



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE DOCTORADO EN ADMINISTRACIÓN DE LA
EDUCACIÓN

Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la
corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-
Tarapoto, 2019

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Doctor en Administración de la Educación

AUTOR:

Mag. Esquén Perales, Edgard Martín (ORCID: 0000-0002-8918-8219)

ASESOR:

Dra. Contreras Julián, Rosa Mabel (ORCID:0000-0002-0196-1351)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Gestión y Calidad Educativa

TARAPOTO – PERÚ

2020

Dedicatoria

A Dios, a mis padres: Mateo y Alejandrina quienes desde el cielo son la luz que guía mi camino.

A Carmen Valdivia Guevara, mi esposa, compañera y amiga por brindarme su esfuerzo y sacrificio en todo este proceso.

A mis hijos Martin y Dayarana quienes me impulsaron a lograr mi meta.

Edgard.

Agradecimiento

A mis profesores por su dedicada orientación durante todo el proceso, a la escuela de post grado de la Universidad César Vallejo.

Al Mag. Carlos Alberto Flores Cruz por sus enseñanzas y apoyo para lograr culminar el presente trabajo de grado.

El autor

Página del jurado

Declaratoria de autenticidad

Declaratoria de autenticidad

Yo, Edgard Martín Esquén Perales, estudiante de la Unidad de Posgrado del programa de Doctorado en Administración de la Educación de la Universidad César Vallejo, filial Tarapoto; presento mi trabajo académico titulado: *Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019*, en 122 folios para la obtención del grado académico de Doctor en Administración de la Educación, es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

- He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
- No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
- Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
- Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
- De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Tarapoto, 10 de diciembre de 2019.



Edgard Martín Esquén Perales
DNI N° 16626554

Índice

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Página del jurado.....	iv
Declaratoria de autenticidad.....	v
Índice.....	vi
Índice de tablas	vii
Índice de figuras.....	viii
Resumen.....	ix
Abstract.....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MÉTODO.....	23
2.1 Tipo y diseño de investigación.....	23
2.2 Operacionalización de variables.....	24
2.3 Población, muestra y muestreo (incluir criterios de selección)	24
2.4 Técnica e instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	26
2.5 Procedimientos.....	30
2.6 Métodos de análisis de datos.....	30
2.7 Aspectos éticos	31
III. RESULTADOS.....	32
IV. DISCUSIÓN	43
V. CONCLUSIONES.....	45
VI. RECOMENDACIONES.....	46
VII. PROPUESTA	47
REFERENCIAS	71
ANEXOS.....	76

Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de variables.....	24
Tabla 2 Población.....	25
Tabla 3 Muestra.....	25
Tabla 4 Conversión de puntajes del cuestionario de formación de la corporeidad.....	27
Tabla 5 Conversión de puntajes del cuestionario de la propuesta actividad físico deportiva.....	27
Tabla 6 Validez de instrumentos por expertos.....	28
Tabla 7. Estado actual de la formación de la corporeidad.....	32
Tabla 8. Estado de la conciencia	33
Tabla 9. Estado del desarrollo personal.....	34
Tabla 10. Estado del desarrollo social.....	35
Tabla 11. Estado del placer y alegría en el aprendizaje.....	36
Tabla 12. Estado de la significatividad	37
Tabla 13. Característica de la propuesta de actividad físico deportiva.....	38
Tabla 14. Expresión corporal.....	39
Tabla 15. Vida saludable.....	40
Tabla 16. Deporte formativo.....	41
Tabla 17 Validez de la propuesta.....	42

Índice de figuras

Figura 1. Estado actual de la Formación de la corporeidad.....	32
Figura 2. Estado de la conciencia	33
Figura 3. Estado del desarrollo personal.....	34
Figura 4. Estado del desarrollo social.....	35
Figura 5. Estado del placer y alegría en el aprendizaje.....	36
Figura 6. Estado de la significatividad	37
Figura 7. Característica de la propuesta de actividad físico deportiva.....	38
Figura 8. Expresión corporal.....	39
Figura 9. Vida saludable.....	40
Figura 10. Deporte formativo.....	41

RESUMEN

La investigación se realizó con el objetivo de elaborar una propuesta de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019, el estudio se basa en el enfoque sistémico de Castañer, M. y Camerino, O. (2012) para estudiar la motricidad actual que analiza la formación de corporeidad. En el método se utilizó el diseño descriptivo propositivo porque se elaboró una propuesta de un programa de actividades físico deportivas, el tipo de investigación fue no experimental, la población estuvo constituida por 388 estudiantes de la Facultad de Educación y Humanidades Rioja y la muestra, por 193 estudiantes de la Facultad de Educación y Humanidades Rioja, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento fue el cuestionario denominado: cuestionario sobre las actividades físicas deportiva conformado por 24 ítems y el desarrollo de la corporeidad por 20 ítems. Las conclusiones del estudio fueron que la formación de la corporeidad en los estudiantes de educación en un 65.28% se encontraron en un nivel bajo y el 34.72% en un nivel medio; el programa de actividades físico deportivas está caracterizado por la expresión corporal con un 80.83% en el nivel medio; el 15.54% en bajo y 3.63% en alto; vida saludable con el 61.14% en el nivel medio; el 24.35% en alto y el 14.51 en bajo; y el deporte formativo con un 74.61% en el nivel medio; el 24.35% en bajo y el 1.04% en alto; la validación de la propuesta del programa de actividades físico deportivas obtuvo un puntaje de 79.00 que representa el 97.5% de concordancia entre jueces expertos. Por lo que, la propuesta de un programa de actividades físico deportivas mejorará la formación de la corporeidad en estudiantes de educación.

