



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en  
estudiantes de una institución educativa rural de Ferreñafe

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Maestro en Psicología Educativa

**AUTOR:**

Vera Mechan, Walter Hugo (orcid.org/0000-0003-2292-3183)

**ASESORES:**

Dra. Salazar Cabrejos, Rosa Eliana (orcid.org/0000-0002-1144-2037)

Dr. Ramos de la Cruz, Manuel (orcid.org/0000-0001-9568-2443)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Innovaciones Pedagógicas

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

CHICLAYO – PERÚ

2024

## **DEDICATORIA**

En primer lugar, dar gracias a Dios y a la Virgen por darme la voluntad, la fuerza, la perseverancia de permitirme terminar esta maestría. También agradecer a mis padres que siempre me han brindado su apoyo incondicional para poder concretar con todos mis objetivos personales y profesionales.

Expreso mi gratitud a mis hermanos, mi hija Anju, quienes supieron brindarme su tiempo para escucharme y apoyarme quienes supieron estar cuando más los necesitaba. Gracias infinitas a mi amor Mayra por su soporte y motivación de siempre, sin ustedes, todo esto no habría sido posible.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a cada uno de los profesores de esta maestría por su dedicación, paciencia, por su guía y todos sus consejos en este nuevo camino del saber.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

|  |     |
|--|-----|
| CARÁTULA .....   | i   |
| DEDICATORIA .....  | ii  |
| AGRADECIMIENTO .....   | iii |
| ÍNDICE DE CONTENIDOS .....                                   | iv  |
| ÍNDICE DE TABLAS .....                                       | v   |
| ÍNDICE DE FIGURAS .....                                      | v   |
| RESUMEN .....  | vi  |
| ABSTRACT .....   | vii |
| I. INTRODUCCIÓN .....  | 1   |
| II. MARCO TEÓRICO .....                                      | 4   |
| III. METODOLOGÍA .....                                       | 14  |
| 3.1. Tipo y diseño de investigación .....                    | 14  |
| 3.2. Variables y operacionalización .....                    | 15  |
| 3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis ..... | 16  |
| 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....   | 16  |
| 3.5. Procedimientos .....                                    | 17  |
| 3.6. Método de análisis de datos .....                       | 17  |
| 3.7. Aspectos éticos .....                                   | 17  |
| IV. RESULTADOS .....   | 18  |
| V. DISCUSIÓN .....   | 23  |
| VI. CONCLUSIONES .....                                       | 29  |
| VII. RECOMENDACIONES .....                                   | 30  |
| VIII. PROPUESTA .....  | 31  |
| REFERENCIAS  |     |
| ANEXOS   |     |

## INDICE DE TABLAS

|                |   |    |
|----------------|---|----|
| <b>Tabla 1</b> | Resultados de la Dimensión 1 – Comprensión corporal en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023           | 18 |
| <b>Tabla 2</b> | Resultados de la Dimensión 2 – Salto en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023                          | 19 |
| <b>Tabla 3</b> | Resultados de la Dimensión 3 – Estática corporal en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023              | 20 |
| <b>Tabla 4</b> | Resultados de la variable coordinación motora gruesa en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023          | 21 |
| <b>Tabla 5</b> | Resultados del coeficiente V de Aiken del instrumento aplicado a los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023 | 22 |
| <b>Tabla 6</b> | Descripción de la propuesta   | 35 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                 |   |    |
|-----------------|---|----|
| <b>Figura 1</b> | Diseño descriptivo - propositivo                                | 14 |
| <b>Figura 2</b> | Estructura de la propuesta de un programa de ejercicios físicos | 34 |

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo diseñar un Programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una institución educativa rural de Ferreñafe. La metodología empleada es de tipo básica con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal, descriptivo. Considerando una muestra de 32 estudiantes, utilizando una lista de control de 20 ítems y tres categorías de evaluación como inicio, en proceso y logrado. Los resultados revelaron que una gran mayoría, el 81.3% de los estudiantes, se encuentran en un bajo nivel de comprensión corporal, lo que podría afectar su coordinación motora y percepción del espacio. Además, se identificó que el 96.9% no ha desarrollado completamente el control postural y la orientación corporal, en áreas específicas como saltos, equilibrio, flexibilidad y fuerza muscular, ningún estudiante alcanzó un nivel alto, predominando niveles bajos o medios. Por ende, se propuso un programa de ejercicios físicos para atender las deficiencias presentes en estas destrezas.

**Palabras clave:** programa de ejercicios físicos, coordinación motora gruesa, comprensión corporal, juegos grupales.

## ABSTRACT

The present research aimed to design a Physical Exercise Program for gross motor coordination in students from a rural educational institution in Ferreñafe. The methodology used was basic with a quantitative approach, non-experimental, cross-sectional, and descriptive. Considering a sample of 32 students, using a 20-item checklist and three evaluation categories such as initial, in progress, and achieved. The results revealed that a large majority, 81.3% of the students, are at a low level of body comprehension, which could affect their motor coordination and spatial perception. Additionally, it was identified that 96.9% have not fully developed postural control and body orientation in specific areas such as jumps, balance, flexibility, and muscular strength; no student reached a high level, with low or medium levels predominating. Therefore, a Physical exercise program was proposed to address the deficiencies present in these skills

**Keywords:** Physical exercise program, gross motor coordination, body understanding, group games.

## I. INTRODUCCIÓN

Durante la etapa infantil, la motricidad gruesa desempeña un papel vital, influyendo en la salud física y habilidades motoras fundamentales. Estas habilidades, como caminar, correr y saltar, no solo son cruciales en la autonomía y participación en actividades diarias, sino que también contribuyen al desarrollo cognitivo y socioemocional de los niños. Estimular la coordinación motora gruesa desde una edad temprana sienta los cimientos para un crecimiento completo y saludable, capacitando a los niños para afrontar los retos tanto físicos como cognitivos a lo largo de su existencia. Asimismo, la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2023) hace referencia a la realización de actividades físicas, esencial para la salud integral, previene enfermedades y reduce síntomas de ansiedad y depresión, también, beneficia el crecimiento en jóvenes y mejora habilidades cognitivas; sin embargo, a pesar de sus numerosos beneficios, aproximadamente el 25% de los adultos y más del 80% de los jóvenes no satisfacen los niveles de actividad física recomendados, relacionado con un mayor riesgo de mortalidad.

En la misma línea, Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) hace referencia que los niños y adolescentes de 5 a 17 años se aconseja realizar, durante la semana, al menos una hora diaria de actividades físicas moderadas a intensas, principalmente aeróbicas. Además, se recomienda incorporar ejercicios que fortalezcan músculos y huesos al menos tres veces por semana.

En España, un estudio abordó el desafío de asegurar el desarrollo motor en la Educación Física escolar, centrándose en la coordinación. Se propuso mejorar los patrones de coordinación en alumnos de primaria mediante un plan de intervención de 41 sesiones. Se utilizó un diseño mixto con observaciones exhaustivas y el test 3JS. Se implementó un sistema de observación de coordinación y se encontraron diferencias significativas en los patrones antes y después de la intervención. Concluyendo, la intervención pedagógica mostró impacto positivo en la coordinación motora de los alumnos (Romeu et al., 2023).

Por ende, la importancia de diseñar programas educativos más efectivos, considerando estrategias pedagógicas y sesiones específicas para fomentar el desarrollo coordinativo. En una I.E. rural de Ferreñafe, se evidencia la baja coordinación motora gruesa en los alumnos. Esto se refleja en la disminución en el rendimiento y participación en actividades físicas, debido a la falta de implementación de un programa estructurado de ejercicios en las clases de educación física y la limitada variedad de actividades enfocadas en la mejora de la coordinación motora gruesa. Según, Kemp et al. (2022) a través de su investigación longitudinal examinó el impacto de dos programas de desarrollo motor en estudiantes en Sudáfrica. Ambos programas mejoraron significativamente el rendimiento motor, siendo el enfoque orientado al proceso más efectivo, que se ejecutaron en 21 semanas en 75 estudiantes.

Además, se observa en los alumnos que presentan frustración y baja autoestima en relación con sus habilidades físicas generado por la ausencia de apoyo y orientación específica de los docentes de educación física. También, un mayor riesgo de lesiones durante las actividades físicas, debido a la inadecuada supervisión y corrección de la técnica de estos profesores. Lo mencionado se respalda por un estudio realizado por Campbell-Pierre & Rhea (2023) que abordaron el aumento de caídas como el factor principal detrás de las lesiones en infantes menores de 15 años, relacionado con la creciente sedentarización y déficits en la coordinación motora y a través de la herramienta de evaluación alemana Körperkoordinationstest für Kinder (KTK), identificar deficiencias en la coordinación motora.

Finalmente, el desinterés y aversión hacia la educación física, causada por la falta de conexión entre las actividades propuestas y el interés de los estudiantes. En Australia, Georgakis & Hooper (2021) estudiaron los valores y actitudes de los padres hacia la educación física y el deporte, evidenciando la implicación de los progenitores tiene un impacto positivo en la participación de sus hijos, enfatizando la necesidad de políticas que promuevan experiencias deportivas juveniles.

Ante lo mencionado se plantea: ¿De qué manera un programa de ejercicios físicos ayudará en la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023?

Un programa de ejercicios físicos se debe fundamentar en sólidas bases teóricas que integran principios de desarrollo motor y pedagogía del movimiento. Por ello, tenemos las teorías como la del Desarrollo Motor de Gallahue, del Desarrollo Motor de Gesell, del Aprendizaje Motor de Schmidt, del Desarrollo Cognitivo de Piaget y Socio constructivista de Vygotsky. Desde una perspectiva práctica, tiene el potencial de contribuir al bienestar integral de los estudiantes, tanto en el presente como a lo largo de sus vidas. Además, la justificación social de este programa destaca su capacidad para abordar desafíos y necesidades sociales, contribuyendo a una sociedad más saludable, equitativa e inclusiva. Finalmente, metodológicamente se centra en la elección de enfoques y métodos que aseguren la calidad y aplicabilidad de los resultados, contribuyendo a la efectividad y validez del programa propuesto.

A continuación, se plantea el objetivo general: Diseñar un programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una institución educativa rural de Ferreñafe, 2023. Los objetivos específicos son: a) Identificar el nivel de capacidad de comprensión corporal en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe; b). Identificar el nivel de capacidad de salto en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe; c) Diagnosticar el nivel estático corporal en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe; d) Diagnosticar el nivel de coordinación motora gruesa en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe; e) Validar un programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe. Finalmente, se planteó como hipótesis general: El diseño de un programa de ejercicios físicos ayudará en la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe.

## II. MARCO TEÓRICO

Este estudio se abordan conceptos clave relacionados con la coordinación motora, su importancia en la educación y se revisan investigaciones anteriores que respaldan la necesidad de implementar programas similares. Este análisis proporciona una base sólida para la elaboración y llevar a cabo el programa de ejercicios físicos.

En Rusia, un estudio exploró nuevos enfoques para desarrollar habilidades de coordinación en niños de primaria mediante métodos científicos generales. Se realizó un análisis exhaustivo de la literatura científica, abarcando temas como el control del movimiento humano, psicofisiología, pedagogía y psicología. Aunque la educación física y deportes han recibido atención, se destacó la necesidad de más investigación, especialmente en aspectos psicológicos y pedagógicos, considerando los patrones psicofisiológicos en la adquisición de habilidades motoras (Pozdeeva et al., 2023).

También, Guo (2023) evaluó el entrenamiento en inestabilidad para mejorar la habilidad motora coordinada en alumnos brasileños de fútbol, abordando la falta de evidencia científica en este enfoque popular entre entrenadores. Los 50 alumnos durante seis semanas, en el grupo experimental (GE) incorporó entrenamiento en inestabilidad, mientras que el grupo de control (GC) siguió el entrenamiento habitual. Se llevaron a cabo evaluaciones de equilibrio y se analizaron los cambios en el rendimiento. El grupo experimental mostró mejoras significativas en equilibrio y rendimiento en comparación con el grupo de control.

En China, Yu (2023) estudió la fatiga muscular y el equilibrio corporal en entrenamiento de jogging. Se seleccionaron 60 estudiantes sedentarios, divididos aleatoriamente en GC y GE. Mientras el GC realizaba actividades deportivas rutinarias, el GE seguía un protocolo de entrenamiento de jogging. Para realizar el estudio estadístico se recopilaron datos antes y después de la intervención. Se observó que el resultado de la evaluación del paso vestibular disminuyó de 20.56 a 13.87, lo que implicó una mejora significativa en la capacidad de equilibrio corporal y flexibilidad.

En un estudio en Estambul, se evaluó si la participación en actividades de educación física afecta la calidad de vida y las habilidades motoras de infantes con limitación cognitiva. El GE, que recibió un programa durante 14 semanas, mostró mejoras significativas en habilidades motoras y calidad de vida en comparación con el GC. Se concluyó que la educación física contribuye positivamente al desarrollo integral de niños con discapacidad intelectual, mejorando sus habilidades motoras y calidad de vida (Özkan & Kale, 2023).

En la India, un estudio abordó el Trastorno del Desarrollo de la Coordinación (DCD), una condición que afecta las habilidades motoras en niños sin discapacidades intelectuales o neurológicas. Se revisaron sistemáticamente 72 artículos publicados entre 2000 y 2021 que examinaron intervenciones motoras para mejorar las habilidades de movimiento en niños con DCD y su impacto en la aptitud cardiovascular y respiratoria. Los resultados indican que las intervenciones motoras, como deportes organizados y ejercicios, mejoran significativamente la calidad de vida al abordar la inactividad y las dificultades de movimiento en niños con DCD (Sujatha et al., 2022).

Además, en Alemania, Crotti et al. (2022) evaluó la competencia motora y la actividad física (AF) en niños dentro de la educación física (EF) primaria, comparando la pedagogía lineal, la pedagogía no lineal y la práctica habitual. Participaron 162 niños de 5-6 años en nueve escuelas primarias. No se detectan diferencias importantes en los niveles de AF moderada a vigorosa (AFMV) durante la EF entre las pedagogías y la práctica habitual. Ambas pedagogías mostraron prácticas docentes más favorables para la AFMV en comparación con la práctica habitual. Aunque no se observaron diferencias significativas, se sugiere refinar estas pedagogías para mejorar la AFMV junto con la competencia motora.

También, un estudio examinó el avance de la coordinación motora gruesa (CMG) en infantes neerlandeses durante un año escolar. Se realizaron pruebas de la versión modificada del Körper Koordinations Test für Kinder (KTK3+) dos veces en un año escolar con 2594 niños neerlandeses de 6 a 12 años. El KTK3+ incluye pruebas de caminar hacia atrás, moverse lateralmente, saltar lateralmente y coordinación ojo-mano. Aunque en promedio hay mejoras, se destacan

diferencias individuales significativas. La investigación resalta la necesidad de programas de educación física más personalizados y el uso adecuado de herramientas de evaluación de la CMG (Niet et al., 2022).

De la misma manera, Yli-Piipari et al. (2022) evaluaron la estabilidad de indicadores de alfabetización física en la actividad física medida objetivamente en estudiantes escolares finlandeses (450) de quinto a sexto grado. Factores como la resistencia cardiorrespiratoria y la actividad física en educación física (EF) fueron predictores significativos de la práctica deportiva.

Asimismo, Gutierrez (2021) en un estudio cuasi experimental, se usaron juegos recreativos para mejorar la coordinación motora gruesa en 62 escolares. Se observó que, tras el programa, el 67.7% del grupo pasó de un nivel inicial al nivel en desarrollo. En la dimensión del salto, el 77.4% inicialmente en el nivel básico mejoró, con un 54.8% en nivel en desarrollo y un 32.3% en nivel alcanzado. Se concluyó que talleres con juegos lúdicos son eficaces para mejorar la coordinación motora gruesa en niños, una herramienta útil para profesores de educación física.

Además, Del Castillo (2019) analizó la coordinación motora gruesa en alumnos (n=44) de cuarto grado de primaria a través de gimnasia rítmica, usando un diseño cuasi experimental con GE y GC, se encontró que el 33.33% y 66.67% se encuentran en el nivel medio y bajo de coordinación motora. Con respecto a su dimensión comprende su cuerpo, el GE reportó que el 95.24% se encontraba en un nivel muy bajo y luego de ser aplicado el programa ningún estudiante se encontraba en este nivel. Se concluye el impacto positivo del plan de gimnasia en mejorar esta coordinación motora.

Asimismo, Paredes (2019) evaluó el grado de habilidad en la coordinación de movimientos en los estudiantes, proponiendo un programa educativo a través de actividades lúdicas y estimulación motora, a través de una metodología descriptivo-propositivo, correlacional y no-experimental. Se basa en teorías de desarrollo de competencia motriz, Piaget y Bruner. Se encontró que el 55% de 36 estudiantes se encuentra en nivel bajo en relación a la coordinación motora gruesa y en corporal estático se encuentra el 60% en nivel bajo. Se concluye que

el programa planteado se orienta en el juego como procesos interactivos entre los escolares que tiene un rol esencial en la coordinación motora.

En relación a los programas de ejercicios físicos, Panata (2023) en Ecuador se centró en estrategias lúdicas para mejorar la motricidad gruesa de escolares. Este estudio cuantitativo - no experimental descriptivo que empleó la observación con una muestra de 23 niños, destacó que la motricidad gruesa no se desarrolla de acuerdo a la cronología esperada. Destacó la relevancia de que los docentes utilicen estrategias pertinentes para mejorar la motricidad gruesa. Concluyó que estas estrategias lúdicas fortalecen el desarrollo físico de los escolares. El estudio demostró que la implementación adecuada de estrategias puede mejorar la motricidad gruesa, especialmente si se aborda desde un problema comprobado.

Además, en China, un estudio examinó el impacto del entrenamiento funcional en el bienestar de los adolescentes (n=60) con el objetivo de abordar la obesidad vinculada a un estilo de vida poco activo. Tras una intervención de dos clases semanales de entrenamiento funcional durante un semestre, se observaron mejoras significativas en índices bioquímicos, equilibrio, fuerza muscular, flexibilidad y más. Concluyendo que el entrenamiento funcional puede eficazmente mejorar la salud física y el interés deportivo de los adolescentes (Yang, 2023).

En Nueva Zelanda, Cooke et al. (2023) investigaron sobre el impacto de un enfoque pedagógico no lineal (NP) en la educación física de la escuela primaria sobre la competencia en habilidades motoras de niños de 6 a 9 años. Durante 9 semanas, se comparó con un enfoque lineal (LP). Se observaron mejoras significativas en la coordinación motora y el rendimiento en juicio de tiempo de contacto solo en el grupo NP. En el período de retención, el grupo NP mostró una superioridad significativa en la coordinación motora. Los resultados respaldan la eficacia del enfoque no lineal en mejorar la competencia motora en niños, sugiriendo su mayor adopción en la educación física escolar primaria.

Un estudio de Santayana de Souza et al. (2023) exploraron el impacto de intervenciones en el Clima Motivacional de Dominio (CMD) y el Clima de Juego de

Ejercicio (CJE) en niños de Brasil con y sin Trastorno del Desarrollo de la Coordinación (TDC). Se asignaron aleatoriamente 255 niños a los grupos CMD y CJE. Se evaluaron parámetros como rendimiento motor, actividad física, autopercepciones, IMC, participación en lecciones y tiempo de juego y pantalla. Las intervenciones resultaron en mejoras significativas, incluyendo aumento de la actividad física y habilidades motoras, así como mejoras en la autopercepción y la participación exitosa. Se concluyó que las relaciones entre estos factores variaron entre grupos, subrayando la importancia tomar en cuenta las exigencias particulares de los infantes con y sin TDC en las intervenciones educativas y de salud.

El estudio de Rusia abordó la mejora del proceso educativo y de entrenamiento en taekwondo, explorando el impacto del entrenamiento CrossFit en jóvenes atletas (56 jóvenes). Se formaron grupos experimentales y de control, introduciendo complejos de CrossFit para mejorar el rendimiento físico. Los resultados confirman la eficacia del CrossFit en aumentar las capacidades cardio respiratorias y las habilidades motoras en comparación con el entrenamiento tradicional de taekwondo. Estos hallazgos tienen implicaciones prácticas para la preparación de atletas principiantes en taekwondo (Romanova et al., 2023). Basado en lo expuesto, los programas de entrenamiento, permiten desarrollar las capacidades físicas clave, beneficiando así la salud y el rendimiento.

También, en Rusia, un estudio evaluó la eficacia de programas de intervención terapéutica en niños y adolescentes con Trastorno del Desarrollo de la Coordinación Motora (DCD) mediante actividades físicas y deportes. La revisión de 48 documentos de 2014 a 2022 reveló mejoras en habilidades motoras y funcionalidad diaria en la mayoría de los casos, aunque algunos programas no lograron mejorar el equilibrio. Las conclusiones sugieren la necesidad de intervenciones más extensas y bien estructuradas, considerando muestras homogéneas y herramientas de evaluación adecuadas para obtener resultados más sólidos (Zaragas et al., 2023).

La investigación analizó cómo el entrenamiento en artes marciales chinas, específicamente en boxeo, afectó las habilidades motrices de universitarios. Tras

ocho semanas de entrenamiento específico, el GE mostró un progreso notable en habilidades de equilibrio y coordinación, evidenciando la eficacia del entrenamiento en boxeo chino para mejorar las habilidades motoras de los estudiantes (Li, 2023).

