



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

SECUNDARIA

Secuencia de actividades físicas en la mejora de la motricidad gruesa en estudiantes del nivel primario

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OBTENER EL
TÍTULO PROFESIONAL DE:**

Licenciado en Educación Secundaria

AUTOR:

Julon Villanueva, Jose Leoncio (orcid.org/0009-0007-5228-3283)

ASESOR:

Dr. Nolzco Labajos, Fernando Alexis (orcid.org/0000-0001-8910-222X)

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

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

niveles

CHICLAYO – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE TITULACIÓN

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, NOLAZCO LABAJOS FERNANDO ALEXIS, docente de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad Educación Física de la Universidad César Vallejo SAC - CHICLAYO, asesor de Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Secuencia de actividades físicas en la mejora de la motricidad gruesa en estudiantes del nivel primario", cuyo autor es JULON VILLANUEVA JOSE LEONCIO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 9.00%, 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 el Trabajo Suficiencia Profesional 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, 02 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
NOLAZCO LABAJOS FERNANDO ALEXIS DNI: 40086182 ORCID: 0000-0001-8910-222X	Firmado electrónicamente por: FNOLAZCOLA el 09- 07-2024 17:07:00

Código documento Trilce: TRI - 0788606





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE TITULACIÓN

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, JULON VILLANUEVA JOSE LEONCIO identificado con N° de Documento N° 43041029, estudiante de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES y de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad Educación Física de la Universidad César Vallejo SAC - CHICLAYO y del PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN UNIVERSITARIA, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Secuencia de actividades físicas en la mejora de la motricidad gruesa en estudiantes del nivel primario", es de mi autoría, y por lo tanto:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado, ni presentado anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
JOSE LEONCIO JULON VILLANUEVA DNI: 43041029 ORCID: 0009-0007-5228-3283	Firmado electrónicamente por: JJULON el 02-07-2024 16:44:08

Código documento Trilce: TRI - 0788605



Dedicatoria

A Mis amados hijos:
Brunella, Kaori y Mathías, mis
inspiraciones constantes y mis
razones para esforzarme cada día
para continuar mi desarrollo
profesional y agradecer a todos
aquellos que han contribuido a mi
formación constante.

José

Agradecimiento

A Dios, mi fuerza y guía, que me permite seguir creciendo cada día profesionalmente y con su ayuda obtener mi título de licenciado en educación.

Especialmente a mi esposa, Maritza, por su afecto, tolerancia y ayuda inquebrantable en mi educación y avance profesional.

Al Dr. Fernando Alexis Nolzco Labajos, quien fue mi principal colaborador y asesor de tesis durante todo el proceso, me ayudó a completar con éxito la investigación actual gracias a su apoyo constante, observaciones, sugerencias y recomendaciones.

El autor

Índice de contenidos

	Pág.
Declaratoria de autenticidad del asesor	ii
Declaratoria de originalidad del autor	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice de contenidos	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	13
3.1. Aspectos temáticos	13
3.2. Escenario de la experiencia profesional	13
3.3. Participantes	14
3.4. Aspectos éticos	14
IV. EXPERIENCIA PROFESIONAL	16
4.1. Descripción de la experiencia	16
4.2. Impacto de la experiencia	23
V. CONCLUSIONES	27
VI. RECOMENDACIONES	28
REFERENCIAS	29
ANEXOS	34

Resumen

El trabajo de suficiencia profesional tuvo como objetivo describir la secuencia de actividades físicas en mejora de la motricidad gruesa en los estudiantes del tercer ciclo de una institución educativa de Cajamarca. Se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño cuasi experimental de método hipotético-deductivo para cumplir con los objetivos de la investigación. Fueron parte de la muestra 61 estudiantes divididos, un grupo experimental de 32 estudiantes y grupo control de 29 estudiantes. Se enfatizó la relevancia de brindar oportunidades apropiadas para el desarrollo motor durante la infancia. Se empleó un enfoque lúdico, incorporando juegos y actividades que promueven la estabilidad, la sincronización, la firmeza y la rapidez. El programa se implementó a través de sesiones habituales, con un aumento progresivo en la complejidad de las actividades a lo largo del período de tiempo. Se llevaron a cabo evaluaciones regulares para seguir de cerca el avance de los niños y adaptar el plan de actividades según fuera requerido. Se concluye: que la aplicación actividades físicas mejoró significativamente la motricidad gruesa en los estudiantes. Además, esta investigación contribuyó al mejoramiento de la corporeidad en los estudiantes a través de la práctica de actividades físicas.

Palabras clave: Motricidad gruesa, actividades físicas, estudiantes.

Abstract

The objective of the work of professional sufficiency was to describe the sequence of physical activities to improve gross motor skills in third cycle students of an educational institution in Cajamarca. A quantitative approach with a quasi-experimental design of hypothetical-deductive method was used to fulfill the research objectives. The sample consisted of 61 students divided into an experimental group of 32 students and a control group of 29 students. The relevance of providing appropriate opportunities for motor development during childhood was emphasized. A playful approach was employed, incorporating games and activities that promote stability, synchronization, steadiness and speed. The program was implemented through regular sessions, with a progressive increase in the complexity of activities over the time period. Regular evaluations were conducted to monitor the children's progress and adapt the activity plan as required. It is concluded: that the application of physical activities significantly improved gross motor skills in the students. In addition, this research contributed to the improvement of the students' body through the practice of physical activities.

Keywords: Gross motor skills, physical activities, students.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad más del 25% de niños en el mundo en edad escolar tienen un bajo nivel de coordinación, debido al sedentarismo y otros factores, es necesario, que en esta etapa de la vida se desarrolle la motricidad gruesa ya que es un aspecto fundamental y que influye directamente en su capacidad para realizar actividades motoras básicas y en su bienestar general. En este contexto, la secuencia de actividades físicas emerge como una herramienta crucial para fomentar y mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes, es por ello, que se abordará esta problemática de diferentes contextos.

En contexto Mundial, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que, en las naciones como Reino Unido, informó que aproximadamente el 28% de los infantes de 2 a 15 años eran obesos en 2019, debido al excesivo uso de los celulares, sedentarismo y otros objetos electrónicos lo que indica un riesgo en el avance de la coordinación física general y las destrezas sociales; seguido de China con un 29,4% en el año 2022. En muchos países, el aumento del tiempo dedicado a actividades sedentarias, como el uso de dispositivos electrónicos y la televisión, ha llevado a una disminución en la participación en ejercicios al aire libre. Esta falta de ejercicio afecta negativamente el progreso en las habilidades motoras grandes de los niños, lo que podría desencadenar complicaciones en su vida diaria y a futuro, tales como sobrepeso, diabetes y atrás afecciones cardiovasculares (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Diversas investigaciones han revelado estadísticas alarmantes sobre la escasa actividad física en los infantes a nivel mundial. Es así, según un reporte emitido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) muestra más del 80% de los adolescentes no cumplen con la recomendación de una hora diaria de actividad física. Además, se estima que alrededor del 25% de los niños en edad escolar no realizan ninguna actividad física en absoluto. Estos datos demuestran la prevalencia de la vida sedentaria entre los infantes y su efecto negativo en la salud y desarrollo. Por lo tanto, la OMS recomienda realizar actividad física un intervalo medio de una hora diaria destinada a los niños y adolescentes. (Organización Mundial de la Salud, 2020).

En Latinoamérica, el bajo nivel de motricidad gruesa es un problema que hay que atender. En Estados Unidos, aproximadamente el 17% de infantes y adolescentes tienen obesidad, lo que puede afectar negativamente su motricidad gruesa debido a los trastornos de peso y la falta de rutina física, en Brasil, según la Pesquisa Nacional de Saúde, realizada en 2019, aproximadamente el 32% de los niños brasileños de 5 a 9 años tenían sobrepeso, lo que podría tener implicaciones negativas para su desarrollo motor, en Chile, El 57% de los estudiantes lograron una coordinación motora normal, pero el 43% de los varones tenían dificultades con la coordinación perceptivo-motora. Esto indica que el estudiante es necesario que se involucren en actividades que promuevan su mejora su coordinación motora gruesa desde la edad preescolar (Duarte & Cornejo,2022).

En el Perú aumentar de 2 a 3 horas semanales para la práctica de la educación física, según el ministerio educativo (Minedu) es en base al bajo nivel de motricidad gruesa y obesidad en los alumnos, especialmente en edades tempranas, es fundamental porque facilita a los estudiantes adquirir habilidades motrices, cognitivas y emocionales fundamentales en la cotidianidad y como parte de su desarrollo personal a largo plazo. Una secuencia de actividades físicas también es necesario para los estudiantes porque les permite expresar su espontaneidad, desarrollar su creatividad y, sobre todo, hacer fomenta el autoconocimiento, el respeto y la valoración tanto de sí mismos como de los demás. Es esencial la diversidad y experimentación de las diversas sesiones recreativas y deportivas (Ministerio de Educación, 2023).

En Cajamarca, la presente investigación surgió como respuesta a la dificultad que enfrentan los educandos del tercer ciclo de primaria de una comunidad educativa en Cajamarca. Los estudiantes tropiezan al desplazarse, correr, saltar obstáculos y jugar con sus pares, lo que demuestra su falta del desarrollo de destrezas motoras para ejecutar movimientos básicos.

Debido a la realidad, se plantea la siguiente pregunta: ¿Cómo la secuencia de actividades físicas mejoró la motricidad gruesa en los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una institución educativa de Cajamarca?, así mismo, los problemas específicos, (1) ¿Cómo la secuencia de actividades físicas mejoró la estabilidad de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una institución

educativa de Cajamarca?, (2) ¿Cómo la secuencia de actividades físicas mejoró la sincronización de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una institución educativa de Cajamarca?, (3) ¿Cómo la secuencia de actividades físicas mejoró la firmeza de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una institución educativa de Cajamarca? (4) ¿Cómo la secuencia de actividades físicas mejoró la rapidez de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una institución educativa de Cajamarca? Es crucial determinar el impacto de la secuencia actividades físicas en la mejora de las habilidades motoras gruesas de los niños.