Palabras claves: actividad física deportiva, corporeidad, motricidad.

ABSTRACT

The research was carried out with the objective of developing a proposal of physical sports activities for the formation of corporeality in education students of the National University of San Martín-Tarapoto, 2019, the study is based on the systemic approach of Castañer, M. and Camerino, O. (2012) to study the current motor skills that analyze the formation of corporeality. In the method, the descriptive design was used because a proposal for a program of physical sports activities was developed, the type of research was non-experimental, the population consisted of 388 students of the Faculty of Education and Humanities Rioja and the sample, by 193 students of the Faculty of Education and Humanities Rioja, the technique used was the survey and the instrument was the questionnaire called: questionnaire on physical sports activities consisting of 24 items and the development of the corporation for 20 items. The conclusions of the study were that the formation of the corporeity in the students of education in 65.28% were in a low level and 34.72% in a medium level; the physical sports activities program is characterized by body expression with 80.83% in the medium level; 15.54% at low and 3.63% at high; healthy life with 61.14% in the middle level; 24.35% high and 14.51 low; and formative sport with 74.61% in the medium level; 24.35% low and 1.04% high; the validation of the proposal of the program of physical sports activities obtained a score of 79.00 representing 97.5% of agreement between expert judges. Therefore, the proposal of a program of physical sports activities will improve the formation of corporeality in education students.

Keywords: sports physical activity, corporeality, motor skills.

I. INTRODUCCIÓN

El individuo nace con un organismo que evoluciona, adapta y, constituye una corporeidad, a través de la experiencia que incluye la acción, la emoción, el pensamiento y la percepción sensorial. Estos procesos avanzan durante toda la vida y termina con el fallecimiento, al dejarse la corporeidad termina siendo simplemente cuerpo. (Paredes, citado en Águila S. López V. 2019 p, 414 y Grasso, Trigo, citado por Gonzales y Gonzales, 2010, p. 176).

A nivel mundial, los actuales enfoques educativos relacionados a la educación corporal no están bien direccionada porque deja de lado el cuerpo, aunque la institución educativa ha tenido un rotundo éxito en desconocer el cuerpo tanto en la teoría de la práctica educativa como en la aplicación práctica de las teorías científico educativas (McLaren citado por Águila y López, 2019, p. 414).

La situación educacional en estos momentos conserva la dupla mente-cuerpo, ya que, en el discurso y el ejercicio educativo en general, y de la educación física en específico, el organismo se “muestra” como algo ausente, callado, modelado, disciplinado, inmovilizado. Estudiantes y profesores asisten a la escuela con sus cuerpos, esto significa que la institución educativa responde por los hechos mencionados. No obstante, el colegio ayuda a denegar el cuerpo para el proceso formativo integral de las personas al encerrarlo en la lógica dual (Pateti citado por Águila y López. 2019. P, 414).

La visión mecanicista y técnica que todavía prevalece en el entorno de la educación física y las estrategias que lo fundamentan, eluden a las personas como individuo integral y unitario, al reflexionar el organismo como entidad o sumatoria de partes. Grasso citado por Águila y López (2019, p. 414) es el físico asimilado e instruido, moldeado y entrenado para dar respuestas, no para la comprensión: una pedagogía fundada en la demostración y repetición.

En muchos casos las sesiones de clase en las escuelas de Brasil se han establecido como un hecho para pasar el tiempo. Es habitual hallar clases donde el profesor solo mira jugar fútbol a sus estudiantes, por ejemplo, cuando gran parte de los alumnos se aleja. Esta

actividad se desenvuelve sin ninguna preocupación por su estructura, el contenido, su enseñanza y eso, cuando el maestro se encuentra presente junto a los estudiantes y no está en otros lugares realizando sucesos que nada tienen que ver con su labor de docente. Estas sesiones, que suelen ser llamadas “libres”, de hecho, son lugares y tiempos donde la libertad no opera, la heteronomía de la falta de formación. En estos casos el docente actúa como un árbitro de la conducta de los estudiantes, no forma sino deforma, por restricción, coacción, inhibición. En estas prácticas no hay el propósito de quien forma, a través de la transmisión de la cultura, de la corporalidad. En síntesis, el docente no actúa como un estimulador de los aprendizajes, generador de saberes, ¡ni siquiera para reproducirlos! (Taborda, M. & Fernández, A. 2010, p. 230).

En el Perú, el pensamiento de la educación física es una herramienta que busca mejorar las capacidades físicas, energéticas y destrezas motrices, esto es una deficiencia profesional (Ministerio de educación, 2014, p. 4).

Se observa en clases de educación física que subsiste un modelo dual, donde la entidad tiene un carácter únicamente instrumental, práctico y orgánico. (Ministerio de educación, 2014, p. 3).

Los alumnos universitarios de Educación Inicial de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo muestran carencias en la expresión corporal, demuestran una escasa utilización de los gestos que complementen la expresión verbal, usan posturas corporales inapropiadas, así como insuficiencias para sustituir mensajes con gestos, lo que obstaculiza el desarrollo de su formación profesional y futuro desempeño laboral. (Vera, C., 2017, p. 12).

En relación a la vida saludable, la alimentación de los estudiantes universitarios no conserva hábitos de una alimentación adecuada, adquieren dietas desbalanceadas de calorías con consumo de comidas rápidas (Sánchez, María y De Luna, Elvira, 2015, p. 1917). Además, la comunidad universitaria es vulnerable en el aspecto nutricional, pues se determina por saltarse comidas a menudo, comer entre horas y consumir bebidas alcohólicas con frecuencia (Sánchez, María y De Luna, Elvira, 2015, p. 1911).

