



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD  
ESPECIALIDAD DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

Uso del minitramp para la perfección del brinco perpendicular, con  
pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la  
I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

**AUTOR:**

Castañeda Sanchez, Irvin Omar (orcid.org/0009-0000-6617-3535)

**ASESOR:**

Dr. Elias Arriaga, Dante Armando (orcid.org/0000-0001-5920-9608)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

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

**TRUJILLO – PERÚ**

**2024**

## **DEDICATORIA**

Al señor todo poderoso,  
por la vida, salud que me brinda día a día,  
por acompañarme en mi arduo camino  
para lograr el éxito.

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por darme la vida y la salud quien con su sabiduría infinita guía mis pasos y me da fortalezas para poder alcanzar y lograr mis metas, personales, profesionales y familiares.

A mi tía Nury, que considero como mi madre, muchas gracias por tantos consejos, por escucharme y por enseñarme a no rendirme nunca.

A mi amigo y doctor Brian Fornica, por su apoyo moral, motivación; y a esas palabras de aliento que día a día me viene brindado.



**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, ELIAS ARRIAGA DANTE ARMANDO, docente de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Trabajo Académico II titulado: "USO DEL MINITRAMP PARA LA PERFECCIÓN DEL BRINCO PERPENDICULAR, CON PEQUEÑO PELIGRO DE LISIADURA EN LOS CHICOS DEL NIVEL PRIMARIA DE LA I.E. N° 80213 SHIRACORRAL – SARIN.", cuyo autor es CASTAÑEDA SANCHEZ IRVIN OMAR, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 10%, 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 Académico II 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.

TRUJILLO, 12 de Julio del 2024

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
ELIAS ARRIAGA DANTE ARMANDO <b>DNI:</b> 18070662 <b>ORCID:</b> 0000-0001-5920-9608	Firmado electrónicamente por: DAELIASE el 12-07- 2024 20:50:42

Código documento Trilce: TRI - 0812664



**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, CASTAÑEDA SANCHEZ IRVIN OMAR estudiante de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Académico II titulado: "USO DEL MINITRAMP PARA LA PERFECCIÓN DEL BRINCO PERPENDICULAR, CON PEQUEÑO PELIGRO DE LISIADURA EN LOS CHICOS DEL NIVEL PRIMARIA DE LA I.E. N° 80213 SHIRACORRAL – SARIN.", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que el Trabajo Académico II:

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
IRVIN OMAR CASTAÑEDA SANCHEZ <b>DNI:</b> 45932300 <b>ORCID:</b> 0009-0000-6617-3535	Firmado electrónicamente por: IOCASTANEDA el 12- 07-2024 16:40:18

Código documento Trilce: TRI - 0812667

## ÍNDICE

	Pág.
CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR	v
ÍNDICE	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.2. Variables y operacionalización	11
3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis	12
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	13
3.5. Procedimientos	14
3.6. Método de análisis de datos	14
3.7. Aspectos éticos	14
IV. RESULTADOS	15
V. DISCUSIÓN	20
VI. CONCLUSIONES	22
VII. RECOMENDACIONES	23
VIII. REFERENCIAS	24
IX. ANEXOS	27

## RESUMEN

La significación de este análisis se basa en utilizar un instrumento denominado Minitramp para mejorar el brinco perpendicular en los chicos y chicas, así descartamos que con este instrumento haya una baja repercusión de golpes en su uso; y con ello también mejoramos la velocidad de carrera, fuerza. Para realizar este estudio se tomó toda la población por ser pequeña, con un total de 44 chicos y chicas del nivel primaria entre los 6 a 12 años de edad de la institución educativa N° 80213 del caserío de Shiracorral del distrito de Sarín.

Se utilizaron dos instrumentos para ambas variables. Se observa que en cuanto a la variable Minitramp que existe una relación significativa baja en cuanto al brinco perpendicular. La relación encontrada es positiva en cuanto a su correlación. El Minitramp evidenció ser un instrumento eficiente y eficaz para el aumento de la altura del brinco perpendicular en los chicos y chicas. Se deben realizar trabajos con diversas poblaciones y en mayor número (diversos grupos etáreos, entrenados, sedentarios, etc.).

**Palabras Clave:** Brinco, altura, velocidad, fuerza.

## **ABSTRACT**

The significance of this analysis is based on using an instrument called Minitramp to improve the perpendicular jump in boys and girls, thus ruling out that with this instrument there is a low impact of blows in its use; and with this we also improve running speed and strength. To carry out this study, the entire population was taken because it is small, with a total of 44 boys and girls from the primary level between 6 and 12 years of age from the educational institution No. 80213 of the Shiracorral hamlet in the Sarín district.

Two instruments were used for both variables. It is observed that as regards the Minitramp variable there is a low significant relationship in terms of the perpendicular jump. The relationship found is positive in terms of its correlation. The Minitramp proved to be an efficient and effective instrument for increasing the height of the perpendicular jump in boys and girls. Work should be carried out with diverse populations and in greater numbers (different age groups, trained, sedentary, etc.).

**Keywords:** Jump, height, speed, strength.



## I. INTRODUCCIÓN

El brinco perpendicular es una actividad corporal usada con el objetivo de valorar su energía o firmeza detonante de los músculos. Comprende en brincar lo más elevado asequible a partir de una postura en pie, llevando completamente el cuerpo a elevarse suspendiéndose en el espacio a través de la fuerza producida por las extremidades inferiores.

Sevilla – España. Una indagación en conexión a través de un ultrasonido de proporción de cuádriceps y el brinco perpendicular en chicos en tiempo colegial (Juan Giraldo, 2020) nos dice que los individuos se estiman de manera integral es decir como un todo, constituido por muchos componentes tanto corporales, sustancias, anatómicos, mentales, formativos, colectivos, místicos, efusivos y morales. Íntegramente lo cual edifica el temperamento del ser humano. De esta manera lo toma la Declaración Universal de los Derechos Humanos en su artículo 26, diciendo que “la educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana” (Naciones Unidas, 1948, p. 8). Nunca, sin embargo, ese crecimiento y formación es delicado de lograr y es el más grande de los desafíos del ser humano. Por tanto, todos esos aspectos deben ser trabajados en el aula como fin que propone la educación. En este proyecto se pretenderá profundizar en la parte física sobre el salto vertical, haciendo uso del MINITRAMP para poder mejorarlo en los estudiantes 1º del nivel primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorral, ubicada en el ande liberteño.

Según el magacín cubano de estudios Biomédicas. 2020;39(3): e645, es innegable que se halla un tipo compleción de lo cual su propagación es de mucha importancia para los investigadores, artífices o promovedores del ejercicio corporal. Por tanto, ha predispuesto particularidades corporales están enlazadas con la máxima productividad deportiva, el estudio de las peculiaridades corporales permite comprender el esqueleto del cuerpo con correspondencia a la ganancia deportiva. Para dirigir una verificación y monitoreo del entrenamiento deportivo es decisivo efectuar valoraciones físicas, de este modo se alcanzará un excelente acondicionamiento para los deportistas y perfeccionar su productividad. El brinco perpendicular es una de estas cambiantes que se tienen

que chequear entorno a la duración de algún ejercicio que demande de gran cantidad prominente de elementos como la energía explosiva de los componentes inferiores. A lo largo de muchos años se ha producido inclinación en los observadores de deportes como el básquet y/o vóley. Del mismo modo, consigue utilizarse a examinar la competencia materna de impulso de los miembros inferiores, punto que ha puesto al descubierto una firme adecuación con el porcentaje de hebras activas musculares. La eficacia activa de los músculos alargantes de la rodilla es una causa fundamental que determina la realización en las actividades de brincos. Actualmente conocemos, también, que se halla una coherencia verdadera a través del ejercicio deportivo y la intensidad del volumen del musculo esquelético. Análisis amplios previamente han vinculado el brinco erguido con la serie de masa corpórea, constitución física y nuevos criterios antropométricos, sin embargo, nadie vincula la musculatura de las extremidades menores con la productividad en el brinco perpendicular. Por lo que, en vista a ello, nace el menester de la actual investigación de utilizar una herramienta llamada Minitramp para mejorar el brinco perpendicular en los chicos de primer grado de la categoría de menores de la institución educativa N.º 80213.

Argentina, según el magacín de enseñanza corporal, Artículo publicado en el journal Revista de Educación Física, Volumen 1, Número 1 del año 2023. Logramos reflexionar que el Minitramp produce un ejercicio excéntrico de pequeño efecto. "El sistema excéntrico es una forma específica de la preparación de la fuerza dirigida al desarrollo de la fuerza explosiva muscular y de la capacidad reactiva del sistema muscular".