Considerando que, fortalecer la motricidad gruesa en los estudiantes, aumenta su habilidad para ejecutar tareas motoras con mayor eficacia, como argumenta Wallon, cuando el infante más desarrolle sus habilidades motoras mejorarán su uso corporal y desarrollarán nociones espaciales de manera progresiva. Según la investigación, todos los hallazgos mencionados anteriormente sustentan la teoría de que la secuencia de actividades físicas mejora la Motricidad Gruesa de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una comunidad educativa de Cajamarca.

Así mismo, el propósito principal del estudio fue demostrar la secuencia actividades físicas mejoró la motricidad gruesa en los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una institución educativa de Cajamarca. Del mismo modo, tuvo como objetivos específicos: (1) mostrar la secuencia de actividades físicas mejoró la estabilidad de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una Institución Educativa de Cajamarca, (2) mostrar la secuencia de actividades físicas mejoró la sincronización de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una Institución Educativa de Cajamarca, (3) mostrar la secuencia de actividades físicas mejoró la firmeza de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una Institución Educativa de Cajamarca, (4) mostrar la secuencia de actividades físicas mejoró la rapidez de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de una Institución Educativa de Cajamarca.

II. MARCO TEÓRICO

Luego de buscar en varios sitios confiables físicos y virtuales, se dispone de medios electrónicos, así como de diferentes instituciones de educación superior acreditadas que contienen publicaciones académicas que tienen relación con la investigación. A continuación, se presentan los siguientes estudios disponibles:

A nivel internacional, según Cola (2024) en la revista científica titulado la musicoterapia para aumentar las destrezas físicas amplias de los estudiantes en educación inicial, el objetivo principal fue diagnosticar el progreso de la coordinación motriz y explorar el uso de la musicoterapia en niños pequeños, el estudio tuvo un planteamiento cualitativo con método inductivo, tuvo una muestra de 31 estudiantes, tuvo como técnica a la ficha de observación y encuesta; tuvo como resultado que el 79% de estudiantes mejoraron su coordinación motriz, se concluyó: La musicoterapia muestra un avance considerable de la coordinación motriz en la infancia, siendo una herramienta valiosa que facilita la adquisición de nuevas habilidades. Este estudio demuestra que las actividades que involucran al movimiento del cuerpo mejoran la coordinación motora, coincidiendo con el estudio realizado.

Gavilanes et al, (2023) en el estudio titulado la relevancia de la Enseñanza Física en el aumento de la coordinación motora gruesa en la etapa inicial, tuvo como objetivo determinar la relevancia de la enseñanza Física en el aumento de la coordinación motora gruesa, empleó una investigación básica, tuvo como muestra 20 artículos científicos, con planteamiento cualitativo, de nivel descriptivo, que determinaron la importancia que tiene la educación física ya que promueve en el estudiante el bienestar físico, mental y social, tuvo como resultado que el 65% de estudiantes mejoraron su coordinación motriz. Se concluyó, En la primera infancia, la educación física es vista como un campo integral que promovió el procedimiento de pedagogía y amaestramiento de las destrezas motoras básicas, Este estudio demuestra que las actividades que involucran al movimiento del cuerpo mejoran la corporeidad, coincidiendo con el estudio realizado.

Fiallo & Merchán (2023) en la tesis titulado el juego en el fomento del avance de las funciones físicas básicas en niños de entre 4 y 5 años en Ecuador, que tuvo

como propósito demostrar la relevancia del juego en el avance de la coordinación motora amplia mediante investigación en el campo y revisión estadística con el fin de crear una guía para educadores, la investigación fue aplicada, tuvo un planteamiento cuantitativo, la muestra estuvo compuesta de 25 niños, 5 docentes y un directivo; tuvo como resultado que el 55 % de los estudiantes participan en juegos y otras actividades que les permiten desarrollar sus habilidades motoras gruesas para tener una mejor coordinación al momento de ejecutar los movimientos. Se concluyó, el juego aplicado en la niñez mejoró la psicomotricidad de los niños, este estudio demuestra que las actividades que involucran al movimiento del cuerpo mejoran la coordinación en general, coincidiendo con el estudio realizado.

Villa (2023) en el estudio de maestría titulado una estrategia didáctica para tonificar las habilidades de movimiento amplio en niños en su primera infancia, el objetivo del estudio fue implementar y evaluar una estrategia didáctica utilizando las rondas del Pacífico colombiano para fortalecer la motricidad gruesa. La metodología propuesta fue cualitativa, con un enfoque socio-crítico, y la muestra consistió en 20 estudiantes. Se utilizaron fichas de observación como herramientas de recolección de datos para examinar a los sujetos de estudio, tuvo como resultado que el 73 % de los estudiantes utilizando estrategias didácticas mejoran su desarrollo de habilidades motoras gruesas para tener una mejor coordinación. Se concluyó que la danza y el juego son elementos que contribuyeron positivamente al día a día de los niños en su etapa inicial, promoviendo así el avance habilidades de movimiento amplio, este estudio muestra que las actividades que involucran al movimiento del cuerpo mejoran las habilidades motrices, coincidiendo con el estudio realizado.

A nivel nacional, Nazario (2023) en el trabajo de investigación titulado actividades motoras para el fortalecimiento de las capacidades motrices generales en alumnos de 5 años en una institución de Huaura, el objetivo general fue determinar si las actividades recreativas promueven el crecimiento de las capacidades motrices generales en niños. El tipo de investigación fue aplicada, tuvo como planteamiento cuantitativo y un nivel explicativo, utilizó como diseño pre experimental. Los datos se recolectaron antes y después de la intervención, con

una muestra de treinta niños de 5 años, tuvo como resultado que el 86 % de los estudiantes utilizando actividades motoras mejoran su desarrollo de habilidades motoras gruesas. Se concluyó que el uso de actividades lúdicas mejoró de manera notable en el progreso de las capacidades motrices generales de los niños, coincidiendo con el estudio realizado.

Baldera (2023) el estudio de licenciatura titulado, secuencias lúdicas para potenciar los movimientos corporales fundamentales en niños de 5 años de una institución educativa en Tumbes, tuvo como propósito general describir si los juegos motores fomentan los movimientos corporales fundamentales de los niños de cinco años, la investigación empelada fue aplicada, de un diseño pre experimental, tuvo como planteamiento cuantitativo de nivel explicativo, la muestra estuvo compuesta por 30 niños y tuvo como instrumento la ficha de observación; el resultado fue que el 66 % de los niños utilizando secuencias lúdicas mejoran su desarrollo de habilidades motoras gruesas, se concluyó: aplicando la prueba inicial, el 30% de alumnos se ubicaron en nivel básico, algo que fue revertido una vez que se aplicó la prueba final, la cual se mostró un 70% tuvo un nivel satisfactorio, estos resultados demuestran que los juegos motores mejoraron significativamente en los movimientos corporales fundamentales de los estudiantes, coincidiendo con el estudio realizado.

Sinchi (2024) en la tesis de licenciatura en educación inicial, titulada efecto de la secuencia de juegos motrices en el avance de habilidades de movimiento amplio de los alumnos de 6 años de una institución educativa en la Región San Martín, el objetivo principal fue evaluar el impacto de la secuencia de juegos motores en el avance de la motricidad gruesa en niños de 6 años. Se desarrolló una investigación aplicada, de diseño pre experimental y con planteamiento cuantitativo y de nivel explicativo. Tuvo como muestra 40 niños, y se utilizó la observación, aplicada mediante el instrumento lista de cotejo. Es así que los resultados revelaron que, en el pre test, el 40% de los niños demostraron estar en proceso de aprendizaje. Tras la implementación del programa de juegos motores, el 60% alcanzó el nivel de logro esperado. Se concluye, estos hallazgos confirman la contribución positiva de los juegos motores en el desarrollo de habilidades de movimiento amplio en niños de 6 años, coincidiendo con el estudio realizado.

Orbegoso (2023) en la investigación de tesis de licenciatura en educación inicial, titulada efecto de juegos tradicionales en el avance de las competencias motoras amplias en estudiantes de 5 años en una IE de Chiclayo, el objetivo principal fue determinar si el desarrollar juegos tradicionales contribuye al avance de las competencias motoras amplias en los educandos. Tuvo una metodología aplicada, como diseño fue pre experimental y de planteamiento cuantitativo y como nivel de investigación fue explicativo. Además, tuvo una muestra de 21 niños, y se utilizaron guías de observación para lograr recolectar los datos. El resultado fue que el 94% de los niños utilizando juegos tradicionales mejoraron su desarrollo de habilidades motoras gruesas. Se concluyó; que los juegos tradicionales mejoraron de manera significativa las competencias motoras amplias de los niños, coincidiendo con el estudio realizado.

A nivel local, Jara (2019) en la tesis en educación inicial, titulada implementación de secuencias motoras para potenciar la coordinación motora amplia en educandos de cinco años de una institución educativa en Cajabamba, el objetivo principal fue examinar el impacto de las actividades lúdicas en el avance de la habilidad motora básica en educandos de 5 años. Se utilizó una investigación experimental, con planteamiento cuantitativo y diseño pre experimental, además, tuvo como nivel explicativo. Por otro lado, tuvo una muestra de 19 alumnos. Tuvo como resultado que, en la prueba de inicio, solo un 11% de los niños alcanzaron un logro previsto, mientras que, en la prueba final, el porcentaje aumentó significativamente a un 90%. Se concluyó; esto demuestra que las actividades lúdicas tuvieron un efecto considerable en la mejora de la habilidad motora básicas en los infantes de 5 años, coincidiendo con el estudio realizado.

Gutiérrez (2021) desarrolló una investigación titulada el uso de juegos psicomotores para fortalecer las actividades motrices principales en estudiantes de 6 años en una institución educativa de Bambamarca, el objetivo principal fue examinar el impacto al desarrollar los juegos psicomotores en el fortalecimiento de las actividades motrices principales en alumnos de esta edad. Se empleó un enfoque hipotético-deductivo con diseño pre experimental y un planteamiento cuantitativo y como nivel explicativo. Tuvo como muestra 34 niños. Los resultados fueron satisfactorios, ya que en la evaluación de inicio el 30% de los estudiantes se

encontraban en el nivel inicial y 70% estuvo en proceso, mientras que en la evaluación final el promedio aumentó al 85%, ubicándose en logro previsto, con un 16% alcanzando el logro destacado. Se concluyó; que la aplicación de juegos psicomotores mejoró significativamente las actividades motrices principales en los alumnos de 6 años, coincidiendo con el estudio realizado.