En Brasil, Zhang & Zhang (2023) evaluaron los efectos del entrenamiento de juegos deportivos integrados para activar y recuperar la capacidad de percepción y potenciar las habilidades motoras básicas. Se llevó a cabo un experimento controlado con 120 niños, dividiéndolos en GC Y GE. Luego del entrenamiento, el grupo experimental mostró mejoras significativas en varias habilidades motoras, mientras que el GC no experimentó cambios notables. La conclusión sugiere que el entrenamiento de habilidades motoras básicas en esta edad puede beneficiarse positivamente al incorporar juegos deportivos integrados.

Además, Ruiz-Ariza et al. (2023) analizaron los efectos de un programa de 4 semanas que combinó contenido cognitivo en Educación Física en adolescentes. Se realizó un ensayo controlado aleatorio con tres grupos. Los resultados mostraron mejoras significativas en la atención, concentración, habilidades matemáticas y sociabilidad en los grupos que participaron en actividades cognitivamente desafiantes, especialmente en el grupo que implementó el programa CogniPE (Programa que integra contenidos cognitivos en Educación Física). Esto sugiere que integrar componentes cognitivos en la educación física puede mejorar la capacidad emocional y el desempeño mental de los adolescentes, lo que respalda su implementación en entornos educativos.

También, un estudio investigó los efectos a largo plazo de un programa de intervención orientado a la tarea para niños brasileños (69) con probable trastorno del desarrollo de la coordinación a un GE y GC. Ambos grupos participaron en clases de educación física, mientras que el GE tuvo sesiones adicionales de desarrollo de habilidades motoras durante 12 semanas. Se evaluaron con el Movement Assessment Battery for Children-2 en pre y posprueba y seguimiento. Los resultados mostraron mejoras significativas en destreza manual, equilibrio y puntaje total en el grupo de intervención, y estos efectos positivos se mantuvieron en el seguimiento (De Oliveira et al., 2022).

Asimismo, en España, Cenizo-Benjumea et al. (2022) se analizaron el efecto de un plan de Educación Física gamificado en la coordinación motora, potenciando las piernas y destreza física de escolares de 8 a 11 años. Con un diseño cuasiexperimental pre-post en un GE y un GC. La intervención mejoró el rendimiento en fuerza, agilidad y coordinación motora sin diferencias significativas según el sexo o la edad.

En Cochorco, Vila (2022) determinó el impacto del juego cooperativo en el progreso de la coordinación motora gruesa en infantes. Se evaluaron 18 niños con una guía de observación en pre test y pos test. Los hallazgos mostraron una mejora significativa, pasando del 56% al 89% en el nivel alto de motricidad gruesa. Concluyendo que los juegos cooperativos influyen positivamente en el progreso motor y recomienda su incorporación en la enseñanza para un desarrollo integral de los niños.

En Jaén, Lozano (2022) estudió la mejora de motricidad gruesa y propuso estrategias a través de los juegos tradicionales. Se utilizó una metodología cualitativa y descriptiva -propositiva, evaluando a 42 estudiantes en indicadores como desplazamiento y procesamiento de información. Los resultados mostraron que la mayoría tiene una motricidad gruesa moderada, con limitada experiencia en juegos tradicionales.

Asimismo, Rimac (2019) se enfocó en un proyecto de psicomotricidad para mejorar el control físico en movimientos amplios o grandes en infantes. Utilizó una metodología básica y una muestra de 25 escolares, empleando cuestionarios como instrumento. Se evidenció niveles deficientes o regulares en coordinación motora gruesa. Se concluyó que las actividades del programa promueven una mejor coordinación motora y contribuyen al desarrollo psicomotor de los escolares.

En relación a los instrumentos para medir la motricidad gruesa, un artículo abordó la identificación precoz de cambios en el desarrollo psicomotor, centrándose en herramientas de pesquisa utilizadas en Latinoamérica. Se compararon tres instrumentos (PRUNAPE, EDIN y Escala Abreviada de Desarrollo) en 28 niños de 5 años. Los resultados indicaron similitudes en el

desempeño general y en ítems homólogos según áreas de evaluación, concluyendo que los tres instrumentos proporcionan resultados comparables (Sehgal et al., 2023).

Además, un estudio examinó el impacto de la exposición al ciclón Aila en la India en niños pre adolescentes. Incluyó a 700 niños expuestos prenatal o post natal, evaluando habilidades motoras con la Prueba de Bruininks-Oseretsky. No hubo diferencias en el momento de exposición durante el embarazo. La exposición prenatal afectó áreas motoras, y la postnatal, destreza manual, coordinación, equilibrio y velocidad/agilidad (Gomula et al., 2023).

También, Romero et al. (2018) evaluaron el desarrollo infantil con el Cuestionario de Edades y Etapas, tercera edición (ASQ-3). Se validó en 630 niños de 1 a 66 meses en un hospital público, con una sensibilidad del 88%, una especificidad del 94%, y valores predictivos positivos y negativos del 88% y 96%, respectivamente, en contraste con la Prueba Nacional de Pesquisa, el ASQ-3 detectó que el 19,5% de los niños tenían riesgo de trastornos del neurodesarrollo. Esto indica que es un método eficaz, rápido y económico para evaluar el desarrollo infantil.

Integrar estos enfoques teóricos ayudará a desarrollar un programa integral que aborde no solo las habilidades motoras, sino también aspectos cognitivos, sociales y emocionales de los estudiantes. Tenemos la Teoría del Desarrollo Motor de Gallahue, propone etapas secuenciales en el desarrollo motor, enfatizando la importancia de actividades motoras fundamentales para un crecimiento motor óptimo. A través de un estudio de Salehi et al. (2021) se examinó el modelo de aprendizaje motor de Gallahue basado en tres niveles, incorpora elementos de modelos de Fitts y Posner y Gentile, proporcionando pautas específicas para instructores a lo largo del continuo de aprendizaje, evidenciándose es el modelo más completo y coherente en términos de funcionalidad, ofreciendo indicaciones específicas para maximizar el aprendizaje en cada etapa.

Asimismo, la Teoría del Desarrollo Motor de Gesell que enfoca el desarrollo motor como parte integral del desarrollo global del niño, considerando factores

biológicos y ambientales. En un estudio realizado por Gao et al. (2023) a través de la Escala de Desarrollo Gesell, destacó la influencia del sueño en los efectos de estas intervenciones en el desarrollo motor y el comportamiento interno.

Además, la Teoría del Aprendizaje Motor de Schmidt, centrándose en los procesos de aprendizaje motor, destacando la práctica, la retroalimentación y la transferencia de habilidades motoras. Según Vařeka (2021) esta teoría se centra en la idea de que el cerebro utiliza programas motores almacenados para controlar y coordinar acciones complejas y menciona que Schmidt y otros investigadores han influido significativamente en el entendimiento de la funcionalidad del sistema nervioso, organiza y ejecuta movimientos, marcando un hito en la investigación del control motor.

En la misma línea tenemos teorías relacionadas con los aspectos emocionales, cognitivos y sociales; entre ellas se tiene la Teoría Socio constructivista de Vygotsky, que resalta la influencia del entorno social y la interacción en el desarrollo motor, abogando por actividades guiadas y la colaboración entre pares. En una investigación realizada por Boucher et al. (2022) resalta la importancia de Vygotsky en la comprensión del desarrollo motor en contextos educativos. También la Teoría del Desarrollo Cognitivo de Piaget, que analiza la conexión entre la habilidad motriz y el progreso cognitivo, sugiriendo actividades que promuevan la exploración y la resolución de problemas (Rochat, 2023).

Según la Coordinación motora gruesa, Vorvick & Dugdale (2023) menciona que es la destreza para ejecutar acciones físicas amplias, como mover un brazo o elevar una pierna y este control implica la adecuada sincronización y funcionamiento de músculos, huesos y nervios. Las dimensiones consideradas son en primer lugar: compresión corporal, que según Sánchez (2021) es adquirir conocimiento sobre la anatomía, fisiología y salud personal. Sus indicadores: Control postural y sentido de orientación. La segunda dimensión se consideró: Salto, que según Hernández (2023) es un movimiento que implica elevar el cuerpo desde el suelo con una explosión de fuerza muscular, coordinando adecuadamente los movimientos de las extremidades. Sus indicadores son:

Coordinación, fuerza muscular, equilibrio y agilidad. Finalmente, como tercera dimensión se consideró: Estático corporal, que según Rehametrics (2021) es la habilidad para sostener una posición o mantener una postura corporal específica de manera estable sin moverse. Sus indicadores son: equilibrio, flexibilidad, fuerza muscular.

Asimismo, en relación al Programa de ejercicios físicos, según París-Pineda et al. (2020) es un programa que se regula de forma ordenada, progresiva y adaptada a cada persona, de acuerdo con su cualidad y resistencia física. Asimismo, es un medio que ayuda a mejorar la acción física. Las dimensiones consideradas son en primer lugar el Desarrollo motor, que según Díaz y Pineda (2023) proporciona la base necesaria para el desarrollo de destrezas motrices más avanzadas a lo largo de la vida. Sus indicadores: Realiza ejercicios para correr, saltar y lanzar; realiza ejercicios para trepar, gatear, cuadrupedia, marchar, escalar e integra ejercicios de forma individual. En segundo lugar, equilibrio, que según American Heart Association (2018) es fundamental para una variedad de actividades físicas y cotidianas. Sus indicadores: Mantiene la posición en un solo pie, cambia de dirección sin pérdida de equilibrio y mantiene el equilibrio en superficies inestables y por último los Juegos grupales, que según Euroinnova (2023) actividades en las que un grupo de personas interactúan para alcanzar un objetivo común o disfrutar juntas, fomentando colaboración, competencia amigable y resolución de problemas, promoviendo la diversión compartida y fortaleciendo las habilidades sociales en contextos educativos, recreativos, deportivos y terapéuticos. Sus indicadores: Participa activamente y coordinada en juegos grupales y maneja dinámicas de integración. La dimensión didáctica, que según implica la planificación y ejecución de ejercicios (Alonso y Pazos, 2020).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

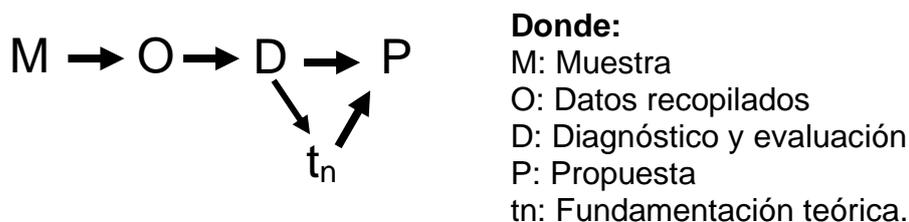
**3.1.1 Tipo de investigación:** El Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica (CONCYTEC, 2018) define que una investigación es básica cuando se adquiere conocimiento a partir de hechos observables, sin la intención de aplicarlos de manera específica. Por lo tanto, la investigación planteada es Básica, se determinó el nivel de coordinación motora gruesa y para ello, se propone un Programa de ejercicios físicos; no obstante, debido a restricciones temporales, no fue factible llevar a cabo la aplicación de esta investigación.

#### 3.1.2 Diseño de investigación

- El tipo no experimental, basado en Reyes (2022) mencionó que las variables no se manipulan ni controlan, sino que únicamente se observan el aspecto en entornos naturales. Además, propositiva, así como Supo (2020) mencionó que brinda una solución concreta a problemas en un contexto determinado. Finalmente, un enfoque cuantitativo, según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) los datos a exponer se centrará en concisas descripciones estadísticas destinadas a clarificar la problemática identificada.

#### Figura 1

*Diseño descriptivo-propositivo*



Nota: La figura muestra el diseño descriptivo y propositivo.

### 3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Coordinación motora gruesa.

- **Definición conceptual:** Destreza para ejecutar acciones físicas amplias, como mover un brazo o elevar una pierna, se refiere a la coordinación motora gruesa (Vorvick & Dugdale, 2023).
- **Definición operacional:** Habilidad de usar eficientemente grupos musculares grandes para realizar acciones físicas amplias, como caminar, correr o lanzar. Se realizó mediante una lista de control estructurado para estudiantes, que consta de 20 ejercicios, con alternativas de Inicio (1), En proceso (2), Logrado (3).
- **Indicadores:** Control postural, sentido de orientación, coordinación, fuerza muscular, equilibrio y agilidad, equilibrio, flexibilidad, fuerza muscular.
- **Escala:** Ordinal.

Variable 2: Programa de ejercicios físicos.

- **Definición conceptual:** Secuencia de ejercicios que se regula de forma ordenada, progresiva y adaptada a cada persona, de acuerdo con su cualidad y resistencia física. Asimismo, es un medio que ayuda a mejorar la acción física (París-Pineda et al., 2020).
- **Definición operacional:** Conjunto estructurado de actividades físicas diseñadas para mejorar habilidades de control y precisión en movimientos corporales, enfocándose en equilibrio, agilidad y destreza motriz, se llevará a cabo 6 sesiones, el límite de tiempo es de 45 min.
- **Indicadores:** Realiza ejercicios para correr, saltar y lanzar, realiza ejercicios para trepar, gatear, cuadrupedia, marchar, escalar e integra ejercicios de forma individual, mantiene la posición en un solo pie, cambia de dirección sin pérdida de equilibrio y mantiene el equilibrio en superficies inestables, participa activamente y coordinada en juegos grupales, maneja dinámicas de integración, motivación, procesos, recursos y evaluación.
- **Escala:** Nominal.

### 3.3 Población, muestra, muestreo y unidad de análisis

**3.3.1. Población:** Se describe como un conjunto de personas o elementos que comparten una o más características de investigación comunes, ubicados en lugares que pueden cambiar con el tiempo y que constituyen una parte integral de un estudio (Rodríguez et al., 2021). La población fue 250 estudiantes pertenecientes al nivel primario (primero a sexto grado) de la I.E. rural de Ferreñafe.

- **Criterios de inclusión:** a) Estudiantes del quinto grado de primaria inscritos en nómina en el año en curso de la I.E, b) Estudiantes que dieron el consentimiento, c) Estudiantes cuyos padres brindaron el asentimiento.
- **Criterios de exclusión:** Estudiantes de otros grados de primaria de la I.E. rural de Ferreñafe y aquellos que no deseen participar.

**3.3.2. Muestra:** Fueron 32 estudiantes tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión. Según, Reyes (2022) la muestra es la colección de comunidades, eventos, sucesos, individuos y otros elementos de los cuales se han recopilado datos sin la intención de lograr representatividad.

**3.3.3. Muestreo:** No probabilístico por conveniencia, sólo considerando a los estudiantes de quinto de primaria. Según, Supo (2020) es la selección de muestra basada en disponibilidad y accesibilidad, no aleatoria.

**3.3.4. Unidad de análisis:** Estudiante del nivel primario de una I.E. rural de Ferreñafe.

**3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:** La técnica empleada fue la observación directa, tal como indica Rodríguez et al. (2021) involucra la obtención sistemática de datos mediante la observación y registro directo de eventos en su entorno natural.

Se diseñó una lista de control para la coordinación motora gruesa, validada por tres expertos. Se obtuvo el valor de 0.99 (V de Aiken), mostrando un alto grado de confiabilidad. La Confiabilidad de Omega, se utiliza principalmente

para evaluar la fiabilidad de una escala que mide un constructo específico (Ventura-León & Caycho-Rodríguez, 2017). Se obtuvo una confiabilidad de 0.919.

**3.5. Procedimientos:** Primero se realizaron las coordinaciones con el director de la I.E., permitiendo desarrollar la investigación. Posteriormente, se realizó el levantamiento de datos a través del instrumento, que fue validado por los expertos. Después de obtener los resultados fueron analizados y corroboró el problema respecto a la coordinación motora. Por último, se diseñó una propuesta acorde al problema identificado.

**3.6. Método de análisis de datos:** Excel, Jamovi con el propósito de facilitar la evaluación y comprensión de los resultados mediante la estadística descriptiva. El Jamovi, software de código abierto con una interfaz gráfica intuitiva, lo que facilita realizar análisis estadísticos y elaborar gráficos (SEB, 2022). El Excell, como herramienta de organización y estructuración de los datos recopilados.

**3.7. Aspectos éticos:** El estudio se ajustó a los principios del código de ética de la Universidad César Vallejo, como no maleficencia (informar que no hay riesgo al involucrarse en la investigación; si alguna pregunta causa incomodidad, puede optar por no responder); autonomía (libertad para participar en la investigación); beneficencia (los hallazgos de la investigación se proporcionarán a la institución, sin obtener beneficio económico o personal) y de justicia (los datos recopilados serán anónimos, la información proporcionada es confidencial y se utilizará solo para la investigación) e incluso respetando las autorías (APA v.7). Además, los Consentimientos informados y Asentamientos (Anexo N°04 y N° 05 Oficio N.º 036-2023-DPIF-VI-UCV) y la Resolución N°066-2023-VI-UCV.

#### IV. RESULTADOS

En cuanto al primer objetivo, se exponen los resultados referentes a la capacidad de los estudiantes en comprensión corporal en una I.E. rural de Ferreñafe.

**Tabla 1**

*Resultados de la Dimensión 1 – Comprensión corporal en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023.*

| D1 – Comprensión corporal | f  | %    |
|---------------------------|----|------|
| Bajo                      | 26 | 81.3 |
| Medio                     | 5  | 15.6 |
| Alto                      | 1  | 3.1  |
| TOTAL                     | 32 | 100  |

Nota. Resultados extraídos del instrumento procesados en el SPSS

La Tabla 1 revela que 26 estudiantes de 32 evaluados, presentan dificultades para entender y percibir su propio cuerpo en relación con el espacio y el movimiento. Se manifiesta en problemas para coordinar movimientos, dificultades en el equilibrio, falta de control postural o una percepción limitada del espacio, dificultando su desempeño en actividades físicas, su habilidad para seguir instrucciones que impliquen movimientos específicos y su capacidad para participar en juegos o deportes que requieran coordinación motora.

En relación al segundo objetivo, se exponen los resultados acerca de la capacidad de salto de los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe.

**Tabla 2**

*Resultados de la Dimensión 2 – Salto en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023.*

| D2 – Salto | f  | %    |
|------------|----|------|
| Bajo       | 22 | 68.7 |
| Medio      | 10 | 31.3 |
| Alto       | 0  | 0    |
| TOTAL      | 32 | 100  |

Nota. Resultados extraídos del instrumento procesados en el SPSS

La información presentada en la Tabla 2 señala que el 68.7% de un total de 32 estudiantes carecen de la habilidad para realizar saltos verticales o horizontales con relativa facilidad en términos de capacidad física. Es importante resaltar que no se identificó ningún estudiante que demostrara una capacidad de coordinación, fuerza muscular, equilibrio o agilidad en un nivel alto, según los datos proporcionados.

En referencia al tercer objetivo, se exponen los resultados sobre el nivel corporal estático de los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe.

**Tabla 3**

*Resultados de la Dimensión 3 – Estática corporal en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023.*

| D3 – Estática corporal | f  | %    |
|------------------------|----|------|
| Bajo                   | 26 | 81.3 |
| Medio                  | 5  | 15.6 |
| Alto                   | 1  | 3.1  |
| TOTAL                  | 32 | 100  |

Nota. Resultados extraídos del instrumento procesados en el SPSS

En la Tabla 3, la mayoría de niños evaluados presentan dificultades para mantener una postura estable o una posición fija del cuerpo, manifestándose problemas para mantener el equilibrio, la estabilidad al estar quieto o la capacidad de mantener una postura correcta durante períodos prolongados de tiempo, lo que afecta en actividades cotidianas, en su participación en actividades físicas o en su capacidad mantener posturas corporales estables y equilibradas. Trabajar en el desarrollo de la estática corporal ayuda a mejorar la postura, el equilibrio y la capacidad de mantener una posición estable.

En cuanto al cuarto objetivo, la variable de coordinación motora gruesa, que engloba las dimensiones abordadas en los tres primeros objetivos específicos, se observaron los resultados siguientes:

**Tabla 4**

*Resultados de la variable dependiente – Coordinación motora gruesa en los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023.*

| Coordinación motora gruesa | f  | %    |
|----------------------------|----|------|
| Bajo                       | 27 | 84.4 |
| Medio                      | 5  | 15.6 |
| Alto                       | 0  | 0    |
| TOTAL                      | 32 | 100  |

Nota. Resultados extraídos del instrumento procesados en el SPSS

La información proporcionada en la Tabla 4 destaca que 27 niños tienen dificultades para llevar a cabo movimientos coordinados y la ejecución de movimientos grandes y fundamentales del cuerpo. Esto incluye acciones como correr, saltar, equilibrarse, coordinar movimientos de brazos y piernas, entre otros. Los niños con este nivel tienen dificultades en actividades deportivas, juegos físicos o tareas que requieran habilidades motoras amplias y coordinadas. Trabajar en mejorar la coordinación motora gruesa ayuda a desarrollar destrezas físicas más sólidas y participar con mayor confianza en actividades que impliquen movimiento corporal extenso.

En cuanto al quinto objetivo, se expone el resultado de validación del Programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe.

**Tabla 5**

*Resultados de validación del instrumento aplicado a los estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe, 2023.*

| ITEM                                 | CRITERIO  | Experto |   |   | Suma (Si) | V de Aiken  |
|--------------------------------------|---|---------|---|---|-----------|-------------|
|                                      |   | 1       | 2 | 3 |           |             |
| 1                                    | Pertinencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.                | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 2                                    | Pertinencia con las variables y dimensiones.  | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 3                                    | Pertinencia con las dimensiones e indicadores.                                      | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 4                                    | Pertinencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia). | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 5                                    | Pertinencia con los fundamentos teóricos  | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 6                                    | Pertinencia con la estructura de la investigación                                   | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 7                                    | Pertinencia de la propuesta con el diagnóstico del problema                         | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| <b>Pertinencia con la aplicación</b> |   |         |   |   |           |             |
| 8                                    | Es aplicable al contexto de la investigación  | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 9                                    | Soluciona el problema de la investigación   | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 10                                   | Su aplicación es sostenible en el tiempo  | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 11                                   | Es viable en su aplicación  | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| 12                                   | Es aplicable a otras instituciones con características similares                    | 1       | 1 | 1 | 3         | 1.0         |
| <b>V de Aiken de la propuesta</b>    |   |         |   |   |           | <b>1.00</b> |

Nota. Resultado extraído después de ser validado por tres expertos.

