



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN**

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

**Informe final del trabajo de Integración Curricular previo a la
obtención del título de Licenciada en Pedagogía de la Actividad
Física y Deporte**

TEMA:

**ARTES MARCIALES EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN
ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA**

AUTORA: ZAPATA GUAMANQUISPE EVELYN LIZBETH

TUTORA: LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG

Ambato - Ecuador

2022

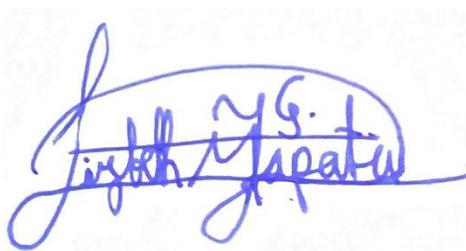
APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG**, con cédula de ciudadanía **1803471570** en calidad de Tutora del trabajo de titulación, sobre el tema: **“ARTES MARCIALES EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”** desarrollado por la estudiante **ZAPATA GUAMANQUISPE EVELYN LIZBETH**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

.....
LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG
C.C. 1803471570

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, con el tema: “**ARTES MARCIALES EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA**”, quién basada en la en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autora.



.....

ZAPATA GUAMANQUISPE EVELYN LIZBETH
C.C. 1804322707

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“ARTES MARCIALES EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”**, presentado por la señorita **ZAPATA GUAMANQUISPE EVELYN LIZBETH**, estudiante de la **Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

COMISIÓN CALIFICADORA

.....

LIC. FT. FLORES ROBALINO ROSITA GABRIELA, M.Sc
C.C. 1500438617
Miembro de Comisión Calificadora

.....

LIC. MEDINA PAREDES SEGUNDO VÍCTOR, MG
C.C. 1801892884
Miembro de Comisión Calificadora

DEDICATORIA

La presente tesis en primer lugar se la dedico a Dios por brindarme bienestar, sabiduría y bendecirme en cada uno de mis pasos, a mis padres Martha y Patricio, los cuales siempre me han apoyado y me han motivado para llegar hasta aquí, a mis tías Ana y Yolanda por apoyarme en los momentos que mas necesitaba y a mis hermanos David, Josué, Mileth y Alessandro por ser mi motivo diario, en especial me la dedico a mí, por la sabiduría que adquirí en todos estos años, por las nuevas experiencias, por no rendirme y lograr subir un escalón más.

AGRADECIMIENTO

Como primer agradecimiento lo hago para Dios por guiarme y bendecirme en cada paso que doy, a la vez por darme la oportunidad de cumplir mis propósitos y metas que he me planteado en mi carrera universitaria.

A la Universidad Técnica de Ambato, la cual me abrió sus puertas para cumplir y culminar mi carrera, a la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deportes por ayudarme a la adquisición de nuevos conocimientos, por ende, a los docentes y autoridades en general que conforman la carrera, los cuales siempre resolvieron mis dudas y me ayudaban con cualquier inconveniente en especial al ESP. Loaiza Dávila Lenin Esteban, PhD por ser un excelente docente.

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO.....	vi
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
RESUMEN EJECUTIVO	x
ABSTRACT.....	xi
CAPÍTULO 1	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1. Antecedentes de la investigación.....	1
1.2 Objetivos	20
Objetivo General	20
Objetivos Específicos.....	20
CAPÍTULO II	21
METODOLOGÍA	21
2.1 Materiales.....	21
2.2 Métodos.....	22

CAPÍTULO III.....	25
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	25
3.1 Análisis y discusión de los resultados.....	25
3.2 Verificación de hipótesis.....	30
CAPÍTULO IV.....	32
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	32
4.1 Conclusiones.....	32
4.2 Recomendaciones.....	33
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	34
Bibliografía.....	¡Error! Marcador no definido.
ANEXOS.....	37
Anexo 1.....	37
Desarrollo del test.....	37

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Actividades para el desarrollo de la motricidad gruesa	9
Tabla 2: Caracterización de la muestra de estudio.....	25
Tabla 3: Resultados por pruebas y general de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo PRE intervención.....	26
Tabla 4: Niveles de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo PRE intervención.....	27
Tabla 5: Resultados por pruebas y general de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo POST intervención	28
Tabla 6: Niveles de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo POST intervención.....	28
Tabla 7: Diferencia de resultados de coordinación motriz entre los periodos POST y PRE intervención en la muestra de estudio.....	29
Tabla 8: Análisis cruzado de niveles de coordinación motriz por periodos en la muestra de estudio.....	30
Tabla 9: Análisis estadístico de verificación de hipótesis de estudio	31

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TEMA: ARTES MARCIALES EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA

Autora: ZAPATA GUAMANQUISPE EVELYN LIZBETH

Tutora: LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG

RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación fue desarrollada con el objetivo de la determinación entre las Artes Marciales en la Coordinación Motriz en escolares de educación general básica media de la Unidad Educativa “Francisco Flor”, el mismo tuvo como objetivo principal determinar la incidencia de las artes marciales en la coordinación motriz de los escolares, desarrollándose en base a un estudio con enfoque cuantitativo, correlacional, transversal y de campo, aplicado en una muestra de conveniencia de 32 educandos, el instrumento que se encargó de la medición, para evaluar la coordinación motriz fue el Test MABC-2 en el rango 3 dirigido a edades de 11 a 16 años. Los resultados evidencian que, las artes marciales inciden en la coordinación motriz, de acuerdo al trabajo que se realizó con los educandos, el test de MABC-2 nos indicó que en el pre test existe predominancia en un nivel medio con un porcentaje de 56,3% de los educandos, seguido de 12,5% en un nivel alto, como tal al aplicar el post test mediante el programa de ejercicios basado en las artes marciales, casi en su totalidad, la muestra de estudio se encontró un nivel alto de coordinación motriz a excepción de una unidad de análisis que termino en un nivel medio de coordinación motriz, por ende se obtuvo como resultados una mejora significativa, el tratamiento estadístico de los datos se desarrolló aplicando la prueba no paramétrica para muestras relacionadas de Wilcoxon, el programa que se utilizó para el desarrollo del mismo es el SPSS versión 25, analizando los porcentajes y frecuencias para las variables cuantitativas de estudio.

Palabras Clave: Artes Marciales, Coordinación Motriz.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

THEME: ARTES MARCIALES EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA

Author: ZAPATA GUAMANQUISPE EVELYN LIZBETH

Tutor: LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG

ABSTRACT

The present research was developed with the objective of determining the impact of martial arts on the motor coordination of schoolchildren of the "Francisco Flor" Educational Unit, the main objective was to determine the impact of martial arts on the motor coordination of schoolchildren, It was developed on the basis of a quantitative, correlational, transversal and field study, applied to a convenience sample of 32 students. The instrument used to measure motor coordination was the MABC-2 Test in range 3, aimed at ages 11 to 16 years old.

The results show that martial arts have an impact on motor coordination, according to the work done with the students, the MABC-2 test showed that in the pre-test there is a predominance of medium level with a percentage of 56.3% of students, followed by 12.5% at a high level, as such when applying the post test through the exercise program based on martial arts, almost in its entirety, The statistical treatment of the data was developed by applying the nonparametric test for related samples of Wilcoxon, the program used for the development of the same is the SPSS version 25, analyzing the percentages and frequencies for the quantitative variables of study.

Keywords: Martial Arts, Motor Coordination.

CAPÍTULO 1

MARCO TEÓRICO

1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Como guías para un correcto desarrollo y elaboración del presente trabajo se han tomado las siguientes investigaciones:

El trabajo presentado por Medina (2021), titulado como “El karate en la asignatura de educación física”, mismo que tiene como objetivo principal el incluir las artes marciales en el programa de educación física con el fin de incrementar el desarrollo motriz de los estudiantes de 5° de primaria. Para lo cual se utilizó una metodología de tipo cualitativo de tipo descriptiva y explicativa. Además de una recisión bibliográfica de documentos afines al tema. Mediante lo cual se logró crear un guía de una propuesta didáctica, misma que contenía una serie de actividades enfocadas al aprendizaje del karate do y el desarrollo motriz de los estudiantes. Se llega a la conclusión de esta arte marcial no solo beneficiaría a nivel motriz al alumnado, sino que, además, mejoraría la concentración y el control de las emociones.

Por otra parte, Cabeza y Torres (2018) nos presentan su trabajo “Comparación de la coordinación motriz en niños de 8 a 12 años de la escuela de formación de karate do de la UCC y del Colegio Bicentenario de la Independencia del grado sexto”, para lo cual se plantea como objetivo principal llevar a cabo una comparación de la coordinación de los estudiantes que practican karate do con los que no practican artes marciales. Ello mediante un enfoque cuantitativo, una investigación de tipo transversal exploratoria y descriptiva. Como muestra del trabajo se tomaron a 30 niños a los que se les aplico el Test 3JS adaptado. Como resultados se obtuvo que las participantes que no practican artes marciales con respecto al desarrollo motriz tuvieron resultados estadísticamente significativos con respecto a las que practican artes marciales. Se concluye que el practicar karate mejora la coordinación motriz en los niños.