Mendoza (2021) en el desarrollo de tesis de licenciatura en educación inicial sobre "El uso de juegos tradicionales para coordinación motora general en estudiantes de 6 años en una IE de Cajamarca", tuvo como objetivo general describir el impacto de los juegos tradicionales en el avance de las habilidades de movimiento amplio en los niños. Además, la investigación fue experimental de diseño pre experimental y un planteamiento cuantitativo de nivel explicativo. La muestra consistió en 22 niños. Tuvo como resultado que, en la evaluación inicial, el 40% de los niños mostraban un desarrollo motor en proceso, mientras que en la prueba de salida, este porcentaje aumentó al 80% que alcanzaron el nivel de desarrollo esperado. Se concluyó; indican que los juegos de comunidad mostraron una influencia significativa en el desarrollo de la coordinación motora general de los niños, coincidiendo con el estudio realizado.

Así mismo, el estudio investigativo se basa teóricamente en Wallon (3-6 años), Wallon enfatizó el desarrollo entre el infante y su entorno social, las habilidades motoras gruesas continúan desarrollándose a medida que los niños participan en juegos activos con otros niños, lo que les permite aprender sobre la cooperación, la competencia y la autorregulación, además, sostiene que el niño desarrolla su corporeidad a través del movimiento, mientras más se mueva de manera guiada mejor utilizará su cuerpo, el autor resalta la importancia del movimiento, ya que este permite desarrollar la parte física y mental del infante. Es fundamental que los niños se mantengan activos diariamente para fomentar su crecimiento y desarrollo en aspectos físicos, emocionales y mentales. De esta forma, el ejercicio físico contribuye a mejorar tanto sus habilidades básicas como emocionales (Fernández, 2007).

Por otra parte, el estudio de investigación estuvo basado en la teoría sociocultural de Lev Vygotsky, el autor afirma que el contexto socio-cultural influye significativamente en el movimiento humano, según su perspectiva, el origen de la

acción voluntaria no reside únicamente en el organismo ni se debe exclusivamente a la experiencia previa, sino que está arraigado en la historia social de las personas. Por lo tanto, defiende la noción de que la verdadera génesis de la acción voluntaria se encuentra en la dinámica de interactuar entre el niño y los demás, donde, cuya función es compartida por ambas partes, en esa línea, el autor sostiene que el aprendizaje de los niños se hace hincapié de manera significativa en el contexto social y cultural del educando y se desarrolla a través del juego y el trabajo en equipo (Fernández, 2007).

Además, se basa teóricamente en la corporeidad de Jean Piaget, donde se reconoce que cada estudiante aprende, se expresa y crea por medio de diversas acciones del cuerpo, así mismo, mediante el movimiento de sus extremidades. En este contexto, tienen la oportunidad de resolver problemas y cuando participa activamente en el proceso de aprendizaje, lo que les permite aprender mediante la interacción con su entorno. Esta perspectiva también asegura que el desarrollo intelectual de los niños esté estrechamente vinculado a la actividad motriz que realizan desde temprana edad. (Guevara, 2021).

También, la investigación está fundamentada en el Desarrollo Motor de Arnold Gesell, él argumenta que las habilidades motoras gruesas se desarrollan de manera secuencial o progresiva y predecible, aunque el ritmo de desarrollo puede variar entre individuos, su enfoque pone énfasis en la interacción entre factores biológicos y ambientales en la adquisición de habilidades motoras, es decir, el avance que tienen los niños es a medida que pasa los años en su crecimiento, lo que coincide teóricamente con Richard Schmidt sobre el aprendizaje motor. Según esta teoría, los niños se forman y perfeccionan sus competencias motoras amplias mediante la praxis y la continuidad.

Por otro lado, la secuencia de actividad física con relación a la coordinación motora gruesa, El ejercicio físico ejerce un papel clave en la mejora de la psicomotricidad, que se expone a la capacidad de controlar y coordinar los movimientos amplios y musculares del cuerpo, es decir, es esencial para mejorar la motricidad gruesa al fortalecer los músculos, mejorar el equilibrio, coordinación, la fuerza, la agilidad, la estabilidad y aplicar la propiocepción y estimular el sistema nervioso central, incorporar una variedad de actividades físicas en la rutina diaria

es beneficioso para desarrollar y mejorar la coordinación motriz amplia en personas de todas las edades.

El ministerio de Educación (2016) Sostiene que el objetivo del currículo nacional es promover el progreso de las habilidades de los estudiantes, considerando su diversidad de patrones de aprendizaje, variedad de enfoques y niveles cognitivos, así como la riqueza lingüística y cultural, Además, durante su educación, los niños experimentan una transición gradual de actividades cortas y variadas a otras más prolongadas. Es fundamental que los niños sigan avanzando en cuanto van jugando; por consiguiente, cada enfoque de enseñanza y ritmos de aprendizaje de los niños deben incluir componentes prácticos y experiencias prácticas que faciliten el proceso educativo (MINEDU, 2016).

Por otro lado, el Ministerio de Educación (Minedu, 2016), fundamenta que la Educación física en la investigación es muy relevante, ya que evidencia cómo los estudiantes desarrollan sus habilidades motoras al involucrarse en actividades recreativas, juegos y ejercicios motores. Además, busca promover entre los niños una reflexión crítica acerca de la importancia de cuidar su propia salud y la de los demás, con el propósito de que sean independientes y capaces de tomar decisiones para mejorar su bienestar. En este sentido, esta área se concentra en fomentar y facilitar el desarrollo e integración de habilidades en los niños, tales como la capacidad de desenvolverse por sí mismos a través de su motricidad, así como adoptar un estilo de vida saludable y relacionarse socialmente mediante sus habilidades motoras. Se enfatiza que la corporeidad implica una combinación de acciones físicas, pensamientos, conocimientos, comunicación y deseos. También, se examina la habilidad que tienen los estudiantes con el fin de desenvolverse en sus interacciones con los demás, considerando la escases e intereses de cada persona. Se destaca que este proceso es activo y se realiza a lo largo de la vida, influenciado por las acciones autónomas de los estudiantes, lo que se refleja en la evolución de su imagen corporal y su identidad personal y social (Minedu, 2016).

Con respecto, a los enfoques conceptuales se tiene: la variable motricidad gruesa, son todas las acciones o movimientos donde se utilizan los músculos grandes del cuerpo y que el ser humano realiza acciones para armonizar, el centro

de red neuronal y su papel en el control de la contracción muscular de nuestro cuerpo (Vega, 2022).

Con respecto, a las dimensiones de la variable motricidad gruesa son: La dimensión estabilidad, consiste en mantener correctamente las diversas partes del cuerpo y en su totalidad en el contexto. Además, es un conjunto de sistemas orgánicos que abarca todos los aspectos relacionados al dominio postural, permitiendo actuar de manera eficiente y utilizando la menor cantidad de energía posible (Cordero, Cuesta, Torres & Labrador, 2020).

La dimensión sincronización, habilidad para utilizar de manera efectiva y armoniosa los diferentes grupos musculares y sistemas del cuerpo para realizar movimientos específicos y complejos. Esta habilidad se desarrolla a medida que el niño avanza en su crecimiento y desarrollo, y es fundamental para realizar actividades físicas, deportes y tareas cotidianas con éxito (Parra, 2019).

La dimensión firmeza, se define como la habilidad para aplicar tensión muscular para superar una resistencia externa o vencer la fuerza de gravedad. Así mismo, es fundamental para desarrollar diversas habilidades motrices y su ejecución efectiva de diversas actividades físicas. Implica la realización de movimientos con control y potencia, utilizando los músculos tanto en términos de resistencia como de potencia. Además, permite a las personas llevar a cabo movimientos coordinados y eficientes (Leiva, 2019).

La dimensión rapidez, es la habilidad de efectuar movimientos veloces y exactos mediante la combinación de coordinación motriz, equilibrio corporal y flexibilidad muscular, requiere una respuesta efectiva frente a variados estímulos y circunstancias, posibilitando la adaptación y ejecución de movimientos de manera fluida y coordinada, este aspecto está vinculado con la capacidad de realizar cambios de dirección, modular la velocidad y ejecutar movimientos complicados de forma ágil y coordinada (Prieto, 2021).

Con respecto a la variable: Secuencia de actividades físicas, es un conjunto de actividades diseñadas específicamente para desarrollar y fortalecer los movimientos grandes y coordinados del cuerpo, estos ejercicios se enfocan en mejorar la estabilidad, la sincronización, la firmeza y la rapidez, actividades que

involucran grupos musculares grandes y movimientos amplios (Organización Mundial de la Salud, 2020).

En lo concerniente a las dimensiones de la variable secuencia de actividades físicas tenemos: la dimensión planificados, son aquellos movimientos o actividades físicas que se realizan de acuerdo a un plan o programa preestablecido, este plan puede ser diseñado para la mejora de la salud o la coordinación motora de los infantes (Castilla, 2019).

La dimensión estructurados, indica que el ejercicio sigue una estructura organizada, con pautas claras sobre la duración, intensidad y la frecuencia de las sesiones de ejercicio, esto puede incluir la realización de ciertos movimientos en un orden específico, así como períodos de calentamiento y enfriamiento (Castilla, 2019).

La dimensión repetitivos, Se refiere a la ejecución de los mismos movimientos o actividades físicas en múltiples ocasiones a lo largo de una sesión de ejercicio o durante varias sesiones, la repetición ayuda a mejorar los movimientos realizados por el estudiante (Castilla, 2019).