El Minitramp brinda, asimismo, una parte importante hacia la labor con los chicos y es el motivo y placer que acarrea su sola exposición. Wallon (1982 pág. 120) asegura que la acción es un manantial de emociones placenteras por las percepciones que ocasiona en el instrumento vestibular, fornido y estructural originando una intensidad de los ademanes con transmisión de ruidos "la euforia se origina con la simplicidad de las acciones". La comunicación con los espacios manejables genera un experimento agradable que comprende emociones en todo el cuerpo, preparando y dando mayor extensión de seguridad personal en

sus medios. Igualmente, por lo menos es necesario tomar cautela en la comunicación basada en una garantía (de la misma manera el instituto Americano de Medicina del deporte). Asistiendo a dicha eventualidad, nuestro dispositivo consigue alcanzar a los docentes una enseñanza corporal e instructores físicos, un instrumento de producción atrayente, asimismo sugiere el incremento de la parataxis, el contrapeso y el patrón de la densidad del lugar.

Ross y Hudson (1997) afirman sobre el trampolín como un instrumento operativo que se basa en perfeccionar lo superior en el brinco perpendicular y perfeccionar el método personal. E. Kiphard (1976) expone "la importancia del trampolín para reducir y eliminar las insuficiencias de coordinación e incoordinación. Nos permite lograr, dentro de un solo ejercicio cíclico, una continua alternancia entre excitación consciente, de motricidad gruesa y altamente dinámica, a cargo de la corteza cerebral y procesos direccionales inconscientes, de motricidad fina y funcionamiento reactivo y reflejo, guiados por el tallo cerebral".

Perú, en su ande liberteño gran parte de los establecimientos formativos de los grados de primaria son multigrado o unidocente; ¿qué quiere decir?, que no se cuenta con docentes completos para cada grado, mucho menos con un docente de educación física para el nivel. Razón por la cual los maestros de aula del nivel no están capacitados y especializados en los temas de enseñanza corporal, por lo que desconocen como trabajar de manera integral las condiciones motrices del niño finas y gruesas.

Un problema que observé dentro de la I.E. N.º 80213 fue que los docentes del nivel primaria en sus horas programadas para el área de educación física, hacían saltar a sus estudiantes, pero estos saltaban por saltar, sin un previo calentamiento o estiramiento; al no conocer como saltar y la forma en como caemos después del salto, nos puede ocasionar riesgos y el mayor de estos es en nuestra columna vertebral, eh ahí que nació de mi parte como futuro educador del área de educación física, mejorar el salto pero el salto vertical de los estudiantes haciendo empleo de un Minitramp como recurso, lo que traerá consigo que los estudiantes realicen el salto vertical de manera adecuada,

ganando así seguridad, confianza y mejorando su postura al momento del salto; y no solo eso, sino también ganando fuerza y masa en la motora gruesa que son las pierneras y aumentando su estatura.

Frente a esta realidad se enuncia el siguiente problema de investigación.  
¿Cómo incide Uso del Minitramp en el Brinco Perpendicular, con Pequeña Lisiadura en niños de una I.E. de La Libertad 2024?

La presente investigación se justifica en su determinación de conformidad en su posición de utilidad metodológica que consiste en probar con la ayuda de un instrumento o herramienta llamada Minitramp, también conocido como “trampolín” que se puede mejorar la calidad del brinco perpendicular de los 44 chicos del nivel primaria de la institución educativa N° 80213 del caserío de Shiracorral. Obteniendo así, mayor fuerza y resistencia en sus piernas (motora gruesa), ganando además masa muscular, todo esto en cuanto al aspecto físico; asimismo tiene una importancia psicológica al adquirir un mejor soporte emocional donde tendríamos niños más seguros e independientes; sin dejar de lado la condición social logrando así relaciones saludables con sus pares, maestros y entorno, logrando así a través del uso de esta herramienta estudiantes integrales, autónomos y preparados para la vida. También posee un beneficio metodológico porque aporta a la evaluación de las variables en estudio dada a la elaboración de instrumentos; esperando que este estudio sirva de modelo para futuras investigaciones y ayude a resolver posibles inquietudes en un futuro.

Según el Currículo Nacional, 2016 – MINEDU. Manifiesta que el chico posee diversas habilidades y que debe tener una actividad física activa y beneficiosa para su confort, conserva su corporeidad y actúe de manera respetuosa en la praxis de diversos ejercicios motores, diarios respetuosamente en la práctica de distintas actividades físicas, cotidianas o deportivas. Logrando así el chico mejorar, comprender y asumir la excelencia y limpieza de sus movimientos en un espacio y tiempo determinado, logrando comunicarse corporalmente a través de sus movimientos.

Una manifestación de la actividad física integral es por ejemplo que el estudiante o persona que tenga una actividad física activa e integral como lo señala (BIDDLE, 1993), será un estudiante o persona con buena salud mental, bajo riesgo de padecer algunos problemas de salud, físico y mentales. Así mismo el estudiante o persona se vuelve un ser más sociable y menos tímido, aprendiendo con ello a ganar y perder, volviéndose más empático y tolerante consigo mismo y con los demás.

Se presento como objetivo general del presente proyecto de investigación Demostrar el Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024. Y de manera específica: Describir, Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024; Identificar el Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024; Analizar, el Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024; Reducir, la baja amenaza de peligro al momento del brinco perpendicular con el uso del Minitramp, en los pequeños del nivel primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall, en el año 2024.

En el presente proyecto de indagación expone la conjetura universal al uso del Minitramp como medio efectivo para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall – Sarín.

Los estudiantes de Primaria de la Institución Educativa N.º 80213, Shiracorrall 2024, antes de la aplicación del Minitramp presentan bajos índices de nivel de brinco perpendicular.

Los estudiantes de Primaria de la Institución Educativa N.º 80213, Shiracorrall 2024, después de la aplicación del Minitramp presentan altos índices de haber elevado su brinco perpendicular.

## II. MARCO TEÓRICO

Internarse en la exploración de análisis a categoría universal se encontraron las contribuciones de los artífices Claudia Barros y Farías en el año 2023, con su tema era el empleo de un programa de Minitramp para la mejora de la velocidad de carrera y el salto vertical, con bajo riesgo de lesión en los niños y cuyo objetivo radica en la probabilidad de realizar proyectos en el progreso del brinco perpendicular y de la rapidez con pequeño susto y sin manifestación de golpes. Presentándose las próximas inferencias. 1. El Minitramp manifestó ser un instrumento real para el desarrollo del brinco perpendicular en los chicos y chicas de 5 y 6 años, enriqueciendo el método personal del brinco. 2. El Minitramp manifestó ser un instrumento real para el aumento de la rapidez de corrida en los chicos y chicas en edad pre escolar. 3. El trampolín es una herramienta de menor riesgo de herida por su flexibilidad de área, donde la amenaza de herida por ejecución reiterada se encuentra alejada.

En otro estudio realizado a nivel internacional se halló el aporte del autor Alejandro Pérez Castilla, Granada en el año 2020, con su tema un método de la valoración del brinco perpendicular abarrotados por tarima de potencia, la finalidad de la tesis doctoral fue fundar una serie de razones para corregir las valoraciones de los brincos perpendiculares ejecutados en una tarima de potencia. Arribando a la deducción global que el empleo de un porche regido y enfocado en una duración más mejor de la altura del brinco perpendicular, y lo contrario sería enfocar la rapidez del brinco perpendicular empleando un porche.

En España, el estudio de Juan A. Escobar Álvarez en el año 2021, con su tema empleo de la faceta potencia-rapidez para particularizar del adiestramiento en hechos antibalas, de lo cual el propósito elemental del estudio doctoral ha sido profundizar en la monitorización y utilización de la faceta potencia-rapidez perpendicular. Para el incremento en hechos antibalas como el brinco perpendicular y el sprint en distintas comunidades gimnásticas. Arribando a los siguientes resultados que el empleo y uso de

carguío para la obtención de energía es una manera eficaz de producir aceleramiento, además de distintos métodos usados en los deportistas amateur de rugby.

El Minitramp brinda, asimismo, un instrumento esencial para el uso de los chicos y chicas y es la causa de felicidad que se manifiesta con solo verlo. Wallon (1982 pag. 120) manifiesta que la actividad es un manantial de marcas atractivas por las impresiones que genera el artefacto está relacionado con el equilibrio y el control espacial, los tejidos ocasionando una excitación de las expresiones con emanación de ecos "la euforia germina con la comprensibilidad de las actividades". Se interrelacionan por medio de áreas flexibles produce la sensación de disfrute englobada las emociones en todo el ser, aumentando la seguridad en sus propias habilidades.

#### Ejercicio físico en niños

La actividad corporal es un instrumento esencial para el frecuente crecimiento del chico. La etapa de colegial ofrece la probabilidad de crear costumbres de personalidad de una existencia reluciente que prolongará en estos hasta cuando lleguen a ser mayores. Un estudiante corporalmente activo será un experimentado que tendrá el ejercicio como parte de su estilo de vida. La actividad corporal se ha transformado en un soporte primordial en la previsión y la conducción de varios cambios que dan en el proceso de configuración de subsistencia, en el que las diferentes acciones demandan de un mínimo consumo de energía. La naturaleza corporal es el primordial resaltador de la situación de bienestar en algún momento de la vida (Ortega et al., 2007).