El estilo de vida estacionario posee peligrosos efectos para la salud pública. El más visible es el significativo incremento de la obesidad en una buena parte del mundo en los últimos años. La obesidad está asociada con problemas de salud: en particular un mayor riesgo de diabetes y enfermedades cardiovasculares. En este sentido, la inactividad física favorece a la carga de morbilidad, mortalidad e invalidez en el mundo. (Rojas, M. 2009 p.170).

En el Perú, más del 50% de las enfermedades se asocian a las no transmisibles. Estas afectan a todas las personas sin interesar la edad y constituyen un grupo heterogéneo de padecimientos, los cuales son: cardiacos, cáncer, diabetes y respiratorias. Las enfermedades no transmisibles son desarrolladas por la mayoría de ellos, entre las que destacan: el tabaquismo, alcoholismo, consumo poco saludable y escasa actividad física. (Organización Panamericana de la Salud, 2018).

Finalmente, según la Ley 30476 (Diario el Peruano, 2016), en el artículo 2, sustenta que la organización universitaria está en la necesidad de mantener un Programa Deportivo de Alta Competencia en al menos tres disciplinas deportivas para mujeres y hombres. (Beingolea, 2017, p. 1). Esta ley mejora el deporte y ayuda a alcanzar el más alto nivel y mejores profesionales, que crecen en su carrera bajo los principios y costumbres que genera la práctica deportiva de alto rendimiento. Para elaborar el proyecto original, buscamos ejemplos en países con altos niveles de desarrollo. En otros países los deportistas calificados en alta competencia son los estudiantes universitarios. En el Perú, las instituciones universitarias son tumbas de los deportistas calificados.

En la Facultad de Educación y Humanidades de la filial Rioja, Universidad Nacional de San Martín de Tarapoto se observa que los estudiantes no conocen sobre la expresión corporal; no pueden comunicarse a través de gestos o movimientos del cuerpo y no practican la danza, en clase los alumnos no están concentrados, En temas de salud no están bien informados sobre la alimentación, entre otros la mayoría no practica deportes porque creen que no son importantes. Esto lleva que los estudiantes de la FEH- Rioja tengan sobrepeso. Además, en la malla curricular de FEH-R/UNSM-T las actividades físicas la describen como una asignatura no cognoscitiva (Universidad Nacional de San Martín, 2010). Las sesiones se desarrollan con un enfoque dualista todo esto conlleva que

la corporeidad en la Universidad Nacional de San Martín de Tarapoto no se está desarrollando.

Los antecedentes de la investigación se desarrollaron en los niveles nacional e internacional. Asimismo, por la especificidad del estudio, no se ha encontrado estudios similares, pero sí aproximaciones válidas que se relacionan con nuestra investigación, entre estas tenemos:

A nivel internacional, Arbós, T. (2017). En su tesis denominada: *Actividad física y salud en estudiantes universitarios desde una perspectiva Salutogénica*, (tesis de doctorado) Universitat de les Illes Balears, islas Baleares-España. El tipo de estudio es descriptivo, con diseño observacional transversal. La población es de 10,567 estudiantes y la muestra fue aleatoria, con 1,373 estudiantes. La encuesta es la técnica que utilizó el cuestionario como instrumento, finalmente, llegó a concluir lo siguiente: Existen divergencias según sexo en la actividad física (mayor en hombres), en estrés académico (menor en hombres), adherencia a la dieta mediterránea (mayor en mujeres) y sentido de coherencia (mayor en mujeres de más de 27 años); un sentido de coherencia fuerte está ligado a estilos de vida saludable. Cuanto más fuerte es el SOC: mejores son las cualidades hacia el ejercicio físico, mayor es el consumo energético, mayor es la frecuencia de realización de actividad física, mayor es la puntuación en la escala de adherencia a la dieta mediterránea y menor es el estrés académico; a mayor nivel de actividad física y gasto energético, menor es el estrés académico de los estudiantes y mayor la puntuación en la escala de adherencia a la dieta mediterránea. Aquellos alumnos que realizan actividades físicas presentan niveles más bajos de estrés académico y presentan una mayor prevalencia de adherencia a la dieta mediterránea; los estudiantes que realizan actividad física y aquellos con un nivel de práctica moderado o alto tienen una mejor percepción de su estado de salud, calidad de vida; experiencia de la actividad física depende del entorno familiar y social. Existe una tendencia a realizar actividad física si los progenitores o hermanos también lo hacen. Además, a medida que más miembros del entorno realizan actividad física, mayor es el gasto energético de los estudiantes.

A nivel regional, Hernández, F. (2015). En su tesis titulada: *Educación física a través de la corporeidad y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia en los niños de 7 a 10*

años. (tesis de maestría) Universidad Militar Nueva Granada de Bogotá, Colombia. El tipo es cualitativo, diseño investigación cualitativa de carácter interpretativo la selección de la muestra fue intencional, técnica observación y la entrevista instrumento diario de campo y cuestionario. Finalmente, llegó a las siguientes conclusiones:

La educación física ha incidido rotundamente en la institución educativa, en la cual estaba sujeto a reduccionismos y conjeturas que encierran la pertinencia y la necesidad de esta área educativa en el desarrollo integral del ser humano, se establece lo corpóreo como punto de inicio en la búsqueda de observar la naturaleza de los niños en lo que contiene su organismo, sentimientos, y desarrollo de la motricidad, con el fin de expandir su plena identificación con el mundo, que parte de la esencia misma de que el niño en la clase y en diversos contextos es un individuo único que vive y goza de su corporeidad.