Finalmente, el propósito de esta investigación fue realizado debido a la imperativa necesidad de elevar el deficiente nivel de habilidades motoras gruesas en los educandos del tercer ciclo del nivel primario de una comunidad educativa de Cajamarca. Para respaldar esta investigación, existe un marco teórico que afirma la relevancia de la actividad física en la vida humana para su bienestar en la vida futura y tener una mejor calidad educativa. Según Wallon, el desarrollo motor es muy importante para el incremento psicológico y afectivo del infante. Wallon, afirma que los movimientos son el fundamento de todas las acciones humanas y que el desarrollo motor está estrechamente ligado al desarrollo cognitivo y emocional.

III. METODOLOGÍA

3.1. Aspectos temáticos

La investigación fue realizada debido a la escasa habilidad motora amplia en los niños del tercer ciclo de una escuela del nivel primario en el distrito de Cajamarca. Cuando los educandos muestran un nivel reducido de habilidades motrices gruesas, se están refiriendo a la capacidad para desarrollar destrezas físicas que involucran movimientos amplios y el uso de grandes grupos musculares, como lanzar, saltar, correr y trepar, pueden experimentar dificultades en actividades cotidianas y recreativas, así como en el aprendizaje en el aula.

Esta problemática es el resultado de varios factores, que van desde la falta de oportunidades para el juego activo y el ejercicio físico hasta posibles limitaciones en los recursos y el espacio disponible para actividades al aire libre en la escuela. Además, el tiempo dedicado a actividades sedentarias, como ver televisión o jugar videojuegos y por el confinamiento provocado por la Covid 19, han contribuido al deterioro de las habilidades motrices gruesas en los estudiantes.

Para abordar esta situación, desde el área de Educación Física teniendo como enfoque la corporeidad, se ha propuesto una secuencia de actividades físicas que busca mejorar la motricidad gruesa de los niños, este plan ha incluido una variedad de actividades diseñadas para desarrollar firmeza, sincronización, estabilidad y rapidez, así como promover el juego activo y el movimiento en general. Implementar el plan ha requerido la colaboración de la comunidad educativa. Así como: Los directivos, estudiantes, profesores y padres de familia, además, la asignación de tiempo, espacio y recursos adecuados para actividades físicas dentro y fuera del aula. Además, se hizo el seguimiento y evaluación antes, durante y después con la finalidad de medir el progreso de los niños y ajustar el plan según sea necesario, además, se realizó una investigación de tipo aplicada, con diseño cuasi experimental, con enfoque cuantitativo y método hipotético deductivo.

3.2. Escenario de la experiencia profesional

La comunidad educativa protagonista de la investigación está orientada por el director y la promotora, junto con el cuerpo docente, con el objetivo de ofrecer una educación integral y de calidad. Se encuentra en la región, provincia y distrito de Cajamarca, a 1.8 km del centro histórico, tiene una altitud es 2,750 msnm. Es

una institución católica inclusiva que proporciona educación básica regular para estudiantes de bajos recursos económicos. Así mismo, los datos reportados del ESCALE del Ministerio de Educación, tiene una cantidad de estudiantil de 980 distribuidos en los tres niveles: inicial (140 niños), primaria (410 estudiantes) y secundaria (430 estudiantes), sumando un total de 980 estudiantes. Además, cuenta con 35 profesores nombrados y 9 profesores contratados. De igual manera, cuenta con el soporte de la tecnología en sus diferentes áreas, la institución educativa busca formar jóvenes y niños optimistas y creativos, capaces de resolver problemas esenciales en sus vidas. Además, las diversas acciones llevadas a cabo lo realizan en un ambiente armoniosa, con docentes de amplia trayectoria y de primer nivel y una infraestructura adecuada para las necesidades educativas.

3.3. Participantes

Los estudiantes que formaron parte del estudio fueron 61 niños entre varones y mujeres que cursaron el tercer ciclo, fraccionados en dos equipos, uno experimental 32 estudiantes y el otro grupo control 29 estudiantes, el cual permitió realizar la investigación y fueron escogidos en función de las necesidades y características de los investigados e investigador.

Por otro lado, el nivel de motricidad gruesa según los resultados de la prueba de entrada era bajo en ambos grupos, debido a la problemática se aplicó un plan de ejercicios físicos solo al grupo experimental, que fueron 32 estudiantes, el plan de ejercicios físicos a desarrollar fueron 12 sesiones de juegos motores realizados en 3 meses, luego se aplicó la prueba de salida en ambos grupos y el resultado fue muy satisfactorio al grupo experimental debido que los estudiantes habían mejorado su coordinación motora gruesa gracias al plan de ejercicios físicos, sin embargo, en el grupo control no hubo mejoras.

3.4. Aspectos éticos

En el estudio el aspecto ético es fundamental para garantizar la integridad, la consideración y el bienestar de los involucrados, así como para mantener la credibilidad y la validez de los resultados obtenidos.

Así mismo, los valores y el código de ética en un estudio son fundamentales para garantizar la honestidad, la integridad y el respeto en todo el proceso

investigativo. Algunos valores importantes incluyen la honestidad, la objetividad, la imparcialidad, la transparencia, la justicia, la responsabilidad y el respeto a la dignidad humana es un principio esencial que debe ser respetado en todas las facetas vinculadas a la investigación.

Respeto por los participantes: Se tiene el consentimiento informado, para garantizar la confidencialidad y el respeto por la independencia y la honra de los estudiantes que formaron parte en la investigación.

Honestidad y transparencia: la información presentada a sido de manera precisa y honesta, sin manipulación ni tergiversación de la información.

Rigor metodológico: se ha utilizado el método de investigación apropiado y fiable, así como se aseguró la precisión y la validez de los resultados.

Cumplimiento de normativas legales y éticas: Se ha respetado las leyes, regulaciones y normas éticas pertinentes en el campo de investigación y se obtuvo las aprobaciones requeridas respetando las normas APA 7 y de los comités de ética correspondientes.

IV. EXPERIENCIA PROFESIONAL

4.1. Descripción de la experiencia

Al inicio de la investigación, se abordó la problemática que consistió en la escasa coordinación motora gruesa que tenían los estudiantes del tercer ciclo de primaria. Así mismo, fue un privilegio trabajar directamente con un grupo de estudiantes en edad escolar que tenían este gran problema, con la finalidad de aumentar las habilidades motoras amplias, se implementó una secuencia de actividades físicas que fue diseñado cuidadosamente para abordar áreas específicas de la coordinación motora, basado en la literatura científica y adaptado a las necesidades y capacidades de los estudiantes.

En el desarrollo de la investigación se aplicó 12 sesiones de actividades físicas, realizadas una por semana, como estrategias para mejorar la corporeidad de los niños, donde, se pudo observar una notable mejoría en la coordinación y habilidades motoras de los estudiantes, al principio, algunos de ellos mostraban dificultades para realizar ciertos movimientos básicos, como correr, saltar o lanzar una pelota con precisión. Sin embargo, a medida que avanzaba el plan de ejercicios, observé cómo su confianza y habilidad motora aumentaban gradualmente.

Una de las partes más satisfactorias de la experiencia fue ver la actitud positiva y el entusiasmo con el que los estudiantes participaban en las sesiones de ejercicio, a medida que iban experimentando mejoras en su coordinación y habilidades motoras, la motivación para participar activamente en las actividades físicas también aumentaba. Esto creó un ambiente de aprendizaje dinámico y colaborativo, donde los estudiantes se apoyaban mutuamente y celebraban los logros individuales y colectivos.

Además de las mejoras físicas, también se notó efecto beneficioso en otros aspectos del crecimiento de los estudiantes, como la autoestima, la capacidad para trabajar en equipo y la concentración en el aula. Al sentirse más seguros y competentes en sus habilidades motoras, los estudiantes demostraron un mayor nivel de participación y compromiso en sus actividades escolares y cotidianas.

Esta experiencia dentro de la investigación de tesis de motricidad gruesa fue sumamente enriquecedora y gratificante, ver cómo los estudiantes mejoraban la coordinación y habilidades motoras, gracias la secuencia de actividades físicas que fueron aplicados, tuvo impacto positivo en el crecimiento holístico de los niños.

Cabe destacar, que para desarrollar la secuencia de actividades físicas se diseñó un esquema gráfico funcional que explica cómo la secuencia de actividades físicas ha mejorado la coordinación motora amplia en los educandos.

Tabla 1

Esquema gráfico funcional de la secuencia de actividades físicas.

1	Inicio del estudio de tesis sobre motricidad gruesa en estudiantes	
2	Diseño de la secuencia de actividades físicas.	<ul style="list-style-type: none"> • Revisión de literatura científica sobre ejercicios para mejorar la coordinación motora gruesa. • Adaptación de ejercicios a las necesidades y capacidades de los estudiantes.
3	Implementación de la secuencia de actividades físicas:	<ul style="list-style-type: none"> • 12 Sesiones regulares de ejercicio físico. • Monitoreo y seguimiento del progreso de los estudiantes.
4	Observaciones durante las sesiones de ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultades iniciales en la realización de movimientos básicos. • Actitud positiva y entusiasmo de los estudiantes. • Mejora gradual en la ejecución de los ejercicios. • Incremento en la confianza y habilidad motora de los estudiantes.
5	Resultados observados:	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor participación y compromiso en las actividades físicas. • Impacto positivo en otros aspectos del desarrollo, como la autoestima y la concentración. • Confirmación del impacto positivo de la secuencia de actividades físicas en el fortalecimiento de las habilidades motrices amplias de los estudiantes.
6	Conclusión:	<ul style="list-style-type: none"> • Validación de la importancia de intervenir con ejercicios físicos estructurados para promover el crecimiento holístico de los niños.
7	Cierre del estudio de tesis	<ul style="list-style-type: none"> • Recopilación de datos y conclusiones para la redacción final de la tesis. • Reflexión sobre la experiencia y posibles recomendaciones para futuras investigaciones.

Este esquema gráfico funcional proporciona una visión general de cómo el plan de ejercicios físicos fue diseñado, implementado y evaluado en el contexto de la investigación de tesis sobre la mejora de las habilidades motrices amplias en estudiantes. A continuación, se muestra la relación de sesiones desarrolladas.

Tabla 2

Relación de actividades que formaron parte de la secuencia de actividades físicas.