Asimismo, se pudo hallar el trabajo de Haro (2021) titulado “La coordinación motriz y su incidencia en el cometimiento de los errores técnicos de la patada Mondolyo Furyo Chagui, categoría juvenil”. El cual tiene como objetivo principal identificar el

nivel de errores técnicos en la ejecución de la mondolyo furyo chagui por parte de los deportistas pertenecientes al doyo. Se utilizó una metodología del tipo descriptiva y explicativa, además de una investigación de campo. Para la recolección de información se utilizó una ficha de observación la cual se aplicó a una población de 20 estudiantes de la categoría juvenil. Como principal resultado se halló que más del 50% de los participantes poseen una coordinación motriz regular al momento de realiza la patada. Se llegó a la conclusión de que al relacionar las capacidades coordinativas con la técnica de patada en su ejecución observándose que las capacidades coordinativas no son fundamentales en la ejecución del gesto técnico.

Además, se halló el trabajo realizado por Mullo (2021) con el título “Ejercicios coordinativos en el desarrollo de la técnica de middle-kick de los deportistas de la categoría infantil de la asociación de Wushu de Tungurahua”. El cual tiene como objetivo principal el desarrollar ejercicios coordinativos para mejorar la técnica de middle-kick de los deportistas de la categoría infantil de la asociación de wushu. Para lo cual se utilizó un enfoque cualitativo y cuantitativo, con un tipo de investigación pre-experimental, exploratoria, descriptiva y correlacional, como también un método bibliográfico y de campo. La recolección de información se llevó a cabo mediante una ficha de observación que analizaba las habilidades de la población compuesta por 20 deportistas. Como resultado principal se halló que los ejercicios coordinativos poseen una incidencia positiva en los deportes de combate específicamente el wushu. Se llegó a la conclusión de que los ejercicios coordinativos apoyados en el trabajo técnico mejoran el desenvolvimiento de la técnica de middle-kick en los deportistas de la categoría infantil.

Finalmente se halló el trabajo de Castro y Gaintza (2019) titulado “Efecto del taekwondo en el desarrollo motor de estudiantes de 2° de la Educación Secundaria Obligatoria, el cual tiene como objetivo el diseñar una propuesta de unidad didáctica con temas básicos del taekwondo. Para lo cual se utilizó una metodología mixta o mejor dicho cualitativa y cuantitativa. La recolección de información se llevó a cabo mediante el test Escala de Observación de la Competencia Motriz, a una población de 42 adolescentes. Como principal resultado se halló que el taekwondo, contribuye en el desarrollo de las habilidades motrices de agilidad, coordinación y equilibrio.

Concluyendo que el taekwondo es un contenido curricular posible y efectivo para trabajar con el alumnado de 2º de la ESO.

Marco teórico de la investigación

Movimiento

El movimiento es el cambio en la posición o lugar de una persona o cosa. Es también el estado en que se encuentra el cuerpo cuando cambia de posición. La palabra también significa sacudir o sacudir el cuerpo. También se utiliza para referirse a otros conceptos como "animación", "tráfico" y "tráfico". En general, se utiliza para referirse a un conjunto de cambios que desarrollan y persisten durante un período de tiempo en un campo de actividad humana, como el arte o la política (Cárdenas, 2018).

Hernández (2021), menciona que cuando se habla de qué es el movimiento de un objeto, lo primero que hay que saber es el movimiento de un objeto, es el partir hacia un punto en el espacio. Una vez que esto quede claro, se puede considerar que existen diferentes usos para los movimientos.

Para poder realizar el movimiento del cuerpo, es importante recordar que no solo se requiere la fuerza, sino que también se tienen que trabajar los músculos y las articulaciones involucradas para que esto suceda, por lo que se debe estar en buena forma (Cabeza & Lopez, 2018).

Por lo que, es importante tener en cuenta que los músculos a menudo pueden realizar movimientos no deseados, como algunos movimientos de ejecución aprendidos, como los que realizan los bailarines en un baile (Cárdenas, 2018).

Entonces, para muchas personas, este tipo de movimiento puede parecer un poco forzado, pero al observar el movimiento que el cuerpo es capaz de hacer, se puede determinar que, si la articulación lo permite sin lesionarse, se puede considerar dentro del rango normal (Cortés, 2020).

Por supuesto, estas personas a menudo entrenan durante mucho tiempo para poder realizar la coreografía sin hacerse daño, porque muchas poses pueden ser un poco exigentes, por lo que no se debe intentar (Cortés, 2020).

Los movimientos corporales en Educación Física

Los movimientos corporales en educación física son creados por el movimiento del cuerpo en un espacio determinado y afectan directamente a los diversos músculos y articulaciones para ayudarlos a moverse, formando el estado físico deseado (Bernate, 2021).

Por lo que, estos ejercicios deben ser supervisados y controlados por profesores en la materia, ya que, si no se realizan bien, estos movimientos pueden provocar esguinces, dolores articulares y lesiones leves (Munzon & Jarrín, 2021).

Cárdenas (2018), menciona que el ejercicio en educación física es cualquier movimiento voluntario, conscientemente dirigido, destinado a convertir la energía corporal en materia muscular con el fin de adquirir habilidades físicas y motrices, así como mantener una salud adecuada.

Por lo general, el primer movimiento de los esfuerzos gimnásticos es un calentamiento, que puede ir acompañado de movimientos de estiramiento para tonificar el cuerpo con ejercicios que requieran más fuerza. Este tipo de movimientos son flexibles y repetitivos, como trotar, caminar, caminar o respirar (Munzon & Jarrín, 2021).

Siendo así que para la realización del movimiento del cuerpo se considera las partes del cuerpo cubiertas por el movimiento y categorizadas de la siguiente manera (Bernate, 2021):

- Extensión: Está enfocada a la movilización de las articulaciones del cuerpo.
- Flexión: Es el movimiento del músculo de las articulaciones para minimizar las separaciones del cuerpo.
- Abducción: Separación de las articulaciones centrales del cuerpo.
- Inversión: Desplazamiento del pie hasta la parte media del cuerpo.
- Rotación: Basada en el movimiento hacia fuera o movimiento hacia adentro de una determinada articulación.

- Circunducción: Movimiento en forma circular de las articulaciones a nivel corporal.
- Aducción: Separación del área central del cuerpo por parte de la articulación.
- Eversión: Desplazamiento del pie hacia la parte externa media del cuerpo.

Psicomotricidad

El concepto de psicomotricidad no está claramente definido, las actividades se introducen poco a poco y se amplían a nuevas áreas. Inicialmente, se trataba de una serie de ejercicios utilizados para corregir una debilidad, dificultad o discapacidad. Hoy, sin embargo, ocupa un lugar importante en la educación infantil, especialmente en los primeros años de vida del niño, debido a la gran interdependencia entre el desarrollo motor, emocional e intelectual (Guevara & Calero, 2017).

García et al. (2021) mencionan que la psicomotricidad es una técnica que ayuda a los niños y bebés a controlar sus movimientos corporales de forma saludable, así como a mejorar sus relaciones y comunicación con los demás. El principal beneficio de la psicomotricidad infantil es mejorar la salud física y mental del estudiante. Hablamos de la psicología de un niño hasta la edad de 7 años.

Hace años, la psicomotricidad era un conjunto de ejercicios que los terapeutas utilizaban para corregir cualquier dificultad o discapacidad que se hubiera descubierto. Hoy, esta visión ha cambiado y se ha convertido en uno de los puntos fundamentales en la enseñanza y el crecimiento de cualquier niño, especialmente en los primeros años de la vida del niño. En este artículo, nos sumergimos en los conceptos básicos de esta especialización, destacamos sus beneficios y te brindamos algunas técnicas para aplicarla en tus clases (Guevara & Calero, 2017).

Además, es un movimiento a través de la cual el cuerpo, la mente y las emociones se comunican entre sí. Cuando un niño realiza una acción, se asocia directamente con un pensamiento y una emoción. Cuando hablamos de psicología infantil, nos referimos a los métodos que debemos aplicar para que el niño pueda tener un mejor control sobre su cuerpo, al mismo tiempo que se estimulan otras áreas de desarrollo como la emocional o la intelectual (Munzon & Jarrín, 2021).

Importancia de la psicomotricidad

El refuerzo y fomento de efectos psicomotrices en la etapa de recién nacido y sobre todo es de 0 a 3 años, es muy importante en el desarrollo del movimiento, la conciencia, la comunicación y la emoción. No se debe olvidar que los niños y niñas crecen, juegan y aprenden a través de sus relaciones con los demás y del movimiento (Munzon & Jarrín, 2021).

Los psicólogos infantiles señalan que los componentes de la motricidad son, entre otros, la perseverancia, la resistencia, la fuerza, el equilibrio energético, la agilidad, la coordinación, el control corporal, la velocidad, la reacción y el equilibrio. No todos los niños tienen la misma motricidad: cada niño destaca en determinados aspectos (Cuzco et al., 2021).

A veces las personas no dan por cuenta de cómo el movimiento de un niño afecta la forma en que aprende. Por eso es tan importante estimular psicológicamente al niño desde una edad temprana para un buen desarrollo físico y psíquico, y continuar esta labor hasta que el niño tenga 7 años o hasta que haya que volver a enseñarle con gestos, etc. Para mejorar su capacidad y habilidad muscular (Guevara & Calero, 2017).