De este modo, la formación en educación física no solo busca desarrollar las competencias motrices, deportivas y sociales, sino que se orienta a una dimensión más amplia de la educación motriz, en este sentido y desde una perspectiva pedagógica-educativa es competencia del área velar por la formación de la corporeidad como una superación del paradigma significativo-positivista de la corporeidad.

La corporeidad cumple un papel esencial del cuerpo en todas sus dimensiones, es decir, desde que nace el sujeto y se desarrolla en la medida que interactúa con los demás individuos, el mundo y consigo mismo; estas interrelaciones están mediadas por las apreciaciones y sensaciones que surgen de la práctica experiencial y que están atravesadas por sentimientos, pensamientos y personalidad para la arquitectura de la identidad humana.

La corporeidad, desde la teoría el trabajo, ha sido poco investigado y estudiado en el área de la educación física, que genera una ausencia de elementos conceptuales investigativos científicos que permitan analizar ampliamente una construcción pedagógica de la corporeidad.

Sánchez, N. (2015). En su tesis denominada: *La expresión corporal y su incidencia en la predisposición para el Aprendizaje de los estudiantes de Quinto Año de Educación Básica de la escuela Unión Nacional de Periodistas del cantón Píllaro, provincia de Tungurahua*. (Tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato – Ecuador. Tipo exploratorio – descriptiva y su diseño fue relacional. La población y la muestra está compuesta por 30 educandos, la técnica usada es la encuesta y su instrumento un test;

finalmente, llegó a las siguientes conclusiones: Existe el suficiente material bibliográfico, que le permite fundamentar de mejor forma la expresión corporal que le ayuda a potenciar la predisposición de los aprendizajes, esto implica que los escolares de quinto año de educación formativa requieren una eficiente motivación mediante ejercicios que le permita adquirir los conocimientos de manera idónea.

Los discentes de quinto año en el trabajo en el aula están predispuestos aprender por procedimientos estratégicos que el profesor durante el ejercicio lo sitúen en uso de forma pertinente, esto beneficia a la asimilación de modo activo y dinámico los aprendizajes.

Luego de observar a los niños de Quinto Año se desprende que el maestro no realiza ejercicios de expresión corporal siendo una clase tradicional, rutinaria y cansada donde hace falta la motivación como punto de partida para una buena predisposición de los saberes entregados por el docente durante la práctica docente para ofrecer una educación con calidad que en la actualidad así lo exige la sociedad.

Es necesario una alternativa de solución que le permita al estudiante por medio de los ejercicios sobre expresión corporal potenciar la predisposición de los aprendizajes, siendo importante diseñar una guía de estrategias destinadas a fortalecer la calidad de la educación mediante las herramientas con un propósito superar los conocimientos potenciando la predisposición de los aprendizajes.

A nivel nacional, Cjuno, E. (2017). En su investigación denominada: *Fomento de Actividades Físico Deportivas y la Formación de Estilos de Vida Saludable en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Educación*. (tesis de pregrado) Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco sede Espinar. Arequipa Perú. El tipo de investigación empleada es la descriptiva explicativa, el diseño usado es el descriptivo simple. La población estuvo organizada por 105 estudiantes y la muestra estuvo conformada por 52 estudiantes. Las técnicas son la encuesta y la entrevista y los instrumentos utilizados fueron el cuestionario y guía de entrevistas.

La investigación concluye que, en el incentivo de las acciones físico deportivas, el 33% de los estudiantes sostienen que casi siempre intervienen en las actividades deportivas; el 35% de los alumnos perciben que están regularmente implementadas las instalaciones deportivas y el 31% de los estudiantes han logrado un aprendizaje medianamente significativo en las asignaturas de educación físico-deportivas; en los estilos de vida saludable, el 35% de los estudiantes ejercitan deportes colectivos y el 23% realizan

deportes individuales; asimismo, el 36% de los estudiantes creen que su alimentación es medianamente sana y equilibrada; en la elaboración y ejecución del Plan Anual, el 34% de los estudiantes aprecian que la ejecución y monitoreo de las acciones físico deportivas, algunas veces les permiten consolidar el mejoramiento de sus estilos de vida saludable, y el 25% afirman que la mayoría de veces; finalmente, el 29% de los alumnos universitarios realizan algún ejercicio físico deportiva para conservar su salud física, el 25% de los estudiantes manifiestan que mejora su autoestima y el 21% de los estudiantes dicen que evita o reduce el estrés; esto permite confirmar, que el fomento de las actividades físico deportivas influye claramente en el mejoramiento de estilos de vida de los estudiantes universitarios.

Loayza, F. (2017). En su tesis titulada: *Programa de juego de expresión corporal para mejorar los logros de aprendizaje de los estudiantes de la Institución Educativa 84185 "Santa Cruz"–distrito de Ragash provincia de Sihuas*. (Tesis de pregrado). Universidad Católica Los Ángeles Chimbote Perú. El estudio fue experimental, el diseño fue preexperimental de pre y post test con un solo grupo. La población estuvo conformada por 50 escolares y la muestra constó de 20 educandos. La técnica usada es el cuestionario y el instrumento es el test, finalmente, llegó a las siguientes conclusiones:

Se percibe que, en la evaluación del pre test, los estudiantes en gran parte obtuvieron un calificativo C que representa un 60%, estos no lograron aprendizajes en el juego de expresión corporal.

Se logra mejorar los aprendizajes progresivamente después de las 10 sesiones de clase y al ser evaluados por dimensiones obtuvieron un calificativo A que representa el 50 %.

Tal como se propuso alcanzar el tercer objetivo se tiene que los educandos mostraron un puntaje A que es el 50 % de los colegiales evaluados.