Sesiones desarrolladas	Juegos
Actividad 1	Juega a la rayuela.
Actividad 2	Salta las vallas
Actividad 3	Lanzamiento de pelotas
Actividad 4	Que el globo no caiga
Actividad 5	Salta la cuerda
Actividad 6	Juega al pin pon
Actividad 7	La carretilla humana
Actividad 8	Juega al tesoro escondido
Actividad 9	Juega que no se caiga el cono
Actividad 10	Juega a la pirámide con vasos descartable
Actividad 11	Juega quitando pelotas
Actividad 12	Juega al pasar el puente

En lo concerniente, a los resultados de la investigación, una vez que se han recolectado, organizado y registrado los datos, se procede a presentar de forma lógica y ordenada los datos obtenidos mediante tablas y figuras que sirven de apoyo visual.

Tabla 3

Motricidad gruesa en el grupo experimental Prueba de entrada y salida

Motricidad gruesa					
Entrada			Salida		
	f	%	f	%	
Válido	En Inicio	8	25.0	-	-
	En Proceso	22	68.75	-	-
	Logro esperado	2	6.25	8	25.0
	Logro destacado	0	100.0	24	75.0
Total		32	100.0	32	100.0

Figura 1

Prueba de entrada en el grupo experimental

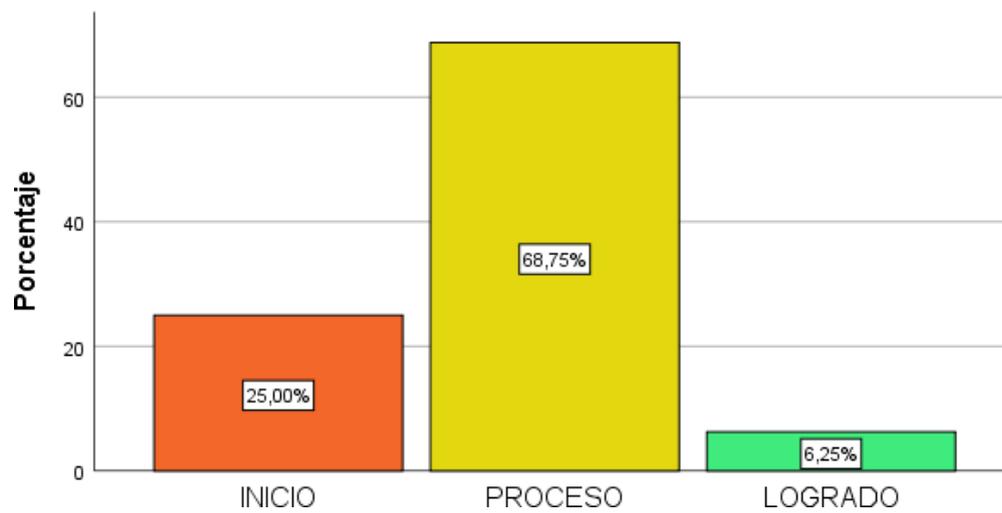


Figura 2

Prueba de salida del grupo experimental

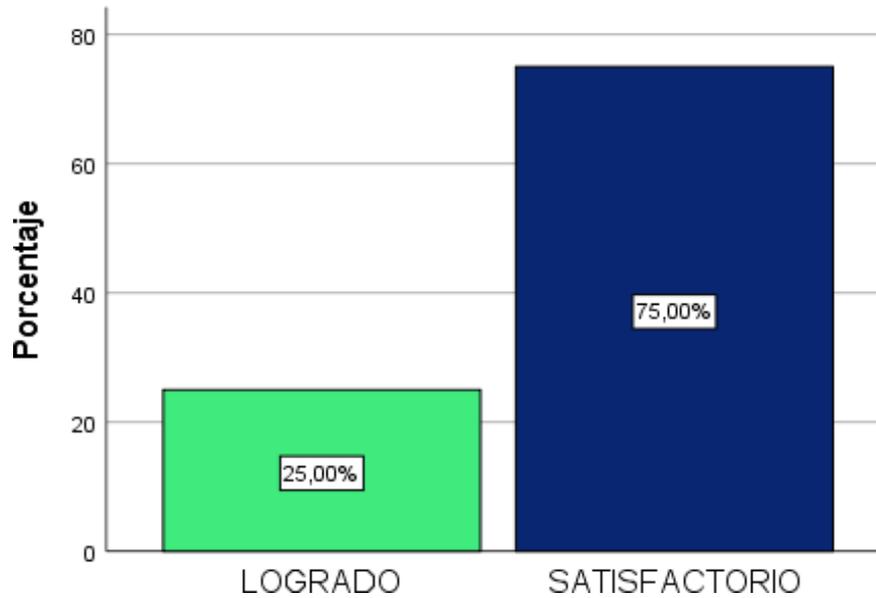


Tabla 4

Motricidad gruesa de la prueba entrada y salida en el grupo control.

Motricidad gruesa					
Válido	Entrada		Salida		
		f	%	f	%
	En Inicio	2	6.90	2	6.90
	En Proceso	21	72.41	21	72.41
	Logro esperado	6	20.69	6	20.69
	Total	29	100.0	29	100.0

Figura 03

Motricidad gruesa en la prueba de entrada del grupo control

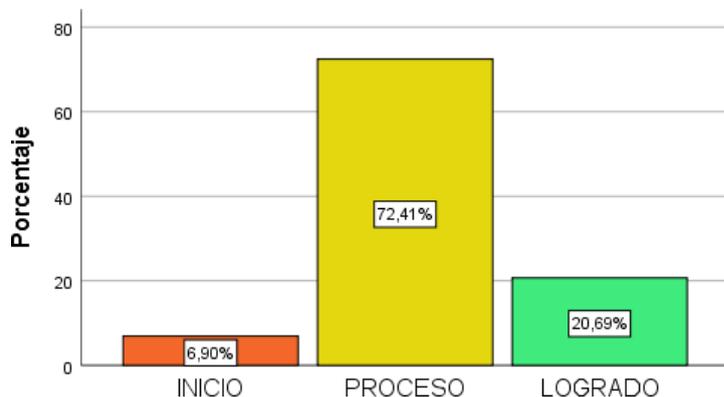
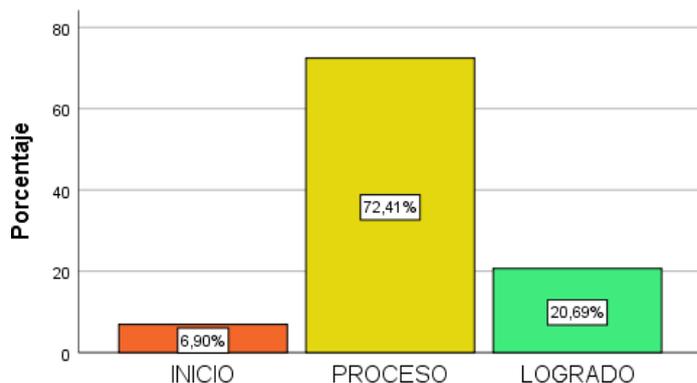


Figura 04

Motricidad gruesa en la prueba de salida del grupo control



Al observar los resultados en la tabla 3 y la figura 1 se encuentra que, en la prueba de entrada del equipo experimental, un 25.0% de educandos mostraron que están en inicio en el acrecentamiento de coordinación motora amplia, asimismo por un 68.75% en proceso y de un 6.25% de logro esperado. No obstante, tras la implementación de la secuencia de actividades físicas, se observó un progreso significativo. También, los resultados descritos en la prueba de salida del grupo experimental, representado en la imagen 2, el 25.00% de los educandos lograron un buen nivel en el progreso de la coordinación motriz gruesa, mientras que el

75.00% mostró un nivel satisfactorio. Estos resultados indican que el plan de mejora contribuyó al progreso de las habilidades motrices amplias de los estudiantes.

Los resultados obtenidos de dicha evaluación inicial muestran que muchos estudiantes están en proceso en términos de la variable problema, indicando un nivel bajo de habilidades motoras gruesas en el equipo donde se hizo la investigación. Por el contrario, luego de la implementación de las actividades físicas y la realización del en la evaluación final, se observa que un número considerable de estudiantes han alcanzado niveles satisfactorios y logrados en habilidades motoras gruesas. Este cambio refleja un avance significativo de los estudiantes para realizar eficazmente actividades físicas diarias, lo que indica que los objetivos del estudio se han cumplido.

Es crucial considerar el resultado global, dado que la variable de motricidad gruesa contribuye a la coordinación de movimientos, facilitando la coordinación integral del cuerpo y logre efectuar de manera efectiva los movimientos.

Los hallazgos del estudio concuerdan con Fiallo & Merchán (2023) n su tesis sobre el impacto del juego en el crecimiento de la habilidad motora amplia, donde se reporta una mejora del 55%. Esto indica que los educandos tienen un buen desempeño en las actividades motrices cuando su coordinación motora gruesa está más desarrollada.

De acuerdo con Wallon en su estudio psicomotriz, cuanto más avanza el infante en desarrollar la motricidad, utilizan el cuerpo de manera desatacada y adquieren nociones espaciales fundamentales, como la distancia, la altura y la posición relativa de los objetos con respecto a sí mismos (Fernández, 2007). El autor resalta que el movimiento es esencial, ya que facilita el desarrollo físico y mental del niño, dado que este tiene la necesidad intrínseca de estar físicamente activo a diario para fomentar un crecimiento y desarrollo completo, que abarque aspectos físicos, emocionales y mentales, el ejercicio físico desempeña un papel fundamental. Contribuye de manera significativa a mejorar las habilidades físicas básicas del niño y su bienestar emocional.