Además, de acuerdo con Aristizabal et al. (2018), la psicomotricidad se divide en dos grandes ramas:

- Psicomotricidad fina: se desarrolló mediante pequeñas y delicadas tareas que se pueden llevar a cabo con los dedos o con músculos faciales, como atrapar cosas, hablar, hacer la pinza con los dedos de las manos, colorear, etc.
- Psicomotricidad gruesa: se desarrolla mediante movimientos grandes del cuerpo, como trotar, saltar, jugar fútbol, etc. Yendo desde la cabeza hasta los pies.

Aunando más a lo anterior, Aristizabal et al. (2018), mencionan que los beneficios de la psicomotricidad infantil están vinculados a las tres grandes áreas del desarrollo:

a) Área motora

- Enfoca al niño el aprendizaje del esquema corporal por medio de un plano tridimensional para que conozca su propio cuerpo.

- Ayuda al control y el dominio sobre el cuerpo.
 - Consiente a afirmar la lateralidad, la coordinación motora, el control de la postura, el equilibrio y el sentido del espacio que rodea al niño.
- b) Área cognitiva
- Promueve la percepción de los objetos y la investigación del ambiente.
 - Promueve la memoria, la concentración, el aprendizaje y la creatividad.
 - Mejora la orientación tiempo-espacial enfocándose en la memoria visoespacial y fortalece conceptos básicos como delante-atrás, arriba-abajo, lejos-cerca.
- c) Área socio-afectiva
- Favorece las habilidades sociales y promueve la expresión emocional.
 - Incrementa la autoestima personal y grupal.
 - Dirige la impulsividad y de energía sobrante del niño.
 - Favorece el enfrentar y superar temores, especialmente los concernientes a inseguridades sociales.

Ejercicios para estimular la psicomotricidad

La planificación de actividades es fundamental y debe hacerse de acuerdo a la edad del niño. Debemos contar con un aula amplia y materiales adecuados: bancos, redes, bloques de espuma, toboganes, pinturas, pizarras y otros elementos expresivos necesarios en el trabajo diario con los niños (Rosa et al., 2021).

- Actividades de estimulación motriz: Estos ejercicios están destinados a influir en el desarrollo muscular y trabajar movimientos básicos como caminar, sentarse o saltar, aunque dependiendo de la edad son posibles movimientos más complejos como saltar o atarse los cordones de los zapatos. Al principio practicarás ejercicios sencillos, con poco esfuerzo, para luego ir introduciendo técnicas más complejas, que requieren un mayor esfuerzo de los grupos musculares (Guevara & Calero, 2017).

- Actividades de estimulación lingüística: Son juegos de desarrollo del lenguaje (verbal y no verbal) para estimular las habilidades comunicativas de los niños. Trabaja con la imitación, define abstracciones simples y forma construcciones gramaticales simples (Caballero, 2021).
- Actividades de creatividad: Estas actividades tienen como objetivo estimular la creatividad y la imaginación de los niños. Aquí el apoyo vendrá de la música, la danza, la pintura y el teatro. Estos ejercicios estimulan la libertad de expresión, fomentan la creatividad y enfatizan la sensibilidad de los niños. También facilita la expresión de conceptos e ideas abstractas (Caballero, 2021).

Desarrollo Motriz

Es la capacidad que tiene un ser humano de crear movimientos por sí mismo, por lo que debe haber suficiente coordinación y sincronización entre todas las estructuras involucradas en el movimiento (sistema nervioso, órganos de los sentidos, músculos esqueléticos) (Bernate, 2021).

Por su parte, García et al. (2021), mencionan que el desarrollo motor es un proceso secuencial y dinámico que se produce a lo largo de la infancia en el que se adquieren un gran número de habilidades motrices para conseguir la independencia física y funcional a medida que madura el sistema nervioso.

El desarrollo motor se puede dividir en dos categorías generales. El primero implica el desarrollo motor y postural que incluye el control del tronco y la coordinación del movimiento de brazos y pies. El segundo es la presión, la capacidad de usar la mano como herramienta para cosas como comer, construir y explorar (Culqui et al., 2019).

La adquisición de estas habilidades motoras brinda a los niños muchas opciones para actuar en su mundo. Además, el desarrollo motor está íntimamente relacionado con el desarrollo psicológico, social, sensorial y cognitivo, ya que el aprendizaje de nuevas habilidades motoras requiere (Roig et al., 2022):

- Una oportunidad para realizar una acción (por ejemplo, un niño aprende a caminar cuando el sistema nervioso ha madurado y le permite controlar ciertos

músculos de la pierna, cuando las piernas se han desarrollado lo suficiente para soportar su peso y después de otras se adquieren habilidades tempranas).

- Un ambiente inspirador que desafía o anima de manera objetiva a la acción para alcanzar una meta.
- El ambiente social tiene una consecuencia cultural inspiradora sobre el comportamiento motor.
- Un adecuado desarrollo sensorial (vista, oído, tacto, olfato), emocional y social.
- Que las habilidades aprendidas favorezcan oportunidades nuevas de aprendizaje y exploración.

La Motricidad puede clasificarse en Motricidad Gruesa y Motricidad Fina.

El desarrollo motor integral se define como la capacidad del niño para mover armónicamente los músculos del cuerpo y mantener gradualmente el equilibrio de la cabeza, el tronco y las extremidades, gatear, pararse y moverse con facilidad y facilitar la marcha y la carrera; Además de ganar agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos (Guevara & Calero, 2017).

Este factor es el primer factor que aparece en el desarrollo del niño, desde que el niño empieza a sostener la cabeza, sentarse sin apoyo, saltar, subir escaleras, etc. Estos son los otros logros motrices importantes que absorberá y aprenderá a lo largo de los años (Zapata et al., 2021).

Tabla 1: *Actividades para el desarrollo de la motricidad gruesa*

DESARROLLO	ACTIVIDADES
<ul style="list-style-type: none"> • Construye con materiales: caminos, puentes, etc. • Sube escaleras de mano. • Se sostiene sobre un pie durante 5 segundos. • Con un pie salta hasta dos metros. • Hace botar y coger la pelota. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar una pelota y comenzar a botarla varias veces y después aventarla al niño, invitándolo que realice lo mismo. • Darle al chico una cuchara y ponerle un limón en esta, pedirle que se la ponga en la boca y comience a caminar a un lugar

<ul style="list-style-type: none"> • Conocen mucho mejor los objetos, son capaces de compararlos y diferenciarlos por su forma, color y tamaño. • Pueden señalar el lugar que ocupan en el espacio: arriba, abajo, cerca, lejos, etc. • En esta fase, se automatizan los conocimientos adquiridos hasta el momento, que serán la base de los nuevos conocimientos tanto internos como socio-afectivos 	<p>determinado es importante que mantenga el equilibrio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Batear una pelota colgada de una rama de un árbol utilizando un bate. • Saltar la cuerda primero un salto y después incrementarlos de manera constante. • Trazar una rayuela en el piso (avión) para que brinque con un pie o dos según corresponda el recuadro. • Colocar una cinta adhesiva sobre el piso y pedir al niño pase sobre esta hacia el otro extremo llevando objetos.
--	--

Fuente: (Zapata et al., 2021).

El desarrollo de la motricidad fina ocurre un poco más tarde, estos son movimientos voluntarios más precisos, que involucran pequeños grupos de músculos y requieren una mayor coordinación. Se observa cuando un niño explora sus manos, las mueve y comienza a tratar de recoger objetos y manipular su entorno. Las habilidades motoras finas incluyen habilidades como; Aplaudir, hacer scroll, voltear piezas, tapar o abrir objetos, cortar con tijeras, incluso un nivel de complejidad muy alto (Vidarte et al., 2018).

Además, el desarrollo de las habilidades motoras finas es crucial para la capacidad de un individuo para experimentar y aprender sobre su entorno, ya que juega un papel central en la mejora de la inteligencia. Las habilidades motoras finas se desarrollan en una secuencia ascendente (Vidarte et al., 2018).

Coordinación Motriz

La coordinación motora se ha definido como la capacidad de realizar movimientos de manera eficiente, precisa, rápida y ordenada. La coordinación motora se logra cuando partes del mismo movimiento o movimientos de diferentes miembros o partes del cuerpo se combinan para realizar de manera sincronizada, regular y eficiente para el cuerpo. Objetivo previsto, c significa cuando el músculo de la derecha se contrae el

tiempo, en el momento adecuado y con la intensidad adecuada (Guevara & Calero, 2017).

Asimismo, la coordinación del movimiento es todo trabajo efectivo obtenido a través de las etapas de desarrollo mental y físico, y el tiempo de práctica es también un factor clave en el desarrollo integral de una persona, en el que los aspectos cognitivos, sociales, emocionales y motores son de primordial y urgente importancia. pasos de la vida (Zapata et al., 2021). La ordenación no es meramente un movimiento, es una integración de enseñanzas enteras para ponerlas al servicio de una tarea particular; Por ejemplo, al saltar una cuerda, todos los mismos sistemas, sentidos y percepción deben estar perfectamente enfocados para realizar los movimientos constantemente y evitar golpearse el cuerpo o enredarse en la cuerda. ojo mano. Las piernas serían una combinación perfecta para describir el movimiento anterior (García et al., 2021).