Al evaluar con la prueba de inicio y salida existe una gran diferencia cuantificable que se aprecia el incremento de los aprendizajes en los estudiantes

Las **teorías** enmarcadas en la investigación fundamentan el programa de actividades físico deportivas y la corporeidad.

La corporeidad

Los conceptos dualistas se postulan sobre la segmentación del ser humano que distinga la parte material de la que está compuesta (física, corporal) de la realidad no material (alma, espíritu, razón, mente). Esta perspectiva dual posee sus principios en los filósofos de la Grecia clásica. Así que Platón ya platicaba sobre la separación de cuerpo y espíritu, la concebía como el presidio del alma, un envoltorio de carne. Por su parte, René Descartes, pensador primordial y artífice del pensamiento racional, favorece en definitivo a la concepción dual del ser humano. Su frase célebre Cogito ergo sum (Pienso, luego existo) (Águila y López, 2019, p.413).

Melich como se citó en Gonzales y Gonzales (2010, p. 176), la corporeidad es el compendio antropológico entre lo físico, lo social y lo existencial, que se reconstruye de modo espacial y temporal, a través del entorno del cosmos de la vida. Ser corporal simboliza abrirse a dimensiones antropológicas y sociales, es decir, con los otros y en el mundo. Pero no estar en el mundo de una manera pasiva, sino activa. Por ello, no tiene sentido explicar el dualismo o monismo antropológicos porque existe un único escenario.

Pedraza como se citó en Gonzales y Gonzales (2010, p. 176), desde la perspectiva psicocorporal, la corporeidad es la apreciación particular del organismo, que es viable por la cinestesia, lo que involucra a la vida. Esto les permite a las personas a establecer lazos socioemocionales, a través del cuerpo. La corporeidad es el inicio de la expresividad, primera interrelación humana y se logra el conocimiento propio y de los otros.

Merleau Ponty, como se citó en Gonzales y Gonzales (2010, p. 176), desde lo fenomenológico, el cuerpo vivido es la experiencia corpórea que implica niveles sentimentales, simbólicas y sociales. La corporeidad es el producto de su propio hábito y se reconstruye, mediante el inicio sensible del organismo al mundo y a los otros.

La programación en la Educación Básica retoma de lo corporal como asunto central en una de sus competencias primordiales a desarrollar por medio de su enfoque total de lo motriz. En perspectiva fenomenológica, lo corporal es la definición clave desde el cual se ha construido esa forma de ordenar el conocimiento denominada “Motricidad Humana”

Sergio, (como se citó Olivar, Alcaraz. 2016, p. 130). Lo corporal y motriz están vinculados ineludiblemente porque los movimientos que realiza un ser humano poseen la intencionalidad y proyección que responden a las demandas de acciones motrices básicas. “No se puede reducir, sólo a aspectos relacionados con el movimiento físico del ser humano, sino que trasciende implicando al individuo en todo su yo” (Trigo y col, como se citó Olivar y Alcaraz, 2016, p. 130).

La formación de la corporeidad, según el Ministerio de Educación (2017) señala que, el enfoque corporal es la configuración de su ente más allá de su ambiente vital, porque involucra realizar, idear, sentir, saber, interactuar y querer. Se relaciona a la valuación de la condición de los estudiantes para movilizarse de forma intencional, ordenados por sus demandas e intereses individuales y se tiene presente las posibilidades de acción, en la interrelación permanente con su medio. Es un procedimiento dinámico que se despliega durante toda la vida, a partir del hacer autónomo de los educandos, y se declara en la transformación sucesiva de su imagen corpórea, la cual se interrelaciona con otros componentes de su personalidad en la configuración de su propia identidad, así como social (p. 110).

Conjunto de prácticas corporales del ser humano, su manifestación creativa, su declaración consciente y su posibilidad de expresión e interacción en la búsqueda de la humanización de las interrelaciones de los seres humanos entre ellos y con el medio ambiente. La corporalización se consustancia en la experiencia social desde las interrelaciones de lenguaje, poder y trabajo, las cuales son estructuras de la sociedad. (Taborda citada por Taborda & Fernández, 2010, p. 228).

Se nace con un organismo que se modifica, adapta y satisface lo corporal a través de la práctica experiencial que incluye la acción, emociones, pensamientos y apreciación sensorial. Este proceso posee un desarrollo durante su vida y concluye con el fallecimiento, cuando se deja lo corpóreo para terminar siendo meramente cuerpo (Paredes, citado por Águila y López, 2019, p. 416)

Los componentes de corporeidad son:

- Lo corporal y educación de la conciencia. El trabajo docente es proporcionar y potencializar el desarrollo de la corporeidad de cada estudiante, esto implica una reorientación de los procesos hacia la estimulación de la atención plena en el presente, en las actividades ejecutadas, en la observación de lo que siente el cuerpo e integra la dimensión física, emocional e intelectual. Enfocar el ejercicio corporal desde el estado de la conciencia surge, intencionalmente, la atención a la experiencia tal y como es, sin emitir juicio, ni analizarla, ni reaccionar ante ella Kabat-Zinn, citado por Águila y López (2019, p. 414). En este sentido, los educandos son conscientes de los beneficios en el ámbito escolar de prácticas formales meditación como mindfulness enfocadas al desarrollo integral del individuo.

En nuestra opinión, sólo se produce un verdadero aprendizaje cuando el individuo es consciente de lo que representa para ella, de su valor y de su significado en relación con sus propias necesidades, y es capaz de hallar el beneficio para su vida e integrarlo en su personalidad. Por tanto, cualquier programa físico-motriz debería estar relacionada con la observación que se siente y la reflexión sobre la experiencia. (Águila y López, 2019, p. 414).