La Tabla 5 reveló el coeficiente V de Aiken de 1.00 evidenciando una alta validez según la evaluación de los expertos, demostrando que el instrumento es válido.

## V. DISCUSIÓN

Este estudio se posiciona en el contexto de la relevancia de la práctica deportiva o el ejercicio físico en el entorno educativo, reconociendo la motricidad gruesa como un elemento clave para el crecimiento integral o global de los alumnos. Basados en los resultados obtenidos, se propone un programa de ejercicios físicos, el cual consideró las dimensiones de desarrollo motor, equilibrio, juegos grupales y didáctica.

Los resultados, obtenidos mediante un instrumento de 20 elementos, reflejan la información recopilada que se alinea con los objetivos específicos establecidos. En cuanto a la comprensión corporal, el 81.3% de los estudiantes mostró un nivel bajo. Esto sugiere que la mayoría de los estudiantes experimentan problemas para entender la conexión entre su propio cuerpo, el espacio y el movimiento, lo que afecta su coordinación, equilibrio y capacidad para participar en actividades físicas y deportes que requieran movimientos específicos. Esto guarda similitud con Del Castillo (2019) que a través de un programa de gimnasia rítmica evidencia mejoras en relación a la dimensión comprende su cuerpo debido a que el 95.24% que se encontraba en nivel muy bajo, después de la aplicación, ningún estudiante se encontraba en este nivel.

En la misma línea, Niet et al. (2022) examinaron el desarrollo de la coordinación motora gruesa (caminar hacia atrás, moverse lateralmente, saltar lateralmente y coordinación ojo-mano) y se evidenció mejoras, tras la aplicación de un programa de educación física. Del mismo modo, Yang (2023), aplicó un entrenamiento funcional durante un semestre con una frecuencia de dos veces por semana y después de la aplicación de este entrenamiento se evidenció a través de las mejoras significativas en el equilibrio, flexibilidad, fuerza muscular, entre otros. Agregando a los anterior Li (2023) a través de la aplicación de su entrenamiento de boxeo por 8 semanas, demostró un progreso notable en habilidades de equilibrio y coordinación. Y finalmente, De Oliveira et al. (2022) después de 12 semanas de aplicar su programa de intervención orientado a la tarea, evidenció en el GE mejoras significativas en destreza manual, equilibrio.

En relación con la capacidad de salto, los resultados muestran que la mayoría de los alumnos equivalente a un 68.7% se encuentran en un nivel bajo, es decir, no poseen la destreza para realizar saltos verticales u horizontales con facilidad en términos de aptitud física. Es relevante mencionar que, según los datos disponibles, no se encontró ningún estudiante que mostró un nivel alto de coordinación, fuerza muscular, equilibrio o agilidad. En concordancia, Gutierrez (2021) evidenció que en los niños después de aplicar actividades lúdicas, mejoraron en relación a la dimensión salto, observándose los hallazgos se deben a que, inicialmente, el 77.4% estaba en el nivel básico y el 22.6% en desarrollo, pero después del test, se observó que el 54.8% alcanzó el nivel en desarrollo, el 32.3% llegó al nivel esperado y el 6.5% permaneció en el nivel inicial.

En términos de estática corporal, el 81.6% de los estudiantes mostró un nivel bajo, por ende, experimentan dificultades al mantener una postura estable o estática del cuerpo, lo que se traduce en problemas para mantener el equilibrio. Estas dificultades afectan su desempeño en actividades diarias, su participación en actividades físicas y su capacidad para mantener posturas corporales estables y equilibradas. En concordancia Guo (2023) evaluó la inestabilidad para mejorar la coordinación motora, en donde el grupo experimental, identificó mejoras significativas en equilibrio y rendimiento en comparación con el grupo control. Además, Yu (2023) evidenció que el grupo experimental mejoró significativamente la capacidad equilibrio corporal después de un entrenamiento en relación al grupo control. Igualmente, Paredes (2019) propuso programa educativo a través de actividades lúdicas y estimulación motora que permita mejorar el nivel de coordinación motora en estudiantes, basándose en las teorías de desarrollo de competencia motriz, Piaget y Bruner; en donde encontró que el 60% de 36 estudiantes se encontraban a nivel de la dimensión corporal estático en nivel bajo.

En cuanto a la coordinación motora gruesa, el 84.4% de alumnos se encuentra en un nivel bajo; presentando dificultades para realizar movimientos coordinados que implican el uso de grupos musculares grandes, ningún estudiante demostró una coordinación motora gruesa en un nivel alto.

Finalmente, se validó un programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de la I.E. rural de Ferreñafe. El coeficiente V de Aiken fue de 0.99, lo que indica una alta validez según la evaluación de los expertos.

Los hallazgos subrayan la urgencia de introducir programas de intervención y ejercicios físicos dirigidos a potenciar estas habilidades en los estudiantes. Por tanto, la justificación para aplicar un programa de ejercicios físicos se fundamenta en la evidencia de la necesidad de mejorar la coordinación motora gruesa, crucial para el crecimiento global de los niños, tenemos diferentes investigaciones que demuestran que después de aplicar estos programas se ha logrado mejoras significativas. Por ende, tenemos a Pozdeeva et al. (2023) que resaltó que los programas deben incluir aspectos psicológicos y pedagógicos que consideren los patrones psicofisiológicos en el desarrollo de habilidades motoras. De igual forma Özkan & Kale (2023) a través de un programa de actividades por 14 semanas aplicado al GE, demostró que los niños habían mejorado en sus habilidades motoras y calidad de vida en relación al grupo control.

Asimismo, Romanova et al. (2023) a través de la aplicación de su programa de CrossFit, evidenciaron el aumento de las capacidades de las habilidades motoras y cardio respiratorias. En esa misma línea, Sujatha et al. (2022) demostraron que las intervenciones motoras, como deportes organizados y ejercicios, mejoran significativamente la calidad de vida al abordar la inactividad y las dificultades de movimiento en niños con trastorno del desarrollo en la coordinación. Del mismo modo, Zhang & Zhang (2023) evaluaron el impacto del entrenamiento de juegos deportivos integrados y comprobaron a través del GE mejoras en las habilidades motoras básicas. Además, Ruiz-Ariza et al. (2023) demostraron mejoras significativas en la atención, concentración, habilidades matemáticas y sociabilidad tras aplicar un programa CogniPE de 4 semanas que combinó el contenido cognitivo y la Educación Física.

Incluso, Crotti et al. (2022) sugirieron en su investigación refinar las pedagogías fomentando el ejercicio y enseñanza deportiva debido a que las

actividades físicas moderadas a vigorosas son más favorables que la práctica habitual. De la misma manera, Cenizo-Benjumea et al. (2022) comprobaron la mejora del rendimiento en fuerza, agilidad y coordinación motora tras la aplicación de un programa de Educación Física gamificado y por último, Vila (2022) observó el aumento de porcentaje en mejorar la habilidad física en niños, de un 56% al 89% tras aplicar un juego cooperativo.

La Teoría del Desarrollo Motor de Gallahue, del Desarrollo Motor de Gesell, del Aprendizaje Motor de Schmidt, del Desarrollo Cognitivo de Piaget y Socio constructivista de Vygotsky, proporcionan una base teórica sólida para una investigación de un programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en niños. A continuación, se explica cómo cada una de ellas están relacionadas con la investigación. La Teoría de Gallahue, el programa se estructura considerando la progresión de habilidades motoras, proporcionando actividades que se adapten a las capacidades específicas de cada etapa del desarrollo. Por ejemplo, comenzar con actividades básicas de locomoción como gatear o caminar, y progresar hacia habilidades más complejas como saltar o trepar, siguiendo el ritmo natural del desarrollo motor. La Teoría de Gesell, el programa se centra en la observación y comprensión de estos patrones individuales de desarrollo motor para adaptar las actividades y ejercicios a las capacidades y ritmos de cada niño. La Teoría de Schmidt, el programa se enfoca en la práctica repetitiva y variada de habilidades motoras, utilizando estrategias como la retroalimentación constante y el ajuste de las tareas para facilitar la obtención y perfeccionamiento de destrezas físicas.

La Teoría de Piaget, el programa está alineado con esta teoría, debido a que considera las capacidades cognitivas en el diseño de las actividades motoras, por ende, se han incorporado ejercicios que estimulan la resolución de problemas, el razonamiento y la comprensión espacial durante las actividades físicas, promoviendo así el desarrollo cognitivo a través del movimiento. Finalmente, la Teoría de Vygotsky, porque en el programa se han incluido ejercicios grupales que fomenten la cooperación, el intercambio de ideas y el apoyo mutuo durante las actividades físicas, facilitando así el aprendizaje motor a través de la interacción social.

El diseño del programa de ejercicios físicos está diseñado con seis sesiones, cada una con una duración de una hora académica, donde son consideradas los propósitos de aprendizaje (competencia, capacidad, desempeño, evidencia y criterios, enfoque transversal, propósito) y secuencia didáctica (inicio, proceso y cierre). También es importante resaltar que el programa está considerado las dimensiones planteadas como: desarrollo motor, equilibrio, juegos grupales y didáctica; dirigidos a ofrecer una experiencia completa y estructurada para los estudiantes, detallándose brevemente cada sesión.

Durante la elaboración de la tesis, se encontraron varios desafíos que inicialmente parecían obstaculizar el proceso, pero al final, estos obstáculos se transformaron en oportunidades que contribuyeron al fortalecimiento de las habilidades de investigación. Al inicio en la elaboración del instrumento contenía alternativas dicotómicas y preguntas muy generales, a pesar que esta elaboración estaba basada en investigaciones. Estas observaciones fueron dadas por los expertos, en donde actualmente este instrumento sus respuestas son de 3 alternativas (inicio, en proceso y logrado), así como las preguntas fueron más específicas por ejemplo indicar el tiempo en que el estudiante se mantienen parado en un solo pie, entre otras.

Se consideraron a los estudiantes de 5to del nivel primario, debido a que previamente se realizó una reunión general con los tutores de cada nivel y no mostraron compromiso para hacer las coordinaciones con los progenitores y fue esta aula, en donde se brindó las facilidades, evidenciándose una colaboración de los educandos, así como de los padres de familia, a través del consentimiento y asentimiento respectivamente. También es importante mencionar, que primero se aplicó el instrumento a una muestra piloto (15) para reafirmar la problemática que se observaba. Luego, ya se aplicó el instrumento en la tercera semana de octubre previa autorización del director a pesar que ya se tenía su autorización, pero faltaba la formalidad de la carta de autorización de la universidad.

Además, es relevante resaltar el fortalecimiento de las habilidades de investigación, incluyendo el dominio de gestores de referencias bibliográficas

como Zotero, software para análisis estadístico como Jamovi (para obtener la confiabilidad del instrumento), así como el conocimiento de normas de citación como el formato APA para referenciar fuentes y artículos científicos, entre otros aspectos. La revisión de bases teóricas y antecedentes fue fundamental para comprender las variables de estudio y desarrollar tanto el instrumento como el programa de ejercicios. Este programa fue validado por tres expertos (dos de Educación física y una psicóloga). No obstante, se recalca que este programa se debe estar actualizando constantemente. Esto implica variedad de actividades, adaptarlas a las habilidades individuales, promover un ambiente lúdico y seguro, y asegurar la supervisión de profesionales capacitados. Este enfoque garantizará la efectividad y seguridad del programa, contribuyendo significativamente al bienestar y desarrollo de los participantes.

## **VI. CONCLUSIONES**

Se redactan las siguientes conclusiones:

1. En la evaluación realizada en la I.E. rural de Ferreñafe, se evidenció que el mayor número de educandos presenta un bajo nivel de comprensión corporal, enfrentando dificultades para entender y controlar sus movimientos en relación con su entorno, lo que impacta en el desarrollo de habilidades físicas y coordinativas fundamentales.
2. La mayoría de educandos tienen un nivel bajo de capacidad física, presentando carencias importantes en aspectos como coordinación, fuerza muscular, equilibrio y agilidad. Esta falta de desarrollo en habilidades fundamentales para el movimiento afecta su desarrollo motor y su participación en actividades deportivas o recreativas.
3. La gran parte de los estudiantes tiene un bajo nivel en estática corporal, presentando dificultades para mantener posturas estables, afectando a su desarrollo motor y bienestar físico.
4. La mayoría de estudiantes presenta dificultades para ejecutar movimientos coordinados que implican grupos musculares grandes. Ningún estudiante logra un nivel destacado en coordinación motora gruesa.
5. La alta validez del programa evaluado con un coeficiente V de Aiken de 0.99 indica que las seis sesiones propuestas son válidas según la evaluación de los tres expertos.
6. Se diseñó un programa de ejercicios físicos para mejorar la coordinación motora gruesa en estudiantes de una institución rural de Ferreñafe fue diseñado y validado por tres expertos, representando una estrategia integral para fortalecer habilidades físicas y coordinativas específicas, con la capacidad de impulsar el progreso físico y el bienestar general de los educandos.

## **VII. RECOMENDACIONES**

Se presentan las recomendaciones y hacia quien va dirigido:

1. El director de la I.E. y el docente del área de Educación Física, deben promover la involucración activa de los educandos, para maximizar los beneficios del programa, considerando un ambiente de aprendizaje positivo y motivador.
2. El director de la I.E. y el docente del área de Educación Física deben considerar la integración con otras actividades escolares y así promover un enfoque holístico del desarrollo físico.
3. El director de la I.E. y el docente del área de Educación Física, deben implementar el programa de forma gradual y en caso de no lograr el nivel requerido después de evaluar con la lista de control, hacer una retroalimentación.
4. El especialista de la UGEL, debe realizar la supervisión y apoyo durante la implementación del programa, asimismo, realizar un seguimiento anual, mínimo 3 veces, para mantener una mejora continua.
5. El docente del área de Educación Física debe personalizar ciertos ejercicios si es necesario, adaptándolo a las necesidades y habilidades específicas de los estudiantes.
6. El docente del área de Educación Física, debe analizar los hallazgos obtenidos de la lista de control, para asegurar que el programa está teniendo el impacto deseado, caso contrario hacer ajustes de este.

## **VIII. PROPUESTA**

### **01. TÍTULO PROPUESTA**

Gigantes fortalecidos: Un programa de ejercicios físicos revolucionario para mejorar la motricidad gruesa.

### **02. PRESENTACIÓN**

La propuesta surge a partir de datos reveladores: el 81.3% de los estudiantes muestra un bajo nivel en la comprensión de su propio cuerpo, mientras que el 68.8% exhibe un nivel bajo en capacidad física. Además, el 81.6% presenta un nivel deficiente en estática corporal, y el 84.4% enfrenta dificultades para ejecutar movimientos coordinados que involucran grupos musculares grandes. Notablemente, ninguno de los estudiantes ha logrado un nivel destacado en coordinación motora gruesa. Este programa de ejercicios físicos busca atender estas deficiencias, enfocándose en mejorar la motricidad gruesa para fortalecer su coordinación, equilibrio y habilidades motoras esenciales.

### **03. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA PROPUESTA**

La propuesta está respaldada por aportes significativos de varios autores destacados en el campo del desarrollo y aprendizaje motor. Se considera la Teoría del Desarrollo Motor de Gallahue, que enfatiza la progresión secuencial de habilidades motoras fundamentales en niños. Asimismo, se aborda la Teoría del Desarrollo Motor de Gesell, centrada en etapas predecibles de desarrollo físico y motor. La Teoría del Aprendizaje Motor de Schmidt ofrece una perspectiva sobre la adquisición de habilidades motoras a través de la práctica y el feedback. En cuanto al desarrollo cognitivo, se toma en cuenta la teoría de Piaget, que destaca la construcción activa del conocimiento en niños. Finalmente, la perspectiva socio constructivista de Vygotsky, enfocada en la influencia de la interacción social en el aprendizaje y desarrollo, complementa esta conceptualización. La propuesta busca integrar estos enfoques para enriquecer la comprensión y mejora de la motricidad gruesa en niños, aprovechando la sinergia entre el desarrollo motor, cognitivo y socioemocional en su crecimiento integral.

## **04. OBJETIVOS**

### **4.1 Objetivo general:**

- Fortalecer y desarrollar las habilidades motoras fundamentales en niños, centrándose en la mejora de la coordinación, equilibrio, control postural y destrezas físicas esenciales para su desarrollo integral.

### **4.2 Objetivos específicos:**

- Desarrollar habilidades motoras, a través de ejercicios para correr, saltar, lanzar, trepar, gatear, cuadrupedia, marchar y escalar; así como integrar ejercicios de forma individual.
- Mejorar el equilibrio, evidenciándose mantenerse la posición en un solo pie, cambiar de dirección sin pérdida de equilibrio, así como mantener el equilibrio en superficies inestables.
- Participar en juegos grupales activamente y coordinadamente manejando dinámicas de integración.

## **05. JUSTIFICACIÓN**

La propuesta de un programa de ejercicios físicos para mejorar la motricidad gruesa en niños se justifica por su relevancia en abordar deficiencias identificadas en 32 estudiantes. Busca fortalecer habilidades motoras clave, beneficiando su coordinación y equilibrio. Además de resolver un problema real, tiene un impacto social, al incrementar el bienestar físico y emocional de los menores, fomentando su participación en actividades físicas y sociales. A nivel teórico, integra diversas teorías del desarrollo motor y cognitivo, llenando un vacío en el conocimiento y ofreciendo una metodología replicable que enriquece el campo educativo. Este enfoque sistemático promueve el crecimiento completo de los niños.

## **06. FUNDAMENTOS TEÓRICOS**

Los pilares de esta propuesta descansan en una diversidad de teorías relevantes para el progreso motor infantil. La Teoría del Desarrollo Motor de Gallahue y Gesell ofrecen visión sobre etapas predecibles en el crecimiento físico, mientras que la Teoría del Aprendizaje Motor de Schmidt

pone énfasis en la obtención de habilidades mediante la práctica. Por otro lado, las perspectivas de Piaget y Vygotsky subrayan la conexión entre el progreso mental y el físico. La fusión de estas teorías enriquece la propuesta, creando un marco robusto y abarcador para potenciar la motricidad gruesa en niños.

## **07. PRINCIPIOS PSICOPEDAGÓGICOS**

Los principios psicopedagógicos representan la esencia de la propuesta de un programa de ejercicios físicos destinado a mejorar la motricidad gruesa en niños. Estos principios, esenciales para su desarrollo, conforman el conjunto de valores rectores que orientan su ejecución y moldean las actitudes de quienes participan en él. La participación activa se enfoca en involucrar activamente a todos los implicados, desde los niños hasta los adultos, fomentando la colaboración. La pertinencia garantiza la adecuación de las actividades a las necesidades individuales de cada niño. La integralidad busca un abordaje holístico del desarrollo motor, considerando aspectos físicos, emocionales, cognitivos y sociales. La flexibilidad permite adaptar las estrategias para atender las particularidades de cada niño. Finalmente, la gradualidad establece una progresión secuencial para un desarrollo continuo de las habilidades motoras, facilitando un crecimiento sostenible y efectivo. Estos principios, alineados, promueven un entorno óptimo para el desarrollo integral de la motricidad gruesa en los niños.

