las clases de Educación Física son un espacio primordial para promover la coordinación, equilibrio y fuerza, y también favorecen la integración social.

De acuerdo con Vázquez et al. (2020b), afirma que la Educación Física cumple un rol importante en el proceso de crecimiento del niño, pues mediante varios enfoques favorece el desarrollo de capacidades motrices, actitudes y habilidades. Por lo que, se logra mediante la realización de actividades lúdicas y recreativas, lo que se basa en movimientos corporales donde se involucran acciones conscientes de la musculatura. Por lo tanto, la motricidad gruesa y la educación física están totalmente vinculadas, puesto que la última actúa como un recurso fundamental para estimular, reforzar y mejorar las habilidades motoras gruesas de forma integral y divertida.

Continuando con Vázquez et al. (2020), mencionan en su proyecto de investigación que la Educación Física es una asignatura que estudia diversos movimientos corporales con el propósito de mejorar las habilidades motrices y con el

beneficio óptimo a futuro. Desde la edad temprana, se busca fomentar la participación en la práctica deportiva donde se promueve un estilo de vida activo y sobre todo saludable. Se resalta la relevancia de la Educación Física como una disciplina que contribuye en el perfeccionamiento de las capacidades físicas como en el progreso motriz, lo que genera un impacto positivo en la salud y a la vez se infunden valores para la formación integral del individuo.

Según Rodríguez y Prieto (2010), mencionan que el reconocimiento y el aprendizaje del propio cuerpo junto al ejercicio físico constituyen una vía para explorar y potenciar las capacidades motoras. Además, la interacción entre grupos de compañeros favorece un enfoque constructivista en los juegos recreativos donde se debe implicar en la Educación Física como un método de enseñanza a los estudiantes para estimular y perfeccionar la motricidad de los estudiantes.

## **Capítulo 2: Materiales y Métodos**

### **2.1 Tipo de investigación**

#### **Enfoque mixto**

El presente estudio usa un enfoque mixto, ya que se pretende combinar tanto el método cuantitativo como el cualitativo en esta investigación. Según Ñaupas et al. (2018), el enfoque mixto “permite recabar toda la información, realizar inferencias y así lograr una comprensión más compleja y total del objeto de estudio” (p.420). Por tal motivo, se seleccionó un enfoque multimodal para poder entender mejor las diferentes realidades desde una observación más extensa. De tal forma, se aplicó un método cualitativo para indagar las actividades lúdicas en el desarrollo de la motricidad gruesa que aplican los docentes de educación física utilizando como instrumento un cuestionario, y al mismo tiempo se empleó el método cuantitativo para evaluar el nivel de la motricidad gruesa en los estudiantes utilizando test de desarrollo de la motricidad gruesa.

#### ***2.1.1 Alcance de la investigación***

- **Investigación descriptiva**

La presente investigación es descriptiva porque permite enfocarse en las variables principales, como son las actividades lúdicas y la motricidad gruesa. Este alcance permite obtener una comprensión más trascendente o precisa en la que se detalla sobre los datos recopilados, ya sea mediante estudios previos u observaciones directas realizadas en el entorno del estudio. Según Hernández-Sampieri (2019), estos estudios se enfocan principalmente en describir las propiedades, características, atributos, cualidades y perfiles de distintos grupos, comunidades, objetos o cualquier fenómeno.

Para ello, se recopilan datos de la variable de estudio y se analizan los datos relacionados con el fin de medirlos y comprenderlos con mayor detalle.

### ***2.1.2 Diseño de la investigación***

- **No experimental**

El diseño de esta investigación es no experimental, de acuerdo con Arias (2012), no se aplican estímulos ni se construyen condiciones experimentales para cambiar las variables de estudio. Los participantes del estudio son evaluados en su ambiente habitual, sin alterar ninguna situación, y las variables no se manipulan en ningún instante; este diseño permite que los datos recolectados muestren la existencia real, tal como se manifiesta de manera natural, por supuesto, garantizando que los resultados sean acreditados y característicos en el entorno escolar.

- **Investigación transversal**

Por el tiempo de la investigación fue de tipo transversal, puesto que se recogen los datos en un solo momento y una sola vez; no existe un seguimiento (Hernández-Sampieri, 2019). En esta investigación se limitó a observar y analizar en un tiempo específico cómo influyen actualmente las actividades lúdicas en el desarrollo motor grueso de los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo ‘‘A’’.

- **Investigación bibliográfica**

La actual investigación es bibliográfica porque se obtuvieron datos mediante fuentes existentes y la recopilación de información relevante, por medio de fuentes como libros, artículos, revistas, tesis, entre otras. Mediante, Reyes-Ruiz & Carmona (2020) la investigación documental se enfoca en la obtención de nuevos conocimientos mediante el estudio e interpretación de datos secundarios, los cuales han sido

previamente recolectados y publicados por otros investigadores o entidades, utilizando fuentes digitales, audiovisuales, impresas o electrónicas.

- **Investigación de campo**

La investigación es de campo porque la recopilación de los datos se obtuvo directamente en la Unidad Educativa República del Ecuador. De acuerdo con Magda (2022), mencionan que se estudia el fenómeno u objeto dentro de su entorno o ambiente real, sin que el investigador manipule las variables involucradas; describen que la investigación de campo es cuando la recolección de datos se lleva a cabo directamente en el lugar donde suceden los hechos, utilizando datos reales y originales de la realidad observada. Se utilizará la encuesta mediante un cuestionario que se aplicó a los docentes de Educación Física y la observación por medio de un test que se aplicó a los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo ‘A’.

### ***2.1.3 Métodos de la investigación***

- **Método inductivo.**

Según Charry y Navarro (2018), mencionan que “el método inductivo permite generalizar a partir de casos particulares y ayuda a progresar en el conocimiento de las realidades estudiadas” (p.200). A través del uso del método inductivo, se basa en la observación de hechos concretos como la recopilación de datos dentro de la institución educativa, estableciendo las pertinentes conclusiones y revelando la causa del problema.

- **Método deductivo**

En esta investigación se utiliza el método deductivo; según Rodríguez y Prieto (2010), indica que este método parte del estudio de leyes, teoremas y principios que están previamente verificados y válidos, los mismos que se utilizan después para

resolver situaciones o analizar hechos particulares. Se aplicó este método porque permite partir de teorías y principios sobre las actividades lúdicas y cómo influyen las actividades en el desarrollo de la motricidad gruesa, a partir de conceptos generales para llegar a conclusiones específicas sobre el tema de investigación.

- **Método analítico**

Se aplicó este método puesto que permite dividir el fenómeno en componentes para examinar cada elemento de manera más profunda, además de proporcionar la identificación y el estudio de los distintos valores que busca promover, de manera que influyen en las actividades lúdicas. Según Rodríguez y Prieto (2010), el método analítico permite dividir o descomponer un objeto de estudio en diferentes componentes para que sea examinado de manera individual y con la finalidad de comprender mejor cada parte.

- **Método sintético**

Implica dividir un conjunto en partes individuales para examinar detalladamente cada una y comprender el funcionamiento que tiene en particular. Este enfoque es importante, ya que identifica las características fundamentales de un fenómeno y la manera en que se relacionan entre sí (Hernández-Sampieri, 2019). Al haber realizado este proceso, aplica el método sintético, el cual facilita integrar los elementos analizados y permite establecer vínculos entre ellos, consiguiendo así un entendimiento integral del fenómeno.

- **Método estadístico**

En la presente investigación se utilizará el método estadístico, dado que recopila, organiza y analiza los datos que son obtenidos para el trabajo de investigación, según Hurtado et al. (2025), el método estadístico se basa en una secuencia de procedimientos



y el análisis de los datos obtenidos en la investigación, ya sean cuantitativos o cualitativos.

## **2.2 Técnica e instrumentos de investigación**

### **2.2.1 Encuesta**

La encuesta está dirigida al docente del área de Educación Física y a los docentes del 7mo año de Educación General Básica del paralelo “A” de la Unidad Educativa República del Ecuador, con el propósito de conocer si se aplican actividades lúdicas orientadas al desarrollo de la motricidad gruesa y determinar cuáles han sido los progresos que han mostrado los estudiantes en cuanto al desarrollo motriz grueso durante las clases.

### **2.2.2 Test**

#### **Técnica**

Se aplicó la observación directa por medio de una Prueba de Coordinación Dinámica General, basada en el Test of Gross Motor Development – 2ª y 3ª Edición (TGMD-2 y TGMD-3) de Dale A. Ulrich, con adaptaciones propias según el contexto, tanto en los ejercicios como en las rúbricas de evaluación propias. Este test se aplicó a los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo “A” de la Unidad Educativa República del Ecuador, con el consentimiento de sus padres o docente responsable de los escolares, con el propósito de evaluar el nivel de desarrollo de coordinación motriz gruesa, reconociendo las fortalezas y posibles complicaciones en movimientos donde se involucra interacción segmentaria corporal, ritmo, precisión, coordinación y la resistencia.

#### **Instrumento**

Se utilizará una Ficha de evaluación estructurada, por lo cual se ha adaptado y validado conforme a las características del grupo a investigar, donde incluye:

Descripción de las actividades, carrera con giro y rol (10m + rol + giro 360°), salto con pies alternos en escalera de agilidad, desplazamiento en zig zag entre conos (6m), saltos continuos con cuerda (1 minuto) y, por último, lanzamiento con rebote alterno contra la pared (30 segundos).

#### Criterios de evaluación

Por cada actividad se establecen niveles de desempeño (Excelente, Bueno, Regular, Necesita mejorar) basados en los parámetros propuestos por Ulrich y también en mis propias mediciones de tiempo, cantidad de repeticiones y número de errores.

### 2.3 Preguntas de investigación

- **¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos sobre las actividades lúdicas y la motricidad gruesa según la bibliografía actual?**

A partir de la revisión teórica y metodológica realizada, se evidenció que las actividades lúdicas son una estrategia pedagógica que influye en el desarrollo de la motricidad gruesa. A través de la bibliografía investigada se menciona que el juego es el medio para fortalecer las habilidades como el equilibrio, la coordinación y los desplazamientos, siendo elementos esenciales en el desarrollo integral de los niños.

- **¿Qué actividades lúdicas aplican los docentes de Educación Física a los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A de la Unidad Educativa República del Ecuador?**

Por medio de la encuesta realizada a los docentes del área de educación física, los resultados obtenidos muestran que la mayoría aplica actividades lúdicas en las

clases. Sin embargo, se evidenció que en algunos casos las actividades no son correctamente planificadas específicamente en el desarrollo de la motricidad gruesa, lo que puede deberse a un posible desconocimiento de actualización sobre estos tipos de actividades orientadas a esta motricidad.

- **¿Cuál es el nivel de motricidad gruesa que tienen los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A en la Unidad República del Ecuador?**

De acuerdo con los resultados obtenidos en el test de desarrollo motor grueso aplicado a los estudiantes del 7mo año de Educación General Básica del paralelo ‘A’, se determinó que la gran mayoría presenta dificultades significativas en las habilidades de coordinación, desplazamientos y equilibrio, lo cual ha afectado el nivel de desarrollo motriz; por lo tanto, se requiere fortalecer mediante la implementación de planificaciones estructuradas específicamente con actividades lúdicas.

- **¿Qué elementos teóricos-metodológicos contiene una propuesta alternativa para mejorar el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica?**

La propuesta alternativa elaborada contiene fundamentos teóricos y metodológicos relacionados con actividades lúdicas para mejorar el desarrollo motriz grueso. Se construyó una guía didáctica estructurada con módulos de cada una de las habilidades que deben mejorar los estudiantes. Esta propuesta está basada en el currículo de Educación Física y en las planificaciones elaboradas que incluyen objetivos, destrezas, estrategias y criterios de evaluación. Además, la propuesta fue valorada positivamente por los docentes, ya que consideraron la importancia de implementar esta guía como herramienta pedagógica.

## 2.4 Matriz de operacionalización de variables

| <b>OBJETIVO<br/>DIAGNÓSTICO</b>                                                                                                                         | <b>VARIABLES</b>    | <b>INDICADORES</b>                                                                                                                                                                                                                   | <b>TÉCNICAS</b>                 | <b>FUENTES DE<br/>INFORMACIÓN</b>                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Identificar las actividades lúdicas que aplican los profesores de Educación Física de la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo | Actividades lúdicas | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las actividades lúdicas.</li> <li>- Importancia de la actividad lúdica</li> <li>- Beneficios de las actividades lúdicas</li> <li>- Tipos de actividades lúdicas</li> <li>- Juego</li> </ul> | Encuesta                        | Docentes del área de Educación Física en la Unidad Educativa República del Ecuador                                 |
| Evaluar el nivel del desarrollo de la motricidad gruesa mediante las actividades lúdicas                                                                | Motricidad gruesa   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motricidad gruesa</li> <li>- Importancia de las habilidades motrices en la etapa de séptimo año de Educación General Básica</li> </ul>                                                      | Test de desarrollo motor grueso | Estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo ‘‘A’’ en la Unidad Educativa República del Ecuador |

|  |  |                                                                                                                                        |  |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beneficios de la motricidad gruesa</li> <li>- Motricidad gruesa y Educación Física</li> </ul> |  |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

## 2.5 Participantes

Para esta investigación, la población corresponde a los integrantes de la Unidad Educativa República del Ecuador, ubicada en la provincia de Imbabura, en la ciudad de Otavalo, con los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo “A” y junto con los docentes del área de Educación Física.

### *Matriz 1:*

#### *La población*

| <b>Participantes</b> | <b>Nº</b> |
|----------------------|-----------|
| <b>Estudiantes</b>   | 30        |
| <b>Docentes</b>      | 6         |
| <b>Total</b>         | 36        |

## 2.6 Procedimientos y análisis de datos

Para el análisis de datos se emplearon dos instrumentos para la recolección de información. El primero fue una encuesta dirigida a los docentes de educación física, comprende 9 preguntas, las cuales, sus resultados están estructurados con escala de

respuestas tipo Likert: siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca. Esta encuesta permitió recopilar información sobre el uso de actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa.

El segundo instrumento fue un Test of Gross Motor Development – 2ª y 3ª Edición (TGMD-2 y TGMD-3) de Dale A. Ulrich, conformado por 5 actividades, dirigidas a cada una de ellas a evaluar el nivel de desarrollo de coordinación motriz gruesa. Cada actividad contó con su respectiva rúbrica de evaluación, permitiendo valorar el nivel de desempeño de los alumnos en cada una de las actividades evaluadas.

La población estuvo conformada por 6 docentes del área de educación física y 30 estudiantes del 7mo año de educación general básica paralelo ‘A’ de la Unidad Educativa República del Ecuador, puesto que se trabajó con la totalidad de la población, sin aplicar muestreo. Los resultados obtenidos fueron tabulados y procesados en el programa de estadística SPSS versión 26, los resultados fueron presentados en tablas para facilitar su análisis e interpretación.

Para la validación de los instrumentos, se contó con la participación de 3 expertos en el tema, quienes colaboraron en el proceso de validación.

### Capítulo 3: Resultados y Discusión

#### 3.1 Encuesta aplicada a docentes del área de Educación Física de la Unidad Educativa República del Ecuador

**Tabla 1:**

*Utiliza actividades lúdicas como parte del enfoque pedagógico.*

|        |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Siempre      | 4          | 66,7       | 66,7              | 66,7                 |
|        | Casi siempre | 2          | 33,3       | 33,3              | 100,0                |
|        | A veces      | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|        | Casi nunca   | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|        | Nunca        | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|        | Total        | 6          | 100,0      | 100,0             |                      |

#### **Análisis:**

Los resultados reflejan que una minoría no significativa menciona “casi siempre” el uso de actividades lúdicas como parte del enfoque pedagógico, lo que indica que, aunque reconocen su importancia, posiblemente pocas veces utilicen estas actividades en su metodología pedagógica. De acuerdo con Candela y Benavides (2021), mencionan que, mediante las actividades lúdicas, existe un aprendizaje significativo con una participación motivadora, ya que, a través del juego, los niños desarrollan habilidades motrices como: la agilidad, coordinación, además, contribuyen al desarrollo integral y se adaptan con facilidad en el contexto educativo. Por lo tanto, en un porcentaje mayor que el obtenido en la totalidad de la población, es importante que los docentes incluyan actividades lúdicas como parte de su enfoque pedagógico,

puesto que tienden a favorecer una participación más activa y, a la vez, un aprendizaje significativo, lo cual se considera mantener y practicar en las clases de educación física.