- Lo corporal y desarrollo individual de los recursos personales se distinguen con la habilidad para conocerse y perfeccionarse como seres humanos. Encontrar los puntos que fortalecen y debilitan para enfrentar las vicisitudes de la vida, para difundir las posibilidades de realización y generación del carácter. En este sentido, un carácter con diversos recursos permite realizar acciones necesarias para compensar las demandas, (salud, la dignidad y la felicidad) entre ellas: Elegir los propósitos adecuados. Solucionar problemas. Resistir los esfuerzos y redimir las frustraciones. Valorar los objetos apropiadamente y divertirse con las bienhechoras costumbres. Extender redes de afectividad afable con los otros. Conservar la autonomía idónea respecto de la realidad (Marina, citado por Águila y López, 2019, p. 418).

Así, desde la corporalidad, la educación física contribuye decididamente al desarrollo del carácter que se enfoca en la estimulación de la seguridad del mismo individuo, la moderación afectuosa, la fortaleza, la rapidez, la independencia comprometida, la creatividad, el gozo, la empatía, la misericordia, el respeto, la justicia y la socialización

(Marina, citado por Águila y López. 2019, p. 418). Las propuestas se centran en crear situaciones físico-motrices en las que el estudiante debe enfrentar los desafíos antes mencionados (metas, resolución de problemas, etc.), a través de la exploración consciente de la vivencia.

- Lo corporal y desarrollo socializador: Los valores sentidos. El desarrollo total de los individuos que les acerque a una vida saludable, digna y feliz, inevitablemente incluye la mejora social, la indagación de una manera de vivir con otros que posibilite el bienestar y la ampliación de las contingencias (Marina, citado por Águila y López, 2019, p. 418). Aprender a convivir demanda la búsqueda y la experiencia corpórea de los valores ansiados.

Por ello, el estudio de lo corporal y la observación reflexiva permite “experimentar” los valores. En este lineamiento, Torrents & Castañer citado por Águila y López (2019, p. 418) revisan cómo la danza improvisa y plantea escenarios motrices que fortalecen la interiorización de diferentes valores.

La danza se basa en ejercicios improvisados en las que intervienen dos cuerpos en contacto. De esta forma, se trabaja la expresión corporal constante desde la cooperación, pues es necesario colaborar y crear puntos de equilibrio; la equivalencia frente a la jerarquía, pues los dos danzantes presentan, crean de forma libre, nadie manda y obedece; el respeto y la tolerancia, pues es imprescindible oír la aceptación de los otros, fluir desde el momento presente; la responsabilidad y la toma de decisiones invariables. (Águila y López, 2019, p. 418).

Sin embargo, cualquier actividad, con la adecuada orientación, puede ser vehículo para sentir y vivir valores. Por ejemplo, ¿cómo se trabaja el valor de la libertad desde el cuerpo? Al explorar con él, se amplía las posibilidades, y se expande nuestra energía interna, y se siente, en definitiva, la libertad, un escenario interno sin limitaciones ni automatismos. ¿Cómo fomentar la empatía en el estudiante? y propone situaciones corporales que permitan acercarse a lo que siente otra persona, esto es. La inclusión o la igualdad se viven, igualmente, en el cuerpo. Si se percibe y siente a los alumnos como personas, más allá de valuaciones mentales sobre si son varones o mujeres, de

color o blancos, se aceptan y se respetan las diferencias, y actúan en consecuencia, realmente está educando y sintiendo en la igualdad. (Águila y López. 2019, p, 418).

La concreción en la educación en valores requiere una experimentación corporal inmediata y consciente orientada moralmente hacia el bienestar y dignidad de los individuos, y, políticamente, hacia la creación de un marco social en el que experimentan y viven en solidaridad, la libertad, la autonomía, la igualdad, la diversidad, la tolerancia, el respeto, la honestidad, la responsabilidad y la cooperación. Cuando la educación física formula situaciones corporales en las que el estudiante toma consciencia interna de estos valores a través de su propia costumbre, sentimos, sin duda, que estamos contribuyendo efectiva y significativamente a la transformación socializadora (Águila y López, 2019, p. 418).

- El placer y la alegría en los procesos de aprender según Marina citado por Águila y López. (2019, p. 418), posee significación decir que en la alegría se logra aprendizajes. La alegría expresa deleite, integridad y el placer potencia las habilidades de los seres humanos, no solamente crea felicidad. Por ello, lo corporal se extiende y se fortalece, por medio de los cambios de ánimo contentos y efectivos. Desde lo corporal, los programas de aprender están interconectadas con el placer de experimentación, sin opiniones ni valuaciones, sin comparaciones ni mediciones. Dado que constantemente se parte de las demandas del estudiante de modo específico, al escuchar y respetar su entorno situacional, así como su ritmo de avance y resolución corpóreo motriz, se propicia acontecimientos pedagógicos que generen el disfrute y favorecimiento a la motivación intrínseca, el placer por el hecho de sentir nuestro organismo. No se está centrando en la recreación vacía, de escapatoria, sino del aprendizaje corpóreo en una situación prolongada, lúdica, provocada por la experiencia en libertad y la no presencia de unos fines estandarizados y medibles. (Águila y López, 2019, p. 418).

La conexión corporal interior y la pedagogía en emociones desde lo corporal, facilita al estudiante prácticas de auto-conocimiento y desarrollo individual que lo aproximan a un estado de bienestar interno. Fernández-Balboa & Prados, citado por Águila y López (2019, p. 418). En este sentido, diversos estudios han demostrado que las

acciones con características cooperativas en educación física liberan significativas emociones auténticas en el educando.