Además, son las diferentes partes del cuerpo y sus interacciones las que crean el movimiento. La calidad y la rapidez con que se realiza está determinada por los diversos estímulos que el niño recibe desde temprana edad. Por ello, la estimulación psicomotora temprana es muy importante (García et al., 2021).

Siendo así que, durante los primeros cinco años de vida es muy importante estimular el sistema neuromuscular, pues durante este período el pico de crecimiento neuronal es muy alto y se llevan a cabo cierto tipo de procesos; sinapsis (conexiones entre neuronas) y mielogénesis (permitiendo que los impulsos viajen más rápido). Después de este período, el crecimiento continúa lenta pero gradualmente hasta la edad de treinta años (Zapata et al., 2021).

Guevara y Calero, (2017) menciona que los movimientos coordinados se distinguen por:

- Velocidad, distancia, dirección, ritmo y tensión muscular apropiada
- Acciones sinergistas con respeto a los grupos musculares antagonistas apropiados.
- Una correcta estabilidad proximal o sostenimiento de la postura para consentir el movimiento distal.

Además de que un movimiento coordinado requiere:

- Recolección de información y practica por los receptores sensitivos.
- Programación y disposición del acto motor.
- Realización y control del movimiento.

Por otra parte, En el momento en que se realiza una acción, voluntaria o involuntaria, el cuerpo puede revivir lo entrenado', lo que le permite adaptarse mejor a los cambios futuros y puede ser programada actual (circuito de entrenamiento) o abrupta (puede ocurrir por terreno liso) (Munzon & Jarrín, 2021), Donde se utiliza:

- La locomoción: Siendo esta el cambio y sostenimiento de una carrera a distintas velocidades.
- La manipulación: Cuando para realizar el ejercicio se requiere de algún objeto.
- El equilibrio: Siendo fundamental para conservar una postura acorde con el movimiento.

Coordinación motriz y actividades

En diversas actividades, especialmente deportivas, la coordinación motriz es muy importante porque permite a una persona aprender y desarrollar diversas habilidades físicas, y más aún si se trata de una actividad deportiva (Vidarte et al., 2018).

Por ejemplo, los nadadores deben aprender a controlar su respiración, así como a mover las extremidades por el agua para avanzar y llegar a la meta. Los futbolistas, por su parte, tienen que desarrollar diversas habilidades motrices que les permitan tener la resistencia suficiente para correr, parar, disparar y más. Por ejemplo, los jugadores de béisbol necesitan desarrollar la coordinación motora para poder golpear, correr, saltar, atrapar y lanzar la pelota correctamente (Herrera et al., 2018).

Asimismo, las habilidades derivadas de la coordinación motora permiten a los individuos desarrollar la capacidad de realizar una variedad de movimientos, ya sean precisos y sutiles, contundentes o resistentes (Sauleda et al., 2021).

Actividad Física

Se define la actividad física como cualquier movimiento del cuerpo producido por los músculos esqueléticos que resulta en un gasto de energía. La actividad física se refiere a todos los movimientos, incluso durante el tiempo libre, hacia y desde ciertos lugares o en el curso del trabajo de un individuo. La actividad física, ya sea moderada o intensa, mejora la salud (Rosa et al., 2021).

Zapata et al. (2021), definen a la actividad física es cualquier movimiento del cuerpo producido por los músculos esqueléticos que resulta en un gasto de energía superior al reposo. La actividad física tiene muchos beneficios para la salud de personas de todas las edades, tanto mujeres como hombres. Sin embargo, cada vez más personas no se mueven lo suficiente, en gran parte porque hemos cambiado nuestro estilo de vida a uno más sedentario.

Aunando más a lo anterior, las actividades físicas más comunes incluyen caminar, andar en bicicleta, practicar deportes y participar en actividades recreativas y juegos; Todo esto se puede hacer en cualquier nivel de habilidad y para el disfrute de todos. Se ha demostrado que la actividad física regular ayuda a prevenir y controlar enfermedades no transmisibles, como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, diabetes y algunos tipos de cáncer. También ayuda a prevenir la presión arterial alta, a mantener un peso corporal saludable y puede mejorar la salud mental, la calidad de vida y el bienestar (Pires et al., 2019).

Siendo así que, la actividad física regular y adecuada, incluido cualquier movimiento físico que requiera energía, puede reducir el riesgo de muchas enfermedades y trastornos no transmisibles, como presión arterial alta, enfermedad coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, cáncer de mama y de colon y depresión (Rosa et al., 2021).

La energía gastada durante la actividad física también es una parte esencial del equilibrio energético y del control del peso. Además de los beneficios para la salud, las comunidades más activas pueden generar rendimientos adicionales de la inversión, incluido el uso de menos combustibles fósiles, aire más limpio y reducción de la congestión de calles y carreteras (Reche et al., 2020).

Sin embargo, se debe tener muy en cuenta que no son lo mismo. El término “actividad física” cubre el concepto de “ejercicio”, pero como veremos, es un concepto más amplio. La actividad física, como se mencionó anteriormente, se define como cualquier movimiento del cuerpo que se produce por la actividad muscular voluntaria y que implica el gasto de energía (Costa, 2022).

Siendo, la actividad física la cual incluye ejercicio, además de otras actividades que requieren movimiento físico pero que se realizan en el contexto de juegos, trabajo, formas activas de transporte, tareas domésticas y actividades recreativas. Estos no se consideran ejercicios físicos porque su propósito principal no es mantener uno o más componentes del estado físico (Angel et al., 2017).

Sin embargo, el ejercicio es un tipo específico de actividad física que corresponde a un movimiento planificado, organizado y repetitivo del cuerpo, y se realiza con el objetivo de mejorar o mantener uno o más componentes de la aptitud o condición física (Aristizabal et al., 2018).

Deporte

El término deporte es una actividad física que tiene carácter competitivo y ayuda a mejorar la condición física del individuo que la práctica, del mismo modo que tiene una serie de características que la distinguen del juego. Así lo define la Real Academia Española (RAE). El término es una actividad física realizada a través de la competición y cuya práctica requiere entrenamiento y estándares (Pires et al., 2019).

Avelar et al. (2015), menciona que se entiende por deporte a toda clase de actividad física, de participación, organizada o no, que tenga por objeto la expresión o mejora del bienestar físico y mental, en el desarrollo de las relaciones sociales o la consecución de resultados en las competiciones de todos los niveles.

En general, la definición de deporte incluye actividad física, sin embargo, debe tenerse en cuenta que no debe confundirse con la aptitud física, ya que hay juegos como el ajedrez que no requieren actividad física pero que requieren actividad física (Herrera et al., 2018). La mente es parte del cuerpo y su actividad se considera una actividad física y no una actividad física.

El Comité Olímpico Internacional, por su parte, afirma que el deporte es un derecho humano, y declara: “Toda persona debe tener la oportunidad de practicar deporte sin discriminación de ningún tipo y en el espíritu de los Juegos Olímpicos, que exige comprensión, solidaridad, amistad, y cooperación”. justicia (Flores et al., 2021).

Tipos de deportes

- **Deportes de combate:** La disciplina en la que dos oponentes luchan cuerpo a cuerpo de acuerdo con ciertas reglas. Ejemplos: boxeo, taekwondo, esgrima, judo, karate, kick boxing, lucha libre, artes marciales mixtas y jiu-jitsu (Herrera et al., 2018).
- **Pelota deportiva:** Golpes en los que el elemento principal es el balón y se juegan en grupo o individualmente. Ejemplos: fútbol, rugby, voleibol, baloncesto, tenis, raqueta, golf, balonmano, tenis de mesa, squash, cricket, hockey, béisbol, billar y lacrosse (Flores Fernandez et al., 2021).
- **Atletismo:** Los controles por los que se miden los oponentes se miden mediante pruebas de fuerza, velocidad, lanzamiento y salto. Ejemplos: carrera, obstáculos, salto con pértiga, salto de altura, salto de longitud, lanzamiento, lanzamiento de jabalina, disco y martillo (Pires et al., 2019).
- **Deporte acuático:** Se practica sobre o bajo el agua. Ejemplos: natación, surf, vela, windsurf, windsurf, vela, buceo, kayak, waterpolo, esquí acuático, windsurf y rafting (Flores Fernandez et al., 2021).
- **Deportes de montaña:** Ejemplos: escalada, senderismo, esquí, snowboard, ciclismo de montaña, puenting, escalada en roca (Flores Fernandez et al., 2021).
- **Deportes de motor:** Se lleva a cabo a bordo de un coche. Ejemplos: deportes de motor (fórmula 1, carreras), deportes de motor (motos, motos de agua), lanchas y aeronáutica (Flores Fernandez et al., 2021).
- **Deporte ecuestre:** Está hecho en animales. Por ejemplo: hierba, polo, pato, campo travieso, equitación (Flores Fernandez et al., 2021).

Deportes de Combate

Este es un deporte de combate competitivo en el que dos luchadores compiten entre sí restringidos por reglas de enfrentamiento, generalmente con equipo de protección, y cuyo propósito es simular una pelea real con un enfoque físico. Las competiciones pueden ser ligeras, medias y completas (Herrera et al., 2018).