La actividad corporal expone abundantes frutos en los chicos y chicas, sobre todo en su parte emocional, regula y controla su peso, disminuye signos de tensión sanguínea y, adiciona interés el nutrir los grados de ejercicio corporal alcanzados en el tiempo de edad mayor. (Sedentarismo, 2005).

## Entrenamiento de fuerza en el niño

El crecimiento de la energía en los tejidos es un elemento multifacético de la condición corporal que puede repercutir en la composición de variables tejidos nerviosos y biomecánicos. Tanner, comunico que el ángulo del volumen de tejido en el chico o chica sucede una vez que el ritmo de la altura se ha aumentado. Por esto, el tamaño y la gravitación física logran repercutir en la potencia, punto a una posición deportiva, como en ejercicios corporales elementales. Por lo consiguiente, el aumento de ésta ocurre 1,5 años después del ángulo de desarrollo. El presente aumento en proporción es superior en los sujetos en sus miembros inferiores que en superiores (Manno, 2008). La transformación interrumpida en la dimensión física, lo que varía las diversas secciones físicas, la armonización motriz y, por la reflexión de la variación, la estimulación emocional se atribuye menos en la adolescencia. Según Malina (1973), la energía referente a la masa física se mantiene firme hasta los 16 años, y después de esta etapa aumenta (Manno, 2008). En las chicas, este ángulo acontece muy prematuro y es de mínimo tiempo comparado con los chicos (Manno, 2008). La energía en los tejidos tiene un aumento directo hasta los 13-14 años en el que se muestra un pique en los chicos, lo que conlleva a mostrar diminutas desigualdades hasta esa edad, para que después se manifiesten cambios bien marcados en los dos tipos de géneros masculino y femenino, ya que en las chicas este aumento es recto sin diferencias imprevistas significativas hasta que se normaliza cuando llegan a los 16 años relativamente, entre tanto en los chicos se manifiesta su consolidación a los 18 años. (Manno, 2008).

## Potencia aeróbica en los niños

Según las indagaciones encontradas se demuestra una más conveniente adaptación en la competencia aeróbica sobresaliente en chicos en etapa pre-púberes en el tiempo que se les adjudica actividad aeróbica masivo, diferenciarse con la exploración de maduración anatómica (Baquet et al., 2002; Santos, Marinho, Costa, Izquierdo, & Marques, 2012), no obstante, las adecuaciones en la biotransformación de la actividad física aun no estén bien precisas (Marta, Marinho, & Marques, 2012). Algunas



averiguaciones confirman el avance en consumir el límite de éter, elevado en chicos que en chicas, interpretado por la metamorfosis en el calibre del hueco siniestro al término del latido, y un avance de la labor de los latidos del corazón en un 15% comparado con un 11% (Obert et al., 2003). Algunos han descubierto convalecencia en el uno y el otro de los sexos teniendo en cuenta las diferencias de sus géneros (Marta et al., 2012).

Conforme Cepero et al. (2011) contemplaron que el ejercicio corporal en la etapa escolar no es el adecuado y satisfactorio para mejorar la actividad corporal vinculado al bienestar (Marta et al., 2012). En vista de que el periodo de vida que transita el chico o chica es limitado en el colegio, que incumbe a medias del periodo cronológico de desvelo, es ponerse avisado, es primordial la participación que se siente en el aumento de costumbres de vida sana, esencialmente en el ejercicio corporal (Devís & Garde, 2002). Encontrarse con la prisa de aumentar la prolongación de la actividad física para progresa y así lograr mejores éxitos. Lo que nos llevaría a incentivar en el chico a que construya capacidades y rutinas para construir un bienestar saludable y mantenerse así hasta una etapa adulta (Devís & Garde, 2002). Es primordial reducir los períodos cronológicos vagos sin actividad física del día a día, acciones no escolarizadas, a límites de dos horas, produciendo adquisición en el ejercicio corporal (Duhagon et al., 2005; Strong et al., 2005). Debemos de contribuir a mejora la enseñanza - aprendizaje de la educación física con la participación de todos los estudiantes e inculcarles estos ejercicios corporales con el deporte. Es menesteroso que los chicos y chicas reconozcan sus avances, y lo lleven a mejorar sus habilidades en las que ellos destacan y en las que hay disfrute (Devís & Garde, 2002). Es primordial construir en los chicos y chicas rutinas de ejercicio corporal que será el mejor obsequio para todos sus días, por la variedad frutos que tiene este para el bienestar cuando estemos en una etapa adulta (Devís & Garde, 2002).

#### Velocidad

Rapidez en llevar a la practica el desplazamiento está en vinculado con el grado de preparación. El chico que comienza su preparación debe ejecutar el desplazamiento con una rapidez medida porque en él es preciso

que prime la formación acertada del desplazamiento. Un chico con mucho tiempo de preparación logrará ejecutar el traslado con abundante celeridad. El dominio del chico a someter rapidez extensa contempla con aumentar pautas de integrar actividades motrices y continuidad de liberar en la taxonomía nerviosa y muscular. (Lloyd et al., 2014).

### Salto de altura

El salto de altura tiene como finalidad principal los saltos lo más excelsos posibles a través de locomociones diferentes. Estas locomociones definen el método (Langlade y Langlade, 1986). En la actualidad se manifiestan muchos métodos y formas de saltar, de lo cual se designan muchas maneras de cruce de la banda (Dapena, 2002). El crecimiento se ve estimulada en distintos competentes (Bravo et, al. 2003): la innovación de la norma (hoy el brinco válido es aquel que se acrecenta en una exploración cubierta con garra), los instrumentos de contienda como (zapatillas, la zona de la cancha, y elementos del espacio de decadencia), el progreso del sistema de preparación, la ocupacionalidad de los jugadores (aumento de ejercicio), y la exploración de los factores humanos en el juego. El avance de los métodos de salto favorece la sucesión de que las marcas sean incesantes Fosbury flop.

Pero en los últimos años como que se mantuvo y no creció. De esta forma el salto, que se manifestó de forma publica en los juegos deportivos de México, creció en lo sucesivo de los años posteriores según el norteamericano Dick Fosbury y la canadiense Debbie Brill. El salto fue llevado a diferentes retos mundiales y de manera “Fosbury flop” o “Brill bend”. Llevo el sobrenombre por la eminencia de conquistar la presea dorada en los juegos deportivos de 1968 (Debbie Brill no clasifico para integrarse como miembro de la delegación de deportistas olímpicos canadiense) (Reid, 2009).

### III. METODOLOGÍA

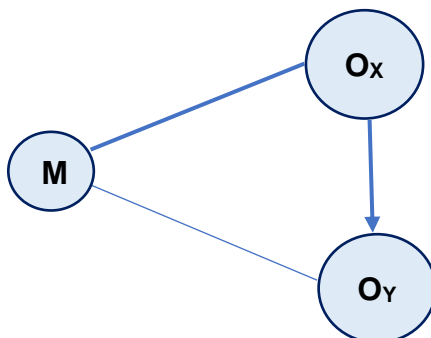
#### 3.1. Tipo y diseño de investigación:

##### 3.1.1 Tipo de investigación:

La vigente investigación es de tipo aplicada, a causa de usar el prototipo expuesto por los creadores Giraldo (2020), Barros et al., (2023) para el estudio del uso del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular en los chicos del nivel primaria.

##### 3.1.2 Diseño de investigación:

El enfoque del presente estudio es cuantitativo. La investigación tuvo un boceto no practico, de modelo cruzado que se ejecutó en un momento determinado. El ámbito del estudio fue de paralelismo de origen, según los planteamientos de (BARROS ET AL., 2023). El esquema del diseño de la presente investigación es como sigue:



Donde:

M: Chicos del nivel primaria (1 - 6).

O<sub>x</sub>: MINITRAMP

O<sub>y</sub>: BRINCO PERPENDICULAR

I: Incidencia de la variable O<sub>x</sub> sobre O<sub>y</sub>.

#### 3.2. Variables y operacionalización:

##### Minitramp

En el estudio de investigación presentada es la variable uno la que se define como el uso del Minitramp. Es un instrumento adecuado para cambiar la altitud en el brinco perpendicular y renovar el método personal. Ross y Hudson (1997). Por otro lado E. Kiphard (1976) expone "la importancia del

trampolín para reducir y eliminar las insuficiencias de coordinación e incoordinación. Nos permite lograr, dentro de un solo ejercicio cíclico, una continua alternancia entre excitación consciente, de motricidad gruesa y altamente dinámica, a cargo de la corteza cerebral y procesos direccionales inconscientes, de motricidad fina y funcionamiento reactivo y reflejo, guiados por el tallo cerebral".