4.2. Impacto de la experiencia

En cuanto a, el impacto de la experiencia educativa en el estudiante sobre la mejora de la motricidad gruesa fue muy importante abordar en la investigación educativa, ya que la motricidad gruesa es el desarrollo de habilidades motoras fundamentales, como caminar, saltar, correr y trepar estas acciones desarrolladas en el infante mejoran significativamente la psicomotricidad. La experiencia educativa tuvo un impacto significativo en este aspecto del desarrollo humano porque mejoró la coordinación motriz de los estudiantes, coincidiendo con Nazario (2023) donde concluye que el uso de actividades lúdicas mejoró de manera notable en el progreso de las capacidades motrices generales de los niños, de igual manera con Baldera (2023) indica que los juegos motores mejoraron significativamente en los movimientos corporales fundamentales de los estudiantes, asimismo, con Sinchi (2024) confirman la contribución positiva de los juegos motores en el desarrollo de habilidades de movimiento amplio en niños de 6 años, de la misma forma, en la investigación se abordó varios aspectos:

Desarrollo físico mejorado: El involucramiento de los niños en actividades educativas las cuales promueven las actividades motrices principales, como la secuencia de actividades físicas, juegos al aire libre, deportes organizados y clases de educación física, permitió conducir a un desarrollo físico más completo y habilidades motoras más sólidas en los estudiantes. Esto ayudó a mejorar la coordinación, equilibrio, fuerza muscular y la agilidad.

Salud y bienestar: al aplicar las actividades programadas en mejora de la motricidad gruesa a través de experiencias educativas. En igual forma, de promover el desarrollo físico, la participación de los niños en estas actividades tuvo un efecto beneficioso en su salud y bienestar genera las actividades físicas recreativas dirigidas y promovidas en entornos educativos contribuye a la prevención de enfermedades cardiovasculares, el sobrepeso, las enfermedades no transmisibles.

Mejora del rendimiento académico: en la investigación participaron niños con escaso nivel de coordinación motora amplia lo que tuvieron mejoras significativas al finalizar el estudio, tales como la concentración, el comportamiento y la participación en las clases con sus compañeros, lo cual resultó en un rendimiento académico más eficaz. Además, proporciona oportunidades para que los

estudiantes interactúen de forma positiva, desarrollen habilidades sociales y emocionales como el trabajo en equipo, la empatía y la resolución de problemas. Estas habilidades son esenciales para la culminación tanto personal como profesional en el caminar de la vida.

Autoconfianza y autoestima: A medida que los estudiantes experimentaron mejoras en las habilidades motrices gruesas, como aprender a jugar a la rayuela y saltar la soga, permitió un aumento en la autoconfianza y la autoestima, esto les proporcionó una sensación de logro y competencia que ayudó positivamente en sus vidas.

Así mismo, El impacto positivo que los estudiantes experimentaron en el ámbito social debido al avance de la motricidad gruesa a través de experiencias educativas aplicadas en la secuencia de actividades físicas es notable y beneficioso en varios aspectos:

Fomento de la interacción social: Las actividades planificadas para la mejora de la motricidad gruesa, permitieron al niño participar en juegos al aire libre, deportes en equipo y actividades recreativas, es decir, los estudiantes tienen la oportunidad para interactuar y socializar con sus pares. Estas interacciones contribuyen al desarrollo de capacidades ante la sociedad, es decir, la capacidad de cooperación, la comunicación efectiva y el trabajo en equipo.

Creación de vínculos y amistades: los niños después de haber mejorado la motricidad gruesa, participan activamente en actividades físicas en un entorno educativo, lo que facilita la formación de relaciones, amistades sólidas, comparten experiencias de aprendizaje y logros físicos juntos donde fortalecer los lazos sociales y aumenta el sentido de pertenencia a la comunidad educativa.

Desarrollo de habilidades de liderazgo: los estudiantes desde ya participan en actividades deportivas y recreativas, tienen la oportunidad de asumir roles de liderazgo, ya sea como capitanes de equipo, entrenadores asistentes o líderes en actividades grupales. Estas experiencias les permitieron a los niños integrarse y realizar acciones que le permitieron ser líderes, saber solucionar conflictos y ser competentes en el ámbito social y más allá.

Promoción de la inclusión y la diversidad: Las actividades físicas realizadas sirvió como un terreno neutral donde los estudiantes de diferentes clases sociales, habilidades y personalidades les permitió interactuar y colaborar. Esto fomenta la inclusión y la apreciación de la diversidad, ya que los estudiantes aprenden a trabajar juntos hacia objetivos comunes independientemente de las diferencias individuales, además, para algunos estudiantes, participar en actividades que promueven la motricidad gruesa es una manera de salir de su área de confort y superar la timidez o la ansiedad social, el apoyo de compañeros e investigador, brindan un aprendizaje seguro y alentador que ayuda a reducir el aislamiento y la sensación de exclusión social.

Así mismo, los padres de familia expresaron una gran satisfacción con los resultados de la secuencia de actividades físicas. Muchos notaron cambios positivos en la forma de actuar y en el comportamiento positivo de sus hijos tanto en casa como con sus compañeros en la escuela, además, tuvieron un mayor entusiasmo por jugar al aire libre y una disminución en el tiempo dedicado a actividades sedentarias. También informaron que sus hijos estaban más felices y saludables en general, lo que reflejaba el impacto positivo del ejercicio regular en su bienestar. Además, se notó que los niños se volvieron más activos y participativos durante las clases de psicomotricidad, arte y en el recreo. Su confianza en sí mismos también aumentó, ya que se sentían más capaces de realizar actividades físicas que antes les resultaban desafiantes. También, en la salud se obtuvo considerablemente un avance, ya que el ejercicio regular contribuyó a su bienestar físico y mental.

Inclusive, los apoderados apreciaron el trabajo realizado porque fue de manera integral la ejecución de la secuencias de actividades físicas, que no solo se centraba en mejorar los movimientos corporales fundamentales de los niños, sino que también promovía hábitos que le periten tener una vida saludables y fomentaba lo importante de la actividad física en el crecimiento del niño, muchos expresaron su gratitud hacia el investigador y la escuela por implementar un programa tan beneficioso para sus hijos y estaban entusiasmados de ver cómo continuaba mejorando su salud y habilidades motoras.

Por otro lado, la Institución Educativa se mostró muy satisfecha con los resultados, ya que demostraron el valor y la efectividad de impulsar una rutina de ejercicios motrices para tener un estilo de vida activa y saludable entre compañeros, por su parte, dicha implementación de la secuencia de actividades también fortaleció la relación entre toda la comunidad educativa. Muchos padres expresaron su satisfacción al ver el progreso de sus hijos en términos de habilidades motoras y salud física. Este vínculo positivo entre la escuela y la comunidad ayudó a fortalecer la confianza y el compromiso de ambas partes en el avance significativo de los alumnos.

Sin embargo, el impacto positivo de la secuencia de actividades físicas en las habilidades motrices amplias de los niños no solo se limita al ámbito escolar, sino que también tiene repercusiones positivas en la sociedad en general. Es así que, Mejoró la salud infantil, fomentó estilos de vida activos, tuvieron mayor participación en actividades deportivas y de aire libre, reducción de costo de atención médica y hubo un mejor rendimiento académico. Finalmente, el impacto positivo de la secuencia de actividades físicas en las funciones físicas básicas de los niños no solo beneficia a los estudiantes y a la escuela, sino que también tiene resultado significativos en el contexto social, contribuyendo a una población más saludable, activa y próspera.

V. CONCLUSIONES

Primera: En la experiencia desarrollada sobre la aplicación de actividades físicas en la mejora de la coordinación motora gruesa, demostró tener un impacto significativo de (87.5%) con relación al objetivo general de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario, lo que contribuyó a un crecimiento motor más integral.

Segunda: Se ha evidenciado que, para mantener el interés de los educandos y fomentar un desarrollo integral, es esencial que la variedad de actividades físicas para los niños sea según sus necesidades y habilidades particulares, el cual ayudó en (88.3%) con relación al objetivo específico de estabilidad de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario.

Tercera: La secuencia de actividades físicas han sido la manera de integrar a los estudiantes para desarrollar las habilidades motoras gruesas, en (79.2%) con relación al objetivo específico de sincronización de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario, lo que ha hecho que los educandos vivan en un ambiente positivo y acogedor.

Cuarta: La relevancia de llevar a cabo una evaluación preliminar y un monitoreo constante del progreso de cada estudiante al haber ejecutado las actividades físicas ha demostrado una mejora de (85.1%) con relación al objetivo específico de firmeza de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario.

Quinta: En la experiencia profesional aplicada, se ha reafirmado la importancia de promover un estilo de vida activo desde una edad temprana la cual mejoró en (88.4%) con relación al objetivo específico de rapidez de los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario, al fomentar la participación en actividades físicas durante la infancia.

Sexta: Finalmente, la experiencia de trabajar con estudiantes y observar su progreso en el desarrollo de habilidades motoras amplias ha sido muy gratificante, además, los objetivos planteados han sido alcanzados logrando impactar positivamente en la vida de los niños a través de actividades físicas que es una fuente de satisfacción y motivación.

VI. RECOMENDACIONES

Primera: Al Director del Centro Educativo, incorpore en el Plan Anual de Trabajo la inclusión de talleres de capacitación centrados en rutina de ejercicios motrices, para fortalecer los movimientos corporales fundamentales en los estudiantes del tercer ciclo del nivel primario, estos talleres no solo promoverán el desarrollo físico, sino que también crearán oportunidades para la interacción social y la adopción de hábitos saludables.

Segunda: A la Unidad de Gestión Educativa Local de Cajamarca, fomente la implementación de talleres de actividades recreativas en todos los centros educativos del distrito, basándose en los resultados de esta investigación, esta iniciativa busca potenciar la psicomotricidad de los estudiantes en los diferentes niveles culturales y sociales.

Tercera: Al director de la Dirección Regional de Educación a establecer una política prioritaria el fomento de rutina de ejercicios bajo el lema "Nos movemos hoy para poder vivir mañana". Esta política debería centrarse específicamente en fortalecer la psicomotricidad de los niños y niñas de la educación básica regular en toda Cajamarca, con el propósito de prevenir posibles enfermedades físicas y mentales en el futuro.

Cuarta: Al director de la Dirección Regional de Educación incorpore una Planificación de Actividades Familiares en las Instituciones educativas de la región para organizar y participar en actividades físicas regulares como caminatas, paseos en bicicleta, natación, excursiones al aire libre, y juegos deportivos.