Estos son deportes competitivos de contacto donde dos o más competidores compiten entre sí de acuerdo con ciertas reglas según el deporte. Donde las técnicas utilizadas se pueden clasificar en tres áreas: golpes, estreñimiento y uso de armas. Algunas reglas de datación se especializan en un área, mientras que otras permiten la superposición (Reche et al., 2020).

Un deporte de combate es un deporte de contacto competitivo en el que dos oponentes compiten usando ciertas reglas de contacto, con el objetivo de simular algunas de las técnicas y tácticas del combate cuerpo a cuerpo. Ejemplos de artes marciales incluyen boxeo, judo, lucha olímpica, taekwondo, jiu-jitsu brasileño, kickboxing, artes marciales mixtas, wushu, kendo y esgrima occidental moderna (Herrera et al., 2018).

Por otro lado, los deportes de combate suelen consistir en competiciones (luchadores), ciertas reglas de conducta y cronometraje, que tienen como objetivo garantizar la seguridad física del oponente; Además, siempre hay un árbitro presente que puede detener el partido. Aunque los deportes de combate están lejos de la realidad del combate, su objetivo es enfrentar al oponente con una reacción inesperada en un ambiente seguro. Ejemplo: boxeo, taekwondo (Herrera et al., 2019).

Artes Marciales

Estos son sistemas de combate cuya práctica se conserva y hereda a través de enseñanzas y tradiciones. Todas las artes marciales tienen el mismo objetivo, derrotar físicamente a otros y defenderse o cualquier otro ataque físico, ya sea con un arma o con las manos, y las técnicas utilizadas van desde el contraataque y la incapacitación temporal hasta la muerte si es necesario (Herrera et al., 2019).

Muchas artes marciales tienen sistemas de creencias integrados en sus teorías, como el budismo en Asia, y siguen un código común de conducta y honor. Se consideran un

arte por el dinamismo del movimiento corporal y una ciencia por sus aplicaciones metodológicas que incluyen la anatomía, la fisiología y la física (Pires et al., 2019).

Además, varios sistemas y métodos son más efectivos en ciertas áreas que en otras, incluidos los entornos en los que se han desarrollado, como montañas, bosques, valles, hogares y espacios interiores en la ciudad, y muchas artes marciales han surgido y continúan creciendo y continúan creciendo y continúan creciendo y continúan en todo el mundo y todas las culturas (Avelar et al., 2015).

Beneficios Físicos

De acuerdo con Herrera et al. (2019) los beneficios físicos por practicar artes marciales son los siguientes:

- Fortalecimiento y tonificación muscular, como también un incremento de la resistencia, elasticidad y oxigenación del cuerpo.
- Un control mayor de los movimientos del cuerpo, se consigue una coordinación, estabilidad, sincronización y respuesta rápida.
- Corrección de la postura, mejora en la capacidad de relajamiento y flexibilidad, además de un incremento en la resistencia cardiovascular.
- Pérdida de peso.
- Mejora positiva de sistema nervioso, ya que, con el paso de los años, el cuerpo envejece, lo que resulta en una ralentización de sus movimientos y de la capacidad para absorber información y memoria. Sin embargo, con ejercicio, se logra reducir la cantidad de pérdida muscular, que es muy pesada, durante muchos años.

Así también los beneficios psicológicos por practicar artes marciales son los siguientes (Pires et al., 2019):

- Aumento de la concentración, serenidad, recuperación y descanso.
- Creación de un respeto por el espacio, los profesores, los colaboradores y por sí mismo, lo que favorecerá el compartir y deleitarse de una vida social sana y estimulante.

- Forja de carácter, confianza, la autoestima y un espíritu de ayuda.
- Más seguridad en sí mismo, al entrenar los infantes, encontrarán que podrán implementar mejor su rutina diaria, lo que incrementara su autoestima a razón que se dan cuenta de que pueden alcanzar las metas que desean.
- Elimina el estrés y frustración.

Además, el hecho de que un niño en particular practique artes marciales o esté expuesto a deportes puede amplificar aún más los efectos beneficiosos del ejercicio. Esto se debe a que las artes marciales no solo desarrollan el cuerpo, sino también la mente y nutren el alma. Siendo que, el efecto que la práctica de artes marciales puede tener en la personalidad de un niño en otro aspecto, sin embargo, los aspectos puramente físicos que las artes marciales ayudan a mejorar son los siguientes (Avelar et al., 2015).

- **Coordinación:** Hay varios ejercicios que un boxeador debe realizar para mejorarlo, como imitar los movimientos de su mentor o entrenador. También cabe destacar aquí los ejercicios que se realizan en parejas o conjuntos, como practicar una determinada patada una y otra vez hasta que la domines, o golpear el centro de un instrumento pequeño con el puño. A mayor edad y nivel de entrenamiento, mejora la coordinación mano-pie, necesaria en el combate real para realizar movimientos y combinaciones de golpes más fluidos. aparecer normalmente (Valenzuela et al., 2018).
- **Fuerza:** Las flexiones y las sentadillas son parte de la rutina básica de ejercicios de un boxeador y son ejercicios que ayudan a desarrollar la fuerza de un niño (Avelar et al., 2015).
- **Rapidez:** En las artes marciales, la velocidad se refiere a los puñetazos, y para que los puñetazos sean poderosos, se debe trabajar para acelerarlos. La velocidad es fundamental para ser efectivo, y esta habilidad se desarrolla poco a poco, realizando tareas como recibir la mayor cantidad de golpes posibles en un tiempo determinado, como patear un instrumento en 30 segundos (Pires et al., 2019).
- **Flexibilidad y elasticidad:** Ambos tienen como objetivo aumentar el rango de movimiento de las articulaciones y mejorar la calidad muscular. Los propios niños suelen ser más flexibles que los adultos, pero trabajar la flexibilidad y la elasticidad

hará que sea más fácil mantenerlas en el tiempo, especialmente si el niño, idealmente, sigue trabajando en ellas. Por ejemplo, un infante puede hacer patadas altas y una sesión de estiramiento suele ser parte de cualquier rutina de ejercicios, como un enfriamiento (Pires et al., 2019).

1.2 OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Determinar la incidencia de las artes marciales en la coordinación motriz en escolares de Educación General Básica Media en la Unidad Educativa Francisco Flor de la ciudad de Ambato durante el periodo Abril-septiembre 2022.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Evaluar el nivel inicial de la coordinación motriz en escolares de Educación General Básica Media en la Unidad Educativa Francisco Flor de la ciudad de Ambato durante el periodo Abril-septiembre 2022.
- Valorar el nivel de la coordinación motriz posterior a la aplicación de un programa de artes marciales en escolares de Educación General Básica Media en la Unidad Educativa Francisco Flor de la ciudad de Ambato durante el periodo Abril-septiembre 2022.
- Analizar la diferencia entre el nivel inicial de la coordinación motriz y posterior a la aplicación de un programa de artes marciales en escolares de Educación General Básica Media en la Unidad Educativa Francisco Flor de la ciudad de Ambato durante el periodo Abril-septiembre 2022.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 MATERIALES

Recursos Humanos

En este proyecto de investigación se tomo en cuenta una población de estudiantes de Educación Básica General Media de la Unidad Educativa “Francisco Flor”

- **Autor:** Evelyn Lizbeth Zapata Guamanquispe
- **Tutor:** LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG

Recursos Institucionales

- Unidad Educativa Francisco Flor
- Datos o información de los estudiantes de educación media.
- Universidad Técnica de Ambato
- Repositorio Académico
- Plataforma virtual

Recursos Tecnológicos

- Laptop
- Internet
- Test de MBC2

Recursos Materiales

- Conos
- Silbato
- Guantines,
- Pelotas pequeñas
- Cinta métrica
- Tizas de colores
- Escalera de piso

Recursos Económicos

La presente investigación se ejecutó con recursos económicos propios del investigador.

2.2 MÉTODOS

En esta parte de la investigación se abarco el diseño de investigación expuesto y el proceso para la selección de muestra y tratamiento de los datos de investigación.

2.2.1 Diseño de Investigación

La actual investigación replica un enfoque cuantitativo, por finalidad aplicada, por diseño experimental (pre experimental), por obtención de datos de campo con un corte longitudinal. Para el desarrollo de sustentación teórico el método que se empleará será el analítico, para el desenvolvimiento practico de la investigación se aplicará el método hipotético deductivo, para desarrollar las conclusiones basándose a los resultados encontrados, se aplicará el método comparativo.

Cuantitativo

Según Cadena et al. (2017) la investigación cuantitativa es la que produce datos numéricos, se hace la recolección de datos y el análisis, de acuerdo a las variables de estudio presentadas, es decir que nos ayuda al análisis de datos numéricos recurriendo a la interpretación precisa de los resultados, los mismos que desalojan representaciones numéricas de acuerdo a nuestras variables de estudio.

Investigación Pre-Experimental

Galarza (2021) dice que en este sub-diseño de la investigación experimental la variable independiente cuenta con un solo nivel: grupo de experimentación, el cual recibe la intervención que el investigador aplique, es decir que para que se mida la variable se necesita de un instrumento, para poder tener resultados de un pre y post para que de esta manera podamos ver la diferencia entre el primer test tomando y el segundo.