**Tabla 2:**

*Uso de las actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa*

|               |                        | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------|------------------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b> | <b>Muy importante</b>  | <b>5</b>   | <b>83,3</b>  | <b>83,3</b>       | <b>83,3</b>          |
|               | <b>Importante</b>      | <b>1</b>   | <b>16,7</b>  | <b>16,7</b>       | <b>100,0</b>         |
|               | <b>Poco importante</b> | <b>0</b>   | <b>0,0</b>   | <b>00,0</b>       | <b>00,0</b>          |
|               | <b>Nada importante</b> | <b>0</b>   | <b>0,0</b>   | <b>00,0</b>       | <b>00,0</b>          |
|               | <b>Total</b>           | <b>6</b>   | <b>100,0</b> | <b>100,0</b>      |                      |

#### **Análisis:**

Con base en los resultados obtenidos, un docente consideró “importante” el uso de actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa en las clases de educación física. Mientras que la mayor parte de los encuestados consideran “muy importante”, lo que significa que es relevante utilizar estas actividades para desarrollar dicha motricidad. De acuerdo con Buri (2025), afirman que las actividades lúdicas tienen un papel fundamental en el desarrollo de la motricidad gruesa, lo que facilita movimientos grandes, amplios, orientados en la coordinación y control corporal. Se puede concluir que los docentes consideran muy importantes las actividades lúdicas que fortalecen habilidades motrices junto con actividades recreativas y dinámicas donde la clase sea motivadora.



**Tabla 3**

*Uso de actividades lúdicas en clases aporta beneficios al proceso de aprendizaje*

|               |                        | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------|------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b> | <b>Muy importante</b>  | 5          | 83,3       | 83,3              | 83,3                 |
|               | <b>Importante</b>      | 1          | 16,7       | 16,7              | 100,0                |
|               | <b>Poco importante</b> | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|               | <b>Nada importante</b> | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|               | <b>Total</b>           | 6          | 100,0      | 100,0             |                      |

**Análisis:**

Los resultados muestran que la mayor parte de la población de los docentes de educación física consideran “muy importante” el uso de actividades lúdicas en clases, ya que aportan beneficios al proceso de aprendizaje; mientras que una minoría no significativa menciona “importante” evidenciando una elevada valoración en el ámbito positivo por parte de los docentes encuestados. De acuerdo con Quintero et al. (2023) , mencionan que las actividades lúdicas influyen a potenciar el aprendizaje motor, de tal modo que favorecen la participación activa en clases y el desarrollo motriz grueso. En relación, se determina que los docentes reconocen que las actividades lúdicas tienen un valor pedagógico importante, lo cual es fundamental en el ámbito pedagógico, estructurando estrategias didácticas para el desarrollo de la motricidad gruesa.

**Tabla 4:***Tipos de actividades lúdicas*

|        |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Si conozco   | 6          | 100,0      | 00,00             | 00,0                 |
|        | Poco conozco | 0          | 00,0       | 100,0             | 100,0                |
|        | Desconozco   | 0          | 00,0       | 00,0              | 00,0                 |

**Análisis:**

En base a los datos obtenidos La mayoría expresa conocer los tipos de actividades lúdicas en ese aprovechamiento de un nivel óptimo para el conocimiento los estudios de Blázquez (2010) destaca la importancia de las actividades lúdicas, pues son juegos tradicionales, cooperativos y deportivos, que se convierten en recursos fundamentales para el desarrollo integral del niño. En relación con los datos obtenidos, las respuestas de los docentes fueron los juegos tradicionales, juegos cooperativos y juegos deportivos, lo que se puede decir que poseen conocimientos sobre este tipo de actividades. Sin embargo, aunque existe conocimiento, esto puede estar centrado en actividades tradicionales que no necesariamente sean propuestas innovadoras y sobre todo ayuden a mejorar la motricidad gruesa; también sería oportuno que los docentes se mantengan siempre en actualización metodológica para tener diversidad de estrategias que sean adecuadas e innovadoras para los estudiantes.

**Tabla 5:**

*Aplicación de actividades lúdicas en las clases aporta beneficios al proceso de aprendizaje*

|  | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--|------------|------------|-------------------|----------------------|
|--|------------|------------|-------------------|----------------------|

|               |                     |          |              |              |              |
|---------------|---------------------|----------|--------------|--------------|--------------|
| <b>Válido</b> | <b>Siempre</b>      | <b>5</b> | <b>83,3</b>  | <b>83,3</b>  | <b>83,3</b>  |
|               | <b>Casi siempre</b> | <b>1</b> | <b>16,7</b>  | <b>16,7</b>  | <b>100,0</b> |
|               | <b>A veces</b>      | <b>0</b> | <b>0,0</b>   | <b>00,0</b>  | <b>00,0</b>  |
|               | <b>Casi siempre</b> | <b>0</b> | <b>0,0</b>   | <b>00,0</b>  | <b>00,0</b>  |
|               | <b>Nunca</b>        | <b>0</b> | <b>0,0</b>   | <b>00,0</b>  | <b>00,0</b>  |
|               | <b>Total</b>        | <b>6</b> | <b>100,0</b> | <b>100,0</b> |              |

### **Análisis:**

Una minoría no significativa menciona “casi siempre” que aplican actividades lúdicas en las clases donde aportan beneficios al proceso de aprendizaje; por otro lado, la gran mayoría de los docentes afirman que “siempre” aplican en sus clases en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Al respecto, Moya (2024), señala que las diferentes estrategias didácticas fortalecen el aprendizaje significativo, ya que involucra al estudiante de forma permanente en el proceso formativo. Se puede decir, que los docentes de educación física aplican de manera efectiva las actividades lúdicas, ya que aportan beneficios al proceso de aprendizaje del estudiante.

### **Tabla 6:**

*Actividades lúdicas fomentan la autonomía y la responsabilidad en el desarrollo integral de los estudiantes*

|               |                     | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
|---------------|---------------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| <b>Válido</b> | <b>Siempre</b>      | <b>5</b>          | <b>83,3</b>       | <b>83,3</b>              | <b>83,3</b>                 |
|               | <b>Casi siempre</b> | <b>1</b>          | <b>16,7</b>       | <b>16,7</b>              | <b>100,0</b>                |
|               | <b>A veces</b>      | <b>0</b>          | <b>0,0</b>        | <b>00,0</b>              | <b>00,0</b>                 |
|               | <b>Casi nunca</b>   | <b>0</b>          | <b>0,0</b>        | <b>00,0</b>              | <b>00,0</b>                 |
|               | <b>Nunca</b>        | <b>0</b>          | <b>0,0</b>        | <b>00,0</b>              | <b>00,0</b>                 |
|               |                     |                   |                   |                          |                             |

|              |          |              |              |  |
|--------------|----------|--------------|--------------|--|
| <b>Total</b> | <b>6</b> | <b>100,0</b> | <b>100,0</b> |  |
|--------------|----------|--------------|--------------|--|

### **Análisis:**

En base a los datos obtenidos reflejan que una minoría no significativa menciona “casi siempre”, lo que indica que, algunas veces consideran que las actividades lúdicas fomentan la autonomía y la responsabilidad para el desarrollo integral de los estudiantes; mientras que la mayoría de los docentes encuestados afirman “siempre”. Los resultados obtenidos evidencian que los docentes relacionan estas prácticas con la finalidad de contribuir en el desarrollo integral y socioemocional, la autonomía, la creatividad y la responsabilidad. En investigaciones previas como Chida y Avalos (2025), mencionan que por medio de las actividades lúdicas los estudiantes pueden tomar sus decisiones propias, asumiendo responsabilidades dentro de un grupo con la finalidad de contribuir a su desarrollo integral. Por lo tanto, las actividades lúdicas cumplen un papel significativo en la construcción de autonomía y la responsabilidad en el desarrollo integral.

### **Tabla 7:**

*Actividades lúdicas generan un mayor interés por el aprendizaje en los estudiantes*

|               |                     | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
|---------------|---------------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| <b>Válido</b> | <b>Siempre</b>      | <b>5</b>          | <b>83,3</b>       | <b>83,3</b>              | <b>83,3</b>                 |
|               | <b>Casi siempre</b> | <b>1</b>          | <b>16,7</b>       | <b>16,7</b>              | <b>100,0</b>                |
|               | <b>A veces</b>      | <b>0</b>          | <b>0,0</b>        | <b>00,0</b>              | <b>00,0</b>                 |
|               | <b>Casi nunca</b>   | <b>0</b>          | <b>0,0</b>        | <b>00,0</b>              | <b>00,0</b>                 |
|               | <b>Nunca</b>        | <b>0</b>          | <b>0,0</b>        | <b>00,0</b>              | <b>00,0</b>                 |
|               | <b>Total</b>        | <b>6</b>          | <b>100,0</b>      | <b>100,0</b>             |                             |

### **Análisis:**

Los resultados muestran que una minoría no significativa menciona “casi siempre”, por otro lado, la gran mayoría se encuentra en la fase de “siempre”, lo cual los docentes consideran que las actividades lúdicas generan un mayor interés por el aprendizaje en el estudiante. Además, los resultados evidencian que las actividades lúdicas contribuyen al proceso pedagógico, ya que incrementan la motivación y el compromiso con el aprendizaje significativo. Según los autores Preciado y Aguirre (2024), plantean que las actividades lúdicas están presentes en la participación, en el interés y en el desarrollo del aprendizaje del estudiante. En consecuencia, se puede decir que los resultados de la tabla evidencian la importancia que tiene incluir actividades lúdicas en las clases de Educación Física para fortalecer el interés por el aprendizaje.

### **Tabla 8:**

*Uso de actividades lúdicas en clase contribuye al desarrollo de la creatividad en sus estudiantes.*

|        |              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Siempre      | 5          | 83,3       | 83,3              | 83,3                 |
|        | Casi siempre | 1          | 16,7       | 16,7              | 100,0                |
|        | A veces      | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|        | Casi nunca   | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|        | Nunca        | 0          | 0,0        | 00,0              | 00,0                 |
|        | Total        | 6          | 100,0      | 100,0             |                      |

### **Análisis:**

En la siguiente tabla se muestra que una minoría no significativa menciona “casi siempre”, que el docente poco usa actividades lúdicas en clase que contribuyen al

desarrollo de la creatividad del estudiante, por otro lado, la gran mayoría se encuentra en la fase de ‘‘siempre’’, por lo que la gran parte de docentes consideran que se debe incorporar actividades recreativas que estimulen la creatividad del estudiante. Los resultados presentados en la tabla muestran relación con el autor Ángeles (2015), que menciona que el juego en el entorno educativo contribuye al desarrollo de la creatividad, ya que permite que los estudiantes desarrollen su imaginación, creatividad y logren experimentar, crear para que resuelvan problemas de manera efectiva. En consecuencia, los datos obtenidos en la encuesta tienen relación con el contexto del autor, confirmando la importancia de integrar actividades lúdicas, ya que contribuyen significativamente al desarrollo de la creatividad, formando parte del aprendizaje del estudiante.

**Tabla 9:**

*Está usted de acuerdo en que se implemente una propuesta alternativa sobre actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa para estudiantes de 7mo año de Educación Básica General.*

|               |                                 | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------|---------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b> | <b>Totalmente de acuerdo</b>    | 6          | 100,0      | 100,0             | 100,0                |
|               | <b>De acuerdo</b>               | 0          | 00,0       | 00,0              | 00,0                 |
|               | <b>En desacuerdo</b>            | 0          | 00,0       | 00,0              | 00,0                 |
|               | <b>Totalmente em desacuerdo</b> | 0          | 00,0       | 00,0              | 00,0                 |

**Análisis:**

Este resultado indica que el 100% de los docentes encuestados están totalmente de acuerdo con la implementación de una propuesta alternativa sobre actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año d

Educación General Básica, lo cual los resultados reflejan un acuerdo absoluto sobre la necesidad de incorporar estrategias innovadoras en la enseñanza. Por lo tanto, Chicaiza Sinchi et al. (2023) mencionan que la implementación de propuestas sobre actividades lúdicas en clases de educación física beneficia positivamente el desarrollo de la motricidad gruesa y a la vez regenera la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. De este modo, los datos obtenidos en la investigación tienen relación con el autor mencionado, debido a esto se reafirma crear una propuesta alternativa que contendrá planificaciones estructuradas y, además, responde a las necesidades formativas de los estudiantes.

### 3.2 Prueba realizada de Desarrollo Motor Grueso aplicada a los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo “A” en la Unidad Educativa República del Ecuador

**Tabla 10:**

*Carrera con giro y rol*

|               |                           |                         | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------|---------------------------|-------------------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b> | <b>0-10 segundos</b>      | <b>Excelente</b>        | <b>0</b>   | <b>0,0</b>   | <b>0,0</b>        | <b>0,0</b>           |
|               | <b>10- 12 segundos</b>    | <b>Bueno</b>            | <b>2</b>   | <b>6,7</b>   | <b>6,7</b>        | <b>6,7</b>           |
|               | <b>13- 15 segundos</b>    | <b>Regular</b>          | <b>6</b>   | <b>20,0</b>  | <b>20,0</b>       | <b>26,7</b>          |
|               | <b>Mas de 15 segundos</b> | <b>Necesita mejorar</b> | <b>22</b>  | <b>73,3</b>  | <b>73,3</b>       | <b>100,0</b>         |
|               | <b>Total</b>              |                         | <b>30</b>  | <b>100,0</b> | <b>100,0</b>      |                      |

#### **Análisis:**

Estos datos indican que la gran mayoría de estudiantes se ubican en el nivel “necesitan mejorar”, al registrar los tiempos mayores de los 15 segundos, se evidenció

que existen dificultades notables para realizar el giro y el tiempo es excesivo. Por otro lado, una parte de la población se encuentra en el nivel “regular”, a pesar de completar la actividad, los estudiantes presentan ciertas dificultades para girar rápidamente, tienen limitaciones en la agilidad, el equilibrio y cambios de dirección. Para Invernizzi et al. (2020) mencionan que los especialistas en actividad física eran más fiables a la hora de evaluar las tiradas hacia adelante y hacia atrás de los niños, lo que indica la importancia de la experiencia en la enseñanza de las habilidades motoras.

Estos datos demuestran la necesidad de fortalecer la motricidad gruesa mediante actividades lúdicas que favorezcan la coordinación, la agilidad y el control corporal. Es importante aplicar actividades lúdicas que mejoren la coordinación, y a la vez, logren un mejor desarrollo en la motricidad gruesa.

**Tabla 11:**

*Lanzamiento alternado*

|               |                    |                         | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------|--------------------|-------------------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b> | <b>25 o más</b>    | <b>Excelente</b>        | <b>0</b>   | <b>0,0</b>   | <b>0,0</b>        | <b>0,0</b>           |
|               | <b>20-24</b>       | <b>Bueno</b>            | <b>1</b>   | <b>3,3</b>   | <b>3,3</b>        | <b>3,3</b>           |
|               | <b>15-19</b>       | <b>Regular</b>          | <b>16</b>  | <b>53,3</b>  | <b>53,3</b>       | <b>56,7</b>          |
|               | <b>Menos de 15</b> | <b>Necesita mejorar</b> | <b>13</b>  | <b>43,3</b>  | <b>43,3</b>       | <b>100,0</b>         |
|               | <b>Total</b>       |                         | <b>30</b>  | <b>100,0</b> | <b>100,0</b>      |                      |

**Análisis:**

Los resultados del lanzamiento alternado indican que la gran parte de los estudiantes se encuentran en el nivel “regular”, se determina que tienen fallos recurrentes al atrapar y lanzar la pelota, mientras que otra parte de la población se



encuentra en el nivel “necesita mejorar”, lo cual presenta mayores dificultades, lo que significa que no logran atrapar la pelota adecuadamente, y solo una minoría alcanza el nivel “bueno”. Según Gallahue y Ozmun (2020), las habilidades como lanzar y trepar son necesarias en la etapa escolar, puesto que contribuyen a mejorar la coordinación, el equilibrio, el control corporal. El lanzamiento alternando es parte de las habilidades básicas que debe desarrollar el niño, siendo fundamental en el desarrollo motriz grueso, ya que se involucran movimientos grandes coordinados como brazos, piernas y el tronco.