## **08. CARACTERÍSTICAS**

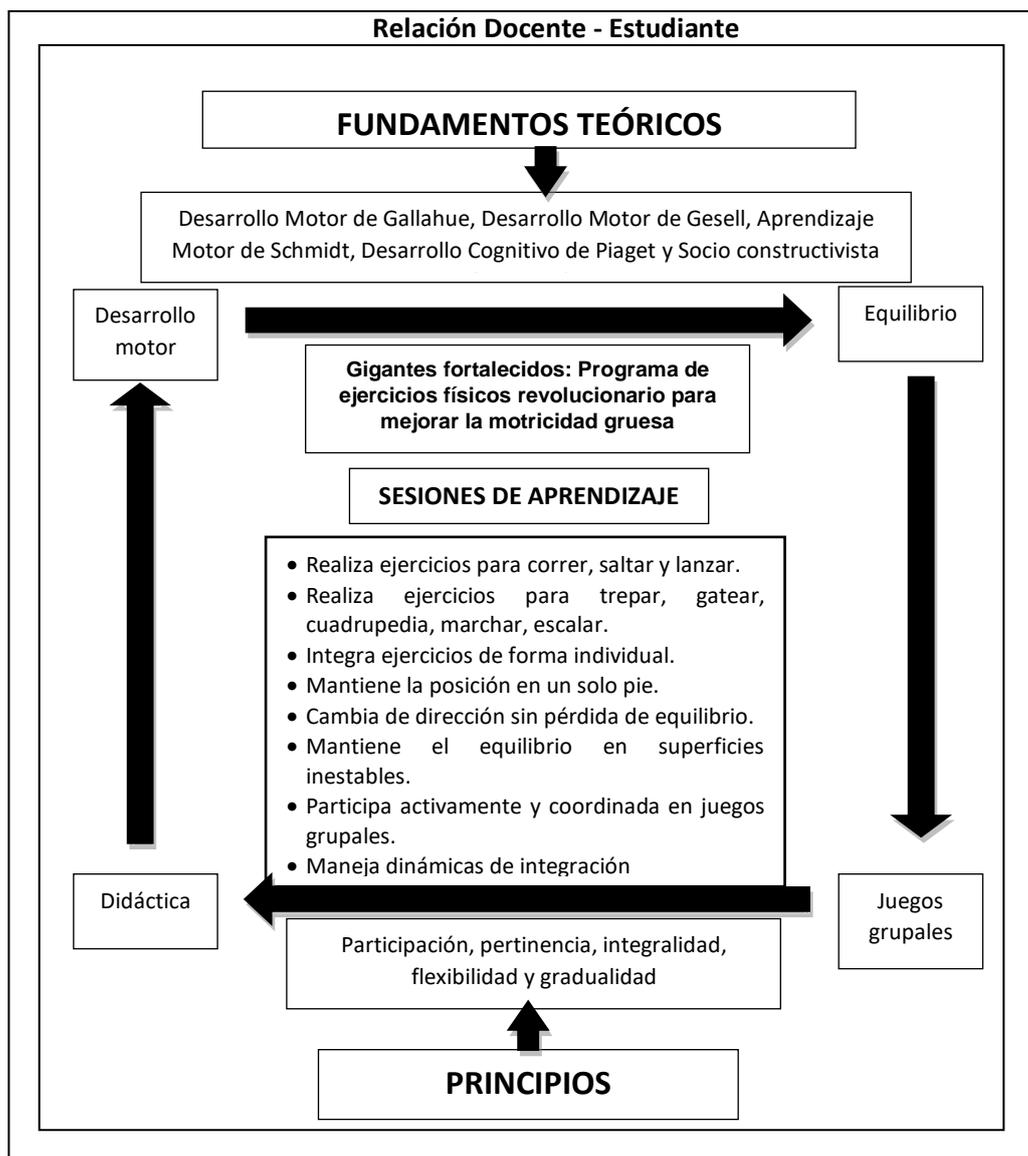
El programa de ejercicios físicos para la motricidad gruesa en estudiantes se caracteriza por su rigurosa estructura metodológica respaldada en sólidas bases teóricas. Aunque posee esta rigidez, su flexibilidad permite adaptarse a las necesidades individuales y grupales de los alumnos, ajustándose a su progreso y capacidades. Enfocada en el desarrollo de habilidades motoras gruesas esenciales, su funcionalidad radica en la practicidad y utilidad de los ejercicios propuestos.

Asimismo, se apoya en un enfoque psicopedagógico que considera tanto los aspectos psicológicos como los pedagógicos, incentivando la participación activa y motivada de los estudiantes, teniendo en cuenta su desarrollo emocional y cognitivo. Esta propuesta no se limita a lo físico, sino que abarca aspectos educativos, sociales y de salud, buscando el bienestar general y el desarrollo integral de los participantes.

## 09. ESTRUCTURA

**Figura 2**

*Estructura de la propuesta de un programa de ejercicios*



## 10. ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR LA PROPUESTA

**Tabla 6**

*Descripción de la propuesta*

| DESEMPEÑO   | EVIDENCIA  | RECURSOS  | DIMENSION        | RESPONSABLE | INSTRUMENTO      |
|---|--|---|------------------|-------------|------------------|
| Explora y controla su cuerpo para responder a desafíos motrices en ambientes de juego y predeportivos; de esta manera, aplica habilidades vinculadas a correr, saltar y lanzar.   | Realiza variantes a las actividades de coordinación de lanzar.                     | Pelotitas de trapo o plástico<br>Bolsas rellenas<br>Cajas<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos   | Desarrollo motor |             |                  |
| Controla su postura corporal en situaciones de equilibrio, adaptándose al espacio, utilizando como referencia la trayectoria de objetos, otras personas y sus propios movimientos para fortalecer sus habilidades motrices fundamentales. | Demuestra el dominio de su equilibrio al realizar diversas tareas motrices.        | Ficha de datos<br>Tablas<br>Riel<br>Sogas<br>Ayudas mecánicas   | Equilibrio       |             |                  |
| Explora y controla su cuerpo para afrontar desafíos físicos en ambientes recreativos y actividades previas al deporte; de esta manera, aplica habilidades motrices como correr, saltar y lanzar.  | Crea un circuito motriz para el desarrollo de la carrera.                          | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos<br>Cualquier objeto o elemento adaptado o creado de acuerdo a la necesidad del momento | Juegos grupales  | Docente     | Lista de control |
| Explora y ajusta su cuerpo para enfrentar desafíos físicos en entornos de juego y actividades preparatorias para el deporte; de esta manera, desarrolla habilidades motrices como correr, saltar y lanzar.                                | Demuestra el dominio de sus básicas de saltar en la práctica de un circuito motriz | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos  |                  |             |                  |
| Utiliza la reflexión y la comunicación como recursos para resolver problemas o desacuerdos que surjan con sus compañeros mientras participa en distintas actividades recreativas y previas al deporte.                                    | Se integra con sus compañeros al desarrollar retos lúdicos propuestos.             | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos  |                  |             |                  |
| Investiga y controla su cuerpo para enfrentar desafíos físicos en ambientes recreativos y actividades previas al deporte; de esta manera, aplica destrezas motoras elementales como trepar, gatear, moverse a gatas y escalar.            | Realiza actividades motrices básicas como trepar, gatear, cuadrupedia, etc.        | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos<br>Cualquier recurso entorno elaborado según necesidad                                 |                  |             |                  |

NOTA: Consolidado de la propuesta indicando desempeño, evidencia, recursos, dimensión, responsable e instrumento.

## REFERENCIAS

- Alonso Álvarez, Y., & Pazos Couto, J. M. (2020). Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo (España). *Educação e Pesquisa*, 46, e207294. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046207294>
- American Heart Association. (2018). *Ejercicios de equilibrio*. [www.goredforwomen.org](http://www.goredforwomen.org). <https://www.goredforwomen.org/es/healthy-living/fitness/fitness-basics/balance-exercise>
- Boucher, H., Lierse, S., & Marzano, G. (2022). A dialogical view on R. Murray schaffer's theories and creative approaches in 21st century music education. En *Sustaining Creativity and the Arts in the Digital Age* (pp. 151-187). Scopus. <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-7840-7.ch006>
- Campbell-Pierre, D., & Rhea, D. J. (2023). The feasibility of using the Körperkoordinationstest für Kinder (KTK) in a U.S. elementary physical education setting to assess gross motor skills specific to postural balance. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5. Scopus. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1133379>
- Cenizo-Benjumea, J. M., Vázquez-Ramos, F. J., Ferreras-Mencía, S., & Gálvez-González, J. (2022). Effect of a gamified program on physical fitness and motor coordination. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 17(52), 155-177. Scopus. <https://doi.org/10.12800/ccd.v17i52.1786>
- CONCYTEC. (2018). *Investigación básica – Base de Conocimiento*. <https://conocimiento.concytec.gob.pe/termino/investigacion-basica/>
- Cooke, D. M., Harrison, C. B., Millar, S.-K., & Walters, S. (2023). The Impact of a Nonlinear Pedagogical Approach to Primary School Physical Education Upon Children's Movement Skill Competence. *Journal of Teaching in Physical Education*, 42(2), 323-330. Scopus. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0221>
- Crotti, M., Rudd, J., Roberts, S., Davies, K. F., OCallaghan, L., Utesch, T., & Fowweather, L. (2022). Physical activity promoting teaching practices and

children's physical activity within physical education lessons underpinned by motor learning theory (SAMPLE-PE). *PLoS ONE*, 17(8 August). Scopus. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0272339>

De Oliveira, I. S., Spessato, B. C., da Silva Oliveira, D., Lins, R. J. C., & Sarinho, S. W. (2022). Long-Term Effects of a Movement Intervention Program for Children With Probable Developmental Coordination Disorder. *Journal of Teaching in Physical Education*, 41(4), 680-688. Scopus. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0124>

Del Castillo Garrido, I. (2019). Programa de gimnasia rítmica en la coordinación motora gruesa en estudiantes del cuarto grado del nivel primaria de una institución educativa. *Repositorio Institucional - UCV*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/39099>

Díaz, Á. J. G., & Pineda, N. M. (2023). Programa de entrenamiento de habilidades motrices básicas y gestos técnicos propios del fútbol en la corporación deportiva Jaguares. *Edu-física.com*, 15(31), Article 31. <https://doi.org/10.59514/2027-453X.2895>

Euroinnova. (2023). *Actividades grupales*. <https://www.euroinnova.pe/blog/queson-las-actividades-grupales>

Gao, H., Li, M., Gao, H., Xu, G., Wang, D., & Lv, H. (2023). Effect of combined procedural pain interventions during neonatal intensive care on sleep, cognitive development, and internalizing behavior: A follow-up analysis of a randomized controlled trial. *Pain*, 164(8), 1793-1800. Scopus. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000002877>

Georgakis, S., & Hooper, K. (2021). Parent/Carer values and attitudes towards physical education and school sport in Australian Government primary schools. *Journal of Physical Education and Sport*, 21, 3128-3134. Scopus. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.s6416>

Gomula, A., Nowak-Szczepanska, N., Chakraborty, R., Malina, R. M., Ignasiak, Z., & Koziel, S. (2023). Fine and gross motor skills in 7-10 years old Indian children exposed to a natural disaster during early development.

- Developmental Psychobiology*, 65(5), e22401. Scopus.  
<https://doi.org/10.1002/dev.22401>
- Guo, K. (2023). Impacts of instability training on the physical fitness of soccer students. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 29. Scopus.  
[https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012023\\_0035](https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012023_0035)
- Gutierrez Huayunga, J. A. (2021). Taller de actividades lúdicas para el mejoramiento de la coordinación motora gruesa en los estudiantes de Tercer grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 64668 La Perla—Pucallpa—2019. *Universidad Nacional de Ucayali*.  
<http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/5026>
- Hernández, E. (2023). *Importancia de la motricidad gruesa en el desarrollo de los niños—Quo.mx*. <https://quo.mx/salud-y-bienestar/por-que-es-importante-motricidad-gruesa/>
- Hernández-Sampieri, D. R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*.
- IBM. (2022). *IBM SPSS Statistics* [Software]. IBM. <https://www.ibm.com/es-es/products/spss-statistics>
- Kemp, C., Pienaar, A. E., & Toit, D. D. (2022). School-based movement development programmes and motor performance of Grade 1 learners: The NW-CHILD Study. *Tydskrif vir Geesteswetenskappe*, 62(4), 791-811. Scopus. <https://doi.org/10.17159/2224-7912/2022/v62n4a10>
- Li, M. (2023). Motor skills analysis in chinese boxing student training. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 29. Scopus.  
[https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022\\_0727](https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0727)
- Lozano Aguilar, D. N. (2022). Juegos tradicionales para mejorar la motricidad gruesa en niños de una institución educativa inicial de Jaén. *Repositorio Institucional* - UCV.  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/101139>
- Niet, M., Wetzels, V. M. A., Pion, J., Faber, I. R., Platvoet, S. W. J., & Elferink-Gemser, M. T. (2022). Primary School Pupils: Unequal GMC

- Developmental Pathways in a Single School Year. *Children*, 9(7). Scopus. <https://doi.org/10.3390/children9070964>
- Organización Mundial de la Salud - OMS. (2022). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Organización Panamericana de la Salud - OPS. (2023). *Actividad física—OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. <https://www.paho.org/es/temas/actividad-fisica>
- Özkan, Z., & Kale, R. (2023). Investigation of the effects of physical education activities on motor skills and quality of life in children with intellectual disability. *International Journal of Developmental Disabilities*, 69(4), 578-592. Scopus. <https://doi.org/10.1080/20473869.2021.1978267>
- Panata Cando, S. M. (2023). *Estrategias lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños y niñas de 3 años de la Unidad Educativa “Vicente Anda Aguirre” paralelo “A” del cantón Mocha, 2022-2023*. [masterThesis, Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10734>
- Paredes Paredes, K. (2019). *Programa educativo de habilidades motrices básicas para mejorar la coordinación motriz en los estudiantes del primer grado del nivel primario de la Institución Educativa N°0657, distrito de Juan Guerra, provincia y región de San Martín, 2016*. <http://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/6259>
- París-Pineda, O. M., Alvarez-Rey, N. E., & Cárdenas-Sandoval, L. K. (2020). Structure of a physical exercise program directed at schoolchildren. *Revista de Salud Pública*, 22(1), 95-103. <https://doi.org/10.15446/rsap.v22n1.84216>
- Pozdeeva, E. A., Ivko, I. A., & Chusovitina, O. M. (2023). Co-development of coordination and cognitive functions in primary school children. *Human Sport Medicine*, 23(1), 104-110. Scopus. <https://doi.org/10.14529/hsm230114>
- Rehametrics. (2021, enero 7). ▷ EQUILIBRIO | Dinámico, Estático y Diferencias. *Rehametrics*. <https://rehametrics.com/equilibrio-dinamico-estatico-diferencias/>

- Reyes, E. (2022). *Metodología de la Investigación Científica*. Page Publishing Inc.
- Rimac Alarcon, M. M. (2019). Programa de psicomotricidad para mejorar niveles de coordinación motora gruesa en niños de 5 años: I.E. 313 – Miraflores Bajo - Chimbote - 2018. *Repositorio Institucional - UNS*. <http://repositorio.uns.edu.pe/handle/20.500.14278/3390>
- Rochat, P. (2023). The Evolution of Developmental Theories Since Piaget: A Metaview. *Perspectives on Psychological Science*. Scopus. <https://doi.org/10.1177/17456916231186611>
- Rodríguez, Breña, & Esenarro. (2021). *Las variables en la metodología de la investigación científica*. <https://www.3ciencias.com/libros/libro/variables-metodologia-investigacion-cientifica/>
- Romanova, E., Mischenko, N., Kolokoltsev, M., Faleeva, E., Konovalov, A., Torchinsky, N., Adnan, M., Vorozheikin, A., Tyupa, P., & Aganov, S. (2023). Application of the Crossfit system in the training of young taekwondo athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(6), 1394-1400. Scopus. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.06170>
- Romero Otalvaro, A. M., Grañana, N., Gaeto, N., Torres, M. de los Á., Zamblera, M. N., Vasconez, M. A., Misenta, C., Rouvier, M. E., & Squires, J. (2018). ASQ-3: Validación del Cuestionario de Edades y Etapas para la detección de trastornos del neurodesarrollo en niños argentinos. *Arch. Argent. Pediatr*, 7-13.
- Romeu, J., Camerino, O., & Castañer, M. (2023). Optimising Motor Coordination in Physical Education, an Observational Study. *Apunts. Educacion Fisica y Deportes*, 153, 67-78. Scopus. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/3\).153.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/3).153.06)
- Ruiz-Ariza, A., López-Serrano, S., Suárez-Manzano, S., & Martínez-López, E. J. (2023). Integrating cognitive contents in physical education classes: Effects on cognitive variables and emotional intelligence. *Kinesiology*, 55(1), 95-107. Scopus. <https://doi.org/10.26582/k.55.1.10>
- Salehi, S. K., Tahmasebi, F., & Talebrokni, F. S. (2021). A different look at featured motor learning models: Comparison exam of Gallahue's, Fitts and

- Posner's and Ann Gentile's motor learning models. *Movement and Sports Sciences - Science et Motricite*, 2021-January(112), 53-63. Scopus. <https://doi.org/10.1051/sm/2021012>
- Sánchez, E. (2021, diciembre 15). *Motricidad gruesa: Qué es, características, y etapas de desarrollo*. <https://psicologiaymente.com/desarrollo/motricidad-gruesa>
- Santayana de Souza, M., Nobre, G. C., & Valentini, N. C. (2023). Effect of a motor skill-based intervention in the relationship of individual and contextual factors in children with and without Developmental Coordination Disorder from low-income families. *Psychology of Sport and Exercise*, 67. Scopus. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102406>
- SEB. (2022). *Jamovi (2.3)* [Software]. Sociedad Española de Bioestadística. <https://www.jamovi.org/download.html>
- Sehgal, S., Chahal, A., Esht, V., Alshehri, M. M., Beg, R. A., Shaphe, M. A., Alajam, R. A., Kashoo, F. Z., Alghadir, A. H., & Khan, M. (2023). Unleashing potential and optimizing adolescent roller skating performance through a structured exercise program – a randomized controlled trial. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 15(1). Scopus. <https://doi.org/10.1186/s13102-023-00728-x>
- Sujatha, B., Somasundaram, S., Alagesan, J., & Vikram Adhitya, P. S. (2022). Developmental coordination disorder in school children-A systematic review. *Biomedicine (India)*, 42(6), 1156-1161. Scopus. <https://doi.org/10.51248/v42i6.1102>
- Supo, J. (2020). *Metodología de la investigación científica*. Sincie. <https://www.amazon.com/-/es/Dr-Jos%C3%A9-Supo/dp/B08BWFKWLB>
- Vařeka, I. (2021). Historical development of motor control theories—From hierarchical theory to dynamic system. *Rehabilitace a Fyzikalni Lekarstvi*, 28(2), 52-60. Scopus. <https://doi.org/10.48095/CCRHFL202152>
- Ventura-León, J. L., & Caycho-Rodríguez, T. (2017). El coeficiente Omega: Un método alternativo para la estimación de la confiabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), 625-627.

- Vila Avellaneda, G. K. (2022). Juegos cooperativos y su influencia en la coordinación motora gruesa en estudiantes de inicial de una institución educativa de Cochorco, 2022. *Repositorio Institucional - UCV*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/104137>
- Vorvick, L., & Dugdale, D. (2023). *Control de la motricidad gruesa: MedlinePlus enciclopedia médica*. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002368.htm>
- Yang, Y. (2023). Effect of functional training on adolescent health. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 29. Scopus. [https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022\\_0257](https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0257)
- Yli-Piipari, S., Gråstén, A., Huhtiniemi, M., Salin, K., & Jaakkola, T. (2022). One-year stability of physical education-centered physical literacy indicators on objectively measured physical activity. *European Physical Education Review*, 28(2), 361-379. Scopus. <https://doi.org/10.1177/1356336X211046302>
- Yu, C. (2023). Analysis of jogging on muscle fatigue and body balance. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 29. Scopus. [https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022\\_0746](https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0746)
- Zaragas, H., Fragkomichelaki, O., Geitona, M., Sofologi, M., Papantoniou, G., Sarris, D., Pliogou, V., Charmpatsis, C., & Papadimitropoulou, P. (2023). The Effects of Physical Activity in Children and Adolescents with Developmental Coordination Disorder. *Neurology International*, 15(3), 804-820. Scopus. <https://doi.org/10.3390/neurolint15030051>
- Zhang, Y., & Zhang, G. (2023). Effects of integrated sports games on motor training of children. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 29, e2023\_0027. [https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012023\\_0027](https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012023_0027)

## ANEXOS

### Anexo 1A

#### Tabla de Operacionalización de Variable

| VARIABLES DE ESTUDIO                    | DEFINICIÓN CONCEPTUAL   | DEFINICIÓN OPERACIONAL  | DIMENSIÓN  | INDICADORES   | ESCALA DE MEDICIÓN   |
|---|---|---|--|---|--|
| Variable Programa de ejercicios físicos | Secuencia de ejercicios se regula de forma ordenada, progresiva y adaptada a cada persona, de acuerdo con su cualidad y resistencia física. Asimismo, es un medio que ayuda a mejorar la acción física (París-Pineda et al., 2020). | Conjunto estructurado de actividades físicas diseñadas para mejorar habilidades de control y precisión en movimientos corporales, enfocándose en equilibrio, agilidad y destreza motriz, se llevará a cabo 6 sesiones, el límite de tiempo es de 45 min.  | Desarrollo motor                                   | Realiza ejercicios para correr, saltar y lanzar.<br>Realiza ejercicios para trepar, gatear, cuadrupedia, marchar, escalar.<br>Integra ejercicios de forma individual. | Nominal  |
|   |   |   | Equilibrio   | Mantiene la posición en un solo pie.<br>Cambia de dirección sin pérdida de equilibrio.<br>Mantiene el equilibrio en superficies inestables.                           |  |
|   |   |   | Juegos grupales                                    | Participa activamente y coordinada en juegos grupales.<br>Maneja dinámicas de integración   |  |
|   |   |   | Didáctica  | Motivación<br>Procesos<br>Recursos<br>Evaluación  |  |
| Variable Coordinación motora gruesa     | Destreza para ejecutar acciones físicas amplias, como mover un brazo o elevar una pierna, se refiere a la coordinación motora gruesa (Vorvick & Dugdale, 2023)  | Habilidad de usar eficientemente grupos musculares grandes para realizar acciones físicas amplias, como caminar, correr o lanzar. Se realizó mediante una lista de control estructurado para estudiantes de quinto grado de primaria de una I.E rural de Ferreñafe, que consta de 20 ejercicios, con alternativas de Inicio (1), En proceso (2), Logrado (3). | Comprensión corporal<br>Salto<br>Estática corporal | Control postural<br>Sentido de orientación<br>Coordinación<br>Fuerza muscular<br>Equilibrio<br>Agilidad<br>Equilibrio<br>Flexibilidad<br>Fuerza muscular              | Ordinal<br>Escala con alternativas:<br>Inicio (1)<br>En proceso (2)<br>Logrado (3) |