Investigación Correlacional

Galarza (2020) menciona que la investigación surge de la necesidad de plantear una hipótesis en la cual se proponga una relación entre 2 o más variables. En el nivel cuantitativo surge la aplicación de procesos estadísticos inferenciales que buscan extrapolar los resultados de la investigación para beneficiar a toda la población, por ende, esta investigación es correlacional porque existe una relación entre ambas variables la independiente y la dependiente, llegando a obtener resultados que van a beneficiar a todos los que son parte de la población de estudio, a la vez que las artes marciales inciden en la coordinación motriz de los escolares.

Investigación de campo

El propósito del proyecto investigativo es dar la solución a un problema previamente planteado, en el cual se utiliza técnicas de recolección de datos, para extraer información y datos necesarios para la investigación. Por tal razón esta investigación es de campo ya que se cuenta con la apertura de la Unidad Educativa “Francisco Flor” y la participación de los estudiantes con el fin de evaluar las variables.

Investigación Descriptiva

Alban et al. (2020) dicen que este tipo de investigación tiene como objetivo describir algunas características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos, utiliza criterios sistemáticos que permiten establecer la estructura o el comportamiento de los fenómenos en estudio, proporcionando información sistemática y comparable con la de otras fuentes, Por tal razón este trabajo investigativo es de carácter descriptivo porque describe las características y establece una estructura de las variables utilizadas, dando a conocer el resultado real de la investigación que se ha realizado.

2.2.2 Población y muestra de estudio

El estudio se desarrollará en la Unidad Educativa Francisco Flor, específicamente trabajando con una población de 300 escolares de Educación Básica Media, aplicando distintos tipos de muestreos se escogió una muestra significativa de 32 escolares para desarrollar el estudio.

2.2.3 Técnica e instrumento de investigación

Como técnica aplicada para el desenvolvimiento de esta investigación se ocupará el Test MABC-2 en el rango 3 dirigido a edades de 11 a 16 años, para información extra se tomara las medidas, peso y estatura con la ayuda de una cinta métrica y báscula.

2.2.4 Plan de recolección de información

En el presente proyecto de investigación para lograr la recolección de datos se consiguió el consentimiento de la Vicerrectora de la Unidad Educativa “Francisco Flor”, consiguiente para poder empezar con la investigación se asistió a clases presenciales durante 8 semanas, la primera clase se aplicó un test MABC-2, para tener un conocimiento de cómo se encontraba su coordinación motriz, posterior a la intervención del plan de desarrollo de artes marciales se pudo observar una mejora significativa en su coordinación motriz.

2.2.5 Hipótesis de investigación

Hi: Las artes marciales incide en la coordinación motriz de los escolares.

Ho: Las artes marciales no incide en la coordinación motriz de los escolares.

2.2.6. Tratamiento estadístico de los datos de investigación.

El tratamiento estadístico de los datos obtenidos se realizó con la aplicación del paquete SPSS versión 25, realizando un análisis de frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y un análisis descriptivo de valores mínimos, máximos, medios y sus desviaciones estándares para las variables cuantitativas. De igual manera se aplicó una prueba de normalidad de Shapiro-Wilk para muestras inferiores a 50 datos, determinando la aplicación de la prueba no paramétrica para muestras independientes de U de Mann-Whitney El análisis de diferencias significativas entre los periodos de estudio se realizó aplicando la prueba no paramétrica para muestras relacionadas de Wilcoxon

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En este punto de la investigación se mostrará la interpretación de los datos estadísticos y se detallan los resultados obtenidos mediante la muestra de estudio.

3.1.1. Caracterización de la muestra de estudio.

Se enfocará en las características de la muestra como la edad, peso, estatura y sexo.

Tabla 2: Caracterización de la muestra de estudio

Variables	Masculino (n=22 – 68,8%)		Femenino (n=10 – 31,3%)		P	Total (n=32 - 100%)	
	M	DS±	M	DS±		M	DS±
Edad (años)	11,23	0,43	11,30	0,48	0,665*	11,25	0,44
Peso (kg)	40,39	10,74	40,74	10,30	0,699*	40,50	10,44
Estatura (m)	1,45	0,09	1,45	0,04	0,463*	1,45	0,08

Nota. Análisis estadístico SPSS: valores medios (M) con sus desviaciones estándares (DS±); diferencias significativas en un nivel $P > 0.05$ (*)

El mayor porcentaje de la muestra de estudio se encontró en el grupo de sexo masculino con un porcentaje de 37,5% más que el grupo del sexo femenino.

En relación a la edad, la edad media de las mujeres fue mayor en 0,007 años, pero sin diferencias significativas a nivel estadístico.

En relación al peso las mujeres son mayores en 0,35kg, sin diferencias significativas a nivel estadístico.

En relación a la estatura entre hombres y mujeres no presentan diferencias descriptivas, es la misma estatura y a nivel estadístico tampoco presentan diferencias significativas.

3.1.2. Resultados por objetivos

3.1.2.1. Resultados de la evaluación del nivel inicial de coordinación motriz en escolares de Educación General Básica Media en la Unidad Educativa Francisco Flor de la ciudad de Ambato durante el periodo Abril-Septiembre 2022.

Para el desarrollo del objetivo se aplicó el test MACB2 de coordinación motriz a los estudiantes, obteniendo los siguientes resultados:

Tabla 3: Resultados por pruebas y general de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo PRE intervención

Pruebas de coordinación motriz MABC-2	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Lanzar una diana		2	4	2,84	±0,68
Equilibrio entre 2 soportes		2	4	3,16	±0,68
Andar atrás talón-punta	32	2	4	3,09	±0,39
Salta la pata coja en zig-zag		2	4	2,94	±0,67
Atrapar la pelota con una mano		3	4	3,81	±0,40
Coordinación motriz		11,00	18,00	15,38	±1,66

En base a la sumatoria de puntos alcanzados en las diferentes pruebas de coordinación motriz se calculó el puntaje general que permitió categorizar a la muestra de estudio en diferentes niveles de coordinación motriz según los baremos específicos construidos para el instrumento (tabla 3).

Tabla 4: *Niveles de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo PRE intervención*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Medio	18	56,3%
Alto	14	43,8%
Total	32	100,0%

El mayor porcentaje de la muestra de estudio en el periodo pre intervención se encontró en un nivel medio de coordinación motriz con un porcentaje de 56,3%, seguido de un grupo en un nivel alto con 43,8% menos que el anterior.

3.1.2.2. Resultados de la valoración del nivel de coordinación motriz posterior a la aplicación de un programa de artes marciales en escolares de Educación General Básica Media en la Unidad Educativa Francisco Flor de la ciudad de Ambato durante el periodo Abril-Septiembre 2022.

Una vez realizada la intervención de un programa artes marciales bajo las mismas condiciones que el período anterior se volvió aplicar el instrumento para valorar las pruebas de coordinación motriz y su puntaje general:

Tabla 5: Resultados por pruebas y general de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo POST intervención

Pruebas de coordinación motriz MABC-2	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Lanzar una diana		3	4	3,81	±0,40
Equilibrio entre 2 soportes		3	4	3,38	±0,49
Andar atrás talón-punta	32	2	4	3,62	±0,55
Salta la pata coja en zig-zag		3	4	3,66	±0,48
Atrapar la pelota con una mano		3	4	3,56	±0,50
Coordinación motriz		15,00	20,00	18,03	±1,18

En base a la sumatoria de puntos alcanzados en las diferentes pruebas de coordinación motriz al igual que en el periodo anterior se calculó el puntaje general que permitió categorizar a la muestra de estudio en diferentes niveles de coordinación motriz según los baremos específicos contruidos para el instrumento en este nuevo periodo (tabla 5)

Tabla 6: Niveles de coordinación motriz en la muestra de estudio periodo POST intervención

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Medio	1	3,1%
Alto	31	96,9%
Total	32	100,0%

En el periodo post intervención una vez aplicado el programa de ejercicios basado en las artes marciales casi en su totalidad la muestra de estudio se encontró un nivel alto de coordinación motriz a excepción de una unidad de análisis que termino en un nivel medio de coordinación motriz.

3.1.2.3. Resultados del análisis de la diferencia entre el nivel inicial de la coordinación motriz posterior a la aplicación de un programa de artes marciales en escolares de Educación General Básica Media en la Unidad Educativa Francisco Flor de la ciudad de Ambato durante el periodo Abril-Septiembre 2022.

Una vez aplicada la intervención y basados en los datos obtenidos en los periodos pre y post intervención se realizó un análisis matemático para determinar la diferencia entre los periodos pres y post intervención obteniendo los siguientes resultados:

Tabla 7: Diferencia de resultados de coordinación motriz entre los periodos POST y PRE intervención en la muestra de estudio

Pruebas de coordinación motriz MABC-2	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Lanzar una diana	32	0	1	0,47	±0,51
Equilibrio entre 2 soportes		0	1	0,53	±0,51
Andar atrás talón-punta		0	1	0,47	±0,51
Salta la pata coja en zig-zag		0	1	0,56	±0,50
Atrapar la pelota con una mano		0	2	0,63	±0,55
Coordinación motriz		0	6	2,66	±1,60

Mediante un análisis obtuve que en todas las pruebas y de manera general hubo una diferencia a favor del periodo post intervención siendo la prueba de atrapar la pelota con una mano la que mayor diferencia presento, seguida de salta la pata coja en zigzag, seguida de la prueba de equilibrio entre dos soportes y con un valor igual las pruebas de lanzar una liana y andar atrás talón punta.