En conclusión, estos resultados indican que la gran parte de estudiantes no dominan la coordinación ojo-mano, por ende, se sugiere realizar actividades lúdicas específicamente estructuradas para desarrollar esta habilidad y a la vez mejorar dicha motricidad involucrando juegos de lanzamientos favoreciendo un aprendizaje progresivo y a la vez divertido.

**Tabla 12:**

*Salto con pies alternos*

|               |                    |                         | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------|--------------------|-------------------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b> | <b>20 o más</b>    | <b>Excelente</b>        | <b>0</b>   | <b>00,0</b>  | <b>00,0</b>       | <b>00,0</b>          |
|               | <b>20-24</b>       | <b>Bueno</b>            | <b>3</b>   | <b>10,0</b>  | <b>10,0</b>       | <b>10,0</b>          |
|               | <b>15-19</b>       | <b>Regular</b>          | <b>13</b>  | <b>43,3</b>  | <b>43,3</b>       | <b>53,3</b>          |
|               | <b>Menos de 15</b> | <b>Necesita mejorar</b> | <b>14</b>  | <b>46,7</b>  | <b>46,7</b>       | <b>100,0</b>         |
|               | <b>Total</b>       |                         | <b>30</b>  | <b>100,0</b> | <b>100,0</b>      |                      |

**Análisis:**

El resultado de la prueba de saltos con pies alternados, la mayoría de los estudiantes se encuentra en el nivel “necesita mejorar”, lo que significa que existe una dificultad significativa para realizar los saltos correctamente; mientras que la otra parte de la población se encuentra en un nivel “regular”, lo que evidencia que logran ejecutar la actividad, pero con problemas de dificultad para alternar los pies y mantener el ritmo. Por otro lado, solo una minoría de estudiantes logró alcanzar el nivel “bueno”, pero la gran mayoría de estos resultados indica que los estudiantes presentan inconvenientes para mantener el equilibrio, la coordinación y el ritmo al momento de realizar los saltos alternos.

Los saltos con pies alternos forman parte de las habilidades básicas y están relacionadas con la motricidad gruesa, esta habilidad requiere de ritmo constante en los saltos para coordinar movimientos asimétricos del cuerpo (Jiménez y Jiménez de la Calle, 2010).

Como recomendación, se propone utilizar una propuesta diseñada con actividades de circuitos que contengan saltos alternos que se podrían realizar por medio de aros, escaleras de coordinación o líneas, que permitan practicar este ejercicio de manera progresiva y lúdica con el objetivo de fortalecer la coordinación, equilibrio y ritmo.

**Tabla 13:**

*Desplazamientos en zigzag*

|               |                       | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------|-----------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| <b>Válido</b> | <b>6-8 segundos</b>   | Excelente  | 0          | 00,0              | 00,0                 |
|               | <b>9-11 segundos</b>  | Bueno      | 5          | 16,7              | 16,7                 |
|               | <b>12-14 segundos</b> | Regular    | 20         | 66,7              | 83,3                 |

|                           |                         |           |              |              |              |
|---------------------------|-------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|
| <b>Más de 15 segundos</b> | <b>Necesita mejorar</b> | <b>5</b>  | <b>16,7</b>  | <b>16,7</b>  | <b>100,0</b> |
| <b>Total</b>              |                         | <b>30</b> | <b>100,0</b> | <b>100,0</b> |              |

#### **Análisis:**

Los resultados indican que, la prueba de desplazamientos en zig zag que la población se encuentra en el nivel “regular”, lo que se puede evidenciar que existen cambios de dirección lentos o torpes, mientras el otro nivel fue “bueno”, presentando un buen desempeño, aunque con ligeros desaceleramientos. El otro dato fue igual al anterior ubicándose en el nivel “necesita mejorar”, lo que significa que hay una dificultad evidente al cambiar de dirección. Por lo tanto, la mayoría de los estudiantes no presentan severos problemas en la agilidad y la capacidad de cambiar de dirección con rapidez, pero sí se debe trabajar en esa habilidad. Al respecto, el autor Le Boulch (2023) afirma que el desplazamiento con cambios de dirección es fundamental en el esquema corporal en el niño, ya que se relaciona el espacio y el tiempo y a la vez genera una coordinación dinámica que mejora la motricidad gruesa.

Se recomienda implementar actividades lúdicas que contengan circuitos con juegos de persecución, carreras con obstáculos y varias dinámicas que demuestren cambios de dirección rápida para que favorezcan el desarrollo de la motricidad gruesa, tanto en la coordinación como en la agilidad.

**Tabla 14:**

*Salto con cuerda*

|               |                       |                  | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> | <b>Porcentaje válido</b> | <b>Porcentaje acumulado</b> |
|---------------|-----------------------|------------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| <b>Válido</b> | <b>80 o más</b>       | <b>Excelente</b> | <b>2</b>          | <b>6,7</b>        | <b>6,7</b>               | <b>6,7</b>                  |
|               | <b>60-79 segundos</b> | <b>Bueno</b>     | <b>3</b>          | <b>10,0</b>       | <b>10,0</b>              | <b>16,7</b>                 |

|                       |                         |           |              |              |              |
|-----------------------|-------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|
| <b>40-59 segundos</b> | <b>Regular</b>          | <b>14</b> | <b>46,7</b>  | <b>46,7</b>  | <b>63,3</b>  |
| <b>Menos de 40</b>    | <b>Necesita mejorar</b> | <b>11</b> | <b>36,7</b>  | <b>36,7</b>  | <b>100,0</b> |
| <b>Total</b>          |                         | <b>30</b> | <b>100,0</b> | <b>100,0</b> |              |

### **Análisis:**

Estos resultados muestran que gran parte de los estudiantes presenta un nivel “regular”, lo que indica que en los saltos presenta falta de coordinación o ritmo inestable, mientras que otra parte de los estudiantes “necesita mejorar”, ya que una parte de la población tiene dificultades significativas para saltar de forma constante. Si bien una pequeña parte muestra que se encuentra en los niveles “bueno” y “excelente” coordinan adecuadamente los saltos. Las habilidades locomotrices como el salto con la cuerda mejoran la coordinación, el ritmo y el equilibrio siendo eficaces en la motricidad gruesa, esta habilidad se debe practicar de manera sistemática y progresiva (Gallahue y Ozmun, 2020).

La gran mayoría de los estudiantes presentan niveles intermedios y bajos; se recomienda realizar actividades lúdicas que incluyan saltos rítmicos, como juegos con cuerdas, dinámicas en grupo y ejercicios progresivos, para incorporar actividades lúdicas y mejorar la motricidad gruesa.

## **Capítulo 4: Propuesta**

### **4.1 Título de la propuesta**

Guía de actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica

### **4.2 Introducción**

Las actividades lúdicas cumplen un papel principal en la formación integral de los niños, puesto que contribuyen al desarrollo motriz que influye en lo emocional y social. Mediante el juego, los niños y adolescentes fortifican sus habilidades como la lateralidad, el equilibrio, la coordinación, la reacción y la resistencia.(Banda Casa et al., 2025)

Desde este punto de vista, las actividades lúdicas representan una herramienta didáctica eficiente, ya que se combina el juego con el aprendizaje, también motivando la participación activa de los niños. Sin embargo, en varios contextos educativos se evidencia la ausencia de una guía didáctica donde el docente utilice este tipo de actividades lúdicas orientadas al desarrollo motriz grueso.

La motricidad gruesa también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, permitiendo mejorar la coordinación motriz gruesa, así menciona en su estudio (Le Boulch, 2023). En el nivel de Educación General Básica, estas habilidades deben ser fomentadas mediante estrategias pedagógicas creativas que beneficien al aprendizaje significativo. Basado en los resultados obtenidos en la presente investigación, se pudo identificar que existe deficiencia en varios aspectos de la motricidad gruesa, debido a la ausencia de actividades lúdicas en clase. Por este motivo, esta propuesta plantea diseñar una guía de actividades lúdicas para mejorar el desarrollo de la motricidad gruesa.

Con base en los resultados obtenidos en la presente investigación, se pudo identificar que existe deficiencia en varios aspectos de la motricidad gruesa, debido a la ausencia de actividades lúdicas en clase. Por este motivo, esta propuesta plantea diseñar una guía didáctica de actividades lúdicas para mejorar el desarrollo de la motricidad gruesa.

#### **4.3 Justificación**

La presente investigación se origina de la necesidad de mejorar el desarrollo motriz grueso por medio de las actividades lúdicas, puesto que en las clases se pudo evidenciar que la mayoría de los estudiantes tiene dificultad en las habilidades como el equilibrio, desplazamientos, coordinación, reacción y resistencia.

La elaboración de una guía didáctica es una herramienta de apoyo en el ámbito educativo, ya que a veces no es fácil encontrar específicamente actividades que mejoren esta motricidad.

A partir de los resultados obtenidos, se pudo visualizar que los estudiantes presentan notables dificultades en las diferentes actividades propuestas por el test de desarrollo motor grueso, como desplazamientos, cambios de dirección, equilibrio, lanzar y atrapar la pelota, y saltar la cuerda.

La presente guía contiene 3 módulos con 3 planificaciones orientadas a cada prueba planteada por el test: Módulo 1: Actividades para mejorar el equilibrio; Módulo 2: Coordinación mano-ojo y tiempo de reacción; Módulo 3: Resistencia y coordinación. El diseño de la guía está basado en el currículo de Educación Física basado en el Bloque 1: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar y se han puesto en consideración los resultados obtenidos en la investigación para desarrollar la guía.

Con esta propuesta se pretende mejorar el desarrollo de la motricidad gruesa por medio de actividades lúdicas y, además, fortalecer los valores de cooperación, trabajo en equipo, el respeto, la comunicación entre compañeros, de tal forma que se contribuya a un desarrollo integral en los niños.

#### **4.4 Objetivos de la propuesta**

##### **Objetivo general**

Diseñar una guía didáctica de actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica.

##### **Objetivo específico**

- Determinar los diferentes tipos de actividades lúdicas que mejoren la coordinación, el equilibrio, el desplazamiento.
- Elaborar planificaciones micro curriculares de actividades lúdicas, basadas en el currículo de Educación Física con el propósito de mejorar la motricidad gruesa.
- Socializar una guía de actividades lúdicas con los docentes, promoviendo su aplicación e integración en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

#### **4.5 Desarrollo de la propuesta**



# **Guía de actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica**

**Autor: Carolina Ipiales**







## **módulo 1**



# **Actividades para mejorar el equilibrio**



**Carolina Ipiales**

| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--|--|--|--|------------------------|--|--|--|--|-------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                       | Lic. Carolina Ipiales                                                                                                                                             | Asignatura:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                       |                                                                                                                                                                   | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                       |                                                                                                                                                                   | Educación Básica Media                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                       |                                                                                                                                                                   | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar- Equilibrio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                                                                                   | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                                                                                                   | CE.EF.3.2. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                       | Recursos                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p>Tema: La isla del equilibrio</p> <p>PARTE INICIAL</p> <p>:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Conversación con los estudiantes sobre actividades cotidianas donde se usa el equilibrio, como: levantarse de una silla, caminar en un bordillo, subir escaleras, etc.</li><li>Explicación sobre el juego “Las islas de equilibrio”</li><li>Describir las reglas de la actividad.</li></ul> <p>Calentamiento dinámico: Nombre: “El espejo de equilibrio”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los estudiantes, en parejas, realizarán movimientos suaves como subir una pierna junto</li></ul> |                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Aros</li><li>Cuerda</li><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Cronómetro</li><li>Patio</li><li>Cuchara</li><li>Pelota</li></ul> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>I.EF.3.2.1. Construye con pares, a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)</p> | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante la actividad “ La isla de equilibrio”, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN: Observación directa</p> <p>INSTRUMENTO:</p> <p>Rubrica de evaluación</p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Equilibrio corporal</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Resolución de desafíos</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo en equipo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | Indicadores |  |  |  |  | Equilibrio corporal |  |  |  |  | Resolución de desafíos |  |  |  |  | Trabajo en equipo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Equilibrio corporal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Resolución de desafíos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo en equipo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                       |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                     |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

con el brazo contrario, colocarse en puntillas, tocarse la punta del zapato y el otro pie alzado. El otro estudiante imitará la acción que esté realizando su compañero.

- Después, por la media cancha los estudiantes realizarán un trote suave, al escuchar un sonido del profesor harán una actividad anterior conjunta con su pareja.

### PARTE PRINCIPAL

Los estudiantes se organizarán en equipos de 5. En la cancha, se colocarán conos, aros o cuerdas; realizarán una figura geométrica construyendo 4 estaciones que serán las islas. Las islas tendrán su nombre y actividad, cada equipo tiene que recorrer todas las islas cumpliendo los diferentes retos en cada estación.

- *Isla de Hawái*

En esta estación, los estudiantes mantendrán el equilibrio en el pie izquierdo, luego derecho, cumpliendo cada cinco segundos por pie, en total dieciséis segundos.

- *Isla del caribe*

En esta estación deben estar dos equipos para competir. Consiste en caminar en una línea, cuerda o si es posible en un bordillo, además, en su boca llevarán una cuchara con una pelota pequeña. El equipo que haga caer la pelota o salga de la línea tendrá que repetir nuevamente la trayectoria. El equipo que pase todos sus participantes pasa a la siguiente isla; mientras el equipo perdedor tendrá que esperar a otro equipo para competir.

Respetar las reglas de cada estación

### Ilustración 1



### Enlace del video:

[https://www.youtube.com/shorts/k\\_89NZrjkeg](https://www.youtube.com/shorts/k_89NZrjkeg)

### Código QR



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| <p>- <i>Isla pareja</i></p> <p>En esta isla habrá palos de escoba, los cuales con la palma de la mano llevarán hacia el otro lado, conjunto con un compañero tomados de la mano (manos izquierdas con el palo de la escoba, manos derechas tomadas las manos) caminarán hacia el otro extremo.</p> <p>- <i>Isla peligrosa</i></p> <p>Consiste en saltar dentro de los aros manteniendo el equilibrio, caerán con los dos pies los primeros 5 aros, luego los 5 últimos en un pie, sea derecho o izquierdo; esta actividad será individual en equipos.</p> <p style="text-align: center;"><b>PARTE FINAL</b></p> <p>- En un círculo, los estudiantes lanzarán una pelota pequeña al que le toque responderá: ¿Qué isla fue la más difícil? ¿Crees que has mejorado en el equilibrio? Mientras su compañero responde los dos que se encuentran al lado, realizarán una actividad que puede ser zancadilla, saltos, flexiones, etc.</p> |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--|--|--|--|------------------------|--|--|--|--|-------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Lic. Carolina Ipiates                                                                | Asignatura:                                                                                                                         | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Educación Básica Media |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar- Equilibrio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                     | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                      |                                                                                                                                     | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                      | Recursos                                                                                                                            | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| <p style="text-align: center;"><b>PARTE INICIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Explicación sobre el juego “EL PUENTE ESTRECHO”</li><li>Describir las reglas de la actividad.</li></ul> <p><b>Calentamiento dinámico:</b> Nombre: “El espejo de equilibrio”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los estudiantes, en parejas, realizarán movimientos suaves como subir una pierna junto con el brazo contrario, colocarse en puntillas, tocarse la punta del zapato y el otro pie alzado. El otro estudiante imitará la acción que esté realizando su compañero.</li><li>Después, por la media cancha los estudiantes realizarán un trote suave, al escuchar un sonido del</li></ul> |                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"><li>Aros</li><li>Silbato</li><li>Cronometro</li><li>Patio</li><li>Tarros</li><li>Tablas</li></ul> | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan el juego Puente Estrecho, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                     | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante la actividad “ El puente estrecho”, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p><b>TÉCNICA DE EVALUACIÓN:</b> Observación directa</p> <p><b>INSTRUMENTO:</b></p> <p><b>Rubrica de evaluación</b></p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Mantiene el equilibrio</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Resolución de desafíos</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo en equipo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Respeto las reglas</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Mantiene el equilibrio |  |  |  |  | Resolución de desafíos |  |  |  |  | Trabajo en equipo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  | Respeto las reglas |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Mantiene el equilibrio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Resolución de desafíos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Trabajo en equipo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |
| Respeto las reglas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |

profesor harán una actividad anterior conjunta con su pareja.