### Brinco perpendicular

La variable dos se define en la mejora del brinco perpendicular en los estudiantes del nivel primaria, ganando así confianza al momento del salto, desarrollando también la potencia en las piernas y ganado masa muscular en ellas. Brincar simboliza una actividad compleja, del cual, la fuerza del sistema exterior originada por la agresividad de los pies contra la superficie es repetidamente gastado como número de la fuerza originada por los expansores de rodete (O'Brien et al., 2009).

## 3.3. Población, muestra y muestreo

### 3.3.1. Población

Esta indagación tiene como propósito preparar a la población conformada por chicos y chicas del nivel primaria de la I.E. N.º 80213 del caserío de Shiracorrall del distrito de Sarín, los cuales conformaron una población de 45 estudiantes.

### 3.3.2. Muestra

Así mismo en la presente investigación no se tomará una muestra porque se trabajará con el total de la población.

### 3.3.3. Muestreo

El muestreo utilizado es el muestreo no probabilístico de tipo aleatorio simple donde se asegura que todos los chicos que conforman la comunidad educativa del nivel primaria tienen la misma ocasión de ser incorporados en la evidencia. Esto evidencia que la posibilidad de elección de un sujeto a estudio "x" es autosuficiente de la expectativa que tienen el resto de los sujetos que integran la población. (OTZEN, T. Et. Al, 2017)

### 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### Instrumentos

En la presente investigación se utilizó como instrumento una lista de cotejo de 10 ítems, para determinar el uso del MINITRAMP en los chicos (a) del nivel primaria de la I. E. N.º 80213 del caserío de Shiracorrall 2024.

Para estudiar la variable brinco perpendicular, la investigación desarrolló la técnica de la encuesta, como instrumento el cuestionario conformado por 17 ítems.

#### Validez

La validez estuvo a cargo de tres especialistas en el área de educación y quienes evaluaron cada uno de los instrumentos, así como los enunciados de los cuestionarios utilizados.

Tabla 1  
*Listado de especialistas*

<i>Especialista</i>	<i>Especialidad</i>
<i>Mg. Sandra Norma Tejada Villacorta.</i>	<i>Educación Secundaria CC.SS. Educación Primaria.</i>
<i>Mg. Orlando Sánchez Calderon.</i>	<i>Educación Secundaria ED. FÍSICA</i>
<i>Lic. Alberto Chuana Quispe</i>	

*Nota. Mg.= Magíster, Lic.=Licenciado*

La proporción alfa fue detallada como señal empleada para calcular la certeza interior de una progresión, en otras palabras, para estimar la dimensión de las preguntas de una herramienta estén entrelazadas. Podemos decir que el alfa de Cronbach es el resultado de la conexión entre las preguntas que forman parte de una herramienta.

#### Confiabilidad

Se empleo la proporción Alfa de Cronbach para instaurar el tamaño de solidez interior, la versatilidad universal para sostener igualdad en cada herramienta usada. Dada la ejecución de los formularios ejemplar de 15 chicos (a) se alcanzó los siguientes resultados:

Tabla 2

Cifras del Alfa de Cronbach de las herramientas.

instrumento	Coeficiente	NC.
Cuestionario minitramp	,964	Excelente
Cuestionario brinco perpendicular	,847	Excelente

Nota: N.C: Nivel de consistencia.

### 3.5. Procedimiento de recolección de datos

La aplicación del estudio se dio haciendo llegar una solicitud al director de la institución educativa N.º 80213 del caserío de Shiracorral perteneciente al distrito de Sarín para poder aplicar el proyecto de investigación antes mencionado en el inicio, después del consentimiento del avance del análisis, se empleó los formularios para constituir la versatilidad de las herramientas a los chicos del sexto grado del nivel primaria. Considerando posteriormente el desarrollo de la investigación, se procedió a aplicar los instrumentos en donde se trabajó con toda la población por ser el grupo de los chicos del nivel primaria pequeño. Seguido se examinó los datos para el análisis de la solución basado en lo precedente y se describieron las recomendaciones.

### 3.6. Método de análisis de datos

Para analizar la información se utilizó el paquete office con el programa Microsoft Excel, para determinar la incidencia entre variables y dimensiones.

### 3.7. Aspectos éticos

La realización del estudio investigativo se dio en base las buenas prácticas de análisis de búsqueda referente al contexto, los procedentes y la estructura de ideas, las cuales son especificados según el artífice de la séptima emisión del año 2019 y de acuerdo a las normas APA séptima edición plasmada en su final edición. Además, los formularios de las variantes de análisis se encaminaron sin cambio de descremación para que los datos sean reales, cuya finalidad es proporcionar ayuda a nuevos estudios.

## VI. RESULTADOS

Para el tratamiento de los datos conseguidos de los formularios aprobados a los chicos del nivel primaria de la institución educativa N° 80213 del caserío de Shiracorrall del distrito de Sarín se usó el programa Excel versión 2019 con el botón de comando Megastat para encontrar la distribución y relación de las variables y sus magnitudes. Encontrado los sucesivos productos.

Objetivo específico 1: Describir su uso del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular en los pequeños de del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024.

Tabla 3

Uso del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.

Dimensión	Nivel	ni	%
Ejercicio	Si	42	95.50%
	No	2	4.50%
	Si	42	95.50%
	No	2	4.50%
	Si	42	95.50%
	N	2	4.50%

*Nota.* ni: cifra de estudiantes.

### Interpretación

Para realizar su uso del Minitramp con pequeño riesgo de lisiadura en el ejercicio físico, contemplamos que un 95.5% dimieron tener una elevada categoría “Si”, delante de un 4.5% que dejaron evidenciar una pequeña baja “No”; y de los sondeados evidenciaron tener una categoría elevada al describir el uso MINITRAMP en la actividad física, en el nivel primaria de la institución educativa N° 80213 del caserío de Shiracorrall del distrito de Sarín.

Objetivo específico 2: Identificar con el uso del Minitramp la mejora del brinco perpendicular, y baja amenaza de lesiones en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024.

Tabla 4

Uso del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.

Dimensión	Nivel	ni	%
Habilidades Motrices	Si	27	61.4
	No	17	38.6
	Si	41	93.2%
	No	3	6.8%
	Si	37	84.1 %
	No	7	15.9 %
	Si	38	86.4%
	No	6	13.6%

*Nota.* ni: Cifra de estudiantes.

#### Interpretación

Se evidencia que el brinco y altura con pequeño riesgo de lisiadura se contempló que un 81% refirieron tener una elevada categoría nivel “Si”, frente a un 19% que manifestaron una categoría baja “No”; y de los entrevistados se evidencio una categoría superior en cuanto a identificar el uso Minitramp en las actividades o ejercicios físicos, en el nivel primaria de la institución educativa N° 80213 del caserío de Shiracorrall del distrito de Sarín.



Objetivo específico 3: Analizar, el uso del Minitramp en la excelencia del brinco perpendicular en los pequeños del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024.

Tabla 5

Uso del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.

Dimensión	Nivel	ni	%
Habilidades motrices	Si	36	81.8%
	No	8	18.2%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%
	Si	36	81.8%
	No	8	18.2%
	Si	41	93.2%
	No	3	6.8%
	Si	37	84.1 %
	No	7	15.9 %
	Si	37	84.1 %
	No	7	15.9 %
	Si	28	63.3%
	No	16	36.4%
Velocidad	Si	22	50.0%
	No	22	50.0%
	Si	37	84.1 %
	No	7	15.9 %
	Si	37	84.1 %
	No	7	15.9 %
Potencia	Si	38	86.4%
	No	6	13.6%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%

*Nota.* ni: Número de estudiantes.

#### Interpretación

Se aprecia a nivel general de la tabla que el 83% de chicos del nivel primaria presentan un nivel “Si” optimo; el 17% un nivel “No” que nos indica que aconteció que los chicos exponen un rango pequeño proporcionado a la variante Brinco perpendicular con pequeño peligro de lisiadura. Asimismo en la magnitud de habilidades motrices se contempló que el 83% de los chicos evidencia un

rango de “Si”; el 17% comparece un rango “No” bajo; para la velocidad manifestaron que el 73% presentan un nivel alto, el 27% estimo un alcance “No” bajo; la potencia se contempló que el 92% de los chicos manifiesta una categoría “Si” alto, el 8% apuntaron a una categoría “No” bajo; y de los entrevistados expresaron una categoría media en analizar el uso Minitramp en el nivel primaria de la institución educativa N° 80213 del caserío de Shiracorrall del distrito de Sarín.

Objetivo específico 4: Reducir, la baja amenaza de peligro al momento del brinco perpendicular con el uso del Minitramp, en los pequeños del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024.

Tabla 6

Uso del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.