De igual manera se estableció una tabla cruzada para determinar las modificaciones de niveles por periodos de estudio (tabla 7).

Tabla 8: *Análisis cruzado de niveles de coordinación motriz por periodos en la muestra de estudio*

Nivel de coordinación motriz PRE	Nivel de coordinación motriz POST		Total
	Medio	Alto	
Medio	1	17	18
Alto	0	14	14
Total	1	31	32

Los resultados obtenidos muestran que en el nivel de coordinación Pre tenía 18 estudiantes en un nivel medio de los cuales en el Post 1 estudiante se quedó en el nivel medio y los 17 estudiantes subieron al nivel alto, y en el nivel alto en el Pre tenía 14 estudiantes en un nivel alto de los cuales los 14 estudiantes se quedaron en un nivel alto.

3.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

La verificación de la hipótesis de estudio se realizó aplicando la prueba no paramétrica para muestras relacionadas de Wilcoxon, la cual evidencio los siguientes resultados (tabla 8).

Tabla 9: Análisis estadístico de verificación de hipótesis de estudio

Pruebas de coordinación motriz MABC-2	N	PRE intervención		POST intervención		P
		Media	Desviación estándar	Media	Desviación estándar	
Lanzar una diana		2,84	±0,68	3,81	±0,40	
Equilibrio entre 2 soportes		3,16	±0,68	3,38	±0,49	
Andar atrás talón-punta	32	3,09	±0,39	3,62	±0,55	
Salta la pata coja en zig-zag		2,94	±0,67	3,66	±0,48	0,000*
Atrapar la pelota con una mano		3,81	±0,40	3,56	±0,50	
Coordinación motriz		15,38	±1,66	18,03	±1,18	

Nota: Diferencias significativas en un nivel de $P \leq 0,05$ (*)

La prueba estadística aplicada determino un valor de significación en todas las pruebas y en el resultado general de 0,000, el cual se encuentra en un nivel de significación de $P \leq 0,05$, permitiendo aceptar la hipótesis alternativa de investigación que afirma:

Hi: Las artes marciales incide en el desarrollo de coordinación motriz de los escolares.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 CONCLUSIONES

- Se evaluó el nivel inicial de la coordinación motriz en escolares de Educación General Básica Media, donde se determinó que el mayor porcentaje de la muestra de estudio en el periodo pre intervención se encontró en un nivel medio de coordinación motriz con un porcentaje de 56,3%, seguido de un grupo en un nivel alto con 12,5% menos que el anterior.
- Se valoró el nivel de la coordinación motriz posterior a la aplicación de un programa de artes marciales en escolares de Educación General Básica Media, en el cual se determinó que el nivel de coordinación Pre tenía 18 estudiantes en un nivel medio de los cuales en el Post 1 estudiante se quedó en el nivel medio y los 17 estudiantes subieron al nivel alto, y en el nivel medio en el Pre tenía 14 estudiantes en un nivel alto de los cuales los 14 estudiantes se quedaron en un nivel alto.
- Se analizó la diferencia entre el nivel inicial de la coordinación motriz y posterior a la aplicación de un programa de artes marciales, lo cual se determinó que un programa de artes marciales incide en la coordinación motriz, en escolares de Educación General Básica Media.

4.2 RECOMENDACIONES

- Se recomienda evaluar en nivel de coordinación motriz de los estudiantes de manera periódica, para desarrollar un plan de artes marciales y trabajar según las necesidades de los niños, ayudando a mejorar su coordinación motriz.
- Se recomienda que se incluya la práctica de artes marciales para mejorar de una manera dinámica la coordinación motriz y a su vez adquieran conocimiento sobre defensa personal.
- Se recomienda tomar en cuenta la importancia del desarrollo de coordinación motriz en escolares, debido a que los primeros años de vida son importantes y tienen mejor capacidad de recepción, además que ayudara al niño a mejorar sus capacidades físicas, capacitando al niño para que actúe de una manera eficiente y conjunta.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alban, G. P., Arguello, A. E., & Molina., N. E. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 1-11. Obtenido de <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860/1363>
- Angel Elorza, N., Bedoya Ortiz, M., Díaz Vilorio, J. E., González Ríos, M. A., Martínez Rendón, E., & Rodríguez Echeverri, M. (2017). Sedestación ó permanecer sentado mucho tiempo: riesgo ergonómico para los trabajadores expuestos. *CES Salud Pública*, 8(1), 134–147. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=126780443&%0Alang=es&site=ehost-live>
- Aristizabal-Almanza, J. L., Ramos-Monobe, A., & Chirino-Barceló, V. (2018). Aprendizaje activo para el desarrollo de la psicomotricidad y el trabajo en equipo. *Revista Electronica Educare*, 22(1), 1–26. <https://doi.org/10.15359/ree.22-1.16>
- Avelar-Rosa, B., Gomes, M. S. P., Figueiredo, A., & López-Ros, V. (2015). Caracterización y desarrollo del “saber luchar”: contenidos de un modelo integrado para la enseñanza de las artes marciales y de los deportes de combate. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 10(1), 16. <https://doi.org/10.18002/rama.v10i1.1501>
- Bernate, J. (2021). Educación Física y su contribución al desarrollo Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la motricidad. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología En La Cultura Física*, 16(2), 643–661. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/957>
- Caballero-Calderon, G. (2021). Las actividades lúdicas para el aprendizaje [Playful activities for learning Actividades]. *Polo Del Conocimiento*, 6(4), 861–878. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i4.2615>
- Cabeza, R., & Lopez, A. (2018). ESCUELA DE FORMACION DE KARATE DO DE LA UCC Y DEL COLEGIO Ph , D . EDGAR JOHANNI LATORRE ROJAS. UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA. FACULTAD DE EDUCACION.
- Cadena-Iñiguez, P., Rendón-Medel, R., Aguilar-Ávila, J., & Salinas-Cruz. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un. *Redalyc*, 1-16. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2631/263153520009.pdf>
- Cárdenas, A. (2018). “LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS DE PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOTORAS.” UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO-FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.
- Castro, V., & Gaintza, Z. (2019). Efecto del taekwondo en el desarrollo motor de estudiantes de 2o de la Educación Secundaria Obligatoria. *Sportis Sci J*, 5(2),

270–286.

- Cortés, L. (2020). EL JUEGO COMO FORTALECIMIENTO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA GLOBAL Y LA AUTONOMÍA EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS DE 5 A 6 AÑOS EN EL JARDÍN INFANTIL LOS MUÑECOS DE NANY DEL BARRIO NORMANDIA II SECTOR EN BOGOTÁ. Universidad Santo Tomás-Facultad De Educación, 1–176.
- Costa, C. (2022). Pérdida rápida de peso: el caso de los deportes de combate. *MANA*, 28(1), 1–30. <http://old.scielo.br/pdf/mana/v28n1/1678-4944-mana-28-01-e281203.pdf>
- Culqui, W. E. P., Chala, L. D. R. L., Culqui, J. C. P., Culqui, R. C. P., & Álvarez, V. E. V. (2019). Influence of music on the motor and emotional development of 8-10 year-old children. *Revista Cubana de Investigaciones Biomedicas*, 38(2), 104–121.
- Cuzco, M., Rodríguez, S., & Caicedo, J. (2021). La práctica de karate-do y la habilidad motriz en niños con discapacidad intelectual. *Explorador Digital*, 5(3), 126–138. <https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v5i3.1791>
- Flores Fernandez, Z., Chávez Bermudez, B. F., Mier Cisneros, R., & Obregón Avelar, K. A. (2021). Violencia de género en el deporte (Gender violence in sport). *Retos*, 43, 808–817. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.85842>
- García, E., Guillamón, A., & Nieto, L. (2021). Relación entre condición física global, coordinación motriz y calidad de vida percibida en adolescentes españoles. *Acta Colombiana de Psicología*, 24(1), 96–106.
- Galarza, C. R. (2020). Dialnet, 1-5. Obtenido de <file:///C:/Users/Personal/Downloads/Dialnet-LosAlcancesDeUnaInvestigacion-7746475.pdf>
- Galarza, C. R. (2021). DISEÑOS DE INVESTIGACIÓN. Dialnet, 1-7. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7890336>
- Guevara, P., & Calero, S. (2017). La técnica de carrera y el desarrollo motriz en aspirantes a soldados. *Rev. Cuba. Invest. Bioméd.*, 36(3), 0–0.
- Haro, C. (2021). La coordinación motriz y su incidencia en el cometimiento de los errores técnicos de la patada Mondolyo Furyo Chagui, categoría juvenil. *UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO*, 53. <http://dSPACE.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/7646/1/06678.pdf>
- Herrera-Valenzuela, T., Castillo-Fuentes, B., Cuadra-Aguilar, D., Zubieta-Planella, B., Valdés-Badilla, P., & Cofre-Bolados, C. (2018). Pérdida rápida de peso: el caso de los deportes de combate. *Rev Med Chile*, 1(146), 947–952. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v146n11/0717-6163-rmc-146-11-1361.pdf>
- Herrera-Valenzuela, T., Castillo-Fuentes, B., Cuadra-Aguilar, D., Zubieta-Planella, B., Valdés-Badilla, P., & Cofre-Bolados, C. (2019). Artes marciales y deportes

de combate: una alternativa para mejorar la salud. *Sportis Sci J*, 5(2), 270–286. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2019.24.1.2>