### PARTE PRINCIPAL

Actividad: El puente estrecho

- Los estudiantes se organizarán en grupos de 5.
- En la cancha se ubicarán tres latas de pintura de forma vertical; tienen que estar bien seguras, es decir, una al inicio, una al medio y al final;
- Se ubicará una tabla de madera encima de los tarros de pintura para que los estudiantes caminen sobre la tabla y, por último, se ubicarán 4 hulas para que los estudiantes salten con un solo pie manteniendo el equilibrio.
- Una vez armado el juego, los estudiantes con su equipo se colocarán para iniciar el juego; el estudiante que se caiga volverá a empezar.
- El equipo que pasen todos sus participantes de manera correcta será el ganador.

### PARTE FINAL

**Actividad:** El terremoto

- Mientras los estudiantes caminan en la mitad de la cancha, el docente grita: "Sismo". Todos deben realizar un estiramiento o tomar aire.
- En un círculo el docente preguntará: ¿Qué te ayudó a mantener el equilibrio? ¿Crees que has mejorado en el equilibrio?

### Ilustración 2



**Enlace del video:**

<https://youtube.com/shorts/C1y418lLoIk?feature=shared>

**Código QR**



SCAN ME



| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|--|--|--|--|------------------------|--|--|--|--|------------------------|--|--|--|--|-------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Lic. Carolina Ipiales | Asignatura:                                                                                                              | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Educación Básica Media |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar- Equilibrio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                       |                                                                                                                          | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                       |                                                                                                                          | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                       | Recursos                                                                                                                 | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p>Tema: La isla del equilibrio</p> <p>PARTE INICIAL</p> <p>Calentamiento dinámico: Nombre: “ El viaje de la Tía Peluca”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>En un círculo, los estudiantes prestarán atención a la explicación del juego dinámico.</li><li>El docente comienza: "Mi tía Peluca viajó a América y trajo un radio".</li><li>El estudiante responde: "Mi tía Peluca viajó a América y trajo un radio y un libro".</li><li>Siguiente participante dice: "Mi tía viajó a América y trajo un radio, un libro y un caballo".</li><li>Y así, sucesivamente, hasta que alguien se equivoque o altere la secuencia. Quien se equivoca sale del juego.</li></ul> <p>PARTE PRINCIPAL</p> |                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Silbato</li><li>Cronometro</li><li>Patio</li><li>Parlante</li><li>Música</li></ul> | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                                   | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante la actividad “Coreografía en equilibrio”, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN: Observación directa</p> <p>INSTRUMENTO:</p> <p>Rubrica de evaluación</p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Mantiene el equilibrio</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Resolución de desafíos</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo en equipo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Mantiene el equilibrio |  |  |  |  | Resolución de desafíos |  |  |  |  | Trabajo en equipo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Mantiene el equilibrio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Resolución de desafíos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo en equipo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                       |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                        |  |  |  |  |                   |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

**Actividad:** Coreografía en equilibrio

- En grupos de 5 a 6 estudiantes crear una coreografía de 1 minuto.
- La coreografía debe incluir:
- 3 posiciones de equilibrio estático, es decir, en su propio puesto, ejemplo en un pie apoyado al suelo y el otro estirado al frente, los estudiantes deberán crear más formas y exista un ritmo con la música.
- 3 posiciones de equilibrio con desplazamientos, ejemplo: en un solo pie saltando dos veces hacia adelante, dos veces hacia atrás, etc.
- Posteriormente, los grupos demostrarán su presentación con el resto de sus compañeros.

**PARTE FINAL**

**Actividad:** El semáforo del equilibrio

- Los estudiantes se ubican en un semicírculo tomando una distancia adecuada.
- El docente explica a los estudiantes que el cuerpo será un semáforo.
- **Rojo:** Me detengo - Acción en su propio lugar en puntillas estiramiento hacia arriba con una respiración inhala y exhala.
- **Amarillo:** Me preparo - Acción estiramiento tocándose las puntas de los pies y alternando con las manos pie izquierdo mano derecha, pie derecho mano izquierda.
- **Verde:** Lo logré - Acción: cualquier estiramiento creado por el estudiante.

Por último, el docente preguntará: ¿Qué te ayudó a mantener el equilibrio? ¿Crees que has mejorado en el equilibrio?

**Ilustración 3**



**Enlace del video:**

[https://youtube.com/shorts/2w\\_ZkZWDs3I?si=n7lAVh0jpnQvnrqv](https://youtube.com/shorts/2w_ZkZWDs3I?si=n7lAVh0jpnQvnrqv)

**Código QR**







## Módulo 2

# Actividades para mejorar la coordinación mano-ojo



**Carolina Ipiales**

| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--|--|--|--|-----------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Lic. Carolina Ipiales                                                                 | Asignatura:                                                                                             | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Educación Básica Media |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                       |                                                                                                         | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar- Coordinación mano-ojo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                       |                                                                                                         | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                       |                                                                                                         | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                       | Recursos                                                                                                | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p>Tema: Tres estaciones</p> <p>PARTE INICIAL</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Empezar con un trote ligero alrededor de la cancha moviendo desde la parte superior sería cabeza, cuello y hombros; luego brazos, cintura y por último el tren inferior.</li></ul> <p>Calentamiento dinámico: Nombre: “ En nuestra casa”</p> <ol style="list-style-type: none"><li>El profesor, en el centro del círculo, da algunas órdenes que los estudiantes deben imitar.</li><li>Sin embargo, solamente serán imitadas las órdenes que comiencen con la expresión: “en nuestra casa...”.</li><li>Por ejemplo, el profesor menciona: “En nuestra casa todos ponen la mano en la cabeza”. En este caso todos imitarán al profesor, pero si solo dice “Todos andan por la casa”, ninguno lo imitará porque no dijo “En nuestra casa...”.</li></ol> |                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Pelotas de tenis o espuma</li></ul> | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                                   | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante la actividad de las estaciones mediante el juego, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN: Observación directa</p> <p>INSTRUMENTO:</p> <p>Rubrica de evaluación</p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Precisión en el lanzamiento</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Coordinación mano-ojo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo colaborativo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Precisión en el lanzamiento |  |  |  |  | Coordinación mano-ojo |  |  |  |  | Trabajo colaborativo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Precisión en el lanzamiento                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Coordinación mano-ojo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo colaborativo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                             |  |  |  |  |                       |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

4. Al principio, el profesor da órdenes lentamente; luego les va acelerando cada vez más. Quien se equivoque, sale del juego.

#### PARTE PRINCIPAL

- Para esta actividad se realizarán 3 estaciones de juego.
1. “El malabarista”: Cada estudiante con una pelota pequeña de tenis debe lanzar con la mano derecha y atrapar con la mano izquierda, viceversa.
  - Variante: En columnas los estudiantes saldrán lanzando la pelota, un aplauso y atraparla. Se podría atraparla solo con la derecha, luego cambiar.
  2. “Túnel de pases”: Dividir el grupo en dos equipos, se formarán frente a frente, lo cual debe pasarse la pelota siguiendo en zig-zag, si la pelota llega a caer, empezará de nuevo.
  3. “Protege tu torre”: En grupos de 4, un estudiante protege un cono en el centro, se colocará en la palma de la mano y en cuclillas, mientras los tres estudiantes lanzan la pelota para intentar botarle. Luego, se rotarán para que todos participen en el centro.

#### PARTE FINAL

**Actividad:** Jugando con los números

En la mitad de la cancha, el docente dirá: Uno será estirarse con un compañero, dos será estirarse a los lados, tres tomar aire.

El docente dirá un número cualquiera y los estudiantes realizarán.

- Por último, en una semicircunferencia se realizará un diálogo: ¿Qué dificultades presentaron? ¿Qué experiencia previa ayudó a mejorar el lanzamiento?

#### Ilustración 4



#### Enlace del video:

<https://youtube.com/shorts/tvaqlqpHh0w?si=1tWDO03UWRxIyAkT>

#### Código QR



| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Lic. Carolina Ipiales                                                                 | Asignatura:                                                                                                           | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Educación Básica Media |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                       |                                                                                                                       | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar- Coordinación mano-ojo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                       |                                                                                                                       | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                       |                                                                                                                       | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       | Recursos                                                                                                              | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p><b>Tema:</b> Malabares cooperativos</p> <p><b>PARTE INICIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Empezar con un trote ligero alrededor de la cancha, moviendo desde la parte superior: cabeza, cuello y hombros; luego, brazos, cintura y, por último, el tren inferior.</li></ul> <p><b>Calentamiento dinámico:</b> “ Siguiendo a la sombra”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los estudiantes se desplazarán por la mitad de la cancha; el objetivo es no pisar la sombra del compañero. Variante: Pueden desplazarse en puntillas siguiendo la sombra de sus compañeros.</li></ul> <p><b>PARTE PRINCIPAL</b></p> <p>El reto 1: El escudo defensor</p> <ul style="list-style-type: none"><li>En grupos de tres, dos se ubicarán en los extremos y uno en el medio. Los de los extremos pasarán rápidamente la pelota por encima del compañero del</li></ul> |                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Pelotas de tenis o espuma</li><li>Globo</li></ul> | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                                   | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante el juego de malabares cooperativos, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p><b>TÉCNICA DE EVALUACIÓN:</b> Observación directa</p> <p><b>INSTRUMENTO:</b></p> <p><b>Rubrica de evaluación</b></p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Seguridad y autocuidado</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Precisión mano-ojo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo colaborativo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Seguridad y autocuidado |  |  |  |  | Precisión mano-ojo |  |  |  |  | Trabajo colaborativo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Seguridad y autocuidado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Precisión mano-ojo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo colaborativo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>medio y la función de él será impedir que pase la pelota; luego, rotarán los puestos.</p> <p>El reto 2: Tenis con la pared.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En parejas, se ubicarán en frente a la pared a una distancia de 4 a 5 metros; un estudiante lanzará la pelota y el otro receptorá. Al principio puede ser con las dos manos, luego intercambiaran izquierda, derecha.</li> <li>Variante: Pueden hacer luego sentados, en puntillas.</li> </ul> <p>El reto 3: Toques con el globo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se formarán en 4 filas, el primer estudiante tendrá un globo inflado.</li> <li>En la cancha, estarán colocados conos a una distancia de 1 metro.</li> <li>El objetivo es toca el cono y no dejar caer el globo hasta cruzar al otro extremo.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>PARTE FINAL</b></p> <p><b>Actividad:</b> El espejo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En una circunferencia, un estudiante en el centro realizara movimientos de estiramiento, lo cual el objetivo de los demás es seguir los gestos que realice la persona.</li> <li>Por último, se realizará un diálogo: ¿Qué dificultades presentaron? ¿Qué experiencia previa ayudó a mejorar el lanzamiento?</li> </ul> <p>de</p> |  |  | <p><b>Ilustración 5</b></p>  <p><b>Enlace del video:</b></p> <p><a href="https://youtube.com/shorts/VSxC13Ho0bE?si=Ti4IvvNwG_ThzBZ7">https://youtube.com/shorts/VSxC13Ho0bE?si=Ti4IvvNwG_ThzBZ7</a></p> <p><b>Código QR</b></p>  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Lic. Carolina Ipiates                                                                 | Asignatura:                                                                                                                                         | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Educación Básica Media |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar- Coordinación mano-ojo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                       |                                                                                                                                                     | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                       |                                                                                                                                                     | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                       | Recursos                                                                                                                                            | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p>Tema: Recorriendo el sendero</p> <p>PARTE INICIAL</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Empezar con un trote ligero alrededor de la cancha, moviendo primero la parte superior: cabeza, cuello y hombros; luego, los brazos, la cintura y, por último, el tren inferior.</li></ul> <p>Calentamiento dinámico: “Pan dulce”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Para esta dinámica se ubicarán los estudiantes en un círculo. El profesor dice: “Pan dulce” y responden “No quiero” haciendo una zancadilla o saltando.</li><li>Si el profesor dice “pan dulce” los estudiantes tienen que responder “no quiero”.</li><li>Si el profesor dice “pan dulce” dos o tres veces, se tendrá que responder dos o tres veces.</li><li>El objetivo es que los estudiantes se equivoquen y puedan cobrar penitencia.</li></ul> |                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Pelotas de tenis o espuma</li><li>Pelotas</li><li>Ulas</li><li>Platos</li></ul> | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                                   | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante el juego de recorriendo el sendero, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN: Observación directa</p> <p>INSTRUMENTO:</p> <p>Rubrica de evaluación</p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Movimientos coordinados</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Precisión mano-ojo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo colaborativo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Movimientos coordinados |  |  |  |  | Precisión mano-ojo |  |  |  |  | Trabajo colaborativo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Movimientos coordinados                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Precisión mano-ojo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo colaborativo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                       |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |             |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                         |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

### PARTE PRINCIPAL

- Se armará un recorrido con conos, cuerdas o cintas que delimiten el camino, deberá ser un espacio amplio por donde deben pasar los estudiantes.
- Cada estudiante debe tener su ula, un plato con una pelota de espuma o tenis.
- Con una mano rodarán la ula y con la otra pondrán la pelota sobre la punta del plato y a la voz del profesor saldrán uno por uno; con una distancia previa saldrá el siguiente.
- Para recorrer el segundo sendero, se ubicarán dos columnas de 3 conos a una distancia de 5 metros hasta llegar al otro extremo de la cancha.
- Cada columna se formará al inicio del cono, para empezar los conos serán estaciones; el primero girará alrededor de la cabeza, segundo girará alrededor de la cintura, último girará haciendo un ocho entre las piernas.
- Ganará el equipo que termine primero.

### PARTE FINAL

**Actividad:** El espejo

- En una circunferencia, un estudiante en el centro realizará movimientos de estiramiento, lo cual el objetivo de los demás es seguir los gestos que realice la persona.
- Por último, se realizará un diálogo: ¿Qué dificultades presentaron? ¿Te resultó fácil o difícil coordinar la vista y las manos? ¿Por qué?

### Ilustración 6



**Enlace del video:**

<https://youtube.com/shorts/0UJYmfigzCY?si=R8dlhW6juILzdz>

**Código QR**



| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Lic. Carolina Ipiates | Asignatura:                                                                                                                                                                                                        | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                            | Educación Básica Media |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar- Coordinación mano-ojo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                                                                                                                    | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                       |                                                                                                                                                                                                                    | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                       | Recursos                                                                                                                                                                                                           | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                       |                        |
| <p>Tema: Circuito colaborativo atrapa y apunta</p> <p>PARTE INICIAL</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Empezar con un trote ligero alrededor de la cancha, moviendo desde la parte superior: cabeza, cuello y hombros; luego, brazos, cintura y, por último, el tren inferior.</li></ul> <p>Calentamiento dinámico: “ El tren descompuesto”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>En equipos de 7, se formarán en columnas tomando distancia, sus manos se colocarán en los hombros del compañero.</li><li>El profesor dice “atrás” los estudiantes tienen que hacer lo contrario todos en columna se mueven.</li><li>Se descalificará al equipo que se equivoque dos veces consecutivas.</li></ul> <p>PARTE PRINCIPAL</p> <p>1ra fase:</p> |                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Globo</li><li>Pelotas grandes de plástico</li><li>Pañuelos o cintas</li><li>Colador de plástico</li><li>Pelotas de tenis o de espuma</li></ul> | <p>I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).</p>                                                                                                                                                                                                            | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante el juego colaborativo de circuito de atrapa y apunta, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN: Observación directa</p> <p>INSTRUMENTO:</p> |                        |



- Para la siguiente actividad, primero de forma individual en la mitad de la cancha recorrerán los estudiantes.
- Cada uno tendrá su material: un colador de plástico y una pelota pequeña de espuma o tenis.
- Lanzarán la pelota y deberán atrapar con el colador.
- Se puede realizar primero lanzando con la mano dominante y recibiendo con la otra; luego se puede variar.
- Posteriormente, se puede realizar en parejas uno lanza la pelota y el otro recibe.