Dimensión	Nivel	ni	%
Ejercicio y Fuerza	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%
	Si	42	95.5%
	No	2	4.5%

*Nota.* ni: Cifra de estudiantes.

#### Interpretación

Se evidencia en la tabla, la ejecución del ejercicio y la fuerza en el Minitramp en la mejora del brinco perpendicular con pequeño riesgo de lisiadura se contempló que un 95.5% expresaron poseer una gran categoría “Si”, anverso a un 4.5% que reflejaron evidenciar una categoría inferior “No”; y de los entrevistados evidenciaron una categoría superior en atreverse hacer los brincos

perpendiculares usando el Minitramp sin temor a la amenaza de sufrir una lisiadura o golpe, ya que estaban acompañados del profesor de física, de aula e hizo uso de colchonetas también. Esto es el resultado de lo que manifestaron los chicos del nivel primaria de la institución educativa N° 80213 del caserío de Shiracorrall del distrito de Sarín.

Objetivo general: Demostrar el uso efectivo del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – sarín.

Tabla 7

Analisis de correlación entre el uso del Minitramp para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.

Variable	Relación	Sig.
Minitramp Brinco perpendicular	0.228	000

*Nota.* Sig: Significa. Datos recogidos en una lista de cotejo a 44 estudiantes.

#### Interpretación

Se contemplo que en cuanto a la variable Minitramp existe una relación significativa muy baja en cuanto al brinco perpendicular. La relación encontrada es positiva, considerable a que el valor del coeficiente es de 0.228 lo que demuestra que el brinco perpendicular de los chicos del nivel primaria necesita del uso del Minitramp para poder mejor y evitar lesiones de riesgo.

#### **IV. DISCUSIÓN**

Por medio de los testimonios adquiridos y los registros concluidos se nota que hay un incremento de la modificación del brinco perpendicular promedio conforme al incentivo "Minitramp". Según se manifiesta que en la población objeto de estudio en su mayoría hubo un incremento de elevación del brinco perpendicular media, esto se debe a que se usó esta herramienta reiteradas veces para que haya un aumento en el brinco perpendicular. También se manifestó un incremento en su talla referente a su tamaño en (2 cm), también en su masa muscular (900 kg), su rapidez en la corrida siendo más ágil realizando sus corridas en mínimo tiempo.

Se analizó que a medida que los chicos y chicas subían al Minitramp reiteradas veces; como que, a partir de la 3 clase, se habían producido cambios importantes en cuanto al método personal y a la efectividad del brinco perpendicular. Se observó: que los chicos y chicas ya no se ponían tensos al momento de realizar el brinco perpendicular, sino que estaban relajados y ya se ubicaban mejor en el centro del Minitramp, los chicos ya no se jorobaban y tampoco erguían las rodillas y piernas. En su mayoría los chicos y chicas a partir de la 3 sesión fueron logrando un buen dominio y equilibrio de su brinco perpendicular.

Se genero ganancias demostrables en la altura del brinco perpendicular en 42 de los 44 chicos y chicas que conformaron la población de estudio; 2 estudiantes mantuvieron su misma forma de realizar el brinco ya que por falta también de aprestamiento en sus primeros años de edad se les dificulta, así mismo uno de estos niños presenta la condición de labio leporino y tiene mucho temor para realizar el brinco por eso es que se lo acompaño en todas las sesiones, contando con el apoyo de la docente y algunos estudiantes de secundaria para que ninguno de estos pequeños sufra lesión alguna al momento de situarse sobre el Minitramp y realizar el brinco perpendicular. El resto de chicos y chicas incrementaron su brinco perpendicular (aunque sus valores fueron poco relevantes), ya que se necesita de mucho material para poder trabajar de manera adecuada el área de educación física en el nivel

primaria y eso es muy escaso en las instituciones educativas de la sierra lo que origina una brecha con las instituciones educativas de la ciudad.

Se observó en la gran mayoría de los chicos y chicas una disminución de miedo al uso del instrumento del Minitramp en relación a una modificación de opiniones originales y los conseguidos después de la ejecución del análisis del uso del Minitramp que está vinculado a su relación con brinco perpendicular.

En la población de estudio se observó que, de los 44 chicos y chicas, 42 de ellos mejoraron su velocidad en cuanto al tiempo de ejecución de su carrera, 2 mantuvieron los valores por las razones ya explicada párrafos arriba. Análogo se contempló que al tratar de aumentar su rapidez en la corrida los chicos lo hacían encorvados y eso también se mejoró con la ayuda del Minitramp.

Por medio de lo contemplado llegamos a la deducción que el programa de brincos perpendiculares en el Minitramp trabajo sobre la población objeto de estudio produciendo cambios en la duración de corrida. Cuyo producto en cuanto a la rapidez de corrida no fue una sorpresa.

En repercusión del brinco perpendicular como la rapidez reflexionamos que lo ocurrido acata a aun progreso por el Minitramp, en nexos 1) el aumento de la potencia en los tejidos de masa. 2) en el suceso del brinco perpendicular, tenemos la obligación de reflexionar sobre el avance en la armonización del desplazamiento (progreso del método personal). La ganancia en las categorías de potencia en los chicos y chicas se obtiene a través de su ejercicio físico ya que sus tejidos y músculos están siendo entrenados.

## **V. CONCLUSIONES**

El Minitramp evidencio ser un instrumento eficiente y eficaz para el aumento de la altura del brinco perpendicular en los chicos y chicas de la población objeto de estudio, mejorando la técnica individual del brinco perpendicular en cada uno de ellos de manera autónoma.

El Minitramp argumento ser una herramienta eficaz para el incremento de la rapidez de corrida en los chicos y chicas del nivel primaria, provechoso posiblemente al aumento de la potencia de los tejidos expansores de las piernas.

El Minitramp es una pieza invulnerable de colisión conveniente a su flexibilidad con el suelo, por lo que peligro de herida por actividad reiterada se halla lejano; además como forma de prevención se contó con colchonetas para el momento de la salida haciendo el brinco fuera del Minitramp.

## **VI. RECOMENDACIONES**

### Desafíos para futuras investigaciones

Se deben realizar trabajos con diversas poblaciones y en mayor número (diversos grupos etáreos, entrenados, sedentarios, etc.).

Se deberían estudiar programas de entrenamiento adecuados a diversas poblaciones. Deberíamos estudiar los programas de entrenamiento en relación a las distintas superficies. Deberíamos realizar trabajos equivalentes con instrumentos de medición de mayor precisión.

Se debe de ayudar a contribuir en el cierre de la brecha entre lo rural y la ciudad, se pide más compromiso por parte de los docentes del nivel primaria en capacitarse en el área de educación física, para poder atender las necesidades de equilibrio, coordinación y así motivar a los chicos a ser elegir un deporte y practicarlo de manera adecuada incluso a ser deportistas con lo que se contribuiría a la mejora de los mismos; y no solo basarse en sacarlos del aula y hacerlos q pateen un balón por patear.

## REFERENCIAS

Acevedo-Mindiola AA, Bustos-Viviescas BJ. Correlación entre la flexibilidad de la musculatura isquiosural con la altura del salto vertical en jugadores de balonmano selección del departamento Norte de Santander. *EDU-FÍSICA: Revista de Ciencias Aplicadas al Deporte*. 2017 [acceso:21/01/2020];9(20):109-20. Disponible en:<http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/1198/957>

Barros Claudia A. y Farías Eduardo H. (2023) Use of a Minitramp Program to Improve Running Speed and Vertical Jump, with Low Risk Of Injury in Children, *Revista de Educación Física*, Volumen 1, Número 1.<https://g-se.com/empleo-de-un-programa-de-minitramp-para-la-mejora-de-la-velocidad-de-carrera-y-el-salto-vertical-con-bajo-riesgo-de-lesion-en-ninos-538-sa-E57cfb271569c9>

Bermudez, C. y Saenz, P. (2019). Emociones en Educación Física. Una revisión bibliográfica (2015-2017). *Retos*, (36), 597-603.