- Medina Hernández. (2021). Propuesta De Innovación El Karate En La Asignatura De Educación Física. Universidad de La Laguna.
- Mullo, J. (2021). Universidad Técnica de Ambato Universidad Técnica de Ambato. In Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato (Vol. 593, Issue 03).
- Munzon-Chuya, P. L., & Jarrín-Navas, S. A. (2021). Las actividades lúdicas y la coordinación motriz en las clases de educación física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 483. <https://doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1250>
- Pires, D. A., Lima, P. A., & Penna, E. M. (2019). Resilience in Mixed Martial Arts Athletes: Relationship between stressors and psychological protection factors | Resiliência em atletas de Artes Marciais Mistas: Relação entre estressores e fatores psicológicos de proteção | Resiliencia em atletas de Arte. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 19(2), 243–255.
- Reche-García, C., Martínez-Rodríguez, A., Gómez-Díaz, M., & Hernández-Morante, J. J. (2020). Análisis de la resiliencia y dependencia en deportes de combate y otras modalidades deportivas. *Suma Psicológica*, 27(2), 70–79. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2020.v27.n2.1>
- Roig Hierro, E., Guillem Molins, M., & Batalla Flores, A. (2022). Actividad física puntual y memoria motriz, los elementos de la interacción: Revisión Scoping. *Retos*, 45, 410–421. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
- Rosa Guillamón, A., Carrillo López, P. J., & García Cantó, E. (2021). Capacidad aeróbica y coordinación motriz en escolares de primaria. *Revista Educación*, 45, 0–12. <https://doi.org/10.15517/revedu.v45i1.41509>
- Sauleda, L. A., Gavilán, D., & Martínez, J. E. (2021). La brecha de género en el deporte. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 38(2), 73–86.
- Vidarte Claros, J. A., Vélez Álvarez, C., & Parra Sánchez, J. H. (2018). Coordinación motriz e índice de masa corporal en escolares de seis ciudades colombianas. *Revista U.D.C.A Actualidad & Divulgación Científica*, 21(1), 15–22. <https://doi.org/10.31910/rudca.v21.n1.2018.658>
- Zapata Lamana, R., Cigarroa Cuevas, I., Monsalvez Álvarez, M., Cenzano Castillo, L., Matus Castillo, C., Illanes Aguilar, L., & Poblete-Valderrama, F. (2021). Impacto de la actividad física programada sobre el rendimiento motor de preescolares (Impact of scheduled physical activity on motor performance in preschoolers). *Retos*, 44(2019), 319–327. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91028>

ANEXOS

ANEXO 1

DESARROLLO DEL TEST



3.- Aplicación: Descripción de las Pruebas del Test.

Puntería y Atrape

Pruebas aplicadas por rango de edad			
Pruebas	Rango 1 (4-6 años)	Rango 2 (7-10 años)	Rango 3 (11-16 años)
Atrapar el saquito	✓		
Lanzar el saquito a una diana	✓		
Atrapar con dos manos		✓	
Lanzar el saquito a una diana		✓	
Atrapar la pelota con una mano			✓
Lanzar a una diana			✓

3.- Aplicación: Descripción de las Pruebas del Test.

Equilibrio

Pruebas	Pruebas aplicadas por rango de edad		
	Rango 1 (4-6 años)	Rango 2 (7-10 años)	Rango 3 (11-16 años)
Equilibrio sobre una pierna	✓		
Andar de puntillas	✓		
Saltar sobre alfombrillas	✓		
Equilibrio sobre un soporte		✓	
Andar adelante talón-punta		✓	
Saltar a la pata coja en línea		✓	
Equilibrio sobre dos soportes			✓
Andar atrás talón-punta			✓
Saltar a la pata coja en zig-zag			✓

11 MABC - 2, Batería de evaluación del movimiento para niños - 2

PEARSON

ATRAPAR LA PELOTA CON UNA MANO

Mala: Cuando la pelota no tiene dirección y se le cae

Regular: cuando atrapa el balón, pero se le cae

Buena: logra atrapar el balón, pero con dificultad

Excelente: atrapa el balón sin dificultad



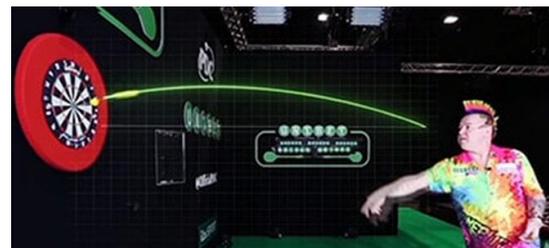
LANZAR UN DIANA

Mala: si no llega al punto centro

Regular: si llega al borde del punto centro

Buena: si llega cerca del punto centro

Excelente: si da en el punto centro



EQUILIBRIO ENTRE DOS SOPORTES

Mala: si pierde el equilibrio y si sale de la zona de caminata, al inicio o menos de la mitad.

Regular: si pierde el equilibrio y se sale de la zona de caminata, pasado de la mitad

Buena: si pierde el equilibrio, pero logra pasar todo el tramo de caminata.



Excelente: logra pasar todo el tramo, sin salirse de la zona de caminata.

ANDAR ATRÁS TALÓN-PUNTA

Mala: si pierde el equilibrio y si sale de la zona de caminata, al inicio o menos de la mitad.

Regular: si pierde el equilibrio y se sale de la zona de caminata, pasado de la mitad

Buena: si pierde el equilibrio, pero logra pasar todo el tramo de caminata.



Excelente: logra pasar todo el tramo, sin salirse de la zona de caminata.

SALTAR A LA PATA COJA EN ZIG-ZAG

Mala: si no tiene equilibrio

Regular: si pierde el equilibrio, pero logra pasar más de la mitad del tramo

Buena: si pierde el equilibrio, pero logra pasar todo el tramo

Excelente: si tiene equilibrio y logra pasar le tramo, sin dificultad



Mala: 1

Regular: 2

Buena: 3

Excelente: 4



DESARROLLO DEL PROGRAMA DE ARTES MARCIALES



DESARROLLO DEL PROGRAMA DE COORDINACION MOTRIZ



PLANIFICACION

UNIDAD EDUCATIVA “FRANCISCO FLOR”

Periodo: ABRIL 2022- SEPTIEMBRE 2022

Curso: Séptimo “D”

Nombre del docente: ZAPATA GUAMANQUISPE EVELYN LIZBETH

Cantidad de alumnos: 32

Clase: TÉCNICA PARA GUARDIA DE COMBATE, GOLPE BRAZO IZQUIERDO (JACK 1) Y GOLPE BRAZO DERECHP (2).

Materiales:

- Silbato
- Cancha amplia

Objetivo Instructivo: Ejecutar los movimientos explicados usando la técnica adecuada.

Objetivo Desarrollador: Aprender la técnica adecuada para así desarrollar coordinación en cada uno de los golpes.

Objetivo Educativo: Desarrollar las habilidades y destrezas mediante artes marciales por medio de la entrega e interés de la clase de Educación Física.

	ACTIVIDAD	Tiempo de Recuperación	Repetición	Procedimientos Organizativos	Orientaciones Metodológicas
I N I C I A L	Saludo	1m	0	<ul style="list-style-type: none"> • Filas 	<ul style="list-style-type: none"> • Corrección de errores
	Explicación del objetivo	1m		<ul style="list-style-type: none"> • Filas 	<ul style="list-style-type: none"> • Planos superiores e inferiores
	Calentamiento General	4m		<ul style="list-style-type: none"> • Caminando alrededor de la cancha. 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientado por el profesor
	Calentamiento Especifico	5m			

P R I N C I P A L	<p>Explicar la posición para guardia de combate.</p> 	10m	4	2 columnas (12 estudiantes)	<p>Corrección de errores</p> <p>Colocar los pies a la altura de los hombros, las manos tienen que estar colocadas a la altura de su cara.</p> <p>Desplazar la pierna derecha hacia atrás y mantener la pierna izquierda en su lugar, alzar la mano izquierda a la altura de la nariz y con la mano derecha cubrir su mejilla derecha.</p> <p>El estudiante flexiona sus rodillas considerablemente.</p> <p>Observar que el alumno cubra con sus codos sus costillas. Sus hombros tienen que estar cubriendo su cuello.</p>
	<p>Ejecutar los primeros golpes con las manos en posición de guardia.</p> 	10m	N/F	2 columnas (10 estudiantes)	

	Juego Integrador				Desarrollo del juego cumpliendo las reglas.
		8m		En equipos	
F	Estiramiento	4m	0	En filas	Orientado por el profesor
I	Conclusiones	1m			
N	Recolección de materiales	1m			
A					Evaluación su criterio de medida
L					Asegurarse que los estudiantes cumplan lo planteado