## Anexo 1B

### Tabla de Matriz de Consistencia

| Problemas   | Objetivos   | Hipótesis   | Variables   | Indicador   |
|---|---|---|---|---|
| <p><b>Problema general</b><br/>¿Qué características presentará el Programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una Institución Educativa rural de Ferreñafe?</p> | <p><b>Objetivo General</b><br/>Proponer un Programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una Institución Educativa rural de Ferreñafe</p> | <p><b>Hipótesis general</b><br/>Las características del Programa de ejercicios físicos van estar enfocadas en Desarrollo motor, equilibrio, juegos grupales y didáctica para evaluar la coordinación motora gruesa en estudiantes de una Institución Educativa rural de Ferreñafe</p> | <p><b>Variable</b><br/>Programa de ejercicios físicos</p> | <p>Realiza ejercicios para correr, saltar y lanzar.<br/>Realiza ejercicios para trepar, gatear, cuadrupedia, marchar, escalar.<br/>Integra ejercicios de forma individual.<br/>Mantiene la posición en un solo pie.<br/>Cambia de dirección sin pérdida de equilibrio.<br/>Mantiene el equilibrio en superficies inestables.<br/>Participa activamente y coordinada en juegos grupales.<br/>Maneja dinámicas de integración<br/>Motivación<br/>Procesos<br/>Recursos<br/>Evaluación</p> |

| Problemas  | Objetivos   | Hipótesis   | Variables   | Indicador  |
|--|---|---|---|--|
| <p><b>Problema específico 1</b><br/>¿Cuál será el nivel de capacidad de comprender su cuerpo en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe?</p> <p><b>Problema específico 2</b><br/>¿Cuál será el nivel de capacidad de salto en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe?</p> <p><b>Problema específico 3</b><br/>¿Cuál será el nivel corporal estático en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe?</p> <p><b>Problema específico 4</b><br/>¿Cuál será el programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe?</p> <p><b>Problema específico 5</b><br/>¿De qué manera el programa de ejercicios físicos validado por expertos permitirá mejorar la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe?</p> | <p><b>Objetivo Específico 1</b><br/>Evaluar el nivel de capacidad de comprender su cuerpo en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe</p> <p><b>Objetivo Específico 2</b><br/>Determinar el nivel de capacidad de salto en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe</p> <p><b>Objetivo Específico 3</b><br/>Determinar el nivel corporal estático en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe</p> <p><b>Objetivo Específico 4</b><br/>Diseñar un programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe.</p> <p><b>Objetivo Específico 5</b><br/>Validar un programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe.</p> | <p><b>Hipótesis 1</b><br/>El nivel de capacidad de comprender su cuerpo será alto estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe.</p> <p><b>Hipótesis 2</b><br/>El nivel de capacidad de salto será medio en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe.</p> <p><b>Hipótesis 3</b><br/>El nivel corporal estático será medio en los estudiantes en una I.E. rural de Ferreñafe</p> <p><b>Hipótesis 4</b><br/>El programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe.</p> <p><b>Hipótesis 5</b><br/>Con la validación del programa de ejercicios físicos se demostrará la mejoría de la coordinación motora gruesa en estudiantes de una I.E. rural de Ferreñafe</p> | <p><b>Variable</b><br/><br/>Coordinación motora gruesa.</p> | <p>Control postural<br/>Sentido de orientación<br/>Coordinación<br/>Fuerza muscular<br/>Equilibrio<br/>Agilidad<br/>Flexibilidad</p> |

## ANEXO 2

### LISTA DE CONTROL PARA EVALUAR LA COORDINACIÓN MOTORA GRUESA

#### Programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una Institución Educativa rural de Ferreñafe

La siguiente lista de control, tiene como finalidad de evaluar la **coordinación motora gruesa**, a través de este instrumento se mide el nivel de la capacidad de comprensión corporal, salto y estática corporal. Se utiliza una escala de 3 opciones: Inicio (1). En proceso (2) y Logrado (3). Sólo marque con una **(X)** el número que se acerca a lo que siente frente a situaciones presentadas.

| Ítem                                   | Preguntas  | Escala |   |   | Observaciones |
|--|--|--------|---|---|---------------|
|  |  | 1      | 2 | 3 |               |
| <b>DIMENSIÓN: COMPRENSIÓN CORPORAL</b> |  |        |   |   |               |
| 1                                      | Camina hacia adelante sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                            |        |   |   |               |
| 2                                      | Camina hacia atrás sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                               |        |   |   |               |
| 3                                      | Camina sin problemas, siguiendo una línea horizontal hacia la derecha sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.          |        |   |   |               |
| 4                                      | Camina sin problemas siguiendo una línea horizontal hacia la izquierda sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.         |        |   |   |               |
| 5                                      | Camina en punta de pies hacia adelante, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros. |        |   |   |               |
| 6                                      | Camina en punta de pies hacia atrás, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.    |        |   |   |               |
| <b>DIMENSIÓN: SALTO</b>                |  |        |   |   |               |
| 7                                      | Realiza polichinelas por 20 segundos en forma continua.  |        |   |   |               |
| 8                                      | Salta la soga por 20 segundos en forma continua.   |        |   |   |               |
| 9                                      | Salta sobre obstáculos de 40 cm, impulsándose con los pies, coordinando sus brazos y piernas.                                    |        |   |   |               |
| 10                                     | Salta con los pies juntos y gira fácilmente 360°.  |        |   |   |               |
| 11                                     | Salta con el pie derecho a una distancia de 12 metros.   |        |   |   |               |
| 12                                     | Salta con el pie izquierdo a una distancia de 12 metros.   |        |   |   |               |
| <b>DIMENSIÓN: ESTÁTICO CORPORAL</b>    |  |        |   |   |               |
| 13                                     | Realiza 15 sentadillas en 20 segundos.   |        |   |   |               |
| 14                                     | Realiza 15 abdominales en 20 segundos.   |        |   |   |               |
| 15                                     | Se mantiene firme sobre su pie derecho durante 20 segundos.  |        |   |   |               |
| 16                                     | Se mantiene firme sobre su pie izquierdo   |        |   |   |               |

|    |   |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|
|    | durante 20 segundos.  |  |  |  |  |
| 17 | Se para en punta de pies durante 20 segundos sin perder el equilibrio.  |  |  |  |  |
| 18 | Levanta el pie izquierdo y lo coloca en el muslo de la pierna derecha mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos. |  |  |  |  |
| 19 | Levanta el pie derecho y lo coloca en el muslo de la pierna izquierda mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos. |  |  |  |  |
| 20 | Gatea entre obstáculos a una distancia de 12 metros.  |  |  |  |  |

## BAREMACIÓN

| Niveles y rangos            | Bajo (B) | Medio (M) | Alto (A) |
|-----------------------------|----------|-----------|----------|
| Coordinación motora         | 20-33    | 34-47     | 48-60    |
| D1: Comprende su cuerpo (6) | 6-9      | 10-14     | 15-18    |
| D2: Salto (6)               | 6-9      | 10-14     | 15-18    |
| D3: Corporal estático (8)   | 8-12     | 13-18     | 19-24    |

### ANEXO 3

Modelo de Consentimiento y/o asentimiento informado, formato UCV.

Título de la investigación: -----

Investigadora: -----

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada -----

----- cuyo objetivo es -----

-

-----

-

----- Esta investigación es desarrollada por una estudiante de postgrado del programa de Maestría en administración de la educación, de la Universidad César Vallejo del campus de Chiclayo, aprobada por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución.

Describir el impacto del problema de la investigación.

-----

-----

-----

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: -----

-----

2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos y se realizará de manera personal. Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto serán anónimas.

**Participación voluntaria** (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

**Riesgo** (principio de No maleficencia):

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios** (principio de beneficencia):

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad** (principio de justicia):

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con la Investigadora: ----  
-----, Email: -----  
----- y Docente asesor: --  
-----

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: .....

Fecha y hora: .....

*Para garantizar la veracidad del origen de la información: en el caso que el consentimiento sea presencial, el encuestado y el investigador debe proporcionar: Nombre y firma. En el caso que sea cuestionario virtual, se debe solicitar el correo desde el cual se envía las respuestas a través de un formulario Google*

## ANEXO 4

### Matriz Evaluación por juicio de expertos, formato UCV

| Nº                                  | DIMENSIONES / ítems  | Claridad <sup>1</sup> |   |   |   | Coherencia <sup>2</sup> |   |   |   | Relevancia <sup>3</sup> |   |   |   | Observaciones/<br>Recomendaciones |
|-------------------------------------|--|-----------------------|---|---|---|-------------------------|---|---|---|-------------------------|---|---|---|-----------------------------------|
|                                     |  | 1                     | 2 | 3 | 4 | 1                       | 2 | 3 | 4 | 1                       | 2 | 3 | 4 |                                   |
| <b>COMPRENDE SU CUERPO / ítems</b>  |  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 01                                  | Camina hacia adelante sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                            |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 02                                  | Camina hacia atrás sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                               |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 03                                  | Camina sin problemas, siguiendo una línea horizontal hacia la derecha sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 04                                  | Camina sin problemas siguiendo una línea horizontal hacia la izquierda sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.         |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 05                                  | Camina en punta de pies hacia adelante, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros. |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 06                                  | Camina en punta de pies hacia atrás, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.    |                       |   |   | x |                         |   | x |   |                         |   |   | x |                                   |
| <b>Nº SALTO / ítems</b>             |  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 07                                  | Realiza polichinelas por 20 segundos en forma continua.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 08                                  | Salta la sog a por 20 segundos en forma continua.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 09                                  | Salta sobre obstáculos de 40 cm, impulsándose con los pies, coordinando sus brazos y piernas.                                    |                       |   | x |   |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 10                                  | Salta con los pies juntos y gira fácilmente 360°.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 11                                  | Salta con el pie derecho a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 12                                  | Salta con el pie izquierdo a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| <b>Nº CORPORAL ESTÁTICO / ítems</b> |  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 13                                  | Realiza 15 sentadillas en 20 segundos.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 14                                  | Realiza 15 abdominales en 20 segundos.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 15                                  | Se mantiene firme sobre su pie derecho durante 20 segundos.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 16                                  | Se mantiene firme sobre su pie izquierdo durante 20 segundos.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 17                                  | Se para en punta de pies durante 20 segundos sin perder el equilibrio.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 18                                  | Levanta el pie izquierdo y lo coloca en el muslo de la pierna derecha mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 19                                  | Levanta el pie derecho y lo coloca en el muslo de la pierna izquierda mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   | x |   |                                   |
| 20                                  | Gatea entre obstáculos a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |

**INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**

**1. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:**

Programa de ejercicios para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una Institución Educativa rural de Ferreñafe

**2. NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

Lista de control para evaluar la coordinación motora gruesa

**3. TESISISTA:**

Walter Hugo Vera Mechán

**4. DECISIÓN:**

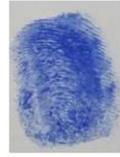
Apto para su aplicación

OBSERVACIONES: Ninguna

APROBADO: SI

NO

**Chiclayo, 31 de octubre de 2023**

|   |   |
|---|---|
|  <p><b>Carlos Alberto Cardoza Guevara</b><br/>DNI 40626104</p> |  <p><b>HUELLA</b></p> |
|---|---|

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

## CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través del Ejecutivo de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

### INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

|                                  |                 |
|----------------------------------|-----------------|
| Apellidos                        | CARDOZA GUEVARA |
| Nombres                          | CARLOS ALBERTO  |
| Tipo de Documento de Identidad   | DNI             |
| Numero de Documento de Identidad | 40628104        |

### INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

|                    |                                       |
|--------------------|---------------------------------------|
| Nombre             | UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO |
| Rector             | JORGE AURELIO OLIVA NUÑEZ             |
| Secretario General | MANUEL AUGENCIO SANDOVAL RODRIGUEZ    |
| Director           | SAUL ALBERTO ESPINOZA ZAPATA          |

### INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

|                     |  |
|---------------------|--|
| Grado Académico     | MAESTRO  |
| Denominación        | MAESTRO EN CIENCIAS DE LA EDUCACION CON<br>MENCION EN GERENCIA EDUCATIVA ESTRATEGICA |
| Fecha de Expedición | 21/07/17   |
| Resolución/Acta     | 204-2017-CU  |
| Diploma             | UNPRG-EPG-2017-328   |
| Fecha Matricula     | 30/04/2013   |
| Fecha Egreso        | 30/03/2016   |

Fecha de emisión de la constancia:  
08 de Noviembre de 2023



CÓDIGO VIRTUAL 0001557113

**ROLANDO RUIZ LLATANCE**  
EJECUTIVO

Unidad de Registro de Grados y Títulos  
Superintendencia Nacional de Educación  
Superior Universitaria - Sunedu

Este constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu ([www.sunedu.gob.pe](http://www.sunedu.gob.pe)), utilizando lectores de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde Internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° Ley N° 27269 - Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(\*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.

| Nº | DIMENSIONES / ítems  | Claridad <sup>1</sup> |   |   |   | Coherencia <sup>2</sup> |   |   |   | Relevancia <sup>3</sup> |   |   |   | Observaciones/<br>Recomendaciones |
|----|--|-----------------------|---|---|---|-------------------------|---|---|---|-------------------------|---|---|---|-----------------------------------|
|    |  | 1                     | 2 | 3 | 4 | 1                       | 2 | 3 | 4 | 1                       | 2 | 3 | 4 |                                   |
|    | <b>COMPRENDE SU CUERPO / ítems</b>   |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 01 | Camina hacia adelante sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                            |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 02 | Camina hacia atrás sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                               |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 03 | Camina sin problemas, siguiendo una línea horizontal hacia la derecha sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   | x |   |                                   |
| 04 | Camina sin problemas siguiendo una línea horizontal hacia la izquierda sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.         |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 05 | Camina en punta de pies hacia adelante, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros. |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 06 | Camina en punta de pies hacia atrás, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.    |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
|    | <b>Nº SALTO / ítems</b>  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 07 | Realiza polichinelas por 20 segundos en forma continua.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 08 | Salta la soga por 20 segundos en forma continua.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 09 | Salta sobre obstáculos de 40 cm, impulsándose con los pies, coordinando sus brazos y piernas.                                    |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 10 | Salta con los pies juntos y gira fácilmente 360°.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 11 | Salta con el pie derecho a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 12 | Salta con el pie izquierdo a una distancia de 12 metros.   |                       |   | x |   |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
|    | <b>Nº CORPORAL ESTÁTICO / ítems</b>  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 13 | Realiza 15 sentadillas en 20 segundos.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 14 | Realiza 15 abdominales en 20 segundos.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 15 | Se mantiene firme sobre su pie derecho durante 20 segundos.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 16 | Se mantiene firme sobre su pie izquierdo durante 20 segundos.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 17 | Se para en punta de pies durante 20 segundos sin perder el equilibrio.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 18 | Levanta el pie izquierdo y lo coloca en el muslo de la pierna derecha mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 19 | Levanta el pie derecho y lo coloca en el muslo de la pierna izquierda mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 20 | Gatea entre obstáculos a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |

**INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**

**1. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:**

Programa de ejercicios para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una Institución Educativa rural de Ferreñafe

**2. NOMBRE DEL INSTRUMENTO:**

Lista de control para evaluar la coordinación motora gruesa

**3. TESISTA:**

Walter Hugo Vera Mechán

**4. DECISIÓN:**

Apto para su aplicación

OBSERVACIONES: Ninguna

APROBADO: SI

NO

Chiclayo, 31 de octubre de 2023

|   |   |
|---|---|
|  <p><b>Alfredo Huamán Muñoz</b><br/>DNI 42251110</p> |  <p><b>HUELLA</b></p> |
|---|---|



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

## CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través del Ejecutivo de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

### INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

Apellidos HUAMAN MUÑOZ  
Nombres ALFREDO  
Tipo de Documento de Identidad DNI  
Número de Documento de Identidad 42251110

### INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO  
Rector LLEMPEN CORONEL HUMBERTO CONCEPCION  
Secretario General BELLOMO MONTALVO GIOCONDA CARMELA  
Director MORENO RODRIGUEZ ROSA YSABEL

### INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

Grado Académico MAESTRO  
Denominación MAESTRO/MAGISTER EN ADMINISTRACION DE LA  
EDUCACION  
Fecha de Expedición 28/02/17  
Resolución/Acta 0021-2017-UCV  
Diploma 052-003387  
Fecha Matrícula 11/05/2008  
Fecha Egreso 31/12/2010

Fecha de emisión de la constancia:  
08 de Noviembre de 2023



CÓDIGO VIRTUAL 0091557137

ROLANDO RUIZ LLATANCE  
EJECUTIVO

Unidad de Registro de Grados y Títulos  
Superintendencia Nacional de Educación  
Superior Universitaria - Sunedu

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu ([www.sunedu.gob.pe](http://www.sunedu.gob.pe)), utilizando lectores de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde Internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° Ley N° 27289 - Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(\*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.

| Nº                                  | DIMENSIONES / ítems  | Claridad <sup>1</sup> |   |   |   | Coherencia <sup>2</sup> |   |   |   | Relevancia <sup>3</sup> |   |   |   | Observaciones/<br>Recomendaciones |
|-------------------------------------|--|-----------------------|---|---|---|-------------------------|---|---|---|-------------------------|---|---|---|-----------------------------------|
|                                     |  | 1                     | 2 | 3 | 4 | 1                       | 2 | 3 | 4 | 1                       | 2 | 3 | 4 |                                   |
| <b>COMPRENDE SU CUERPO / ítems</b>  |  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 01                                  | Camina hacia adelante sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                            |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 02                                  | Camina hacia atrás sobre un borde, manteniendo el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.                               |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 03                                  | Camina sin problemas, siguiendo una línea horizontal hacia la derecha sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 04                                  | Camina sin problemas siguiendo una línea horizontal hacia la izquierda sin salirse en una distancia mínima de 12 metros.         |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 05                                  | Camina en punta de pies hacia adelante, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros. |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 06                                  | Camina en punta de pies hacia atrás, siguiendo una línea recta sin perder el equilibrio en una distancia mínima de 12 metros.    |                       |   |   | x |                         |   | x |   |                         |   |   | x |                                   |
| <b>Nº SALTO / ítems</b>             |  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 07                                  | Realiza polichinelas por 20 segundos en forma continua.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 08                                  | Salta la soga por 20 segundos en forma continua.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 09                                  | Salta sobre obstáculos de 40 cm, impulsándose con los pies, coordinando sus brazos y piernas.                                    |                       |   | x |   |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 10                                  | Salta con los pies juntos y gira fácilmente 360°.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 11                                  | Salta con el pie derecho a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 12                                  | Salta con el pie izquierdo a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| <b>Nº CORPORAL ESTÁTICO / ítems</b> |  |                       |   |   |   |                         |   |   |   |                         |   |   |   |                                   |
| 13                                  | Realiza 15 sentadillas en 20 segundos.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 14                                  | Realiza 15 abdominales en 20 segundos.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 15                                  | Se mantiene firme sobre su pie derecho durante 20 segundos.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 16                                  | Se mantiene firme sobre su pie izquierdo durante 20 segundos.  |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 17                                  | Se para en punta de pies durante 20 segundos sin perder el equilibrio.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 18                                  | Levanta el pie izquierdo y lo coloca en el muslo de la pierna derecha mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 19                                  | Levanta el pie derecho y lo coloca en el muslo de la pierna izquierda mientras mantienen el equilibrio por 20 segundos.          |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |
| 20                                  | Gatea entre obstáculos a una distancia de 12 metros.   |                       |   |   | x |                         |   |   | x |                         |   |   | x |                                   |

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

### 1. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:

Programa de ejercicios para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una Institución Educativa rural de Ferreñafe

### 2. NOMBRE DEL INSTRUMENTO:

Lista de control para evaluar la coordinación motora gruesa

### 3. TESISISTA:

Walter Hugo Vera Mechán

### 4. DECISIÓN:

Apto para su aplicación

OBSERVACIONES: Ninguna

APROBADO: SI

NO

Chiclayo, 31 de octubre de 2023

|   |   |
|---|---|
|  <p>Fiorella Eliana Soza Carrillo<br/>DNI 46889422</p> |  <p><b>HUELLA</b></p> |
|---|---|



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

## CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través del Ejecutivo de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

### INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

Apellidos **SOZA CARRILLO**  
Nombres **FIGRELLA ELIANA**  
Tipo de Documento de Identidad **DNI**  
Número de Documento de Identidad **46889422**

### INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre **UNIVERSIDAD PERUANA CAYETANO HEREDIA**  
Rector (E) **GUSTAVO FRANCISCO GONZALES RENGIFO (e)**  
Secretario General **GABRIEL MARTIN FLORES MENA**  
Director **ROSA PATRICIA HERRERA VELIT**

### INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

Grado Académico **MAESTRO**  
Denominación **MAESTRA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**  
Fecha de Expedición **10/03/21**  
Resolución/Acta **RRGYT-SEGEN-UPCH-2021-CU-0079**  
Diploma **2587**  
Fecha Matrícula **10/04/2015**  
Fecha Egreso **10/12/2016**

Fecha de emisión de la constancia:  
02 de Enero de 2024



CÓDIGO VIRTUAL 0001623166



Firmado digitalmente por:  
SUPERINTENDENCIA NACIONAL DE EDUCACION  
SUPERIOR UNIVERSITARIA  
Motivo: Servidor de  
Agente automatizado.  
Fecha: 02/01/2024 21:15:52-0500

**ROLANDO RUIZ LLATANCE**  
EJECUTIVO

Unidad de Registro de Grados y Títulos  
Superintendencia Nacional de Educación  
Superior Universitaria - Sunedu

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu ([www.sunedu.gob.pe](http://www.sunedu.gob.pe)), utilizando lectora de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° Ley N° 27269 – Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(\*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.