- Lo significativo en los aprendizajes es la transferencia a la existencia habitual. ¿Qué hace que lo experimentado en las clases en educación física se transfiera a la existencia diaria? Desde la experiencia, todo afín con lo corporal se aplica a la experiencia vivida cuando es reflexivo y consciente. La conciencia de lo que sucede a los otros individuos y del medio tienen un cambio directo por medio de la exploración del sentimiento. Por ejemplo, en la práctica educativa generada por la actividad motriz de oposición (encuentro uno contra uno en básquet), no son estas las transferibles a la vida diaria, sino la reflexión acerca del entorno. (Águila y López, 2019, p. 418).

Desde lo corporal consciente, se enfoca en cómo se siente, cuáles son las restricciones en el ejercicio y se las enfrenta el desafío de destacar al contrincante, cuál es la actitud, qué emociones concibe la situación de vencer o desperdiciar, cómo negocia los sentimientos en el instante, qué nivel de atención se mantiene en el trabajo.

La experiencia en vida sí es transferible a otros periodos no académico-educativos, puesto que, en todas las cuestiones, existe un elemento en común: yo a través de mi corporeidad. De este modo, el diseño de nuestra acción pedagógica puede integrar los posibles dominios de acción Larraz, citado por Águila y López (2019, p. 418) como componente “técnico” motriz de la sistematización y la disposición desde lo corporal al centralizar la práctica en la conciencia de lo acostumbrado, así como lo reflexivo-crítico en la vida diaria. Por lo que, el ejercicio del maestro se centraliza en generar experiencias corpóreas vividas con aplicación plena, que observa los sentimientos, pensamientos y efectos físicos para, consecutivamente, deliberar sobre sí mismas y su transmisión a escenarios de la vida diaria. (Águila y López, 2019, p. 418).

La actividad física

El programa de actividades físicas es un plan de actuación, que organiza el trabajo dentro de una planeación general de creación y en unos plazos definidos, asimismo, la declaración previa de lo que se piensa realizar. (Ordaz y Saldaña, 2005, p. 29).

La actividad física es inherente al ser humano al nacer, y esto ha sido así desde los inicios de la humanidad. Al comienzo fue parte importante en la relación de éste con su medio, es decir, de la relación del ser humano y sus necesidades con la naturaleza. (Figuerola, 2013)

Los conceptos de la actividad o ejercicio físico desde la terapéutica y la salud se han convertido en unos componentes magníficos para evitar algunos malestares en el surgimiento o en el progreso, para luchar las consecuencias o el modo en que afecta la calidad de vida o algunas dolencias. (Vidarte, Vélez, Sandoval, Alfonso, 2011, p. 11)

El Organismo Mundial de la Salud (OMS) la actividad física es el movimiento que forma parte de la existencia habituada, que incluye las labores, recreación, ejercicio y deporte. Es necesaria para el impulso y mantenimiento de la salud. (Cintra y Balboa (2011, p. 3)

La actividad física es el efecto de la teorización y la practicidad de los estudios deportivos. Su análisis científico admite el conocimiento de los métodos para el progreso de las habilidades motoras, condicionadas y coordinadas para el proceso formativo, mejora de las técnicas y las tácticas, los preparativos psicológicos, así como el proceso de planeación y del ejercicio deportivo. (Vidarte, Vélez, Sandoval y Alfonso, 2011, p. 207).

Los deportes y la actuación física originan beneficios psicológicos, sociales y físicos que son significativos tanto a nivel preventivo y terapéutico. Desde el aspecto físico, la práctica deportiva mejora las funciones del sistema cardiaco, vascular, endocrino, digestivo y respiratorio, asimismo, fortalece el sistema osteomuscular porque disminuye las escalas séricas de colesterol y triglicéridos, no tolerancia a la glucosa y subida de peso, también aumenta la flexibilidad. En el aspecto psíquico admite la tolerancia al estrés, promueve hábitos que protegen la salud, mejora la autoestima, reduce el riesgo de estar enfermo y genera calmantes y antidepresivos, beneficia los reflejos y la coordinación, aumenta la sensación de felicidad, prevención del insomnio, regula los ciclos del sueño y perfeccionamientos en los procesos sociales (Penedo y Dahn, 2005; Rodríguez, Molina, Jiménez y Pinzón, 2011), citados por Barbosa y Urrea (2018).

Desde la educación, la actividad física posee como objeto de estudio el movimiento humano y es demasiado similar a otras profesiones, el objeto de estudio demanda la recíproca asistencia en la totalidad de los procedimientos ejecutados a partir de sus campos de acción e intervención. Para ello, es fundamental delinear que la formación educativa físico deportiva cambie sus referentes teórico-científicos y que, desde la proximidad de su concepto, de saberes y aplicaciones didáctico-metodológicos, implica disciplinas científicas de la naturaleza y humana, que proveen su avance. (Vidarte, Vélez, Sandoval y Alfonso, 2011, p. 208).

Los componentes de la actividad física son:

a) La expresividad corporal estudia a profundidad el empleo del lenguaje corporal en sí. Esta comunicación es pura, es una forma de interacción que localiza su significado directo más allá de lo verbal definida. (Schinca, 2010, p .9).