#### 2da fase:

- Para esta actividad, en grupos de 6 estudiantes se formarán en círculo.
- Cada estudiante tendrá su cono y por grupo un balón liviano o globo.
- Los estudiantes tendrán el cono con la punta al suelo para que el balón sea receptado en la abreviatura.
- Al sonar el silbato del profesor, empezarán a jugar con el objetivo de no hacer caer la pelota.
- Los estudiantes deben pasarse el balón entre los conos.
- Perderá el equipo que haga caer o si topa con las manos o cualquier parte del cuerpo.

#### 3ra fase:

- Los estudiantes, en grupos de 7, se formarán en columna uno tras de otro a una distancia de un metro.
- Cada grupo tendrá una pelota; mientras los 6 estudiantes a excepción del último abrirán las piernas para que pueda pasar el balón por el suelo.
- El último estudiante tendrá que lanzar la pelota por medio de las piernas de sus compañeros lo más lejos posible.

#### Rubrica de evaluación

| Indicadores             | 😊 | 😄 | 😐 | 😞 |
|-------------------------|---|---|---|---|
| Movimientos coordinados |   |   |   |   |
| Precisión mano-ojo      |   |   |   |   |
| Trabajo colaborativo    |   |   |   |   |
| Participación activa    |   |   |   |   |

#### Ilustración 7



#### Enlace del video:

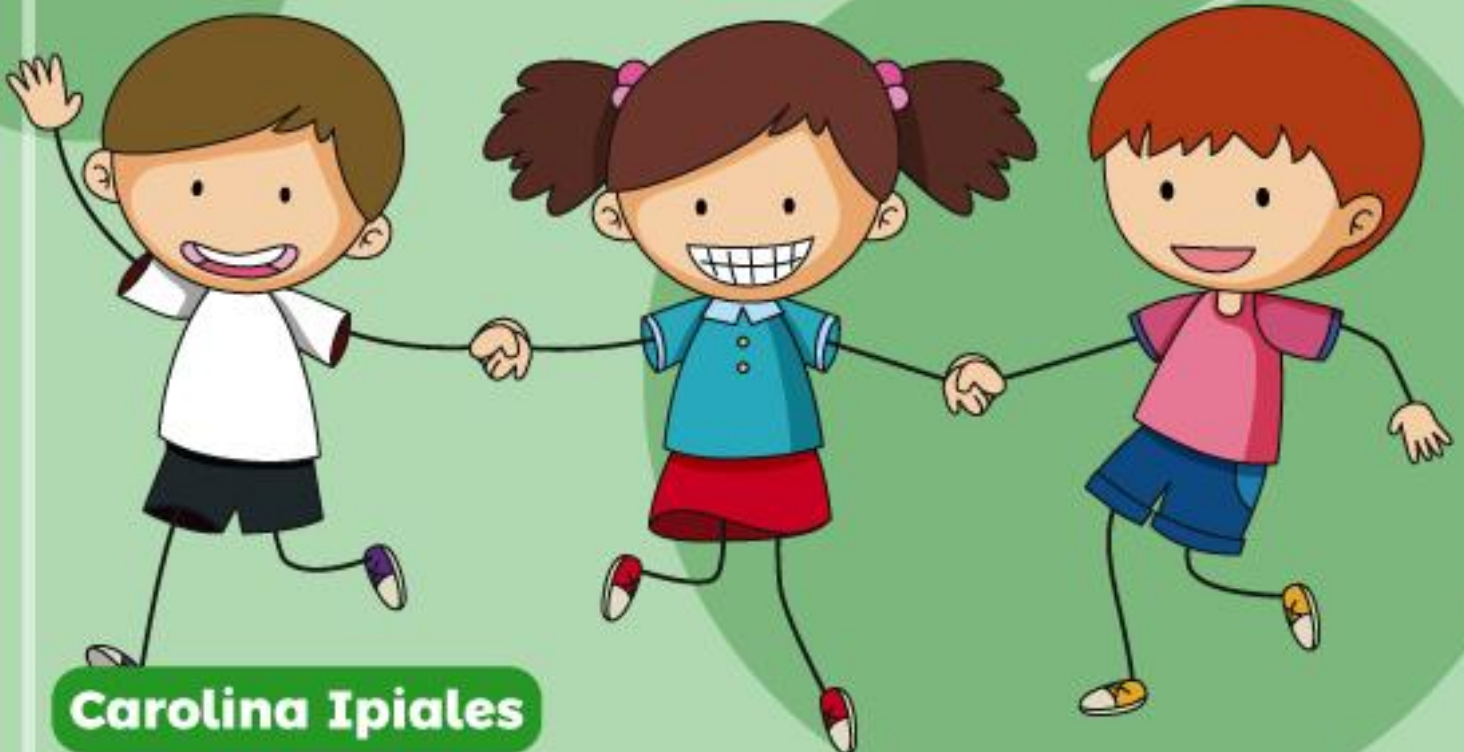
<https://youtube.com/shorts/Y86JhFDGrI4?si=7EvsgOY5ZTmiAlNr>

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mientras el primero correrá hasta donde esté el balón, si falta llegar al cono, irá rodando con la mano.</li> <li>• Posteriormente cogerá el pañuelo que se encuentra en el cono y regresará rodando.</li> <li>• Se ubicará al último y realizará la misma acción del inicio, rodar el balón por medio de las piernas de los compañeros y así sucesivamente.</li> <li>• Ganará el equipo que más pañuelos tenga; se descalifica al equipo que golpe el balón con el pie.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>PARTE FINAL</b></p> <p><b>Actividad:</b> El espejo explosivo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En parejas, un estudiante es el líder y el otro es el espejo explosivo.</li> <li>• El líder empieza a realizar movimientos como tocarse las rodillas, la cabeza haciendo estiramientos, etc.</li> <li>• El espejo debe imitarlo; posteriormente se cambiarán de papel.</li> <li>• Por último, se realizará un diálogo: ¿Qué dificultades presentaron? ¿Te resultó fácil o difícil coordinar la vista y las manos? ¿Por qué?</li> </ul> |  |  | <p style="text-align: center;"><b>Código QR</b></p> <div data-bbox="1630 300 1827 587" data-label="Image"> </div> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



### **Módulo 3**

# **Actividades para mejorar resistencia y coordinación**



**Carolina Ipiales**

| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Lic. Carolina Ipiates                                                               | Asignatura:                                                                                        | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Educación Básica Media |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                     |                                                                                                    | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar - Resistencia y coordinación.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                     |                                                                                                    | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                     |                                                                                                    | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                     | Recursos                                                                                           | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p>Tema: Saltos con cuerda y ula</p> <p>PARTE INICIAL</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Empezar con un trote ligero alrededor de la cancha, moviendo primero la parte superior: cabeza, cuello y hombros; luego, los brazos, la cintura y, por último, el tren inferior.</li></ul> <p>Calentamiento dinámico: ¿Me ama usted?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los estudiantes se organizan en círculo.</li><li>Al iniciarse el juego, el profesor le pregunta a uno de los estudiantes: «¿Me ama usted?</li><li>El estudiante le responderá: “Sí, lo amo a usted”.</li><li>El profesor preguntará: ¿Por qué?</li><li>El estudiante responderá: “Porque usted usa anteojos” (deberá decir algo usando por quien pregunta).</li></ul> |                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Ulas</li><li>Cuerdas</li></ul> | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                                   | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante el juego de saltos con cuerda y ula, en el cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN: Observación directa</p> <p>INSTRUMENTO:</p> <p>Rubrica de evaluación</p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Coordinación motriz</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Resistencia física</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo colaborativo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Coordinación motriz |  |  |  |  | Resistencia física |  |  |  |  | Trabajo colaborativo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Coordinación motriz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Resistencia física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo colaborativo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

- En el momento en que diga que ama a quien pregunta porque usa tal cosa, todos aquellos que usen la misma cosa deberán cambiar de lugar; incluso el profesor participará.

### PARTE PRINCIPAL

- De forma individual saltarán la cuerda 20 veces consecutivas, primero con el pie derecho, luego con el izquierdo.
- Después puede alternar.
- Realizar en parejas, se ubicarán frente a frente, saltarán con una cuerda juntos, 30 veces consecutivas.
- Puede variar con la mano que esté en la parte externa sujetarán la cuerda y saltarán juntos.
- En grupos de 8 estudiantes en un círculo se jugará al reloj, es decir, un estudiante en el medio girará la cuerda alrededor del círculo.
- El estudiante que tope la cuerda con los pies perderá.
- El estudiante que gire la cuerda tendrá que hacerlo un poco rápido.
- Se colocará en la cancha las a una debida distancia, puede ser de 2 metros cada una. Para iniciar se coloca en el cono al inicio donde se colocará las ulas
- Para iniciar el estudiante tiene que tomar la ula y ponerle en el cono y así realizará con las siguientes.
- Esta actividad consiste en resistencia y rapidez, ganará el equipo que termine primero.

### Ilustración 8



### Enlace del video:

<https://youtube.com/shorts/baIfQLUBMA?si=bABSuVirOs0hLhQu>

### Código QR



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| <p style="text-align: center;"><b>PARTE FINAL</b></p> <p><b>Actividad:</b> El semáforo del equilibrio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los estudiantes se ubican en un semicírculo tomando una distancia adecuada.</li> <li>• El docente explica a los estudiantes que el cuerpo será un semáforo.</li> <li>• <b>Rojo:</b> Me detengo - Acción en su propio lugar en puntillas estiramiento hacia arriba con una respiración inhala y exhala.</li> <li>• <b>Amarillo:</b> Me preparo - Acción estiramiento tocándose las puntas de los pies y alternando con las manos pie izquierdo mano derecha, pie derecho mano izquierda.</li> <li>• <b>Verde:</b> Lo logré - Acción: cualquier estiramiento creado por el estudiante.</li> <li>• Por último, se realizará un diálogo: ¿Qué dificultades presentaron? ¿En qué otros deportes creen que es fundamental tener la coordinación y resistencia que practicamos hoy con la cuerda?</li> </ul> |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|



| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 1. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Lic. Carolina Ipiales                                                                | Asignatura:                                                                                         | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Educación Básica Media |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                      |                                                                                                     | Año Lectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 2. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar - Resistencia y coordinación.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |                                                                                                     | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                      |                                                                                                     | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                      | Recursos                                                                                            | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p>Tema: Circuito encostados</p> <p>PARTE INICIAL</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Empezar con un trote ligero alrededor de la cancha, moviendo primero la parte superior: cabeza, cuello y hombros; luego, los brazos, la cintura y, por último, el tren inferior.</li></ul> <p>Calentamiento dinámico: “Letras vivas”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>El profesor formará dos grupos. Cada grupo recibe las mismas letras; se colocarán en la espalda de cada uno de los miembros del grupo.</li><li>Es posible formar una misma palabra con las letras que tienen cada grupo, y formar, rápidamente, esta palabra es la finalidad del grupo.</li><li>Por ejemplo: los dos grupos tendrán las letras de la palabra ‘NARANJA’. El grupo que forme primero la palabra ganará el juego.</li></ul> <p>PARTE PRINCIPAL</p> |                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Costales</li><li>Ulas</li></ul> | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                                   | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante el juego colaborativo de circuito de atrapa y apunta, en la cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p>TÉCNICA DE EVALUACIÓN: Observación directa</p> <p>INSTRUMENTO:</p> <p>Rubrica de evaluación</p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Coordinación motriz</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Resistencia física</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo colaborativo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Coordinación motriz |  |  |  |  | Resistencia física |  |  |  |  | Trabajo colaborativo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Coordinación motriz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Resistencia física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo colaborativo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

- Los estudiantes se formarán en grupo de 6 personas, en la cancha se ubicarán conos en zigzag y al final una ula para que giren alrededor y regresen por un lado de los conos para que salga el otro estudiante de su equipo.
  - Al escuchar el silbato, el primer estudiante saldrá con el costal saltando, recorrerá en zigzag.
  - Llegará al inicio y le dará a su otro compañero.
  - Ganará el equipo que termine primero.
- 
- Se colocarán en la cancha conos a una distancia adecuada.
  - El estudiante correrá al segundo cono; luego regresará al primero, y posteriormente avanzará al tercero, regresará al primero, así sucesivamente hasta recorrer el último cono.
  - Se pueden realizar dos o tres columnas con sus respectivos conos.
- 
- En un grupo de 7 estudiantes, el primer estudiante correrá hacia el otro extremo.
  - Seguidamente, tomará la mano del compañero y juntos recorrerán hacia el otro extremo.
  - Así sucesivamente pasarán los dos por el otro compañero y recorrerán.
  - Ganará el equipo que termine de pasar a todos sus compañeros.
  - El equipo que se suelte las manos en el transcurso quedará descalificado.

#### PARTE FINAL

**Actividad:** El espejo

- En parejas, un estudiante es el líder y el otro es el espejo explosivo.