## ANEXO 5

### Validez y confiabilidad del instrumento de recolección de datos

#### Coeficiente V de Aiken

$$V = \frac{\bar{X} - l}{k}$$

*X*: promedio de calificación de los jueces  
*l*: Calificación mínima  
*k*: Diferencia de la calificación max y min

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| Nº Expertos                         | 3 |
| cumple, bajo nivel, moderado, nivel | 4 |

| Escala de valoración |   |
|----------------------|---|
| No cumple            | 1 |
| Bajo nivel           | 2 |
| Moderado             | 3 |
| Alto nivel           | 4 |

*Si V = 0*, Significa que hay un total desacuerdo entre los expertos  
*Si V = 1*, Significa que hay un total acuerdo entre los expertos

**V de Aiken del ins 0.99**

| Ítem                           | CLARIDAD  |           |           | Suma (Si) | V de Aiken  |
|--------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------------|
|                                | Experto 1 | Experto 2 | Experto 3 |           |             |
| ítem 1                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 2                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 3                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 4                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 5                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 6                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 7                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 8                         | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 9                         | 4         | 4         | 3         | 3.67      | 0.9         |
| ítem 10                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 11                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 12                        | 4         | 3         | 4         | 3.67      | 0.9         |
| ítem 13                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 14                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 15                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 16                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 17                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 18                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 19                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 20                        | 4         | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| <b>V de Aiken del criterio</b> |           |           |           |           | <b>0.99</b> |

| Ítem                           | COHERENCIA |           |           | Suma (Si) | V de Aiken  |
|--------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|
|                                | Experto 1  | Experto 2 | Experto 3 |           |             |
| ítem 1                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 2                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 3                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 4                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 5                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 6                         | 4          | 4         | 3         | 3.67      | 0.9         |
| ítem 7                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 8                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 9                         | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 10                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 11                        | 3          | 4         | 4         | 3.67      | 0.9         |
| ítem 12                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 13                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 14                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 15                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 16                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 17                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 18                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 19                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| ítem 20                        | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0         |
| <b>V de Aiken del criterio</b> |            |           |           |           | <b>0.99</b> |

| Ítem    | RELEVANCIA |           |           | Suma (Si) | V de Aiken |
|---------|------------|-----------|-----------|-----------|------------|
|         | Experto 1  | Experto 2 | Experto 3 |           |            |
| ítem 1  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 2  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 3  | 4          | 3         | 4         | 3.67      | 0.9        |
| ítem 4  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 5  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 6  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 7  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 8  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 9  | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 10 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 11 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 12 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 13 | 3          | 4         | 4         | 3.67      | 0.9        |
| ítem 14 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 15 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 16 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 17 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |
| ítem 18 | 4          | 4         | 4         | 4.00      | 1.0        |

|                                |   |   |   |      |             |
|--------------------------------|---|---|---|------|-------------|
| ítem 19                        | 4 | 4 | 3 | 3.67 | 0.9         |
| ítem 20                        | 4 | 4 | 4 | 4.00 | 1.0         |
| <b>V de Aiken del criterio</b> |   |   |   |      | <b>0.98</b> |

**Confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos**  
**ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD**  
**MÉTODO DE CONSISTENCIA INTERNA –  $\omega$  de McDonald**

Estadísticas de Fiabilidad de Escala

| <b><math>\omega</math> de McDonald</b> |       |
|--|-------|
| escala                                 | 0.921 |

Estadísticas de Fiabilidad de Elemento

| <b>Si se descarta el elemento</b>      |       |
|--|-------|
| <b><math>\omega</math> de McDonald</b> |       |
| A                                      | 0.914 |
| B                                      | 0.914 |
| C                                      | 0.913 |
| D                                      | 0.918 |
| E                                      | 0.912 |
| F                                      | 0.913 |
| G                                      | 0.915 |
| H                                      | 0.918 |
| I                                      | 0.916 |
| J                                      | 0.917 |
| K                                      | 0.913 |
| L                                      | 0.915 |
| M                                      | 0.915 |
| N                                      | 0.919 |
| O                                      | 0.922 |
| P                                      | 0.920 |
| Q                                      | 0.923 |
| R                                      | 0.920 |
| S                                      | 0.922 |
| T                                      | 0.926 |

## ANEXO 6

### Validez y confiabilidad del Programa

## Coeficiente V de Aiken

$$V = \frac{S}{(n(c-1))}$$

*s*: La sumatoria de  $s_i$   
*s<sub>i</sub>*: valor asignado por el experto o juez *i*  
*n*: Numero de expertos o jueces.  
*c*: Número de valores de la escala de valoraciones

|                     |   |
|---------------------|---|
| N° Expertos         | 3 |
| N° escalas [Sí, No] | 2 |

| Escala de valoración |    |
|----------------------|----|
| Sí                   | No |
| 1                    | 0  |

| N°                                      | CRITERIO  | EXPERTOS  |           |           | Suma (Si) | V de Aiken |
|---|---|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|   |   | Experto 1 | Experto 2 | Experto 3 |           |            |
| <b>Pertinencia con la investigación</b> |   |           |           |           |           |            |
| 1                                       | Pertinencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.                | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 2                                       | Pertinencia con las variables y dimensiones.  | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 3                                       | Pertinencia con las dimensiones e indicadores.                                      | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 4                                       | Pertinencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia). | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 5                                       | Pertinencia con los fundamentos teóricos  | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 6                                       | Pertinencia con la estructura de la investigación                                   | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 7                                       | Pertinencia de la propuesta con el diagnóstico del problema                         | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| <b>Pertinencia con la aplicación</b>    |   |           |           |           |           |            |
| 8                                       | Es aplicable al contexto de la investigación  | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 9                                       | Soluciona el problema de la investigación   | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 10                                      | Su aplicación es sostenible en el tiempo  | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 11                                      | Es viable en su aplicación  | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |
| 12                                      | Es aplicable a otras instituciones con características similares                    | 1         | 1         | 1         | 3         | 1.0        |

|                                   |             |
|-----------------------------------|-------------|
| <b>V de Aiken de la propuesta</b> | <b>1.00</b> |
|-----------------------------------|-------------|

## **ANEXO 7**

### **01. TÍTULO PROPUESTA**

Gigantes fortalecidos: Un programa de ejercicios físicos revolucionario para mejorar la motricidad gruesa.

### **02. PRESENTACIÓN**

La propuesta surge a partir de datos reveladores: el 81.3% de los estudiantes muestra un bajo nivel en la comprensión de su propio cuerpo, mientras que el 68.8% exhibe un nivel bajo en capacidad física. Además, el 81.6% presenta un nivel deficiente en estática corporal, y el 84.4% enfrenta dificultades para ejecutar movimientos coordinados que involucran grupos musculares grandes. Notablemente, ninguno de los estudiantes ha logrado un nivel destacado en coordinación motora gruesa. Este programa de ejercicios físicos busca atender estas deficiencias, enfocándose en mejorar la motricidad gruesa para fortalecer su coordinación, equilibrio y habilidades motoras esenciales.

### **03. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA PROPUESTA**

La propuesta está respaldada por aportes significativos de varios autores destacados en el campo del desarrollo y aprendizaje motor. Se considera la Teoría del Desarrollo Motor de Gallahue, que enfatiza la progresión secuencial de habilidades motoras fundamentales en niños. Asimismo, se aborda la Teoría del Desarrollo Motor de Gesell, centrada en etapas predecibles de desarrollo físico y motor. La Teoría del Aprendizaje Motor de Schmidt ofrece una perspectiva sobre la adquisición de habilidades motoras a través de la práctica y el feedback. En cuanto al desarrollo cognitivo, se toma en cuenta la teoría de Piaget, que destaca la construcción activa del conocimiento en niños. Finalmente, la perspectiva socio constructivista de Vygotsky, enfocada en la influencia de la interacción social en el aprendizaje y desarrollo, complementa esta conceptualización. La propuesta busca integrar estos enfoques para

enriquecer la comprensión y mejora de la motricidad gruesa en niños, aprovechando la sinergia entre el desarrollo motor, cognitivo y socioemocional en su crecimiento integral.

## **04.OBJETIVOS**

### **4.1 Objetivo general:**

- Fortalecer y desarrollar las habilidades motoras fundamentales en niños, centrándose en la mejora de la coordinación, equilibrio, control postural y destrezas físicas esenciales para su desarrollo integral.

### **4.3 Objetivos específicos:**

- Desarrollar habilidades motoras, a través de ejercicios para correr, saltar, lanzar, trepar, gatear, cuadrupedia, marchar y escalar; así como integrar ejercicios de forma individual.
- Mejorar el equilibrio, evidenciándose mantenerse la posición en un solo pie, cambiar de dirección sin pérdida de equilibrio, así como mantener el equilibrio en superficies inestables.
- Participar en juegos grupales activamente y coordinadamente manejando dinámicas de integración.

## **05.JUSTIFICACIÓN**

La propuesta de un programa de ejercicios físicos para mejorar la motricidad gruesa en niños se justifica por su relevancia en abordar deficiencias identificadas en 32 estudiantes. Busca fortalecer habilidades motoras clave, beneficiando su coordinación y equilibrio. Además de resolver un problema real, tiene un impacto social, al incrementar el bienestar físico y emocional de los menores, fomentando su participación en actividades físicas y sociales. A nivel teórico, integra diversas teorías del desarrollo motor y cognitivo, llenando un vacío en el conocimiento y ofreciendo una metodología replicable que enriquece el campo educativo. Este enfoque sistemático promueve el crecimiento completo de los niños.

## **06.FUNDAMENTOS TEÓRICOS**

Los pilares de esta propuesta descansan en una diversidad de teorías relevantes para el progreso motor infantil. La Teoría del Desarrollo Motor de Gallahue y Gesell ofrecen visión sobre etapas predecibles en el crecimiento físico, mientras que la Teoría del Aprendizaje Motor de Schmidt pone énfasis en la obtención de habilidades mediante la práctica. Por otro lado, las perspectivas de Piaget y Vygotsky subrayan la conexión entre el progreso mental y el físico. La fusión de estas teorías enriquece la propuesta, creando un marco robusto y abarcador para potenciar la motricidad gruesa en niños.

## **07.PRINCIPIOS PSICOPEDAGÓGICOS**

Los principios psicopedagógicos representan la esencia de la propuesta de un programa de ejercicios destinado a mejorar la motricidad gruesa en niños. Estos principios, esenciales para su desarrollo, conforman el conjunto de valores rectores que orientan su ejecución y moldean las actitudes de quienes participan en él. La participación se enfoca en involucrar activamente a todos los implicados, desde los niños hasta los adultos, fomentando la colaboración. La pertinencia garantiza la adecuación de las actividades a las necesidades individuales de cada niño. La integralidad busca un abordaje holístico del desarrollo motor, considerando aspectos físicos, emocionales, cognitivos y sociales. La flexibilidad permite adaptar las estrategias para atender las particularidades de cada niño. Finalmente, la gradualidad establece una progresión secuencial para un desarrollo continuo de las habilidades motoras, facilitando un crecimiento sostenible y efectivo. Estos principios, alineados, promueven un entorno óptimo para el desarrollo integral de la motricidad gruesa en los niños.

## **08.CARACTERÍSTICAS**

El programa de ejercicios físicos para la motricidad gruesa en estudiantes se caracteriza por su rigurosa estructura metodológica respaldada en sólidas bases teóricas. Aunque posee esta rigidez, su flexibilidad permite

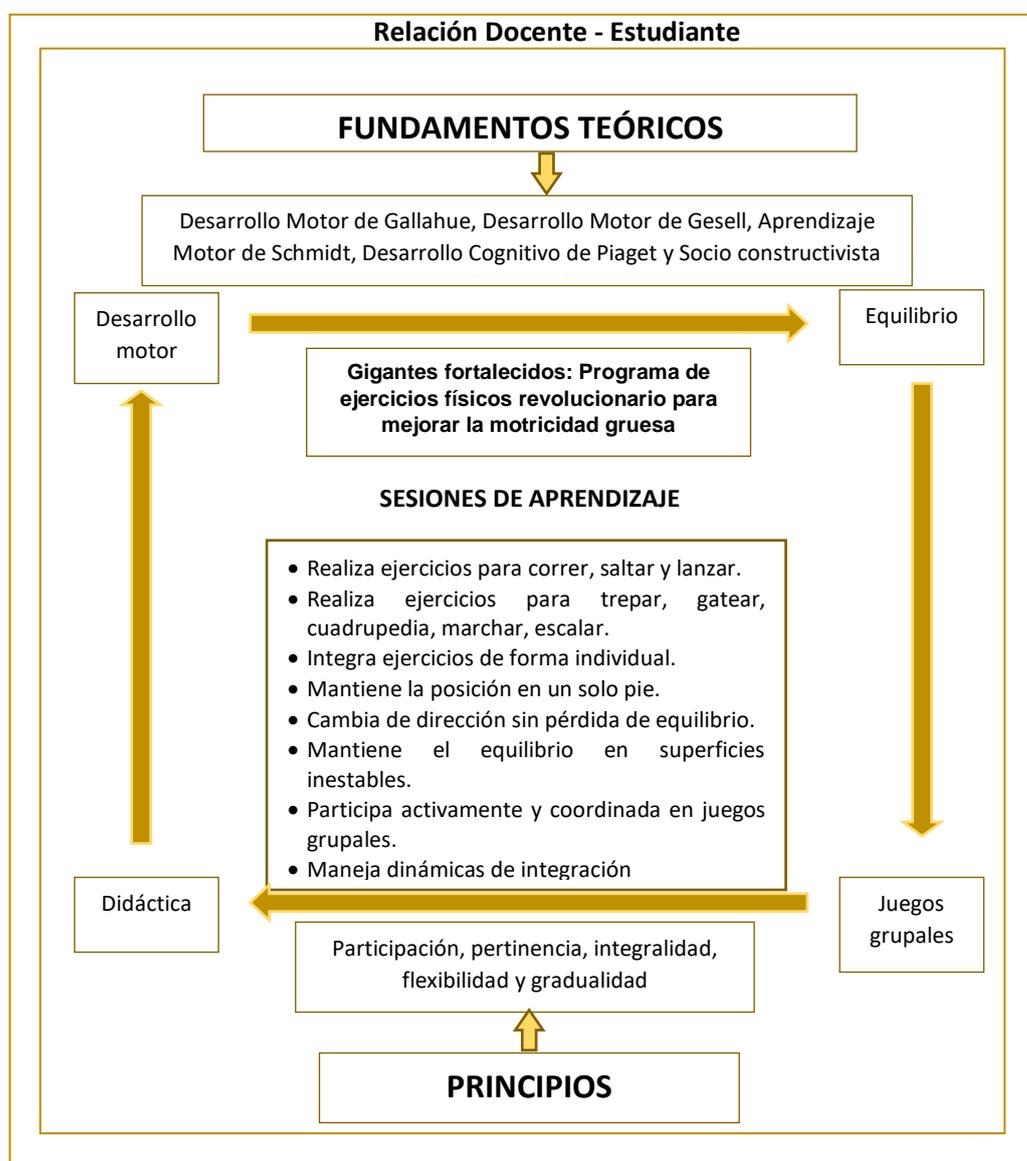
adaptarse a las necesidades individuales y grupales de los alumnos, ajustándose a su progreso y capacidades. Enfocada en el desarrollo de habilidades motoras gruesas esenciales, su funcionalidad radica en la practicidad y utilidad de los ejercicios propuestos.

Asimismo, se apoya en un enfoque psicopedagógico que considera tanto los aspectos psicológicos como los pedagógicos, incentivando la participación activa y motivada de los estudiantes, teniendo en cuenta su desarrollo emocional y cognitivo. Esta propuesta no se limita a lo físico, sino que abarca aspectos educativos, sociales y de salud, buscando el bienestar general y el desarrollo integral de los participantes.

## 09. ESTRUCTURA

**Figura 2**

*Estructura de la propuesta de un programa de ejercicios físicos*



## 10. ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR LA PROPUESTA

**Tabla 6**

### *Descripción de la propuesta*

| DESEMPEÑO   | EVIDENCIA  | RECURSOS  | DIMENSION        | RESPONSABLE | INSTRUMENTO      |
|---|--|---|------------------|-------------|------------------|
| Explora y controla su cuerpo para responder a desafíos motrices en ambientes de juego y predeportivos; de esta manera, aplica habilidades vinculadas a correr, saltar y lanzar.   | Realiza variantes a las actividades de coordinación de lanzar.                     | Pelotitas de trapo o plástico<br>Bolsas rellenas<br>Cajas<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos   | Desarrollo motor |             |                  |
| Controla su postura corporal en situaciones de equilibrio, adaptándose al espacio, utilizando como referencia la trayectoria de objetos, otras personas y sus propios movimientos para fortalecer sus habilidades motrices fundamentales. | Demuestra el dominio de su equilibrio al realizar diversas tareas motrices.        | Ficha de datos<br>Tablas<br>Riel<br>Sogas<br>Ayudas mecánicas   | Equilibrio       |             |                  |
| Explora y controla su cuerpo para afrontar desafíos físicos en ambientes recreativos y actividades previas al deporte; de esta manera, aplica habilidades motrices como correr, saltar y lanzar.  | Crea un circuito motriz para el desarrollo de la carrera.                          | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos<br>Cualquier objeto o elemento adaptado o creado de acuerdo a la necesidad del momento | Juegos grupales  | Docente     | Lista de control |
| Explora y ajusta su cuerpo para enfrentar desafíos físicos en entornos de juego y actividades preparatorias para el deporte; de esta manera, desarrolla habilidades motrices como correr, saltar y lanzar.                                | Demuestra el dominio de sus básicas de saltar en la práctica de un circuito motriz | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos  |                  |             |                  |
| Utiliza la reflexión y la comunicación como recursos para resolver problemas o desacuerdos que surjan con sus compañeros mientras participa en distintas actividades recreativas y previas al deporte.                                    | Se integra con sus compañeros al desarrollar retos lúdicos propuestos.             | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos  |                  |             |                  |
| Investiga y controla su cuerpo para enfrentar desafíos físicos en ambientes recreativos y actividades previas al deporte; de esta manera, aplica destrezas motoras elementales como trepar, gatear, moverse a gatas y escalar.            | Realiza actividades motrices básicas como trepar, gatear, cuadrupedia, etc.        | Cronómetro<br>Conos, silbato<br>Ficha de datos<br>Cualquier recurso entorno elaborado según necesidad                                 |                  |             |                  |

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

### DENOMINACIÓN: DESARROLLAMOS NUESTRA COORDINACIÓN DE LANZAR

#### DATOS INFORMATIVOS

- I.E .....
- Nombre del Director.....
- Grado y Sección..... 5to grado
- Nombre del docente.....
- Duración de la sesión..... 45 minutos

#### I. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJES

| COMPETENCIA  | CAPACIDAD            | DESEMPEÑO   | EVIDENCIA  | CRITERIOS   |
|--|----------------------|---|--|---|
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. | Comprende su cuerpo. | Explora y regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos y predeportivos; así, pone en práctica las habilidades motrices relacionadas con la carrera, el salto y los lanzamientos. | Realiza variantes a las actividades de coordinación de lanzar. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa de forma activa en el desarrollo de las actividades motrices desarrolladas.</li> <li>• Aporta en el desarrollo de propuestas de variantes a las actividades planteadas.</li> <li>• Explica la importancia del desarrollo de habilidades de coordinación de lanzar al practicar actividades de diversas.</li> </ul> |

| ENFOQUES TRANSVERSALES   | ACTIVIDADES OBSERVABLES  |
|--|--|
| Enfoque búsqueda de la excelencia  | El docente y los estudiantes buscan mejorar sus resultados en los retos planteados.  |
| PROPOSITOS DE LA SESION  | QUE RECURSOS Y MATERIALES UTILIZAMOS   |
| Participamos diversas actividades para mejorar la coordinación de lanzamiento. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelotitas de trapo o plástico</li> <li>• Bolsas rellenas</li> <li>• Cajas</li> <li>• Conos, silbato</li> <li>• Hoja de registro de datos</li> </ul> |





|               |  |                |                           |               |
|---------------|--|----------------|---------------------------|---------------|
|               |  <p><b>Proceso creativo</b><br/>El docente les hace la siguiente pregunta:<br/>¿En esta última actividad de qué otra forma lo podríamos realizar?<br/>El docente busca que los niños realicen diversas variantes (Con palmadas, con giros, de pie, sentados, etc)</p>   |                | Caja<br>Pelotitas<br>aros |               |
| <b>CIERRE</b> | <p><b>EVALUACIÓN.</b><br/>El docente aprovecha la oportunidad para utilizar su instrumento para la evaluación y valorar los aprendizajes logrados a partir de los criterios</p> <p><b>Metacognición.</b><br/>Se concluye la sesión invitando a los estudiantes a reflexionar sobre lo aprendido.<br/>¿Cómo se sintieron?<br/>¿Qué aprendí? ¿Qué dificultades tuve al realizar las actividades? ¿En nuestra vida cotidiana como nos ayuda estas habilidades realizadas?</p> | Metacognición. |                           | 05<br>Minutos |

## LISTA DE CONTROL

### Dimensión Comprende su cuerpo

| ITEMS | CRITERIOS   | ESCALA |            |         |               |
|-------|---|--------|------------|---------|---------------|
|       |   | Inicio | En proceso | Logrado | Observaciones |
| 1     | Lanza y emboca con facilidad una pelotita sobre una caja de cartón.   |        |            |         |               |
| 2     | Lanza y coloca con facilidad una pelotita sobre un aro sobre el piso. |        |            |         |               |
| 3     | Con su par Lanza y recibe con facilidad una pelotita.                 |        |            |         |               |

### Bibliografía

Minedu (2016), Currículo Nacional de Educación Básica, Lima  
Moncayo (2011), La sesión de clase, Chiclayo.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

**DENOMINACIÓN:** Demuestra equilibrio y un adecuado control de sus movimientos al realizar tareas motrices

### DATOS INFORMATIVOS

- I.E .....
- Nombre del Director.....
- Grado y Sección..... 5to grado.
- Nombre del docente.....
- Duración de la sesión..... 45 minutos.