Quinta: A la facultad de educación de la Universidad César Vallejo, establecer un Centro de Investigación y Desarrollo de Suficiencia Profesional dedicado a promover y apoyar investigaciones orientadas a la calidad educativa. Este centro se encargaría de coordinar, supervisar y financiar proyectos de investigación que contribuyan al desarrollo de competencias profesionales específicas.

Sexta: Finalmente, implementar programas similares en otras instituciones educativas para promover un desarrollo motor saludable en los estudiantes y llevar a cabo investigaciones prolongadas con el fin de evaluar el impacto de las actividades físicas sobre el desarrollo motor y cognitivo de los infantes.

REFERENCIAS

- Abhinava, S. (2019). HR Future - *Role of HR in digital transformation - digital transformation - from India*. *Sabinet African Journals*(4), 16 - 17. <https://journals.co.za/content/journal/10520/EJC-156543a264>.
- Baldera Siesquen, M. M. (2023). *Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en los niños de cinco años de la institución educativa n° 055 "infancia de Jesús", tumbes, 2022*. Universidad Católica los Angeles de himbote, Chimbote, Perú. https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/36387/COORDINACION_JUEGOS_MOTORES_BALDERA_SIESQUEN_MARIA_MARIBEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castilla, & Leon. (2019). *Portal de Salud*. Junta de Castilla y leon. <https://www.saludcastillayleon.es/es/saludjoven/ejercicio-fisico/ejercicio-fisico>
- Cola Ramos, J. I. (2024). *La musicoterapia en el desarrollo de la coordinación motriz en los niños de educación inicial*. TESLA , Pujilí - Cotopaxi, Ecuador. <https://doi.org/10.55204/trc.v4i1.e327>
- Congreso de la República del Perú. (2019). *Decreto Legislativo N° 1439. Decreto Legislativo del sistema nacional de abastecimiento*. *Diario Oficial El Peruano*. <https://cutt.ly/uiHBigD>.
- Cordero Rojas, Y., Cuesta Martínez, L. A., Torres Peguero, M., & Labrador Labrador, G. (2020). *El desarrollo de la capacidad coordinativa equilibrio en atletas de lucha greco, categorías iniciales*. Pinar del Río, Cuba. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000300577#:~:text=%2C%20citando%20a%20otros%20autores%2C%20refieren,gravedad%20y%20base%20de%20sustentaci%C3%B3n.
- Decreto Supremo N° 082-2019-EF. (2019). *Texto Único Ordenado de la Ley N° 30225, Ley de Contrataciones del Estado*. *Diario Oficial El Peruano*. <https://www.gob.pe/institucion/mef/normas-legales/266672-082-2019-ef>.

- Duarte Cornejo, J. A., Ahumada Cavieres, N. M., Santana Arancibia, M. A., & Vargas Vitoria, C. R. (setiembre de 2022). *Prevalencia de los índices de la coordinación motora en niños de un establecimiento educacional, Santiago, Chile*. <https://rpcafd.com/index.php/rpcafd/article/view/232/274>
- Educación, M. d. (2023). *Ley N° 30432 Ley que Promueve y Garantiza la practica del deporte y la educacion fisica en los diferentes niveles de la educacion basica pública. Perú*. https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4408705/DS_N%C2%B0_007-2023-MINEDU_%28NL%29_%2B_%28DL%29.pdf?v=1680734575
- Fernández Nieves, Y. (2007). *Algunas consideraciones sobre psicomotricidad y las necesidades educativas especiales (NEE)*. *Revista Digital*, Buenos Aire., Argentina. <https://www.efdeportes.com/efd108/psicomotricidad-y-necesidades-educativas-especiales.htm>
- Fiallo Giler, A. C., & Merchán Véliz, V. V. (2023). *El juego en el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 4 a 5 años*. *Universidad de Guayaquil, Guayaquil*. <https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/be3e7a82-61e2-4e57-87ac-ad0253afd1f9/content>
- Gavilanes Basantes, M. E., Ponce Alcívar, K. G., González Granda, L. M., & Nieve Arroyo, O. S. (2023). *Importancia de la Educación Física para potenciar la motricidad gruesa en Educación Inicial. Una recopilación teórica*. *Universidad Estatal de Milagro, Ecuador*. <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/3857/1842?inline=1>
- Guevara Huamán, L. M. (2021). *Programa de juegos tradicionales para el estudio de la psicomotricidad gruesa en niños de cuatro años*. *UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO, Chiclayo, Perú*. https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3664/1/TL_GuevaraHuamanLilyMarianeladelMilagro.pdf
- Gutiérrez Silva, M. C. (2021). *Los juegos psicomotores como estrategia para fortalecer la coordinación motora gruesa en los niños de 4 años de la I.E.I. N° 395 Chicolón – Bambamarca-2019*. *Universidad Nacional de Cajamarca*,

- Bambamarca, Perú.*
https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/4598/T016_74403615_B.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jara Anticona , B. B. (2017). *aplicación de actividades lúdicas para mejorar la habilidad motriz gruesa en los estudiantes de 5 años de la I.E.I. “Liclipampa bajo” del distrito de Cachachi, provincia de Cajabamba: año 2017.* Universidad Nacional de Cajamarca, Cajamarca, Perú.
https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/2401/T016_44909017_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Leiva Benegas, S. (2019). *Qué es la fuerza para la Educación Física.* Universidad Nacional de Tucumán, Argentina.
https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/86227/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mendoza Muñoz, E. O. (2021). *Juegos tradicionales en la motricidad gruesa de niños de 3 años I EI N° 031 Cospán, 2021.* Universidad San Pedro, Cajamarca, Perú.
http://publicaciones.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/20.500.129076/17093/Tesis_71095.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ministerio de Educacion. (2022). *Evaluación Muestral de estudiantes (EM) 2022.*
<http://umc.minedu.gob.pe/>
- Ministerio de Eucacion. (2016). *Curriculo nacional de la educacion basica.* Lima, Perú. <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curricular-educacion-primaria.pdf>
- Nazario Torres, S. A. (2023). *Actividades Lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de cinco años, de la institución educativa privada Norbert Wiener del distrito de Huaura, región Lima, año 2021.* Universidad Católica los Angeles de Chimbote, Perú.
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33225/ACTIVIDADES_LUDICAS_NAZARIO_TORRES_SELENE_ALEXANDRA.pdf?sequence=3&isAllowed=y

- Orbegoso Quispe, D. E. (2023). *Los juegos tradicionales para desarrollar la motricidad gruesa en niños y niñas de cinco años en la institución educativa san francisco de asís chiclayo – lambayeque 2022*. Chimbote, Perú.
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35485/GRUESA_JUEGOS_ORBEGOSO_QUISPE_DORIS_EMITA.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Parra, C. (2019). *La coordinacion infantil*. *Revista digital: Actividad Física y Deporte*, Colombia. <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1249/1748>
- Prieto Barriga, W. F. (2021). *Influencia del entrenamiento pliométrico en la agilidad, una aproximación teórica*. *Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombi*, Colombia.
<https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1615/2161>
- Salud., O. M. (2020). *Cada movimiento cuenta para mejorar la salud – dice la OMS*. Ginebra. <https://www.who.int/es/news/item/25-11-2020-every-move-counts-towards-better-health-says-who#:~:text=La%20actividad%20f%C3%ADsica%20regular%20es,y%20potenciar%20la%20salud%20cerebral>.
- Sinchi Castro, E. (2024). *Juegos motores para mejorar la motricidad gruesa en niños de 5 años de una institución educativa de satipo, 2023*. *Universidad Católica de Trujillo, Trujillo, Perú*.
<https://repositorio.uct.edu.pe/xmlui/handle/123456789/4888>
- Vega Gaspar, J. O. (2022). *Psicomotricidad gruesa en los infantes de 5 años en una institución Educativa del Distrito de San Marcos, Provincia de Huarí-Ancash*. *Universidad Católica Sedes Sapientiae, Lima, Perú*.
https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/1525/Vega_Judith_trabajo_academico_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 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*. *Trujillo, Perú*.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/104137/Vila_AGK-SD.pdf?sequence=1

Villa Martínez, A. D. (2023). *Estrategias didácticas para el fortalecimiento de la motricidad gruesa en escolares de la primera infancia. Bogotá, Colombia.*
<https://repository.usergioarboleda.edu.co/bitstream/handle/11232/1998/Estrategia%20did%C3%A1ctica%20para%20el%20fortalecimiento%20de%20la%20motricidad%20gruesa%20en%20escolares%20de%20primera%20infancia.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

ANEXOS

ANEXOS 1

Instrumento de recolección de datos Pre test.

FICHA DE OBSERVACIÓN DE CLASE – PRE TEST

Institución Educativa: "Divino Maestro - Cajamarca"

Grado: Primero **Sección:** "A" **Área:** Educación física.

Día: 10 de junio del 2023.

Estudiante: 01

ESCALA VALORATIVA.

INICIO	PRECESO	LOGRADO	SATISFACTORIO
1	2	3	4

N°	DIMENSIÓN: Equilibrio	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
		1	2	3	4
1	Mantiene un objeto en la cabeza sin caerse por 10 segundos.				
2	Mantiene el equilibrio sobre un pie y la otra pierna extendida.				
3	Controla su cuerpo al momento de desplazarse sobre una línea.				
4	Controla su cuerpo al momento de jugar la rayuela.				
	DIMENSIÓN: Coordinación	1	2	3	4
5	Coordina sus movimientos al momento de jugar con globo.				
6	Coordina sus movimientos al momento de saltar obstáculos.				
7	Coordina sus movimientos al momento de jugar al pin pon.				
8	Coordina sus movimientos al saltar la cuerda.				
	DIMENSIÓN: Fuerza	1	2	3	4
9	Pasa sobre un obstáculo pelotitas de papel utilizando los pies varias veces.				
10	Realiza sin dificultad el juego de la carretilla.				
11	Lanzas pelotitas de trapo distancias establecidas				
12	Jala la Soga una y otra vez sin dificultad.				
	DIMENSIÓN: Agilidad	1	2	3	4
13	Arma torres con vasos descartables en el menor tiempo posible.				
14	Se desplaza de un objeto a otro de en el menor tiempo.				
15	Se desplaza de un lugar a otro con cambio de direcciones				
16	Pasa por sobre y debajo del puente sin dificultad varias veces.				