#### Ilustración 9



**Enlace del video:**

<https://www.youtube.com/shorts/Ow-Ujnsh4To>

**Código QR**





|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• El líder empieza a realizar movimientos como tocarse las rodillas, la cabeza haciendo estiramientos, etc.</li> <li>• El espejo debe imitarlo; posteriormente se cambiarán de papel.</li> <li>• Por último, se realizará un diálogo: ¿Qué dificultades presentaron? ¿En qué otros deportes creen que es fundamental tener la coordinación y resistencia que practicamos hoy con la cuerda?</li> </ul> |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

| PLANIFICACIÓN MICRO CURRICULAR #10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|----------------------|--|--|--|--|
| 3. DATOS INFORMATIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Docente:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                      | Lic. Carolina Ipiates                                                                | Asignatura:                                                                                                         |                                                                                      | Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Grado/Curso: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Educación Básica Media |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Fechas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Año Lectivo  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| 4. PLANIFICACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| TÍTULO DE LA UNIDAD DE LA PLANIFICACIÓN: Prácticas lúdicas: los juegos y el jugar - Resistencia y coordinación.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| OBJETIVOS DE LA UNIDAD: O.EF.3.3. Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor, y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 63).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      | CRITERIO ESENCIAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| EF.3.1.6. Participar en juegos (cooperativos, de oposición) de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares, identificando las demandas (motoras, conceptuales, actitudinales, entre otras) y lógicas particulares para ajustar sus acciones y decisiones al logro del objetivo de los mismos. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      | CE.EF.3.3. Construye con pares y trabajando en equipo diferentes posibilidades de participación que mejoren de manera segura su desempeño y posibiliten el logro del objetivo en diversos juegos, su propio desempeño (posibilidades y dificultades), la importancia del cuidado en sí y de las demás personas, y la diferencia entre juegos y deportes, teniendo en cuenta objetivos, características, reglas, demandas, roles de los participantes y situaciones de juego. (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65) |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Estrategias metodológicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                      |                                                                                      | Recursos                                                                                                            |                                                                                      | Indicador de logro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |              | Actividades de evaluación/ Técnicas/ Instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| <p><b>Tema:</b> Saltos con cuerda y costales</p> <p><b>PARTE INICIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Empezar con un trote ligero alrededor de la cancha, moviendo desde la parte superior: cabeza, cuello y hombros; luego, brazos, cintura y, por último, el tren inferior.</li></ul> <p><b>Calentamiento dinámico:</b> “ El tren descompuesto”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>En equipos de 7, se formarán en columnas tomando distancia, sus manos se colocarán en los hombros del compañero.</li><li>El profesor dice “atrás” los estudiantes tienen que hacer lo contrario todos en columna se mueven.</li><li>Se descalificará al equipo que se equivoque dos veces consecutivas.</li></ul> |                                                                                      |                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"><li>Conos</li><li>Silbato</li><li>Ulas</li><li>Cuerdas</li><li>Costales</li></ul> |                                                                                      | I.EF.3.2.1. Construye con pares a partir del trabajo en equipo, diferentes formas de resolver de manera segura los desafíos, situaciones problemáticas y lógicas particulares que presentan los juegos, desde sus experiencias corporales previas. (S.4.) (Ministerio de Educación, Deporte y Cultura, 2025, p. 65).                                                                                                                                                                                                                   |              | <p>Observación en el desempeño de los estudiantes durante el juego de saltos con cuerda y costal, en el cual resuelven sus desafíos en esta actividad y el trabajo cooperativo.</p> <p><b>TÉCNICA DE EVALUACIÓN:</b> Observación directa</p> <p><b>INSTRUMENTO:</b></p> <p><b>Rubrica de evaluación</b></p> <table><tr><th>Indicadores</th><th></th><th></th><th></th><th></th></tr><tr><td>Coordinación motriz</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Resistencia física</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Trabajo colaborativo</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Participación activa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> |                        | Indicadores |  |  |  |  | Coordinación motriz |  |  |  |  | Resistencia física |  |  |  |  | Trabajo colaborativo |  |  |  |  | Participación activa |  |  |  |  |
| Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Coordinación motriz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Resistencia física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Trabajo colaborativo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |
| Participación activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |             |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                                                                                      |                     |  |  |  |  |                    |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |                      |  |  |  |  |

### PARTE PRINCIPAL

- Alrededor de la cancha saltarán la cuerda 10 veces consecutivas, primero con el pie derecho, luego con el izquierdo.
- Realizar en parejas, se ubicarán frente a frente, saltarán con una cuerda juntos, 12 veces consecutivas.
- Actividades recreativas como jugar al reloj girando la cuerda.
- Seguidamente, se realizará un circuito con cuerdas y costales.
- Los estudiantes en parejas, el primero irá saltando hacia donde está el costal, topa la mano a su compañero y el siguiente sale hacia el otro extremo saltando con el costal irá ida y vuelta hasta nuevamente llegar donde el compañero que se encuentra con el costal.
- Consiste en realizar lo más rápido posible

### PARTE FINAL

**Actividad:** El semáforo del equilibrio

- Los estudiantes se ubican en un semicírculo tomando una distancia adecuada.
- El docente explica a los estudiantes que el cuerpo será un semáforo.
- **Rojo:** Me detengo - Acción en su propio lugar en puntillas estiramiento hacia arriba con una respiración inhala y exhala.
- **Amarillo:** Me preparo - Acción estiramiento tocándose las puntas de los pies y alternando con las manos pie izquierdo mano derecha, pie derecho mano izquierda.

### Ilustración 10



### Enlace del video:

<https://youtu.be/u-ya6E9F4nU?feature=shared>

### Código QR

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Verde:</b> Lo logré - Acción: cualquier estiramiento creado por el estudiante.</li> <li>• Por último, se realizará un diálogo: ¿Qué dificultades presentaron? ¿En qué otros deportes creen que es fundamental tener la coordinación y resistencia que practicamos hoy con la cuerda?</li> </ul> |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------|

#### **4.6 Socialización de la guía de actividades lúdicas con los docentes del área de Educación Física**

En cumplimiento del objetivo planteado en la propuesta, se socializó la guía de actividades lúdicas dirigidas a los docentes del área de educación física de la Unidad Educativa República del Ecuador. Se llevó a cabo mediante la entrega física del documento a cada docente, explicándoles el motivo de aplicar esta guía como medio para mejorar esta motricidad. Se destacó que esta guía fue creada como una herramienta de apoyo que facilite al docente en la planificación de actividades y, a la vez, contribuya al desarrollo integral de los estudiantes. Además, durante la socialización se les incentivó a mantenerse en constante investigación, actualizándose de los diferentes contenidos que favorezcan el proceso de enseñanza-aprendizaje.

De igual manera, los docentes mostraron una actitud favorable al compartir la guía, expresaron interés en su contenido y mencionaron que este tipo de recurso didáctico es de mucha utilidad como medio para mejorar tanto las habilidades como la práctica pedagógica.

De este modo, se dio a conocer y se promovió la integración de actividades lúdicas como medio para desarrollar la motricidad gruesa, finalmente cumpliendo con el objetivo de socializar esta guía y fomentando el uso en el ámbito educativo.

#### **4.7 Fotografías de la socialización a los docentes de la guía de actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica**



# **Guía de actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica**

**Autor: Carolina Ipiates**















## Conclusiones

- Se fundamentó por medio de la revisión teórica y metodológica, que las actividades lúdicas constituyen una estrategia pedagógica eficaz para el desarrollo de la motricidad gruesa, pues el juego beneficia habilidades como el equilibrio, la coordinación, el control corporal, los desplazamientos, contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes.
- Se concluye que la mayoría de los docentes de educación física usan actividades lúdicas en las clases para el desarrollo de la motricidad gruesa; sin embargo, algunos docentes están ausentes de esta práctica, además de un posible desconocimiento de la actualización de los tipos de actividades lúdicas que hay en la actualidad.
- A través del test de desarrollo motor grueso, se evidenció que los estudiantes presentan, en su mayoría, dificultades notorias en aspectos como el equilibrio, la coordinación, la postura corporal, el desplazamiento, los cambios de dirección, afectando significativamente el desarrollo motor, lo cual se evidencia la necesidad de seguir implementando con más profundidad actividades lúdicas que mejoren esta motricidad.
- A partir de los resultados obtenidos, se elaboró una propuesta alternativa mediante una guía de actividades lúdicas, estructuradas en módulos, la cual responde a las diferentes necesidades detectadas en el desarrollo motriz grueso; además, los docentes consideran que es muy importante implementar esta propuesta como herramienta pedagógica adecuada para mejorar esta motricidad en los estudiantes.

## **Recomendaciones**

- Al tener a la mano bibliografía científica respecto al tema de investigación, se recomienda a los docentes mantenerse actualizados en los temas de actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa en la enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, debido a que son contenidos relevantes que tienen vigencia en la actualidad.
- Se recomienda a los docentes de educación física planificar específicamente actividades lúdicas enfocadas en fortalecer la motricidad gruesa, considerando aspectos como el equilibrio, la coordinación, el desplazamiento y, a la vez, mantenerse en constante investigación sobre los nuevos contenidos que son útiles en este tema, para que los docentes que se encuentran ausentes de esta práctica se actualicen en los nuevos contenidos.
- Para las clases de educación física, se recomienda implementar de forma estructurada actividades lúdicas enfocadas a las necesidades descubiertas en los estudiantes, con el fin de fortalecer los diferentes aspectos de la motricidad gruesa, además, evaluar constantemente el progreso para que el docente pueda ajustar estrategias pedagógicas para seguir mejorando en este proceso.
- Con base en la guía elaborada, se recomienda a docentes, entrenadores e involucrados en el tema educativo utilizar actividades lúdicas propuestas en contextos educativos y formativos, aplicar un pretest con el fin de tener una intervención con esta propuesta y un posttest, que permitan verificar si las planificaciones diseñadas contribuyen de manera positiva al mejoramiento de esta motricidad y así cumplir con los objetivos propuestos.

## Glosario

- **Actividades lúdicas:** Conjunto de acciones basadas en el juego que tienen un propósito educativo, fomentando el aprendizaje y fortaleciendo habilidades físicas, cognitivas y sociales.
- **Motricidad gruesa:** Control y coordinación de movimientos grandes del cuerpo humano donde se involucran músculos amplios y se realizan acciones como correr, saltar, trepar o lanzar.
- **Desarrollo integral:** Proceso holístico por medio del cual la persona fortalece su crecimiento equilibrado en las dimensiones: físicas, cognitivas, sociales, morales y emocionales.
- **Afectivo:** Capacidad de expresar las emociones, sentimientos y bienestar mental permitiendo relaciones sanas y cordiales.
- **Aprendizaje significativo:** Proceso mediante el cual se conectan con la nueva información y el conocimiento previo tratando de comprender y relacionar aplicando a situaciones reales en cualquier ámbito.

## Referencias bibliográficas

1. Alcívar, Y. Y. M., & Rivera, S. V. Z. (2021). Actividades lúdicas para mejorar la psicomotricidad gruesa en niños entre 10 años y 11 años. *Dominio de Las Ciencias, ISSN-e 2477-8818, Vol. 7, N°. 6, 2021 (Ejemplar Dedicado a: OCTUBRE 2021), Págs. 493-514, 7(6), 493–514.*  
<https://doi.org/10.23857/dc.v7i6.2345>
2. Ángeles, L. L. N. (2015). *El juego como estrategia didáctica para el desarrollo de la creatividad en los niños de 5 años*. Universidad San Ignacio de Loyola. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/1991>
3. Arias, F. G. (2012). *El Proyecto de Investigación Introducción a la metodología científica*.
4. Banda Casa, M. M., Arreaga Bolaños, J. P., Macías Arreaga, J. L., & Vargas Villafuerte, G. C. (2025). Revista Científica Systematic Review: Playful Activities And Their Influence On Motor Development In 4-Year-Old Children. Para citar este trabajo. *Multidisciplinary Journal of Sciences, Discoveries, and Society*, 2(3), 1–18. <https://doi.org/10.71068/45td7t35>
5. Blázquez, D. S. (2010). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (5ª edición). Editorial INDE. <https://www.inde.com/libro/la-iniciacion-deportiva-y-el-deporte-escolar/>
6. Buri, C. B. (2025). *Actividades lúdicas y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de primer año de Educación General Básica paralelo B de la Unidad Educativa “La Dolorosa”, Loja, 2024*.
7. Caballero-Calderón, G. E. (2021). Las actividades lúdicas para el aprendizaje. *Polo Del Conocimiento*, 6(4), 861–878.  
<https://doi.org/10.23857/pc.v6i4.2615>

8. Candela, Y., & Benavides, J. (2020). Actividades lúdicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de la básica superior. *ReHuSo: Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, ISSN-e 2550-6587, Vol. 5, Nº. 3, 2020 (Ejemplar Dedicado a: Septiembre - Diciembre), Págs. 78-86, 5(3), 78–86.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8270398&info=resumen&idioma=SPA>
9. Candela, Y., & Benavides, J. (2021). Actividades lúdicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de la básica superior. *ReHuSo: Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, 5(3), 78–86.  
<https://doi.org/10.33936/rehuso.v5i3.3194>
10. Castilla, N., & Yepes, D. (2015). *b4265660-48c1-4d0b-b97c-898278b52b95*.
11. Castillo, R. C. (2012a). La capacitación psicopedagógica para desarrollar la motricidad fina en los niños de 3 a 6 años del Centro de Educación Nacional Bolivariano “El Llano.” *EduSol*, ISSN-e 1729-8091, Vol. 12, Nº. 39, 2012 (Ejemplar Dedicado a: Abril-Junio), Págs. 61-71, 12(39), 61–71.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5822865&info=resumen&idioma=ENG>
12. Castillo, R. C. (2012b). La capacitación psicopedagógica para desarrollar la motricidad fina en los niños de 3 a 6 años del Centro de Educación Nacional Bolivariano “El Llano.” *EduSol*, ISSN-e 1729-8091, Vol. 12, Nº. 39, 2012 (Ejemplar Dedicado a: Abril-Junio), Págs. 61-71, 12(39), 61–71.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5822865&info=resumen&idioma=ENG>

13. Charry, J. D., & Navarro, S. P. (2018). *Metodología de la Investigación y Principios en Publicación Científica*.
14. Chida, S. G. A., & Avalos, D. P. E. (2025). Influencia de las actividades lúdicas en el desarrollo cognitivo de los niños de educación inicial. *Polo Del Conocimiento*, 10(3), 2666–2688.  
<https://doi.org/10.23857/pc.v10i3.9208>
15. Conde, M. A. (2020). “EL BAILE TRADICIONAL COMO METODOLOGÍA PARA DESARROLLAR LA MOTRICIDAD GRUESA EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DE LA E.G.B. ‘SEIS DE JULIO’ EN EL AÑO LECTIVO 2019 – 2020”.
16. De la Torre Molina, Y. K., & Martinez, M. E. (2021). *Los juegos tradicionales ecuatorianos como estrategias de aprendizaje dentro del aula para educadores del nivel de preparatoria en el año 2021*.
17. Diccionario de la lengua española RAE - ASALE. (2025). *lúdico, lúdica* | Definición | Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE.  
<https://dle.rae.es/l%C3%BAdico?m=form>
18. Estepa, M. L. C. (2024). *Programas de actividad lúdica en el recreo*. SSCE0112. <https://books.google.com.pe/books?id=JLcSEQAAQBAJ>
19. Franco, J. A. M., & Ayala, Z. J. E. (2011). Aportes de la motricidad en la enseñanza. *Latinoamericana de Estudios Educativos*, 7(2), 95–119.  
<https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/latinoamericana/article/view/5043>
20. Gallahue, D. (2023). *Movimientos fundamentales : su desarrollo y rehabilitación*.

21. Gallahue, D., & Ozmun, J. (2020, May 3). *Las habilidades motoras fundamentales de un grupo de 9.º año y una cohorte de superdotados y talentosos*.  
<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1011527>
22. Gallardo, J. A., & Vázquez, P. G. (2018). Teorías del juego como recurso educativo. *IV Congreso Virtual Internacional Sobre Innovación Pedagógica y Praxis Educativa INNOVAGOGÍA 2018: Libro de Actas. 20, 21 y 22 de Marzo 2018, 2018, ISBN 978-84-09-00794-3, 290*.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7334691&info=resumen&idioma=SPA>
23. Gómez, R. T., Molano, O. P., & Rodríguez, C. S. (2015). *La actividad ludica como estrategia pedagogica para fortalecer el aprendizaje de los niños de la institucion educativa niño jesus de praga tatiana gómez rodríguez olga patricia molano*.
24. Gudiño, D. M. A. (2024). *Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños y niñas de tercero de educación básica elemental de la Unidad Educativa Mariano Suárez Veintimilla de la ciudad de Ibarra*. <https://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/15914>
25. Hernández-Sampieri, R. & M. (2019). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. *Revista Universitaria Digital de Ciencias Sociales (RUDICS)*, 10(18), 92–95.  
<https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
26. Hurtado, D., Jaramillo, S., Torres, V., & Rodríguez, A. (2025). *Estadística. Aplicaciones en SPSS web*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33890/estadistica.aplicada.spss>



27. Invernizzi, P. L., Signorini, G., Colella, D., Raiola, G., Bosio, A., & Scurati, R. (2020). Assessing rolling abilities in primary school children: Physical education specialists vs. generalists. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 1–19.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17238803>
28. Jiménez, J. O., & Jiménez de la Calle, I. (2010). *Psicomotricidad. Teoría y Programación* (Cuarta Edición). Wolters Kluwer España, S.A.  
<https://es.scribd.com/document/377324029/Jimenez-Ortega-Psicomotricidad-Teoria-y-programacion-pdf>
29. Le Boulch, J. (2023). El movimiento en el desarrollo de la persona. *Research Paper Series*, (March), 339.  
<https://doi.org/http://www.ids.ac.uk/slsa>
30. Magda, C. J. (2022). *METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA*.
31. Mayorga, D. J. O., Sánchez, C. M. C., Ortiz, W. R. M., & Carpio, K. W. M. (2023). Actividades lúdicas y estado emocional en estudiantes de educación básica superior. *ConcienciaDigital*, 6(1.4), 812–825.  
<https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i1.4.2030>
32. Mendoza, J. G. B., & Pérez, D. C. (2022). Actividades lúdicas para desarrollar habilidades motrices básicas en estudiantes de educación física. *Ciencia y Deporte*, ISSN-e 2223-1773, Vol. 7, N°. 2, 2022 (Ejemplar Dedicado a: Mayo - Agosto (PRÓXIMO NÚMERO)), Págs. 45-61, 7(2), 45–61.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8380013&info=resumen&idioma=ENG>