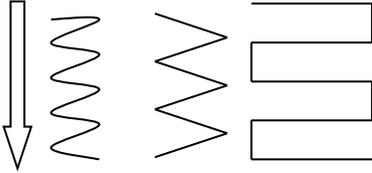
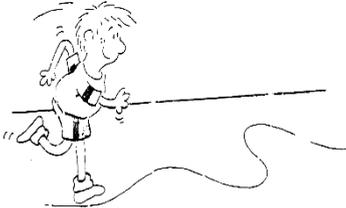
### PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

| COMPETENCIA   | CAPACIDAD            | DESEMPEÑO  | EVIDENCIA   | CRITERIOS  |
|---|----------------------|--|---|--|
| "SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD" | Comprende su cuerpo. | Regula la posición del cuerpo en situaciones de equilibrio, con modificación del espacio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los otros y sus propios desplazamientos, para afianzar sus habilidades motrices básicas. | Demuestra el dominio de su equilibrio al realizar diversas tareas motrices. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza acciones motrices para desarrollar su habilidad de equilibrio identificando las características de cada uno.</li> <li>• Describe de forma coherente todas habilidades motrices desarrolladas en el propósito de la sesión.</li> </ul> |

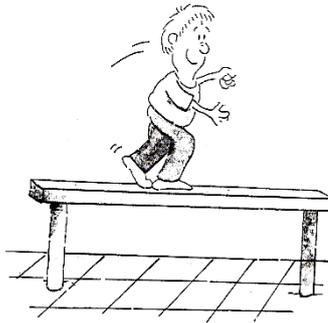
| ENFOQUES TRANSVERSALES   | ACTIVIDADES OBSERVABLES  |
|--|--|
| Enfoque búsqueda de la excelencia  | El docente y los estudiantes buscan mejorar sus resultados en los retos planteados.  |
| PROPOSITOS DE LA SESION  | QUE RECURSOS Y MATERIALES UTILIZAMOS   |
| Realizamos ejercicios de equilibrio dinámico utilizando ayudas mecánicas, tablas y riel. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja de registro de datos</li> <li>• Tablas</li> <li>• Riel</li> <li>• Sogas</li> <li>• Ayudas mecánicas</li> </ul> |

## SECUENCIA DIDÁCTICA

| MOMENTO              | PROCESOS PEDAGÓGICOS  | ESTRATEGIAS  | MEDIOS Y MATERIALES | TIEMPO |
|----------------------|---|--|---------------------|--------|
| <p><b>INICIO</b></p> | <p>El docente se presenta ante los estudiantes, los saluda y les explica que desarrollan una sesión de clase muy importante.</p> <p><b>MOTIVACIÓN</b></p> <p>En el aula se narra la historia de Fernando y Roxana que paseaban por el campo y se encontraron frente a un río atravesado por un árbol y la pelota se pasó al otro lado del río.</p> <p><b>CONFLICTO COGNITIVO</b></p> <p>Si fueran Fernando o Roxana ¿Cómo recuperarían la pelota sin mojarse en el río?</p> <p>¿Y cómo lo cruzarían? ¿Qué habilidades debo tener para lograr cruzar el río? (el docente hace el gesto del equilibrio sobre el puente).</p> <p><b>RECUPERACIÓN DE SABERES PREVIOS</b></p> <p>¿Alguna vez cuando han ido al campo han cruzado por un río? y ¿por dónde lo cruzaron? ¿El puente era ancho o delgado?</p> <p><b>PROPÓSITO Y ORGANIZACIÓN</b></p> <p>A partir de las respuestas vertidas por los estudiantes el docente invita a ellos declaren el propósito de la clase a realizar.</p> <p>El docente después de los aportes de los estudiantes declara el propósito.</p> <p>Nuestro propósito de la clase a desarrollar el día de hoy es:</p> <p>Realizamos ejercicios de equilibrio dinámico utilizando ayudas mecánicas, tablas y riel.</p> <p>El docente promueve el sentido de utilidad importancia y/o significancia a partir de la siguiente pregunta.</p> <p><b>¿Por qué será importante lograr este propósito?</b></p> <p>Presenta las normas de convivencia ante los estudiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Levantar la mano al opinar.</li> <li>• Trabajar colaborativamente en el logro de las acciones propuestos en clase.</li> <li>• Respetar las ideas del compañero.</li> </ul> | <p>Preguntas de exploración</p> <p>Pregunta reflexiva pedagógica</p> |                     |        |

|                       |   |   |                                      |            |
|-----------------------|---|---|--------------------------------------|------------|
|                       | <p><b>Activación corporal</b></p> <p>El docente promueve que los estudiantes activen corporal y anímicamente a través de actividades de calentamiento cardiovascular de forma semi dirigida. (señala un modelo y luego invita a que los estudiantes realicen variantes del mismo) en base a las siguientes acciones motrices:</p>   | Mando directo modificado                                |                                      | 10 minutos |
| <p><b>PROCESO</b></p> | <p><b>CONSTRUCCIÓN DEL APRENDIZAJE</b></p> <p>El docente invita a los estudiantes a realizar el siguiente ejercicio:</p> <p>Los estudiantes se paran en un solo pie, tratar de durar hasta 10 segundos con un solo pie. Variantes: cambiando de pie, hacerlo de puntitas con los pies juntos.</p>  <p>El docente promueve el desarrollo de las siguientes tareas motrices :</p> <p><b>Tarea Nº1:</b> Los estudiantes pasan por las líneas pintadas en el piso.</p>   <p><b>Tarea Nº2:</b> Los estudiantes pasan por una tabla de más o menos 2 metros de largo y 20 cm. de ancho que está cerca al piso.</p>  | <p>Asignación de tareas</p> <p>Asignación de tareas</p> | <p>Ayudas mecánicas</p> <p>Tabla</p> | 25 minutos |

**Tarea N°3:** Los estudiantes pasan por una tabla de más o menos 2 metros de largo y 20 cm. de ancho que está alejada al piso sostenida por unas sillas.



**Tarea N°4:** : Idem al ejercicio anterior, con la variante que el niño pasa sorteando obstáculos .



El docente monitorea a cada equipo y brinda retroalimentación positiva acorde a las necesidades observadas.

Fortalece las normas de convivencia.

#### **TRANSFERENCIA DE LO APRENDIDO**

**Tarea N°5:** Si invita a los estudiantes a pasar por el riel, simulando la situación que Fernando y Roxana realizarían para poder recuperar su pelota.



El docente promueve la valoración del esfuerzo de cada equipo resaltando las acciones observadas y motivando a que sus compañeros den un estímulo positivo

Riel

5 minutos

|               |  |                        |  |           |
|---------------|--|------------------------|--|-----------|
|               | terminada la demostración.   |                        |  |           |
| <b>CIERRE</b> | <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>El docente forma un círculo con todos los estudiantes, sentados promueve la reflexión de lo aprendido a partir de la siguiente pregunta.</p> <p>¿Qué capacidad motriz hemos logrado desarrollar al practicar las diferentes tareas propuestas?</p> <p>Promueve la reflexión a partir de las respuestas vertidas de los estudiantes.</p> <p>Cierra la jornada a partir de sistematizar todas las participaciones y darle el sentido de importancia de lo logrado en clase.</p> | Pregunta metacognitiva |  | 5 minutos |

## LISTA DE CONTROL

### Dimensión Equilibrio

| ITEMS | CRITERIOS  | ESCALA |            |         |               |
|-------|--|--------|------------|---------|---------------|
|       |  | Inicio | En proceso | Logrado | Observaciones |
| 1     | Camina sobre líneas rectas y curvas manteniendo la postura y el equilibrio                                     |        |            |         |               |
| 2     | Camina sobre una tabla cercana al piso manteniendo la postura y el equilibrio                                  |        |            |         |               |
| 3     | Camina sobre una tabla alejada del piso manteniendo la postura y el equilibrio                                 |        |            |         |               |
| 4     | Camina sobre una tabla alejada del piso, sorteando diferentes objetos, manteniendo la postura y el equilibrio. |        |            |         |               |

### Bibliografía

Minedu (2016), Currículo Nacional de Educación Básica, Lima

Moncayo (2011), La sesión de clase, Chiclayo.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

**DENOMINACIÓN: DESARROLLO NUESTRA HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA DE LA CARRERA**

### DATOS INFORMATIVOS

- I.E .....
- Nombre del Director.....
- Grado y Sección..... 5to grado
- Nombre del docente.....
- Duración de la sesión..... 45 minutos.

### I. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJES

| COMPETENCIA  | CAPACIDAD            | DESEMPEÑO   | EVIDENCIA   | CRITERIOS  |
|--|----------------------|---|---|--|
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. | Comprende su cuerpo. | Explora y regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos y predeportivos; así, pone en práctica las habilidades motrices relacionadas con la carrera, el salto y los lanzamientos. | Crea un circuito motriz para el desarrollo de la carrera. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa de forma activa en el desarrollo de las actividades motrices.</li> <li>• Realiza actividades motrices para desarrollar la habilidad de la carrera</li> <li>• Explica la importancia del desarrollo de habilidades motrices de la carrera en su vida cotidiana.</li> </ul> |

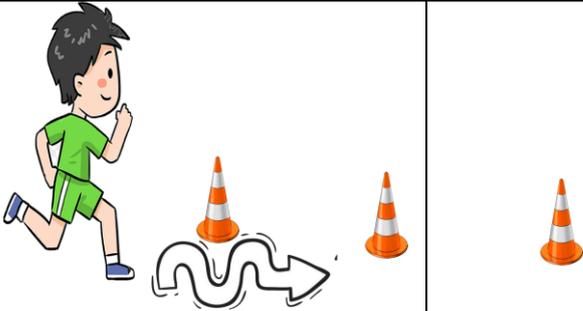
| ENFOQUES TRANSVERSALES   | ACTIVIDADES OBSERVABLES   |
|--|---|
| Enfoque búsqueda de la excelencia  | El docente y los estudiantes buscan mejorar sus resultados en los retos planteados.   |
| PROPOSITOS DE LA SESION  | QUE RECURSOS Y MATERIALES UTILIZAMOS  |
| Participamos en el desarrollo de diversas actividades para mejorar la habilidad motriz básica de la carrera. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cronómetro</li> <li>• Conos, silbato</li> <li>• Hoja de registro de datos</li> <li>• Cualquier recurso o material de tu entorno elaborado según necesidad</li> </ul> |

## II. SECUENCIA DIDACTICA

| MOMENTO              | PROCESOS DIDACTICOS  | ESTRATEGÍAS DE APRENDIZAJE  | MEDIOS Y MATERIALES | TIEMPO    |
|----------------------|--|---|---------------------|-----------|
| <p><b>INICIO</b></p> | <p>El docente da el saludo a todos los estudiantes y comenta que hoy se desarrollara una clase muy importante</p> <p><b>MOTIVACIÓN</b></p> <p>El invita a desarrollar una dinámica:</p> <p style="text-align: center;"><b>“Corre y captura”</b></p> <p>Formas parejas y los numera 1 y 2, cuando se diga el numero este corre y tratar de capturar a su compañero, el otro evita ser capturado, se combinan ambos números.</p> <p><b>RECUPERACIÓN DE SABERES PREVIOS</b></p> <p>Realiza las siguientes interrogantes.</p> <p>¿Cómo se llamaba la dinámica?</p> <p>¿Cuál era el propósito que tenía que lograr nuestro compañero cuando mencionaban su número?</p> <p>¿Y el otro compañero que debía hacer?</p> <p><b>CONFLICTO COGNITIVO</b></p> <p>¿Qué habilidades motrices necesitaba el estudiante que debía capturar a su compañero?</p> <p>¿Qué habilidades motrices necesitaba el estudiante que evitaba ser capturado?</p> <p>¿Cómo podemos mejorar estas habilidades?</p> | <p>Dinámica</p> <p>Lluvia de ideas</p> <p>Pregunta reflexiva</p> <p>Mando directo</p> |                     | <p>10</p> |

|         |   |            |        |    |
|---------|---|------------|--------|----|
|         | <p><b>PROPÓSITO Y ORGANIZACIÓN</b></p> <p>La docente promueve que los estudiantes declaren el propósito del aprendizaje</p> <p>¿A partir de lo conversado y reflexionado cual será nuestro propósito a lograr el día de hoy?</p> <p>Luego la docente declara el tema:<br/> “Participamos en el desarrollo de diversas actividades para mejorar la habilidad motriz de la carrera”.</p> <p>Pregunta a sus estudiantes lo siguiente:</p> <p><b>¿Por qué será importante lograr el propósito de esta clase?</b></p> <p>La docente presenta las normas de convivencia:</p> <p>Participar activamente en clase</p> <p>Respetar las ideas de los compañeros</p> <p>Trabajar colaborativamente</p> <p>Presenta los criterios de evaluación</p> <p><b>Activación Corporal</b></p> <p>El docente invita a los estudiantes a ubicarse por diferentes partes del campo y realicen movimientos articulares de manera individual, realiza acciones de activación cardiovascular (Desplazamientos, cambio de direcciones) de forma semi dirigida.</p> | modificado |        |    |
| PROCESO | <p><b>CONSTRUCCIÓN DEL APRENDIZAJE</b></p> <p><b>Actividad preparatoria</b></p> <p>El docente invita a los estudiantes a desarrollar diversas tareas:</p> <p><b>Tarea 1</b></p> <p>Correr hacia delante de un punto a otro punto</p>  |            | Conos, | 10 |

|  |   |  |                            |                |
|--|---|--|----------------------------|----------------|
|  |  <p><b>Tarea 2</b><br/>Correr hacia atrás de un punto a otro punto</p>  <p><b>Tarea 3</b><br/>Correr y combina adelante y atrás</p>  <p><b>Tarea 4</b><br/>Correr diagonal derecha y diagonal izquierda</p>  <p><b>Tarea 5</b><br/>Corremos en sig sag</p> | <p>Asignación de tareas.</p>  <p>Asignación de tareas.</p>  | <p>Conos, platos, aros</p> | <p>minutos</p> |
|--|---|--|----------------------------|----------------|

|               |   |                       |  |    |
|---------------|---|-----------------------|--|----|
|               |  <p>Culminado las actividades la docente conversa con sus estudiantes y les plantea la siguiente interrogante:</p> <p>¿Cómo podríamos realizar todas estas actividades de forma conjunta en un circuito motor?</p> <p><b>Proceso creativo</b><br/>El docente forma equipos de seis integrantes cada uno, le invita a cada uno que proponga un circuito de carreras. El docente comparte un conjunto de materiales (Conos, platos, aros).</p> <p>Los organiza en diversas partes del campo para que desarrollen su creación.</p> <p>Monitorea a cada y desarrolla el proceso de retroalimentación.</p> <p>Una vez concluida la acción el docente invita a que cada equipo en su lugar ante todos demuestra su propuesta de circuito motor.</p> | Estrategias creativas |  | 25 |
| <b>CIERRE</b> | <p><b>EVALUACIÓN.</b></p> <p>El docente aprovecha la oportunidad para utilizar su instrumento para la evaluación y valorar los aprendizajes logrados a partir de los criterios <b>Metacognición.</b></p> <p>Se concluye la sesión invitando a los estudiantes a reflexionar sobre lo aprendido.</p> <p>¿Cómo se sintieron?<br/>¿Qué aprendí? ¿Qué habilidad motriz desarrollaron? ¿En nuestra vida cotidiana como nos ayuda esta habilidad motriz?</p>  | Metacognición.        |  | 05 |

## LISTA DE CONTROL

### Dimensión Comprende su cuerpo

| ITEMS | CRITERIOS                                      | ESCALA |            |         |               |
|-------|--|--------|------------|---------|---------------|
|       |  | Inicio | En proceso | Logrado | Observaciones |
| 1     | Correr hacia delante de un punto a otro punto. |        |            |         |               |
| 2     | Correr hacia atrás de un punto a otro punto    |        |            |         |               |
| 3     | Correr y combina adelante y atrás              |        |            |         |               |
| 4     | Correr diagonal derecha y diagonal izquierda   |        |            |         |               |
| 5     | Corremos en zig zag                            |        |            |         |               |

#### Bibliografía

Minedu (2016), Currículo Nacional de Educación Básica, Lima  
Moncayo (2011), La sesión de clase, Chiclayo.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

**DENOMINACIÓN: HABILIDADES BÁSICAS AL REALIZAR ACTIVIDADES MOTRICES VARIADAS.**

### DATOS INFORMATIVOS

- I.E .....
- Nombre del Director.....
- Grado y Sección..... 5to grado.
- Nombre del docente.....
- Duración de la sesión..... 45 minutos.

### PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

| COMPETENCIA   | CAPACIDAD            | DESEMPEÑO   | EVIDENCIA   | CRITERIOS  |
|---|----------------------|---|---|--|
| "SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD" | Comprende su cuerpo. | Explora y regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos y predeportivos; así, pone en práctica las habilidades motrices relacionadas con la carrera, el salto y los lanzamientos. | Demuestra el dominio de sus básicas de saltar en la práctica de un circuito motriz. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza acciones físicas para desarrollar sus habilidades motrices básicas de salto identificando las características de cada uno.</li> <li>• Crea un circuito motriz considera todas las recomendaciones propuestas en la sesión.</li> <li>• Describe de forma coherente todas habilidades motrices desarrolladas en el propósito de la sesión.</li> </ul> |

| ENFOQUES TRANSVERSALES  | ACTIVIDADES OBSERVABLES   |
|---|---|
| Enfoque búsqueda de la excelencia   | El docente y los estudiantes buscan mejorar sus resultados en los retos planteados.   |
| PROPOSITOS DE LA SESION   | QUE RECURSOS Y MATERIALES UTILIZAMOS  |
| Desarrollemos nuestras habilidades básicas del salto al realizar actividades motrices variadas. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cronómetro</li> <li>• Conos, silbato</li> <li>• Hoja de registro de datos</li> </ul> |

## SECUENCIA DIDÁCTICA

| MOMENTO              | PROCESOS PEDAGÓGICOS  | ESTRATEGIAS                                     | MEDIOS Y MATERIALES | TIEMPO            |
|----------------------|---|---|---------------------|-------------------|
| <p><b>INICIO</b></p> | <p>El docente se presenta ante los estudiantes, los saluda y les explica que desarrollan una sesión de clase muy importante.</p> <p><b>MOTIVACIÓN</b></p> <p>El docente manifiesta que realizará una dinámica muy interesante y que luego realizará algunas preguntas por lo tanto deberían estar muy atentos.</p> <p><b>DINÁMICA SIMON MANDA</b></p> <p>Invita a que se ubiquen en varias partes del campo frente al docente.</p> <p>Cuando el docente diga Simón dice saltar hacia adelante, de igual forma cuando digan salto hacia atrás. El docente trata de variar las formas de desplazamientos en los diferentes lados corporales.</p> <p><b>RECUPERACIÓN DE SABERES PREVIOS</b></p> <p>El docente presente las siguientes interrogantes e invita a los estudiantes a responderlas:</p> <p>¿En qué consistió el juego?</p> <p>¿En qué acciones motrices realizamos con nuestro cuerpo?</p> <p>¿Alguna vez jugaste este juego?</p> <p><b>CONFLICTO COGNITIVO</b></p> <p>El docente promueve el pensamiento reflexivo a partir de las siguientes interrogantes:</p> <p>¿Estas habilidades que hemos practicado en el juego en que</p> | <p>Preguntas de exploración</p> <p>Pregunta</p> |                     | <p>10 minutos</p> |





|               |   |                                |  |           |
|---------------|---|--------------------------------|--|-----------|
|               | <p>los integrantes del equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se debe considerar las diferentes habilidades trabajadas saltar e incorporar otras como correr, girar.</li> <li>• En el esquema propuesto se deben considerar además otro tipo de desplazamiento.</li> </ul> <p>En un espacio destinado por estaciones en el campo cada equipo considerando las recomendaciones, elabora su esquema creativo.</p> <p>El docente monitorea a cada equipo y brinda retroalimentación positiva acorde a las necesidades observadas.</p> <p>Fortalece las normas de convivencia.</p> <p><b>TRANSFERENCIA DE LO APRENDIDO</b></p> <p>Una vez logrado que cada equipo ha elaborado su circuito motriz creativo, el docente invita a cada grupo a presentar su trabajo, lo demuestran ante los demás.</p> <p>El docente promueve la valoración del esfuerzo de cada equipo resaltando las acciones observadas y motivando a que sus compañeros den un estímulo positivo terminada la demostración.</p> | Exposición de trabajos creados |  |           |
| <b>CIERRE</b> | <p>El docente forma un círculo con todos los estudiantes, sentados promueve la reflexión de lo aprendido a partir de la siguiente pregunta.</p> <p>¿Qué habilidades motrices hemos logrado desarrollar al practicar del circuito motor?</p> <p>Promueve la reflexión a partir de las respuestas vertidas de</p>   | Pregunta metacognitiva         |  | 5 minutos |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  | los estudiantes.   |  |  |  |
|  | Cierra la jornada a partir de sistematizar todas las participaciones y darle el sentido de importancia de lo logrado en clase. |  |  |  |

### LISTA DE CONTROL

#### Dimensión Comprende su cuerpo

| ITEMS | CRITERIOS   | ESCALA |            |         |               |
|-------|---|--------|------------|---------|---------------|
|       |   | Inicio | En proceso | Logrado | Observaciones |
| 1     | Salta con los pies juntos hacia adelante y atrás  |        |            |         |               |
| 2     | Salta con los pies juntos hacia derecha e izquierda   |        |            |         |               |
| 3     | Salta con los pies juntos combinando diversos lados (adelante, atrás, izquierda y derecha). |        |            |         |               |

#### Bibliografía

Minedu (2016), Currículo Nacional de Educación Básica, Lima

Moncayo (2011), La sesión de clase, Chiclayo.