ANEXOS 2

Instrumento de recolección de datos Pos test.

FICHA DE OBSERVACIÓN DE CLASE – POS TEST

Institución Educativa: "Divino Maestro - Cajamarca"

Grado: Primero **Sección:** "A" **Área:** Educación física.

Día: 10 de junio del 2023.

Estudiante: 01

ESCALA VALORATIVA.

INICIO	PRECESO	LOGRADO	SATISFACTORIO
1	2	3	4

N°	DIMENSIÓN: Equilibrio	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
		1	2	3	4
1	Mantiene un objeto en la cabeza sin caerse por 10 segundos.				
2	Mantiene el equilibrio sobre un pie y la otra pierna extendida.				
3	Controla su cuerpo al momento de desplazarse sobre una línea.				
4	Controla su cuerpo al momento de jugar la rayuela.				
	DIMENSIÓN: Coordinación	1	2	3	4
5	Coordina sus movimientos al momento de jugar con globo.				
6	Coordina sus movimientos al momento de saltar obstáculos.				
7	Coordina sus movimientos al momento de jugar al pin pon.				
8	Coordina sus movimientos al saltar la cuerda.				
	DIMENSIÓN: Fuerza	1	2	3	4
9	Pasa sobre un obstáculo pelotitas de papel utilizando los pies varias veces.				
10	Realiza sin dificultad el juego de la carretilla.				
11	Lanzas pelotitas de trapo distancias establecidas				
12	Jala la Soga una y otra vez sin dificultad.				
	DIMENSIÓN: Agilidad	1	2	3	4
13	Arma torres con vasos descartables en el menor tiempo posible.				
14	Se desplaza de un objeto a otro de en el menor tiempo.				
15	Se desplaza de un lugar a otro con cambio de direcciones				
16	Pasa por sobre y debajo del puente sin dificultad varias veces.				

ANEXOS 3

Como evidencia 1 de las 12 sesión de clase aplicadas en la investigación

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 01

Título: “Jugamos a la rayuela”

I. Datos Informativos.

- 1.1. Institución Educativa : IE. Divino Maestro – Mollepampa - Cajamarca
 1.2. Responsable : José Leoncio Julón Villanueva
 1.3. Asesor : Dr. Carlos Rafael Suárez Sánchez
 1.4. Grado : Primero
 1.5. Sección : “B”
 1.6. Número de estudiantes : 32
 1.7. Área : Educación Física.
 1.8. Fecha : 18/07/2022

II. Propósito de Aprendizaje y Evidencia de Aprendizaje.

Competencia	Capacidades	Dimensión	Desempeño	Evidencia de aprendizaje	Instrumento.
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Comprende su cuerpo. ▪ Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Equilibrio 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Es independiente a la hora de descubrir cómo se puede utilizar su cuerpo en diversos actos para potenciar sus movimientos al jugar a la rayuela. 	En esta actividad aprenderás a identificar y mejorar tu equilibrio y coordinación al jugar a la rayuela, según las variaciones dadas, además, mostrando una postura adecuada mientras lo haces.	Escala valorativa
Enfoque de derecho			Docentes y estudiantes muestran disposición para conversar con sus pares; intercambian ideas o afectos para jugar juntos.		

III. Preparación de la actividad.

¿QUÉ NECESITAMOS HACER ANTES DE LA ACTIVIDAD?	¿QUÉ RECURSOS O MATERIALES SE UTILIZARÁ EN ESTA ACTIVIDAD?
Organizo mi espacio de trabajo, preparo el material que voy a utilizar y verifico que todo este organizado.	Conos, hojas de papel bond, aros y tizas.

IV. Secuencia Didáctica/Momentos de la actividad

Momentos	ESTRATEGIAS /ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nos reunimos todos en el patio de la IE, formando un círculo. ▪ Recordamos sobre el debido cumplimiento a nuestros acuerdos de convivencias durante la clase. ▪ Dinámica, Cantamos la canción, la batalla del calentamiento. ▪ Luego que hayan realizado la dinámica, realizamos ejercicios de articulaciones y estiramiento para preparar nuestro cuerpo. ▪ Pregunto: “¿saben jugar a la rayuela? ¿pueden hacer algunos movimientos?” ▪ Comunico el propósito de la sesión: “hoy jugamos a la rayuela con la finalidad de mejorar nuestro equilibrio y coordinación motora gruesa”, los animo a participar en la actividad. ▪ Ahora les pregunto, ¿Crees que puedas moverse sin ninguna dificultad?, ¿Qué partes de tu cuerpo utilizarías? 	10
Desarrollo	<p>Juego: la Rayuela Divertida.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dibujamos juntos la rayuela utilizando las tizas de colores de tal forma que al saltar con un pie y a veces con los dos, estén dentro de cada cuadrado y la enumeramos del 1 al 10. ▪ Empezamos a saltar la rayuela cuadrado por cuadrado utilizando una pelotita de papel, iniciado desde el numero 1 hasta llegar al número 10, que es el máximo en el juego. ▪ Cada estudiante por turnos debe de jugar a la rayuela, gana el estudiante que sin caer completa todos los recorridos o cuadrados enumerados. ▪ Repetimos una y otra vez, hasta lograr mejorar el equilibrio y coordinación de cada estudiante. 	25
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nos Reunimos con los estudiantes para reflexionar juntos sobre los aprendizajes alcanzados en la clase. ▪ Finalmente, realiza algunos ejercicios de estiramiento. Ahora, ¿responde a las siguientes preguntas? ▪ ¿Coordinaste tus movimientos con las actividades propuestas?, ¿Qué partes de tu cuerpo están utilizando en este juego?, ¿Te fue fácil o difícil mantener la espalda recta y la cabeza levantada en las actividades? Comenta. ▪ ¿Crees que es importante mejorar el equilibrio y coordinación?, ¿por qué? ▪ Felicito a los estudiantes por el empeño puesto en las actividades. ▪ Oriento a los estudiantes para hacer el aseo después de las actividades. ▪ Antes de despedirlos, doy las indicaciones para el aseo (lavado de manos, uso de la mascarilla) y lavarse sin desperdiciar el agua. 	10

V. REFLEXIONES SOBRE EL APRENDIZAJE

▪ ¿Qué avances tuvieron mis estudiantes?

Al final de la sesión, los estudiantes lograron reconocer y utilizar con pertinencia sus habilidades motrices básicas como el equilibrio y coordinación a través del juego la rayuela, con apoyo de sus compañeros, por lo tanto, al practicarlo lograron pasar con facilidad todos los cuadrados de la rayuela, por lo tanto, tienen una mejor motricidad gruesa.

▪ ¿Qué dificultades tuvieron mis estudiantes?

Al inicio de la sesión, no podían avanzar en los cuadros enumerados de la rayuela, ya que al jugar se los veía caer con facilidad.

VI. Bibliografía.

- Anton, M. (2007). Planificar la etapa de 0-6 años: compromiso de sus agentes y práctica cotidiana.
- Benjumea Pérez, M. (2014). La motricidad, corporeidad y pedagogía del movimiento en educación física.
- Delgado Linares, I (2011). Juego infantil y su metodología.
- DCBN 2019. Diseño Curricular Básico Nacional – MINEDU
- Manzano Moreno, J. (2003). Currículo deporte y actividad física en el ámbito escolar
- Ortega Ruiz, R. (1992). El juego infantil y la construcción social del conocimiento.
- Torres, C.M. (2002). El juego: una estrategia importante.

ANEXOS 4

Oficio de aceptación para realizar la tesis.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
"DIVINO MAESTRO"
Mollepampa-Cajamarca



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

OFICIO N°-060 I.E. "D.M"- M.B. – 2021

Cajamarca, 05 de noviembre del 2021

DRA. LETICIA ZABALETA GONZALES.
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
ESCUELA DE POSGRADO
CIUDAD. -

ASUNTO : ACEPTACIÓN PARA REALIZAR TESIS DE INVESTIGACIÓN

Referencia : Resolución de Consejo de coordinación de Escuela N°0521-EPG-UNC

La directora de la Institución Educativa "**DIVINO MAESTRO**" de Mollepampa-Cajamarca, **ISABEL PETRONILA QUIJADA AGUILAR**, tiene el agrado de dirigirse a Ud. para saludarle cordialmente, así mismo, aceptar el pedido por parte del docente José Leoncio Julón Villanueva con DNI N° 43041029, para que realice su tesis de Investigación titulada "**Influencia del Plan de Ejercicio Físico en la Motricidad Gruesa en los Estudiantes del Primer Grado de Primaria en la Institución Educativa Divino Maestro- Mollepampa – Cajamarca, 2021**".

Aprovecho gustosa la oportunidad para expresarle mis sentimientos de estima y consideración personal,

Atentamente,



IPQA /D
MAD: 6125

Av. Tahuantinsuyo # 161 Mollepampa -isabelquiagui@gmail.com Telf. 341168 / Cel.: 979747650

ANEXOS 5

Oficio de aceptación para realizar prueba piloto de tesis.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA "LORD KELVIN"

LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
PARTICULAR "LORD KELVIN" CAJAMARCA

HACE CONSTAR

QUE EL PROFESOR: **JOSE LEONCIO JULON VILLANUEVA**, identificado con DNI N° **43041029**; aplico una prueba piloto con los alumnos de primer grado de nuestra Institución, con la finalidad de aplicar su proyecto de tesis.

Se expide la presente constancia a solicitud verbal de la parte interesada, para los fines que crea conveniente.

Cajamarca, 15 de julio del 2022



ANEXOS 6

Fotos del desarrollo del plan de ejercicios físicos.

Sesión 1: Jugando a la rayuela.



Sesión 3: “Lanzamiento de pelotas”



Sesión 11: Jugamos al quitando pelotitas



El Docente investigador aplicando el pre test.

Sesión 12: Jugamos al pasando el puente