33. Meneses, M. M., & Monge, M. de los Á. (2024). EL JUEGO EN LOS NIÑOS: ENFOQUE TEÓRICO. *Revista Educación* 25(2): 113-124.
34. Ministerio de Educación Deporte y Cultura. (2025). *CURRÍCULO PRIORIZADO CON ÉNFASIS EN COMPETENCIAS COMUNICACIONALES, MATEMÁTICAS, DIGITALES Y SOCIOEMOCIONALES*. [www.educacion.gob.ec](http://www.educacion.gob.ec)
35. Moya, B. J. G. (2024). *El juego como estrategia lúdica en el proceso enseñanza-aprendizaje*. 10.
36. Muentes Franco, M. E., & Barzaga Sablón, O. S. (2022). Incidencia de la motricidad fina en la pre-escritura de los niños y niñas de Educación Inicial II. *Revista Cognosis*, 7(EE-I), 145–168.  
<https://doi.org/10.33936/cognosis.v7iee-i.4762>
37. Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación Cuantitativa-Cualitativa y Redacción de la Tesis*.
38. Ortiz, L. F. A., Ortiz, L. F. A., Capelo, D. B. G., Narváez, L. del C. V., & González, E. M. V. (2024). La motricidad gruesa y el desarrollo del esquema corporal de los niños de 4 a 5 años del centro de educación inicial “amiguitos”, ciudad de Riobamba. *Polo Del Conocimiento*, 9(7), 2480–2492. <https://doi.org/10.23857/pc.v9i7.7639>
39. Preciado, M. C. Q., & Aguirre, E. A. O. (2024). *Las actividades lúdicas como herramienta didáctica en el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje de los estudiantes de Educación superior*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.70262/rced.v2i1.2024.59>
40. Quimís-Muñoz, M. A., Mendoza-Cedeño, M. A., & Barros-Bastidas, C. I. (2025). El juego en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 4 a 5

- años. *Multidisciplinary Latin American Journal (MLAJ)*, 3(2), 20–44.  
<https://doi.org/10.62131/mlaj-v3-n2-002>
41. Quintero, M. J. I., Paternina, C. A., & De La Espriella Arenas, F. A. (2023). *Actividades lúdico-recreativa para instituciones educativas Leisure-recreational activities for educational institutions*. 3.
42. Reyes-Ruiz, L., & Carmona, A. F. A. (2020). *La investigación documental para la comprensión ontológica del objeto de estudio*. Ediciones Universidad Simón Bolívar. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/6630>
43. Rodríguez, L. S., & Prieto, J. A. P. (2010). *Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices a través de las habilidades básicas de lucha en el área de Educación Física*. 181.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=869269>
44. Rojas Herrera, B. I. (2025). La Actividad Lúdica en la Educación Física en niños de 8-10 años. Revisión Sistemática. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 4(10), 729–744.  
<https://doi.org/10.56200/mried.v4i10.9127>
45. Sánchez, J. L. (2015, September). *Las actividades recreativas: sus características, clasificación y beneficios*.  
<https://www.efdeportes.com/efd196/las-actividades-recreativas-clasificacion.htm>
46. Sinchi, D. L. C., Machado, R. F. B., Guampe, F. V. S., & Viteri, B. S. P. (2023). Guía didáctica de actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en el primer año de educación básica. *Polo Del Conocimiento*, 8(7), 219–239. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i7>

47. Ulrich, D. A. (n.d.). *Test of gross motor development-2*. Retrieved <https://www.researchgate.net/publication/283530031>
48. Vázquez, H. I. R., Palchisaca, Z. G. T., Mediavilla, C. M. Á., & Navas, S. A. J. (2020a). Incidencia de la educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa de los niños. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, ISSN-e 2550-682X, Vol. 5, Nº. 11, 2020, Págs. 482-495, 5(11), 482–495. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i11.1938>
49. Vázquez, H. I. R., Palchisaca, Z. G. T., Mediavilla, C. M. Á., & Navas, S. A. J. (2020b). Incidencia de la educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa de los niños. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, ISSN-e 2550-682X, Vol. 5, Nº. 11, 2020, Págs. 482-495, 5(11), 482–495. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i11.1938>
50. Zapata, O. A. (2024). *LA PSICOMOTRICIDAD Y EL NIÑO. ETAPA MATERNAL Y PREESCOLAR*. ZAPATA, OSCAR A. / *Escritor*. 9789682436444 Editorial Trillas. TRILLAS. [https://etrillas.mx/libro/la-psicomotricidad-y-el-nino\\_4612](https://etrillas.mx/libro/la-psicomotricidad-y-el-nino_4612)

## Anexos

### Anexo 1: Oficio de autorización de la Unidad Educativa “República del Ecuador” para la aplicación de los instrumentos.

REPÚBLICA DEL ECUADOR



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**  
Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**  
**DECANATO**



**Oficio Nro. UTN-FECYT-D-2025-0232-O**  
Ibarra, 27 de noviembre de 2025

**PARA:** MSc. Silvia Morales  
**RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA REPÚBLICA DEL ECUADOR**

**ASUNTO:** Trabajo de integración curricular Srta. Eufemia Carolina Ipiates Sánchez

Reciba un atento y cordial saludo, en nombre de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología FECYT de la Universidad Técnica del Norte y mi deseo de éxito en las actividades que desempeña.

Me dirijo a Usted de la manera más comedida, con la finalidad de solicitarle que, se brinde las facilidades necesarias a la Señorita EUFEMIA CAROLINA IPIALES SÁNCHEZ, estudiante de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, para que obtenga información y aplique los instrumentos de investigación que se requieren para el desarrollo del trabajo de integración curricular: "ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS ESTUDIANTES DE 7mo AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DEL PARALELO "A" EN LA UNIDAD EDUCATIVA REPÚBLICA DEL ECUADOR DE LA CIUDAD DE OTAVALO".

Por su favorable atención, le agradezco.

Atentamente,  
**TÉCNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO**



Firmado electrónicamente por:  
**JOSE LUCIANO REVELO**  
RUIZ

MSc. José Revelo  
**DECANO DE LA FECYT**  
Contacto: 062997800 ext. 7802  
Correo electrónico: decanatofecyt@utn.edu.ec

**JLRR/M.Báez**

→ Área cultura Física (Todos).  
Msc. Leon Mierobor.  
0991617169.



*Servicio Alumnos  
Favor dar las  
facilidades a p  
solicitante*

## Anexo 2: Validaciones de los instrumentos



### UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

#### FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

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

#### FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR UN EXPERTO

- **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

" Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo "A" en la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo"

**Autora:**

- Eufemia Carolina Ipiates Sánchez
- **Tipo de Investigación:** Mixta-Cualitativa y Cuantitativa
- **Instrumento:** Encuesta a Docentes del área de Educación Física
- **Población:** 6 Docentes de la Unidad Educativa República del Ecuador

- **DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO)**

|                             |                                     |
|-----------------------------|-------------------------------------|
| NOMBRES Y APELLIDOS         | Vanesia Carolina Méndez Carnajel.   |
| CÉDULA DE IDENTIDAD         | 100277640-7                         |
| TÍTULO DE MAYOR JERARQUÍA   | Magister en Entrenamiento Deportivo |
| CARGO ACTUAL                | Docente Ocasional tiempo Completo   |
| INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA | Universidad Técnica del Norte       |
| AÑOS DE EXPERIENCIA         | 3 años.                             |

- **OBJETIVO:**

Validar la pertinencia, claridad, coherencia y aplicabilidad práctica del instrumento de investigación elaborado, para asegurar su calidad metodológica en el marco de la investigación sobre actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa.

• **ORIENTACIONES**

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted conviene, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

| PUNTAJE | ALTERNATIVA        |
|---------|--------------------|
| 4       | Muy satisfactorio  |
| 3       | Satisfactorio      |
| 2       | Poco satisfactorio |
| 1       | No satisfactorio   |

• **TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE LA VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:**

| Nº | INDICADORES DE CALIDAD              | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----|-------------------------------------|---|---|---|---|
| 1  | Cientificidad                       | ✓ |   |   |   |
| 2  | Pertinencia                         | ✓ |   |   |   |
| 3  | Sistematicidad                      | ✓ |   |   |   |
| 4  | Viabilidad para Aplicación Práctica | ✓ |   |   |   |
| 5  | Actualidad                          | ✓ |   |   |   |
| 6  | Novedad                             | ✓ |   |   |   |

Por favor, indique otro (s) aspectos

Es importante valorar cualitativa y cuantitativamente cada pregunta con sus respectivos indicadores.



Firma de validador





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

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

**FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR UN**  
**EXPERTO**

• **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

"Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo "A" en la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo"

**Autora:**

- Eufemia Carolina Ipiales Sánchez
- **Tipo de Investigación:** Mixta-Cualitativa y Cuantitativa
- **Instrumento:** Encuesta a Docentes del área de Educación Física
- **Población:** 6 Docentes de la Unidad Educativa República del Ecuador

• **DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO)**

|                             |                                  |
|-----------------------------|----------------------------------|
| NOMBRES Y APELLIDOS         | Zoila Esther Realpe Zambrano     |
| CÉDULA DE IDENTIDAD         | 1001776423                       |
| TÍTULO DE MAYOR JERARQUÍA   | Magister Docencia Cultura Física |
| CARGO ACTUAL                | Profesora Titular E.D.           |
| INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA | Universidad Técnica del Norte    |
| AÑOS DE EXPERIENCIA         | 25 años                          |

• **OBJETIVO:**

Validar la pertinencia, claridad, coherencia y aplicabilidad práctica del instrumento de investigación elaborado, para asegurar su calidad metodológica en el marco de la investigación sobre actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa.



• **ORIENTACIONES**

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted conviene, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

| PUNTAJE | ALTERNATIVA        |
|---------|--------------------|
| 4       | Muy satisfactorio  |
| 3       | Satisfactorio      |
| 2       | Poco satisfactorio |
| 1       | No satisfactorio   |

• **TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE LA VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:**

| N° | INDICADORES DE CALIDAD              | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----|-------------------------------------|---|---|---|---|
| 1  | Cientificidad                       |   | ✓ |   |   |
| 2  | Pertinencia                         | ✓ |   |   |   |
| 3  | Sistematicidad                      | ✓ |   |   |   |
| 4  | Viabilidad para Aplicación Práctica | ✓ |   |   |   |
| 5  | Actualidad                          | ✓ |   |   |   |
| 6  | Novedad                             |   | ✓ |   |   |

Por favor, indique otro (s) aspectos

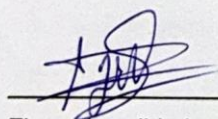
.....

.....

.....

.....

.....



Firma de validador



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

### FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

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

#### FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR UN EXPERTO

- **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

"Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo "A" en la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo"

**Autora:**

- Eufemia Carolina Ipiates Sánchez
- **Tipo de Investigación:** Mixta-Cualitativa y Cuantitativa
- **Instrumento:** Encuesta a Docentes del área de Educación Física
- **Población:** 6 Docentes de la Unidad Educativa República del Ecuador

- **DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO)**

|                             |                              |
|-----------------------------|------------------------------|
| NOMBRES Y APELLIDOS         | Alicia Reyes                 |
| CÉDULA DE IDENTIDAD         | 1713773206                   |
| TÍTULO DE MAYOR JERARQUÍA   | MAESTRIA EN ACTIVIDAD FÍSICA |
| CARGO ACTUAL                | DOCENTE FECYT                |
| INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA | UTN                          |
| AÑOS DE EXPERIENCIA         | 4 años                       |

- **OBJETIVO:**

Validar la pertinencia, claridad, coherencia y aplicabilidad práctica del instrumento de investigación elaborado, para asegurar su calidad metodológica en el marco de la investigación sobre actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa.



• **ORIENTACIONES**

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted conviene, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

| PUNTAJE | ALTERNATIVA         |
|---------|---------------------|
| 4       | Muy satisfactorio ✓ |
| 3       | Satisfactorio       |
| 2       | Poco satisfactorio  |
| 1       | No satisfactorio    |

• **TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE LA VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:**

| N° | INDICADORES DE CALIDAD              | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----|-------------------------------------|---|---|---|---|
| 1  | Cientificidad                       | ✓ |   |   |   |
| 2  | Pertinencia                         | ✓ |   |   |   |
| 3  | Sistematicidad                      | ✓ |   |   |   |
| 4  | Viabilidad para Aplicación Práctica | ✓ |   |   |   |
| 5  | Actualidad                          | ✓ |   |   |   |
| 6  | Novedad                             | ✓ |   |   |   |

Por favor, indique otro (s) aspectos

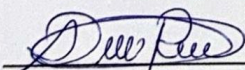
.....

.....

.....

.....

.....



Firma de validador





## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

### FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

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

#### FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR UN EXPERTO

- **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

"Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo "A" en la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo"

**Autora:**

- Eufemia Carolina Ipiates Sánchez

- o **Tipo de Investigación:** Mixta-Cualitativa y Cuantitativa
- o **Instrumento:** Encuesta a Docentes del área de Educación Física
- o **Población:** 6 Docentes de la Unidad Educativa República del Ecuador

- **DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO)**

|                             |                                   |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| NOMBRES Y APELLIDOS         | Blanca Nariza Chacón Cachiavendo  |
| CÉDULA DE IDENTIDAD         | 1002823845                        |
| TÍTULO DE MAYOR JERARQUÍA   | Maestría en la Pedagogía Cultural |
| CARGO ACTUAL                | Docente                           |
| INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA | U. E. "República del Ecuador      |
| AÑOS DE EXPERIENCIA         | 21 años.                          |

- **OBJETIVO:**

Validar la pertinencia, claridad, coherencia y aplicabilidad práctica del instrumento de investigación elaborado, para asegurar su calidad metodológica en el marco de la investigación sobre actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa.

• **ORIENTACIONES**

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted conviene, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

| PUNTAJE | ALTERNATIVA        |
|---------|--------------------|
| 4       | Muy satisfactorio  |
| 3       | Satisfactorio      |
| 2       | Poco satisfactorio |
| 1       | No satisfactorio   |

• **TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE LA VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:**

| N° | INDICADORES DE CALIDAD              | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----|-------------------------------------|---|---|---|---|
| 1  | Cientificidad                       |   | ✓ |   |   |
| 2  | Pertinencia                         | ✓ |   |   |   |
| 3  | Sistematicidad                      | ✓ |   |   |   |
| 4  | Viabilidad para Aplicación Práctica | ✓ |   |   |   |
| 5  | Actualidad                          | ✓ |   |   |   |
| 6  | Novedad                             | ✓ |   |   |   |

Por favor, indique otro (s) aspectos

Ninguno

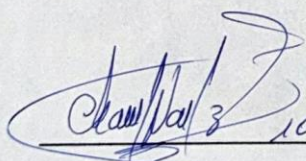
.....

.....

.....

.....

.....

  
 1002823845-  
 Firma de validador



### Anexo 3: Encuesta aplicada a los docentes



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

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

**ENCUESTA DE ACTIVIDADES LÚDICAS – DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**INFORMACIÓN GENERAL:**

La encuesta está dirigida a los docentes del área de Educación Física de la Unidad Educativa República del Ecuador

**Tema:** Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo "A" en la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo

**Objetivo:** Por medio de esta encuesta se pretende indagar las actividades lúdicas que usan los docentes de Educación Física en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A en la Unidad Educativa República del Ecuador

**Indicaciones:**

- La información recopilada mediante esta encuesta tiene fines investigativos, por lo cual los datos se manejarán con absoluta reserva y confidencialidad.
- Para responder marque con una **X**, seleccionando solo una respuesta que refleje su opinión y conocimiento.
- Se agradece que responda con sinceridad.