## SESIÓN DE APRENDIZAJE

### DENOMINACIÓN: MEJORAMOS NUESTRAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

#### I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. I.E :  
1.2. Nombre del Director :  
1.3. Grado y Sección : **5to grado**  
1.4. Nombre del docente :  
1.5. Duración de la sesión : **45 minutos**

#### II. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJES

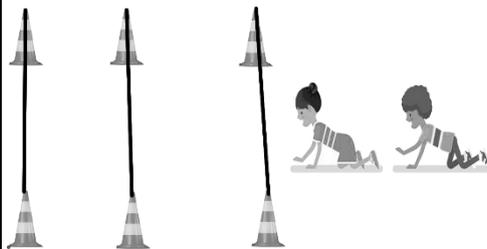
| COMPETENCIA  | CAPACIDAD            | DESEMPEÑO   | EVIDENCIA   | CRITERIOS  |
|--|----------------------|---|---|--|
| SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD" | Comprende su cuerpo. | Explora y regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos y predeportivos; así, pone en práctica las habilidades motrices básicas como trepar, gatear, cuadrupedia y escalar. | Realiza actividades motrices básicas como trepar, gatear, cuadrupedia y escalar en un circuito propuesto. | •Participa de forma activa en el desarrollo de las actividades lúdicas.<br><br>• Explica la importancia de la práctica del circuito motor en el desarrollo de sus habilidades motrices básicas como trepar, gatear, cuadrupedia y escalar. |

#### III. SECUENCIA DIDACTICA

| ENFOQUES TRANSVERSALES   | ACTIVIDADES OBSERVABLES  |
|--|--|
| Enfoque búsqueda de la excelencia  | El docente y los estudiantes buscan mejorar sus resultados en los retos planteados.  |
| PROPOSITOS DE LA SESION  | QUE RECURSOS Y MATERIALES UTILIZAMOS   |
| Mejoramos nuestras habilidades básicas de trepar, gatear, cuadrupedia y escalar. | <ul style="list-style-type: none"><li>• Cronómetro</li><li>• Conos, silbato</li><li>• Hoja de registro de datos</li><li>• Cualquier recurso o material de tu entorno elaborado según necesidad</li></ul> |

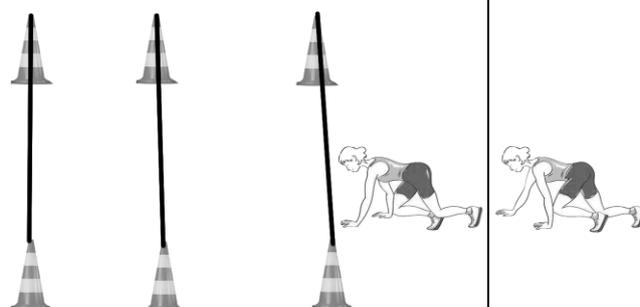
| MOMENTO              | PROCESOS DIDACTICOS   | ESTRATEGÍAS DE APRENDIZAJE                                     | MEDIOS Y MATERIALES | TIEMPO            |
|----------------------|---|--|---------------------|-------------------|
| <p><b>INICIO</b></p> | <p>El docente da el saludo a todos los estudiantes y comenta que hoy se desarrollara una clase muy importante</p> <p><b>MOTIVACIÓN</b></p> <p>El docente presenta la siguiente imagen e invita a que la observen.</p>  <p><b>RECUPERACIÓN DE SABERES PREVIOS</b></p> <p>Realiza las siguientes interrogantes.</p> <p>¿Han realizado esos tipos de movimientos?</p> <p>¿Cómo se llaman esos movimientos?</p> <p><b>CONFLICTO COGNITIVO</b></p> <p>¿Estas acciones de movimientos lo podríamos combinar?</p> <p>¿Cómo lo organizaríamos?</p> <p><b>PROPÓSITO Y ORGANIZACIÓN</b></p> <p>El docente promueve que los estudiantes declaren el propósito del aprendizaje</p> <p>¿A partir de lo conversado y reflexionado cual será nuestro propósito a lograr el día de hoy?</p> <p>Luego la docente declara el tema:</p> <p>Mejoramos nuestras habilidades</p> | <p>Imagen</p> <p>Lluvia de ideas</p> <p>Pregunta reflexiva</p> |                     | <p>10 Minutos</p> |

|                |  |                                 |                                      |                       |
|----------------|--|---------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|
|                | <p>motrices básicas de trepar, gatear, cuadrupedia y escalar.</p> <p>Luego el docente invita a que los estudiantes respondan la siguiente interrogante:<br/> <b>¿Por qué será importante lograr el propósito de esta clase?</b></p> <p>El docente presenta las normas de convivencia:<br/> Participar activamente en clase<br/> Respetar las ideas de los compañeros<br/> Trabajar colaborativamente<br/> Presenta los criterios de evaluación</p> <p><b>Activación Corporal</b></p> <p>El docente invita a los estudiantes a ubicarse por diferentes partes del campo y realicen movimientos articulares de manera individual, realiza acciones de activación cardiovascular (Desplazamientos, cambio de direcciones) de forma semi dirigida.</p> | <p>Mando directo modificado</p> | <p>Conos, platos, aros<br/>Sogas</p> |                       |
| <p>PROCESO</p> | <p><b>CONSTRUCCIÓN DEL APRENDIZAJE</b></p> <p><b>Actividad preparatoria</b></p> <p>El docente explica el siguiente circuito motor</p> <p>La docente forma equipos y frente a ellos una estación de trabajo. Cada 5 minutos se cambia de estación.</p> <p><b>Estación 1:</b> Cada estudiante trepa por la cuerda colgada.</p>  <p><b>Estación 2:</b> Cada estudiante gatea atrelando un circuito de cuerdas.</p>   | <p>Asignación de tareas.</p>    |                                      | <p>25<br/>Minutos</p> |



**Estación 3:** Cada estudiante camina en cuadrupedia atrezando un circuito de cuerdas.

Circuito motriz



**Estación 4:** Cada estudiante escala la escalera gimnástica.



Culminado el circuito la docente conversa con sus estudiantes y les plantea las siguientes interrogantes:  
 ¿Qué habilidades he requerido para desarrollar tales tareas motrices propuestas en cada estación?  
 ¿Qué estación ha requerido de mayor esfuerzo de sus habilidades?  
 ¿cómo lo superamos?

5  
Minutos

**CIERRE**

***EVALUACIÓN.***

El docente aprovecha la oportunidad para utilizar su instrumento para la evaluación y valorar los aprendizajes

05  
Minutos

|  |   |                |  |  |
|--|---|----------------|--|--|
|  | <p>logrados a partir de los criterios.</p> <p><b>METACOGNICIÓN.</b></p> <p>Se concluye la sesión invitando a los estudiantes a reflexionar sobre lo aprendido.</p> <p>¿Cómo se sintieron?</p> <p>¿Qué aprendí? ¿Qué habilidades motrices desarrollaron? ¿En nuestra vida cotidiana como nos ayuda estas habilidades motrices?</p> | Metacognición. |  |  |
|--|---|----------------|--|--|

## LISTA DE CONTROL

### Dimensión Comprende su cuerpo

| ITEMS | CRITERIOS   | ESCALA |            |         |               |
|-------|---|--------|------------|---------|---------------|
|       |   | Inicio | En proceso | Logrado | Observaciones |
| 1     | Trepa con facilidad una cuerda colgada.                         |        |            |         |               |
| 2     | Gatea con facilidad por debajo de unas cuerdas.                 |        |            |         |               |
| 3     | Camina en cuadrupedia con facilidad por debajo de unas cuerdas. |        |            |         |               |
| 4     | Escala con facilidad la escalera de gimnasia.                   |        |            |         |               |

### Bibliografía

Minedu (2016), Currículo Nacional de Educación Básica, Lima  
 Moncayo (2011), La sesión de clase, Chiclayo.

## Validación del Juicio de los Expertos de la Propuesta



### VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA (JUICIO DE EXPERTOS)

#### FICHA DE EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA LA COORDINACIÓN MOTORA GRUESA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DE FERREÑAFE

Yo, Alfredo Huamán Muñoz, identificada con DNI N° 42251110 con Grado Académico de Magister en la Universidad César Vallejo, con código de inscripción en SUNEDU N° 052- 003367.

Hago constar que he leído y revisado la propuesta Gigantes fortalecidos: Programa de ejercicios revolucionario para mejorar la motricidad gruesa de la Maestría en Psicología Educativa en la Universidad César Vallejo.

La propuesta contiene la siguiente estructura: Introducción, Objetivo, Normatividad, Campo, Estructura y Plan de acción y corresponde a la tesis: “Programa de ejercicios para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una institución educativa rural de Ferreñafe”.

##### a. Pertenencia con la investigación

| Nº | CRITERIO  | SI | NO | OBSERVACIONES |
|----|---|----|----|---------------|
| 1  | Pertenencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.                | X  |    |               |
| 2  | Pertenencia con las variables y dimensiones.  | X  |    |               |
| 3  | Pertenencia con las dimensiones e indicadores.                                      | X  |    |               |
| 4  | Pertenencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia). | X  |    |               |
| 5  | Pertenencia con los fundamentos teóricos.   | X  |    |               |
| 6  | Pertenencia con la estructura de la investigación.                                  | X  |    |               |
| 7  | Pertenencia de la propuesta el diagnóstico del problema.                            | X  |    |               |

##### b. Pertenencia con la aplicación.

| Nº | CRITERIO  | SI | NO | OBSERVACIONES |
|----|---|----|----|---------------|
| 1  | Es aplicable al contexto de la investigación.                     | X  |    |               |
| 2  | Soluciona el problema de la investigación.                        | X  |    |               |
| 3  | Su aplicación es sostenible en el tiempo.                         | X  |    |               |
| 4  | Es viable en su aplicación.                                       | X  |    |               |
| 5  | Es aplicable a otras instituciones con características similares. | X  |    |               |

Luego de la evaluación minuciosa de la propuesta y realizadas las correcciones respectivas, los resultados son los siguientes:

**DECISIÓN O FUNDAMENTACIÓN DEL EXPERTO:**

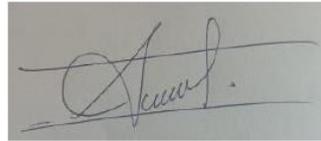
Se valida el instrumento para su aplicación.

**OBSERVACIONES:**

Ninguna.

Chiclayo, 23 de noviembre de 2023

Mg. Alfredo Huamán Muñoz, Código de registro de SUNEDU N° 052- 003367 con centro de labores en la I.E. N° 3090 Franco Peruano, N° de celular: 976511908.

A rectangular box containing a handwritten signature in black ink. The signature is cursive and appears to read 'Alfredo Huamán Muñoz'.

Alfredo Huamán Muñoz  
DNI 42251110



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

## CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través del Ejecutivo de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

### INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

Apellidos HUAMAN MUÑOZ  
Nombres ALFREDO  
Tipo de Documento de Identidad DNI  
Número de Documento de Identidad 42261110

### INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO  
Rector LLEMPEN CORONEL HUMBERTO CONCEPCION  
Secretario General BELLOMO MONTALVO GIOCONDA CARMELA  
Director MORENO RODRIGUEZ ROSA YSABEL

### INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

Grado Académico MAESTRO  
Denominación MAESTRO/MAGISTER EN ADMINISTRACION DE LA EDUCACION  
Fecha de Expedición 28/02/17  
Resolución/Acta 0021-2017-UCV  
Diploma 062-003387  
Fecha Matricula 11/06/2008  
Fecha Egreso 31/12/2010

Fecha de emisión de la constancia:  
08 de Noviembre de 2023



CÓDIGO VIRTUAL 0001557137

ROLANDO RUIZ LLATANCE  
EJECUTIVO

Unidad de Registro de Grados y Títulos  
Superintendencia Nacional de Educación  
Superior Universitaria - Sunedu

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu ([www.sunedu.gob.pe](http://www.sunedu.gob.pe)), utilizando lectores de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° Ley N° 27269 - Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 053-2008-PCM.

(\*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.

## VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA (JUICIO DE EXPERTOS)

### FICHA DE EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA LA COORDINACIÓN MOTORA GRUESA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DE FERREÑAFE

Yo, Carlos Alberto Cardoza Guevara, identificada con DNI N° 40626104 con Grado Académico de Magister en la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, con código de inscripción en SUNEDU N° UNPRG-EPG-2017-326.

Hago constar que he leído y revisado la propuesta Gigantes fortalecidos: Programa de ejercicios revolucionario para mejorar la motricidad gruesa de la Maestría en Psicología Educativa en la Universidad César Vallejo.

La propuesta contiene la siguiente estructura: Introducción, Objetivo, Normatividad, Campo, Estructura y Plan de acción y corresponde a la tesis: “Programa de ejercicios para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una institución educativa rural de Ferreñafe”.

#### a. Pertenencia con la investigación

| N° | CRITERO   | SI | NO | OBSERVACIONES |
|----|---|----|----|---------------|
| 1  | Pertenencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.                | X  |    |               |
| 2  | Pertenencia con las variables y dimensiones.  | X  |    |               |
| 3  | Pertenencia con las dimensiones e indicadores.                                      | X  |    |               |
| 4  | Pertenencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia). | X  |    |               |
| 5  | Pertenencia con los fundamentos teóricos.   | X  |    |               |
| 6  | Pertenencia con la estructura de la investigación.                                  | X  |    |               |
| 7  | Pertenencia de la propuesta el diagnóstico del problema.                            | X  |    |               |

#### b. Pertenencia con la aplicación.

| N° | CRITERO   | SI | NO | OBSERVACIONES |
|----|---|----|----|---------------|
| 1  | Es aplicable al contexto de la investigación.                     | X  |    |               |
| 2  | Soluciona el problema de la investigación.                        | X  |    |               |
| 3  | Su aplicación es sostenible en el tiempo.                         | X  |    |               |
| 4  | Es viable en su aplicación.                                       | X  |    |               |
| 5  | Es aplicable a otras instituciones con características similares. | X  |    |               |

Luego de la evaluación minuciosa de la propuesta y realizadas las correcciones respectivas, los resultados son los siguientes:

**DECISIÓN O FUNDAMENTACIÓN DEL EXPERTO:**

Se valida el instrumento para su aplicación.

**OBSERVACIONES:**

Ninguna.

Chiclayo, 23 de noviembre de 2023

Mg. Carlos Alberto Cardoza Guevara, Código de registro de SUNEDU N° UNPRG-EPG-2017-326 con centro de labores en la Fe y Alegría N 38 Bagua Grande, N° de celular: 979496315.



Carlos Alberto Cardoza Guevara  
DNI 40626104

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

## CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través del Ejecutivo de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

### INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

|                                  |                 |
|----------------------------------|-----------------|
| Apellidos                        | CARDOZA GUEVARA |
| Nombres                          | CARLOS ALBERTO  |
| Tipo de Documento de Identidad   | DNI             |
| Numero de Documento de Identidad | 40628104        |

### INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

|                    |                                       |
|--------------------|---------------------------------------|
| Nombre             | UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO |
| Rector             | JORGE AURELIO OLIVA NUÑEZ             |
| Secretario General | MANUEL AUGENCIO SANDOVAL RODRIGUEZ    |
| Director           | SAUL ALBERTO ESPINOZA ZAPATA          |

### INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

|                     |  |
|---------------------|--|
| Grado Académico     | MAESTRO  |
| Denominación        | MAESTRO EN CIENCIAS DE LA EDUCACION CON<br>MENCION EN GERENCIA EDUCATIVA ESTRATEGICA |
| Fecha de Expedición | 21/07/17   |
| Resolución/Acta     | 204-2017-CU  |
| Diploma             | UNPRG-EPG-2017-328   |
| Fecha Matricula     | 30/04/2013   |
| Fecha Egreso        | 30/03/2016   |

Fecha de emisión de la constancia:  
08 de Noviembre de 2023



CÓDIGO VIRTUAL 0001887113

ROLANDO RUIZ LLATANCE  
EJECUTIVO

Unidad de Registro de Grados y Títulos  
Superintendencia Nacional de Educación  
Superior Universitaria - Sunedu

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu ([www.sunedu.gob.pe](http://www.sunedu.gob.pe)), utilizando lectores de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde Internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° Ley N° 27269 - Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(\*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.

## VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA (JUICIO DE EXPERTOS)

### FICHA DE EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA LA COORDINACIÓN MOTORA GRUESA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DE FERREÑAFA

Yo, Fiorella Eliana Soza Carrillo, identificada con DNI N° 46889422 con Grado Académico de Magister en la Universidad Peruana Cayetano Heredia, con código de inscripción en SUNEDU N° RRGYT-SEGEN-UPCH-2021-CU-0079.

Hago constar que he leído y revisado la propuesta Gigantes fortalecidos: Programa de ejercicios revolucionario para mejorar la motricidad gruesa de la Maestría en Psicología Educativa en la Universidad César Vallejo.

La propuesta contiene la siguiente estructura: Introducción, Objetivo, Normatividad, Campo, Estructura y Plan de acción y corresponde a la tesis: “Programa de ejercicios para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una institución educativa rural de Ferreñafe”.

#### a. Pertenencia con la investigación

| N° | CRITERO   | SI | NO | OBSERVACIONES |
|----|---|----|----|---------------|
| 1  | Pertenencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.                | X  |    |               |
| 2  | Pertenencia con las variables y dimensiones.  | X  |    |               |
| 3  | Pertenencia con las dimensiones e indicadores.                                      | X  |    |               |
| 4  | Pertenencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia). | X  |    |               |
| 5  | Pertenencia con los fundamentos teóricos.   | X  |    |               |
| 6  | Pertenencia con la estructura de la investigación.                                  | X  |    |               |
| 7  | Pertenencia de la propuesta el diagnóstico del problema.                            | X  |    |               |

#### b. Pertenencia con la aplicación.

| N° | CRITERO   | SI | NO | OBSERVACIONES |
|----|---|----|----|---------------|
| 1  | Es aplicable al contexto de la investigación.                     | X  |    |               |
| 2  | Soluciona el problema de la investigación.                        | X  |    |               |
| 3  | Su aplicación es sostenible en el tiempo.                         | X  |    |               |
| 4  | Es viable en su aplicación.                                       | X  |    |               |
| 5  | Es aplicable a otras instituciones con características similares. | X  |    |               |

Luego de la evaluación minuciosa de la propuesta y realizadas las correcciones respectivas, los resultados son los siguientes:

**DECISIÓN O FUNDAMENTACIÓN DEL EXPERTO:**

Se valida el instrumento para su aplicación.

**OBSERVACIONES:**

Ninguna.

Chiclayo, 23 de noviembre de 2023

Mg. Fiorella Eliana Soza Carrillo, Código de registro de SUNEDU N° UNPRG-EPG-2017-326 con centro de labores en la Universidad Santo Toribio de Mogrovejo, N° de celular: 957211086.



Fiorella Eliana Soza Carrillo  
DNI 46889422



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

## CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través del Ejecutivo de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

### INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

Apellidos **SOZA CARRILLO**  
Nombres **FIGRELLA ELIANA**  
Tipo de Documento de Identidad **DNI**  
Número de Documento de Identidad **46889422**

### INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre **UNIVERSIDAD PERUANA CAYETANO HEREDIA**  
Rector (E) **GUSTAVO FRANCISCO GONZALES RENGIFO (e)**  
Secretario General **GABRIEL MARTIN FLORES MENA**  
Director **ROSA PATRICIA HERRERA VELIT**

### INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

Grado Académico **MAESTRO**  
Denominación **MAESTRA EN PSICOLOGIA CLINICA**  
Fecha de Expedición **10/03/21**  
Resolución/Acta **RRGYT-SEGEN-UPCH-2021-CU-0079**  
Diploma **2587**  
Fecha Matrícula **10/04/2015**  
Fecha Egreso **10/12/2016**

Fecha de emisión de la constancia:  
02 de Enero de 2024



CÓDIGO VIRTUAL 0001623166



Firmado digitalmente por:  
SUPERINTENDENCIA NACIONAL DE EDUCACIÓN  
SUPERIOR UNIVERSITARIA  
Motivo: Servidor de  
Agente automatizado.  
Fecha: 02/01/2024 21:15:52-0500

**ROLANDO RUIZ LLATANCE**  
EJECUTIVO  
Unidad de Registro de Grados y Títulos  
Superintendencia Nacional de Educación  
Superior Universitaria - Sunedu

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu ([www.sunedu.gob.pe](http://www.sunedu.gob.pe)), utilizando lectora de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° Ley N° 27269 – Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(\*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, SALAZAR CABREJOS ROSA ELIANA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHICLAYO, asesor de Tesis titulada: "Programa de ejercicios físicos para la coordinación motora gruesa en estudiantes de una institución educativa rural de Ferreñafe", cuyo autor es VERA MECHAN WALTER HUGO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 12.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

CHICLAYO, 23 de Diciembre del 2023

| Apellidos y Nombres del Asesor:   | Firma  |
|---|--|
| SALAZAR CABREJOS ROSA ELIANA<br><b>DNI:</b> 41661370<br><b>ORCID:</b> 0000-0002-1144-2037 | Firmado electrónicamente<br>por: SCABREJOSRE el<br>23-12-2023 17:56:55 |

Código documento Trilce: TRI - 0707523