Cadet Ochoa J. Relación entre el despegue del salto vertical con carrera y la fuerza máxima en cuclilla [sic.] profunda o sentadilla en seis atletas del equipo de voleibol femenino de la Universidad de Ciencias Informáticas, UCI. *Revista Digital EFDeportes*. 2009 [acceso: 21/01/2020];14(137). Disponible en:<http://www.efdeportes.com/efd137/despeque-del-saltovertical-en-voleibol-femenino.htm>

Dalui R, et. Al. Relationship of vertical jump test with anthropometric parameters and body composition in university students - a gender variation. *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*. 2014 [acceso: 22/01/2020];5(1):83-90. Disponible en:<http://agro.icm.edu.pl/agro/element/bwmeta1.element.agro-7a4c4692-a411-45a1-972c1dfae74026e3;jsessionid=9E192E831D68A9D90238E717D404955>



- Escobar-Álvarez JA, Fuentes-García JP, Viana-da-Conceição FA, Jiménez-Reyes P. Association between vertical and horizontal force velocity-power profiles in netball players. *J Hum Sport Exerc.* 2020;17(1):1-10. doi:10.14198/jhse.2022.171.09
- Esper A. Fuerza muscular, composición corporal y saltabilidad. *Revista Digital EFDeportes.* 2005 [acceso: 21/01/2020]; 10(88). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd88/fuerza.htm>
- Fernández-García, L. y Fernández-Río, J. (2019). Proyecto Wonderwall: identificación y manejo de emociones en la Educación Física de Educación Primaria. *Retos*, 35, 381-386.
- García, J., Valero, A. y Belando, N. (2019). Relación de la psicología positiva y la inteligencia emocional con la educación física. *Revista Digital de Educación Física*, (60), 8-21.
- Jaric S. Force-velocity Relationship of Muscles Performing Multi-joint Maximum Performance Tasks. *Int J Sports Med.* 2015. doi:10.1055/s-0035-1547283
- Jiménez Reyes, et. Al. Optimized training for jumping performance using the force-velocity imbalance: Individual adaptation kinetics. Boullosa D, ed. *PLoS One.* 2019;14(5): e0216681. doi:10.1371/journal.pone.0216681
- Jiménez Reyes, et al. Seasonal Changes in the Sprint Acceleration Force-Velocity Profile of Elite Male Soccer Players. *J Strength Cond Res.* 2020. doi:10.1519/jsc.0000000000003513
- Lara, A. (2008). *Biomecánica de la arquitectura muscular y potencia mecánica de salto en jóvenes.* Sevilla: Wanceulen SL.

- Lahti J, et al. Individual Sprint Force-Velocity Profile Adaptations to In-Season Assisted and Resisted Velocity-Based Training in Professional Rugby. *Sports*. 2020. doi:10.3390/sports8050074
- Malaisi, L. (2020). Ley de educación emocional y día de la educación emocional. *Educación y Orientación. La revista de COPOE*, (12), 42-43.
- Mendiguchia J, et al. Field monitoring of sprinting power– force–velocity profile before, during and after hamstring injury: two case reports. *J Sports Sci*. 2016. doi:10.1080/02640414.2015.1122207
- Ministerio de educación, 2016. Diseño curricular nacional. RESOLUCIÓN MINISTERIAL N° 281-2016-MINEDU.
- Sáez de Villarreal, E. Variables determinantes en el salto vertical. *Revista Digital EFDeportes*. 2004 [acceso: 21/01/2020];(70). Disponible en: <https://www.efdeportes.com/efd70/salto.htm>
- Yamauchi J, Ishii N. Relations between force-velocity characteristics of the knee-hip extension movement and vertical jump performance. *J Strength Cond Res*. 2007. doi:10.1519/R-20516.1
- WHO. (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. Retrieved February 17, 2019, from [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977\\_spa.pdf;jsessionid=C2E26978FA3D634D3BB1D3B527785028?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf;jsessionid=C2E26978FA3D634D3BB1D3B527785028?sequence=1)

## ANEXO 1: MATRICES DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

**TÍTULO: Uso del Minitramp para la Perfección del Brinco Perpendicular, con Pequeño Peligro de Lisiadura en los Chicos del Nivel Primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorral – Sarín**

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE MINITRAMP	Ross y Hudson (1997) sostienen que el <i>Minitramp</i> es un aparato efectivo para mejorar la altura en el salto vertical y mejorar la técnica individual. Por su parte E. Kiphard (1976) plantea "la importancia del trampolín para reducir y eliminar las insuficiencias de coordinación e incoordinación. Nos permite lograr, dentro de un solo ejercicio cíclico, una continua alternancia entre excitación consciente, de motricidad gruesa y altamente dinámica, a cargo de la corteza cerebral y procesos direccionales inconscientes, de motricidad fina y funcionamiento reactivo y reflejo, guiados por el tallo cerebral".	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ La información la voy a recolectar con una <i>lista de cotejo</i>, con un número de preguntas de 10 de respuestas concretas (SI/NO).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ejercicio</li> <li>✓ Fuerza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Físico</li> <li>✓ Coordinación</li> <li>✓ Aeróbica</li> </ul>	ORDINAL SI - NO
VARIABLE BRINCO PERPENDICULAR	<i>Saltar</i> representa un movimiento multi-articular complejo, del cual, la potencia mecánica externa producida como el empuje de los pies contra el suelo es frecuentemente usada como medida de la potencia producida por los extensores de rodilla (O'Brien et al., 2009).	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Para obtener la información se trabajará con el <i>Cuestionario de 15 ítems</i> de respuestas (SI/NO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Motricidad</li> <li>✓ Brinco y Altura</li> <li>✓ Velocidad</li> <li>✓ Potencia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Habilidades motrices básicas</li> <li>✓ Brinco perpendicular en los chicos.</li> <li>✓ Altura en los chicos.</li> <li>✓ Resistencia en los chicos</li> </ul>	ORDINAL

## ANEXO 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA

<b>TÍTULO:</b> Uso del Minitramp para la Perfección del Brinco Perpendicular, con Pequeño Peligro de Lisiadura en los Chicos del Nivel Primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.											
<b>AUTOR:</b> Dr. Dante Armando Elías											
<b>Problema</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>VARIABLE E INDICADORES</b>								
			<b>VARIABLE 1: Minitramp</b>								
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Metodología</b>					
<p><b>General</b> ¿Cómo incide el Uso del Minitramp en el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024?</p> <p><b>Específicos</b> ¿Cuál es el nivel de estímulo al usar Minitramp en el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024?</p> <p>¿Cómo utilizar el Minitramp en el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de mejora del brinco perpendicular con la ayuda de la herramienta Minitramp en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º</p>	<p><b>General</b> Demostrar el Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024?</p> <p><b>Objetivo Específicos:</b> Describir, Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024.</p> <p>Identificar el Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024.</p> <p>Analizar, el Uso del Minitramp, para mejorar el Brinco Perpendicular, con Pequeño riesgo de Lisiadura en los chicos</p>	<p>Uso del Minitramp como medio efectivo para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.</p> <p>La aplicación del Minitramp como medio efectivo se relacionó en la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – Sarín.</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%; text-align: center; vertical-align: middle;">Fuerza</td> <td style="padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) deben realizar sentadillas con un balón en los brazos extendido durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar abdominales acostado en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.</li> </ul> </td> <td style="width: 10%; text-align: center; vertical-align: middle;">6 y 7</td> <td rowspan="2" style="width: 15%; text-align: center; vertical-align: middle;"> <p>Método: Científico: inducción - deducción</p> <p>Tipo: Aplicada</p> <p>Nivel: Explicativa: causa – efecto</p> <p>Diseño: Correlacional</p> <p>Técnicas: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Lista de cotejo</p> </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">Ejercicio</td> <td style="padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) reconoce el MINITRAMP (salta salta o trampolín) como instrumento para realizar ejercicios.</li> <li>- El chico (a) realizó alguna vez saltos en un MINITRAMP (salta salta o trampolín)</li> <li>- El chico (a) debe realizar elevaciones de punta y talón en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.</li> <li>- El chico (a) debe trotar sobre sí, durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar ejercicios de tijeras doble con sus piernas durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar saltos cortos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar saltos largos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) realiza los saltos de manera perpendicular en el MINITRAMP.</li> </ul> </td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">1, 2, 3, 4, 5, 8, 9 y 10</td> </tr> </table>	Fuerza	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) deben realizar sentadillas con un balón en los brazos extendido durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar abdominales acostado en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.</li> </ul>	6 y 7	<p>Método: Científico: inducción - deducción</p> <p>Tipo: Aplicada</p> <p>Nivel: Explicativa: causa – efecto</p> <p>Diseño: Correlacional</p> <p>Técnicas: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Lista de cotejo</p>	Ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) reconoce el MINITRAMP (salta salta o trampolín) como instrumento para realizar ejercicios.</li> <li>- El chico (a) realizó alguna vez saltos en un MINITRAMP (salta salta o trampolín)</li> <li>- El chico (a) debe realizar elevaciones de punta y talón en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.</li> <li>- El chico (a) debe trotar sobre sí, durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar ejercicios de tijeras doble con sus piernas durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar saltos cortos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar saltos largos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) realiza los saltos de manera perpendicular en el MINITRAMP.</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 8, 9 y 10	<b>VARIABLE 2: Brinco perpendicular</b>
Fuerza	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) deben realizar sentadillas con un balón en los brazos extendido durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar abdominales acostado en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.</li> </ul>	6 y 7	<p>Método: Científico: inducción - deducción</p> <p>Tipo: Aplicada</p> <p>Nivel: Explicativa: causa – efecto</p> <p>Diseño: Correlacional</p> <p>Técnicas: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Lista de cotejo</p>								
Ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) reconoce el MINITRAMP (salta salta o trampolín) como instrumento para realizar ejercicios.</li> <li>- El chico (a) realizó alguna vez saltos en un MINITRAMP (salta salta o trampolín)</li> <li>- El chico (a) debe realizar elevaciones de punta y talón en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.</li> <li>- El chico (a) debe trotar sobre sí, durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar ejercicios de tijeras doble con sus piernas durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar saltos cortos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) deben realizar saltos largos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) realiza los saltos de manera perpendicular en el MINITRAMP.</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 8, 9 y 10									