**INFORMACIÓN ESPECÍFICA:**

**1.- ¿Con qué frecuencia utiliza actividades lúdicas como parte del enfoque pedagógico?**

|              |  |
|--------------|--|
| Siempre      |  |
| Casi siempre |  |
| A veces      |  |
| Casi nunca   |  |
| Nunca        |  |

**2. ¿Qué tan importante considera usted el uso de actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa en las clases de Educación Física?**

|                 |  |
|-----------------|--|
| Muy importante  |  |
| Importante      |  |
| Poco importante |  |
| Nada importante |  |



|                 |  |
|-----------------|--|
| Muy importante  |  |
| Importante      |  |
| Poco importante |  |
| Nada importante |  |

3. ¿Cree que el uso de actividades lúdicas en clase aporta beneficios al proceso de aprendizaje?

|                 |  |
|-----------------|--|
| Muy importante  |  |
| Importante      |  |
| Poco importante |  |
| Nada importante |  |

4. Conoce los tipos de actividades lúdicas

|                                                    |       |
|----------------------------------------------------|-------|
| Si conozco                                         |       |
| Poco conozco                                       |       |
| Desconozco                                         |       |
| Si su respuesta fue "Si conozco" describir cuáles? | ..... |

5. ¿Cree que la aplicación de actividades lúdicas en las clases aporta beneficios al proceso de aprendizaje?

|              |  |
|--------------|--|
| Siempre      |  |
| Casi siempre |  |
| A veces      |  |
| Casi nunca   |  |
| Nunca        |  |

6. ¿Usted considera que las actividades lúdicas fomentan la autonomía y la responsabilidad en el desarrollo integral de los estudiantes?

|              |  |
|--------------|--|
| Siempre      |  |
| Casi siempre |  |
| A veces      |  |

|            |  |
|------------|--|
| Casi nunca |  |
| Nunca      |  |

**7. ¿Cree que las actividades lúdicas generan un mayor interés por el aprendizaje en los estudiantes?**

|              |  |
|--------------|--|
| Siempre      |  |
| Casi siempre |  |
| A veces      |  |
| Casi nunca   |  |
| Nunca        |  |

**8. ¿Considera que el uso de actividades lúdicas en clase contribuye al desarrollo de la creatividad en sus estudiantes?**

|              |  |
|--------------|--|
| Siempre      |  |
| Casi siempre |  |
| A veces      |  |
| Casi nunca   |  |
| Nunca        |  |

**9. ¿Está usted de acuerdo en que se implemente una propuesta alternativa sobre actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa para estudiantes de 7mo año de Educación Básica General?**

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Totalmente de acuerdo    |  |
| De acuerdo               |  |
| En desacuerdo            |  |
| Totalmente en desacuerdo |  |

#### **Agradecimiento**

Gracias por su tiempo, por compartir su conocimiento y experiencia en este tema importante para el desarrollo de los estudiantes



## Anexo 4: Test aplicada a los estudiantes



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

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

### INFORMACIÓN GENERAL:

Test de desarrollo de la motricidad gruesa dirigido a los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo "A"

**Tema:** Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica paralelo "A" en la Unidad Educativa República del Ecuador en la ciudad de Otavalo

**Objetivo:** Evaluar el nivel de motricidad gruesa que tienen los estudiantes de 7mo año de Educación General Básica del paralelo A en la Unidad Educativa República del Ecuador.

### INFORMACIÓN ESPECÍFICA:

#### TEST DE DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA

Edad: \_\_\_\_\_ Genero: F\_\_\_ M\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

| DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES |                                                            |                                             |                                                  |                                                                                                                                             |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Actividades                    | Descripción del ejercicio                                  | Indicadores observados                      | Resultados en                                    | Criterios de evaluación                                                                                                                     |
| 1. Carrera con giro y rol      | Correr 10 metros con rol, girar 360° sobre su propio eje y | Agilidad, equilibrio y orientación espacial | Tiempo en segundos.<br><br>Rúbrica de evaluación | <b>Excelente:</b> Gran agilidad y control.<br><b>Bueno:</b> Buen control corporal, pero algo lento al girar.<br><b>Regular:</b> Se observan |

|                              |                                                                                                                          |                                                   |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              | regresar al punto inicial.                                                                                               |                                                   |                                                     | dificultades para girar rápidamente.<br><b>Necesita mejorar:</b><br>Dificultades notables para realizar el giro o el tiempo es excesivo.                                                                                                                                          |
| 2. Lanzamiento alternando    | Lanzar una pelota pequeña contra la pared y atraparla con la mano contraria, alternando manos durante 30 segundos        | Coordinación mano- ojo y lateralidad              | Lanzamientos exitosos.<br><br>Rubrica de evaluación | <b>Excelente:</b> Gran coordinación, sin errores de atrapada.<br><b>Bueno:</b> Buena coordinación, aunque con algunos fallos.<br><b>Regular:</b> Se presentan fallos recurrentes al atrapar o lanzar.<br><b>Necesita mejorar:</b> No logra atrapar o lanzar adecuadamente.        |
| 3. Salto con pies alternados | Saltar sobre un circuito (escalera de agilidad o líneas) alternando el apoyo de los pies en cada espacio. En 30 segundos | Coordinación entre brazos y piernas, ritmo.       | Repeticiones<br><br>Rubrica de evaluación           | <b>Excelente:</b> Gran control y ritmo en los saltos.<br><b>Bueno:</b> Salta bien, pero pierde algo de ritmo.<br><b>Regular:</b> Dificultad para alternar los pies o mantener ritmo.<br><b>Necesita mejorar:</b> Dificultad significativa para realizar los saltos correctamente. |
| 4. Desplazamiento en zigzag  | Correr en zigzag entre conos separados a                                                                                 | Coordinación general y cambio de dirección rápida | Segundos<br><br>Rubrica de evaluación               | <b>Excelente:</b> Cambio de dirección rápido y fluido.<br><b>Bueno:</b> Buen desempeño, aunque                                                                                                                                                                                    |



|                         |                                                                           |                                                                                   |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         | 0,50<br>centímetros,<br>en un recorrido<br>de 6 metros                    |  |                                         | con ligeros des<br>aceleramientos.<br><b>Regular:</b> Cambio de<br>dirección lento o<br>torpe.<br><b>Necesita mejorar:</b><br>Dificultad evidente<br>al cambiar de<br>dirección.                                                                                                                         |
| 5. Saltos con<br>cuerda | Realizar saltos<br>consecutivos<br>con una<br>cuerda durante<br>1 minutos | Coordinación,<br>resistencia y<br>ritmo                                           | Saltos.<br><br>Rubrica de<br>evaluación | <b>Excelente:</b> Buen<br>ritmo y gran<br>coordinación.<br><b>Bueno:</b> Buen ritmo,<br>aunque puede<br>mejorar la fluidez.<br><b>Regular:</b> Saltos con<br>falta de<br>coordinación o ritmo<br>inestable.<br><b>Necesita mejorar:</b><br>Dificultad<br>significativa para<br>saltar<br>constantemente. |

INFORMACIÓN ESPECÍFICA:

# TEST DE DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA

Edad: \_\_\_\_\_ Género: F \_\_\_\_\_ M \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

| DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES |                                                            |                                             |                    |                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Actividades                    | Descripción del ejercicio                                  | Indicadores observados                      | Resultados en      | Criterios de evaluación                                                                                                                                                       |
| 1. Carrera con giro y rol      | Cortar 10 metros con rol, girar 360° sobre su propio eje y | Agilidad, equilibrio y orientación espacial | Tiempo en segundos | <b>Excelente:</b> Gran agilidad y control corporal, pero algo lento al girar.<br><b>Bueno:</b> Buen control corporal, pero algo lento al girar.<br><b>Regular:</b> Se observa |

## Rubrica de evaluación

### 1. Carrera con giro y rol (10 metros + rol + giro 360°)

**Objetivo:** Medir la agilidad y la capacidad de cambiar de dirección rápidamente.

| Rango de tiempo    | Evaluación       | Interpretación                                                       |
|--------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 0-10 segundos      | Excelente        | Muestra gran agilidad y control.                                     |
| 10-12 segundos     | Bueno            | Mantiene un buen control, pero algo lento al girar.                  |
| 13-15 segundos     | Regular          | Se observan dificultades para girar rápidamente.                     |
| Mas de 15 segundos | Necesita mejorar | Dificultades notables para realizar el giro o el tiempo es excesivo. |

### 2. Lanzamiento alternando (lanzar pelota contra la pared y atraparla)

**Objetivo:** Medir la coordinación mano-ojo y la lateralidad.

| Numero de lanzamientos | Evaluación       | Interpretación                                       |
|------------------------|------------------|------------------------------------------------------|
| 25 o más               | Excelente        | Gran coordinación, sin errores de atrapada.          |
| 20-24                  | Bueno            | Buena coordinación, con algunos fallos.              |
| 15-19                  | Regular          | Se presentan fallos recurrentes al atrapar o lanzar. |
| Menos de 15            | Necesita mejorar | No logra atrapar o lanzar adecuadamente.             |

### 3. Saltos con pies alternos (saltos en una línea o circuito en 30 segundos)

Objetivo: Medir la coordinación y el ritmo al realizar saltos alternos.

| Numero de saltos | Evaluación       | Interpretación                                                       |
|------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 20 o más         | Excelente        | Gran control y ritmo en los saltos.                                  |
| 20-24            | Bueno            | Salta bien, pero pierde algo de ritmo.                               |
| 15-19            | Regular          | Dificultad para alternar los pies o mantener ritmo.                  |
| Menos de 15      | Necesita mejorar | Dificultad significativa para realizar los saltos de forma correcta. |

### 4. Desplazamientos en zigzag (5 metros entre conos)

Objetivo: Medir la agilidad y la capacidad de cambiar de dirección con rapidez.

| Tiempo (segundos)  | Evaluación       | Interpretación                                         |
|--------------------|------------------|--------------------------------------------------------|
| 6-8 segundos       | Excelente        | Cambio de dirección rápido y fluido.                   |
| 9-11 segundos      | Bueno            | Buen desempeño, aunque con ligeros des aceleramientos. |
| 12-14 segundos     | Regular          | Cambio de dirección lento o torpe.                     |
| Más de 15 segundos | Necesita mejorar | Dificultad evidente al cambiar de dirección.           |

### 5. Salto con cuerda (1 minuto)

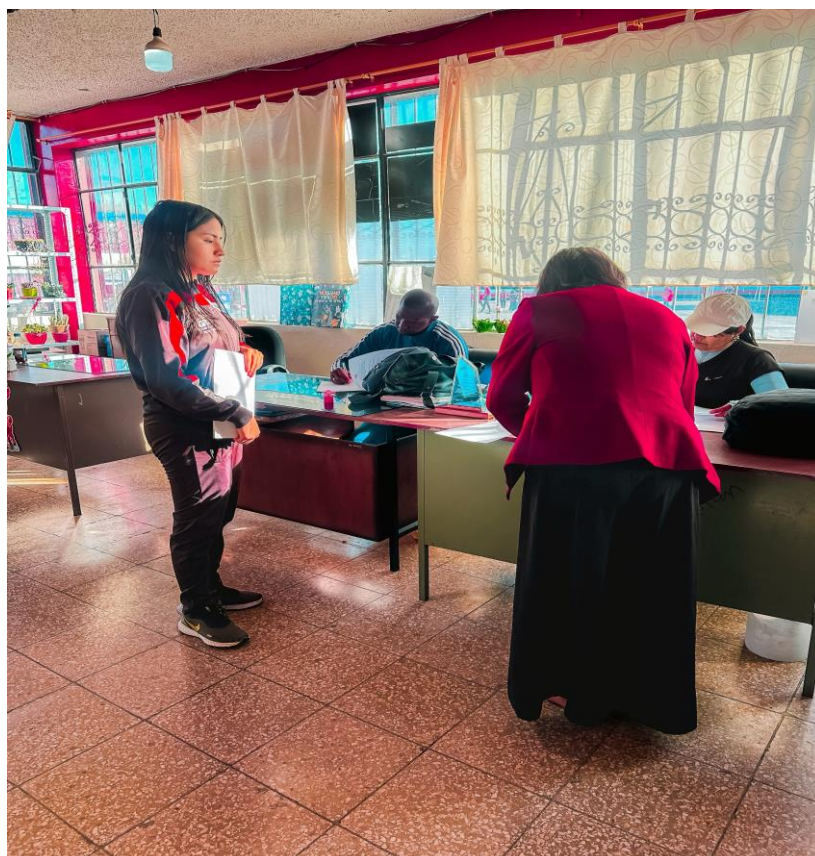
Objetivo: Medir la coordinación y resistencia.

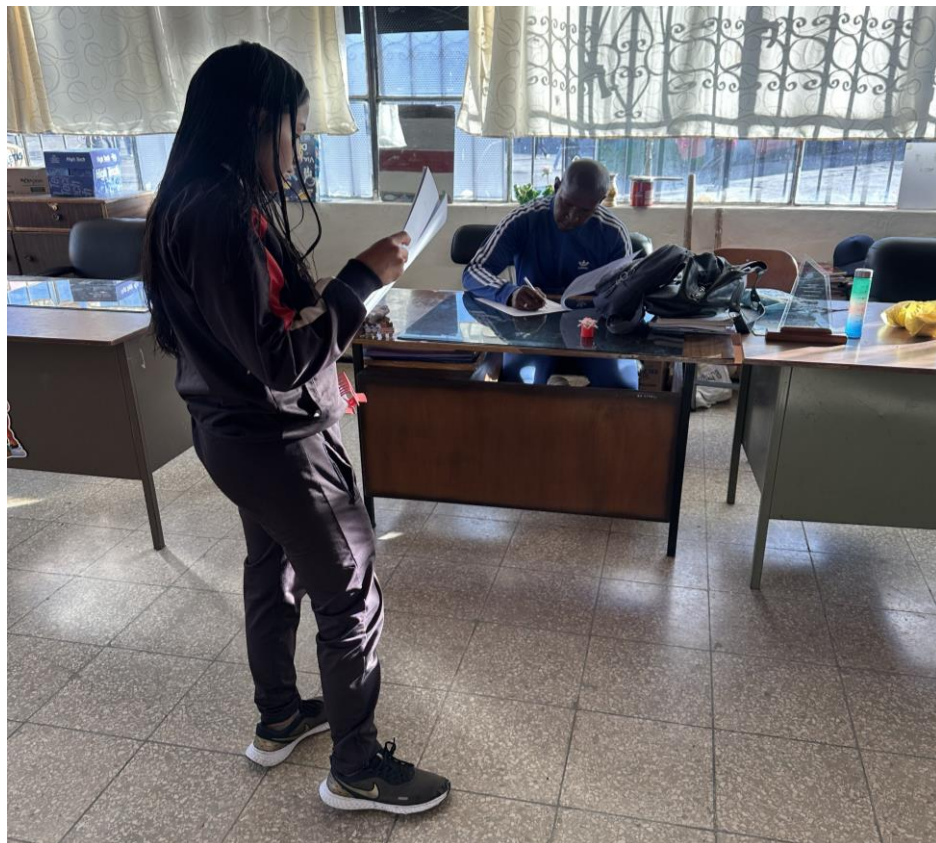


| Numero de saltos | Evaluación       | Interpretación                                       |
|------------------|------------------|------------------------------------------------------|
| 80 o más         | Excelente        | Buen ritmo y gran coordinación.                      |
| 60-79            | Bueno            | Buen ritmo, aunque puede mejorar la fluidez.         |
| 40-59            | Regular          | Saltos con falta de coordinación o ritmo inestable.  |
| Menos de 40      | Necesita mejorar | Dificultad significativa para saltar constantemente. |

## Anexo 5: Fotografías de la aplicación de los instrumentos

### Encuesta a los docentes







## Test a los estudiantes