<p>80213 Shiracorrall - Sarín 2024?</p>	<p>del Nivel Primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall - Sarín 2024. Reducir, la baja amenaza de peligro al momento del brinco perpendicular con el uso del Minitramp, en los pequeños del nivel primaria de la I.E. N.º 80213 Shiracorrall, en el año 2024.</p>		<p>Habilidades motrices</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Has hecho alguna actividad física en los últimos 7 días (última semana)?</li> <li>- Saltar la cuerda. Si tu respuesta es sí: ¿Cuántas veces las has hecho?</li> <li>- Caminar (como ejercicio) ¿Cuántas veces las has hecho?</li> <li>- Fútbol ¿Cuántas veces las has hecho?</li> <li>- Voleibol ¿Cuántas veces las has hecho?</li> <li>- Bailar ¿Cuántas veces las has hecho?</li> <li>- Otros:</li> </ul>	<p>1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7</p>	
			<p>Velocidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) corre 20 mts, en posición de un pie adelante del otro y pisando la línea de partida antes de la salida.</li> <li>- El chico (a) reacciona ante el silbato de partida del entrenador o profesor de física y se desplaza dosificando su velocidad.</li> <li>- El chico (a) corre los 20 mts y ¿Cuántas veces? Vuelve a repetir la prueba.</li> </ul>	<p>8, 9 y 10</p>	
			<p>Brinco y altura,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se mide la estatura del chico (a) en la pared con ayuda de un centímetro, marcando su tamaño con un pedazo de cinta masking.</li> <li>- Se mide la altura del chico (a) en la pared con los brazos en alto con ayuda de un centímetro, marcando su tamaño con un pedazo de cinta masking de color.</li> <li>- Se le pide al chico (a) que realice brincos con una mano arriba y trate de saltar lo más alto posible. ¿Cuántas veces? Vuelve a repetir la prueba.</li> <li>- Se tomarán las mejores 3 marcas teniendo en cuenta la cantidad de brincos que realice, y para motivarlos se colocará un globo a una altura de 2.30m para buscar que salten lo más alto posible y con el menor desplazamiento hacia el frente.</li> </ul>	<p>11, 12, 13 y 14</p>	
			<p>Potencia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El chico (a) obtiene mejor resistencia en su brinco durante el uso del MINITRAMP.</li> <li>- El chico (a) obtiene mejor resistencia en su velocidad en la carrera de 20 mts.</li> <li>- El chico (a) obtiene mayor masa muscular en sus piernas usando el MINITRAMP.</li> </ul>	<p>15, 16 y 17</p>	


## ANEXO 3: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### FICHA DE OPINIÓN DE EXPERTO

#### I. DATOS GENERALES

- a. **APELLIDOS Y NOMBRES DEL INVESTIGADOR:** Irvin Omar Castañeda Sánchez.
- b. **PROGRAMA DE ESTUDIOS:** Segunda Especialidad En Educación Física y Deporte.
- c. **NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Lista de cotejo
- d. **TÍTULO:** USO DEL MINITRAMP PARA LA PERFECCIÓN DEL BRINCO PERPENDICULAR, CON PEQUEÑO PELIGRO DE LISIADURA EN LOS CHICOS DEL NIVEL PRIMARIA DE LA I.E. N° 80213 SHIRACORRAL – SARIN.

#### II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

 <p>UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO</p>		<b>USO DEL MINITRAMP PARA LA PERFECCIÓN DEL BRINCO PERPENDICULAR, CON PEQUEÑO PELIGRO DE LISIADURA EN LOS CHICOS DEL NIVEL PRIMARIA DE LA I.E. N° 80213 SHIRACORRAL, SARIN – 2024.</b>	
<b>OBJETIVO GENERAL:</b> Demostrar el uso efectivo del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – sarín 2024.		<b>OBJETIVO ESPECÍFICO:</b> Describir, el uso del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular en los pequeños de del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024.	<b>VARIABLE</b> USO DEL MINITRAMP
		<b>DIMENSIONES:</b> Fuerza, Ejercicio.	
N.º	ITEMS	SI	NO
1.	El chico (a) reconoce el MINITRAMP (salta salta o trampolín) como instrumento para realizar ejercicios.		
2	El chico (a) realizó alguna vez saltos en un MINITRAMP (salta salta o trampolín)		
3	El chico (a) debe realizar elevaciones de punta y talón en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.		
4	El chico (a) debe trotar sobre sí, durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.		
5	El chico (a) deben realizar ejercicios de tijeras doble con sus piernas durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.		
6	El chico (a) deben realizar sentadillas con un balón en los brazos extendido durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.		
7	El chico (a) deben realizar abdominales acostado en el MINITRAMP durante un minuto con una pausa de descanso.		
8	El chico (a) deben realizar saltos cortos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.		
9	El chico (a) deben realizar saltos largos durante un minuto con una pausa de descanso en el MINITRAMP.		
10	El chico (a) realiza los saltos de manera perpendicular en el MINITRAMP.		

**PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

¿Cómo incide el uso del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorral, en el año 2024?

**OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN**

Demostrar el uso efectivo del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorral – sarín 2024.

**OBJETIVOS ESPECÍFICO DE LA INVESTIGACIÓN RELACIONADA**

Describir, el uso del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular en los pequeños de del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorral, en el año 2024.

**CON EL INSTRUMENTO.**

**Analizar**, el uso del MINITRAMP en la excelencia del brinco perpendicular en los pequeños del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorral, en el año 2024.

**VARIABLE DE ESTUDIO RELACIONADA CON EL INSTRUMENTO**

BRINCO PERPENDICULAR

**DIMENSION(ES) DE LA VARIABLE DE ESTUDIO RELACIONADAS CON EL INSTRUMENTO**

- ✓ Ejercicio
- ✓ Fuerza

**INDICADOR(ES) DE LA VARIABLE DE ESTUDIO RELACIONADAS CON EL INSTRUMENTO**

- ✓ Físico
- ✓ Coordinación
- ✓ Aeróbica

## EVALUACIÓN DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR EXPERTO O ESPECIALISTA

De acuerdo con los ítems antes mencionados, se les solicita en base a su experiencia y/o especialidad inferir lo siguiente. ¿Encuentra usted?

¿Relación del instrumento con la pregunta de investigación?		¿Relación del instrumento con el objetivo general y el objetivo específico?		¿Relación del problema con las variables y el instrumento?	
SI	NO	SI	NO	SI	NO

### VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO

CONFORMIDAD		PRECISIÓN		TRASCENDENCIA	
SI	NO	SI	NO	SI	NO

**Observaciones:**

---

---

---

**Opinión de aplicabilidad:** Aplicable ( )    Aplicable después de corregir ( )    No aplicable ( )

**Apellidos y nombres del evaluador:**

**Grado académico del evaluador:**

**Conformidad:** Si el ítem pertenece a la dimensión.

**Precisión:** Se entiende sin dificultad el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Trascendencia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del contenido.



**ANEXO 4: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**  
**FICHA DE OPINIÓN DE EXPERTO**

**III. DATOS GENERALES**


**A. PELLIDOS Y NOMBRES DEL INVESTIGADOR:** Irvin Omar Castañeda Sánchez.

**B. PROGRAMA DE ESTUDIOS:** Segunda Especialidad En Educación Física y Deporte.

**C. NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario.

**D. TÍTULO:** USO DEL MINITRAMP PARA LA PERFECCIÓN DEL BRINCO PERPENDICULAR, CON PEQUEÑO PELIGRO DE LISIADURA EN LOS CHICOS DEL NIVEL PRIMARIA DE LA I.E. N° 80213 SHIRACORRAL – SARIN.

**E. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:**

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO		<b>USO DEL MINITRAMP PARA LA PERFECCIÓN DEL BRINCO PERPENDICULAR, CON PEQUEÑO PELIGRO DE LISIADURA EN LOS CHICOS DEL NIVEL PRIMARIA DE LA I.E. N° 80213 SHIRACORRAL, SARIN - 2024.</b>	
<b>OBJETIVO GENERAL:</b> Demostrar el uso efectivo del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – sarín 2024.		<b>OBJETIVO ESPECÍFICO:</b> Analizar, el uso del MINITRAMP en la excelencia del brinco perpendicular en los pequeños del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024.	
		<b>VARIABLE</b> BRINCO PERPENDICULAR	
		<b>DIMENSIONES:</b> HABILIDADES MOTRICES, VELOCIDAD BRINCO Y ALTURA, POTENCIA.	
<b>HABILIDADES MOTRICES</b>			
N°	ITEMS	SI	NO
		1	0
1	¿Has hecho alguna actividad física en los últimos 7 días (última semana)?		
2	Saltar la cuerda. Si tu respuesta es sí: ¿Cuántas veces las has hecho?		
3	Caminar (como ejercicio) ¿Cuántas veces las has hecho?		
4	Fútbol ¿Cuántas veces las has hecho?		
5	Voleibol ¿Cuántas veces las has hecho?		
6	Bailar ¿Cuántas veces las has hecho?		
7	Otros:		

VELOCIDAD			
N°	ITEMS	SI	NO
		1	0
8	El chico (a) corre 20 mts, en posición de un pie adelante del otro y pisando la línea de partida antes de la salida.		
9	El chico (a) reacciona ante el silbato de partida del entrenador o profesor de física y se desplaza dosificando su velocidad.		
10	El chico (a) corre los 20 mts y ¿Cuántas veces? Vuelve a repetir la prueba.		
BRINCO Y ALTURA			
N.º	ITEMS	SI	NO
		1	0
11	Se mide la estatura del chico (a) en la pared con ayuda de un centímetro, marcando su tamaño con un pedazo de cinta masking.		
12	Se mide la altura del chico (a) en la pared con los brazos en alto con ayuda de un centímetro, marcando su tamaño con un pedazo de cinta masking de color.		
13	Se le pide al chico (a) que realice brincos con una mano arriba y trate de saltar lo más alto posible. ¿Cuántas veces? Vuelve a repetir la prueba.		
14	Se tomarán las mejores 3 marcas teniendo en cuenta la cantidad de brincos que realice, y para motivarlos se colocará un globo a una altura de 2.30m para buscar que salten lo más alto posible y con el menor desplazamiento hacia el frente.		
POTENCIA			
N.º	ITEMS	SI	NO
		1	0
15	El chico (a) obtiene mejor resistencia en su brinco durante el uso del MINITRAMP.		
16	El chico (a) obtiene mejor resistencia en su velocidad en la carrera de 20 mts.		
17	El chico (a) obtiene mayor masa muscular en sus piernas usando el MINITRAMP.		

#### PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo incide el uso del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024?

#### OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN

Demostrar el uso efectivo del MINITRAMP para la perfección del brinco perpendicular, con pequeño peligro de lisiadura en los chicos del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall – sarín 2024.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICO DE LA INVESTIGACIÓN RELACIONADA CON EL INSTRUMENTO.

**Analizar**, el uso del MINITRAMP en la excelencia del brinco perpendicular en los pequeños del nivel primaria de la I.E. N° 80213 Shiracorrall, en el año 2024.

#### VARIABLE DE ESTUDIO RELACIONADA CON EL INSTRUMENTO BRINCO PERPENDICULAR

#### DIMENSION(ES) DE LA VARIABLE DE ESTUDIO RELACIONADAS CON EL INSTRUMENTO

- ✓ Motricidad
- ✓ Brinco y Altura
- ✓ Velocidad
- ✓ Potencia

#### INDICADOR(ES) DE LA VARIABLE DE ESTUDIO RELACIONADAS CON EL INSTRUMENTO

- ✓ Habilidades motrices básicas
- ✓ Brinco perpendicular en los chicos.
- ✓ Altura en los chicos.
- ✓ Resistencia en los chicos

**EVALUACIÓN DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR EXPERTO O ESPECIALISTA**

De acuerdo con los ítems antes mencionados, se les solicita en base a su experiencia y/o especialidad inferir lo siguiente. ¿Encuentra usted?

¿Relación del instrumento con la pregunta de investigación?		¿Relación del instrumento con el objetivo general y el objetivo específico?		¿Relación del problema con las variables y el instrumento?	
SI	NO	SI	NO	SI	NO

**VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO**

CONFORMIDAD		PRECISIÓN		TRASCENDENCIA	
SI	NO	SI	NO	SI	NO

**Observaciones:**

---

---

---

**Opinión de aplicabilidad:** Aplicable ( )    Aplicable después de corregir ( )    No aplicable ( )

**Apellidos y nombres del evaluador:**

**Grado académico del evaluador:**

**Conformidad:** Si el ítem pertenece a la dimensión.

**Precisión:** Se entiende sin dificultad el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Trascendencia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del contenido.

### EVALUACIÓN DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR EXPERTO O ESPECIALISTA

De acuerdo con los ítems antes mencionados, se les solicita en base a su experiencia y/o especialidad inferir lo siguiente. ¿Encuentra usted?

¿Relación del instrumento con la pregunta de investigación?		¿Relación del instrumento con el objetivo general y el objetivo específico?		¿Relación del problema con las variables y el instrumento?	
SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO

### VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO

CONFORMIDAD		PRECISIÓN		TRASCENDENCIA	
SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO

Observaciones:

---



---



---

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Apellidos y nombres del evaluador: *Sánchez Calderón, Orlando*

Grado académico del evaluador: *Maestro en Gestión Pública*



Conformidad: Si el ítem pertenece a la dimensión.

Precisión: Se entiende sin dificultad el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Trascendencia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del contenido.

### EVALUACIÓN DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR EXPERTO O ESPECIALISTA

De acuerdo con los ítems antes mencionados, se les solicita en base a su experiencia y/o especialidad inferir lo siguiente. ¿Encuentra usted?

¿Relación del instrumento con la pregunta de investigación?		¿Relación del instrumento con el objetivo general y el objetivo específico?		¿Relación del problema con las variables y el instrumento?	
SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO

### VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO

CONFORMIDAD		PRECISIÓN		TRASCENDENCIA	
SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO

Observaciones:

---



---



---

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Apellidos y nombres del evaluador: TEJADA VILLACORTA, SANDRA NORMA

Grado académico del evaluador: Maestra en Administración de la Educación

Conformidad: Si el ítem pertenece a la dimensión.

Precisión: Se entiende sin dificultad el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Trascendencia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del contenido.

### EVALUACIÓN DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR EXPERTO O ESPECIALISTA

De acuerdo con los ítems antes mencionados, se les solicita en base a su experiencia y/o especialidad inferir lo siguiente. ¿Encuentra usted?

¿Relación del instrumento con la pregunta de investigación?		¿Relación del instrumento con el objetivo general y el objetivo específico?		¿Relación del problema con las variables y el instrumento?	
<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO

### VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO

CONFORMIDAD		PRECISIÓN		TRASCENDENCIA	
<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO

Observaciones:

---



---

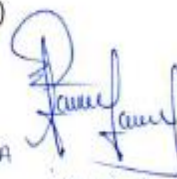


---

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

Apellidos y nombres del evaluador: CAHUANA QUISPE ALBERTO

Grado académico del evaluador: LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA



094592

Conformidad: Si el ítem pertenece a la dimensión.

Precisión: Se entiende sin dificultad el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Trascendencia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del contenido.

**UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

**TRABAJO ACADÉMICO**

**USO DEL MINITRAMP PARA LA PERFECCIÓN DEL BRINCO PERPENDICULAR, CON PEQUEÑO PELIGRO DE LISIADURA EN LOS CHICOS DEL NIVEL PRIMARIA DE LA I.E. N° 80213 SHIRACORRAL – SARIN.**

**AUTOR:**  
IRVIN OMAR CASTAÑEDA SÁNCHEZ  
([orcid.org/0009-0000-6617-3535](https://orcid.org/0009-0000-6617-3535))

**ASESOR:**  
<sup>2</sup> Dr. DANTE ARMANDO ELÍAS  
([orcid.org/0000-0001-5920-9608](https://orcid.org/0000-0001-5920-9608))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**  
Educación y Calidad Educativa

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**  
Educación integral del infante, niño y adolescente

**OBJETIVO DE DESARROLLO SOSTENIBLE**  
Educación de calidad

**TRUJILLO – PERÚ**  
2024

Resumen de coincidencias

10 %

Se están viendo fuentes estándar

EN Ver fuentes en inglés

Coincidencias		
1	g-se.com Fuente de Internet	4 % >
2	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	2 % >
3	f953a99d-b5f0-472e-b... Fuente de Internet	1 % >
4	www.coursehero.com Fuente de Internet	1 % >
5	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	1 % >
6	cdn.www.gob.pe Fuente de Internet	<1 % >
7	issuu.com Fuente de Internet	<1 % >
8	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 % >
9	doaj.org Fuente de Internet	<1 % >
10	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1 % >
11	estrecho.indymedia.org Fuente de Internet	<1 % >