- Los gestos es la comunicación no oral, estudiada por disciplinas como la psicología, antropología, sociología, psiquiatría o lingüística, puede conceptuarse, a través de las siguientes líneas:

“La comunicación no lingüística es la expresión sin ruido, sincera y sin rodeos. Ilustra la veracidad de los enunciados pronunciados al ser todos los gestos un reflejo intuitivo de las reacciones que forman la actitud mediante el envío sucesivo de los mensajes corporales. De este modo, la corporalidad muestra con nitidez las verdaderas pulsaciones y sentimientos. Resulta que muchos de los gestos establecen un modo de manifestación silencioso que posee por objeto dar a conocer nuestros verdaderos propósitos, por medio de nuestros comportamientos”. (Cabana, citado por Rodríguez, 2010, p. 6).

El lenguaje corporal posee un importante significado. Si se examina el lenguaje del cuerpo a diario, es inevitable detenerse en el lenguaje de los gestos. Si se analiza y comprende estas expresiones, es preciso recalcar que se han identificado cinco tipos de gestos: (1) los emblemáticos, (2) los ilustrativos, (3) los que manifiestan estados emotivos, (4) los reguladores de la interacción y (5) los de adaptación. (Pease & Pease, citado por Garcia, Perez y Calvo, 2013, p.19).

- El mimo es una técnica entretenida, creativa y fantástica para ocuparse con diferentes comunidades y resulta dificultoso decir algo sin utilizar frases. Además, expresa y comunica emociones, pensamientos, situaciones existentes o imaginarias, a través de ejercicios, comportamientos y mímicas. En cualesquiera de los casos, lo han conceptualizado como: lo artístico del silencio, la poesía de los movimientos y la magia de los gestos. (Ivern, 2004 como se citó en Pérez, Haro y Fuentes, 2012, p. 29).
- La dramatización según San, citado por García, Parada, Ossa (2017 p. 842), permite sobrepasar los modelos cognitivos ocurridos, se revisa la observación, las vivencias, y la emoción, para constituir interrelaciones novedosas, para la producción de la nueva vida, experiencias y pensamientos; con conexiones nuevas de pensamiento; que reestructura el universo, el mundo, las definiciones, los ideales, las conductas, las innovaciones a las personas y a las culturas.

De acuerdo con Taylor citado por García, Parada, Ossa (2017, p. 842), además, en la dramatización creativa la conciencia que se obtiene del yo y de los otros, concibe una mayor comprensión del individuo, sus motivos, diferencias, y conductas.

La relación entre la dramatización creativa y el desarrollo:

El emocional porque beneficia a las personas para el desarrollo de la personalidad, el autoconocimiento, la autoidentificación y la autovaloración. (García, Parada, Ossa 2017, p. 843).

El social porque mejora los niveles y la eficacia de la cooperación de las personas, su apreciación del sí y de los otros, la comprensión que tienen de las interrelaciones humanas, y sus capacidades sociales y discursivas. (García, Parada, Ossa 2017, p. 843).

El cognitivo se fundamenta en que la dramatización creativa es utilizada en las sesiones de clase para mejorar las habilidades de memoria, lenguaje y discursivas de los educandos, además de cooperar en la ejecución de sus procesos de definición. (García, Parada, Ossa 2017 p. 845).

La imaginación y la dramatización creativa porque asiste su desarrollo, al facilitar los medios suficientes para concretarla y para crear escenarios y entornos de manera libre y autónoma (García, Parada, Ossa 2017 p.846).

El aprendizaje se sustenta en que la dramatización creativa es utilizada en procesos educativos y se convierte en una efectiva experiencia viva para los escolares, que hace que se impliquen de manera integral y activa con su mente y con sus emociones y transforma el aprendizaje en algo realmente vital. (García, Parada, Ossa 2017, p. 847).

- La danza como valor educativo debe desempeñar las funciones de conocimiento de sí mismo como del ambiente; anatómico-funcional y mejora e incremento de la destreza motriz y la salud; lúdico-entretenida; afectiva; interactiva y de interrelación; estético-expresiva; cultural; catarsis y hedonista establece que el movimiento armonioso es liberador de durezas y estrés (Pira, 2016, p. 24).

El empleo de la danza desarrolla a los individuos en la mentalidad, corporalidad, afectividad y sociabilidad. Los estudiantes utilizan todo su organismo porque realizan diversos desplazamientos; usan su habilidad mental para recordar bailes, ritmos o gestos; desarrollan su afectividad porque trabajan en equipo, colaboran y estrechan lazos entre ellos; y se desarrollan socialmente al expresarse y comunicarse con el exterior con un lenguaje diferente, el no lingüístico. (Vega, 2015, p. 15).

b) La vida saludable

- La alimentación es la manera de proveer al organismo las sustancias suficientes para preservar la salud y la vida, y la nutrición es el procedimiento por el cual el cuerpo humano absorbe, modifica y usan las sustancias nutritivas de las comidas, elementos irremplazables para conservar y preservar la vida. (Rome Declaration on Nutrition, citado Rosales, Peralta, Yaulema, Pallo, Orozco, Caiza, Parreño, Barragán, Ríos, 2017, p. 1).

Arnaiz citado Rosales, Peralta, Yaulema, Pallo, Orozco, Caiza, Parreño, Barragán, Ríos (2017, p. 1) La alimentación sana consiste en que cada individuo para mantenerse saludable necesita todo lo nutritivo esencial y lo energético. Esta se logra preparando diversos alimentos en forma equitativa, lo cual satisface las carencias nutricionales para un correcto crecimiento, así como las mejora de las habilidades físicas e intelectuales.

La dieta marítima es una inapreciable herencia cultural, transmitida por muchos siglos y por diferentes civilizaciones, y que se hizo deliciosa con las nuevas plantas llegadas de América, luego de su descubrimiento a finales del siglo XV. En general supone ingerir alimentos frescos, y una cierta moderación en el aumento de los productos ingeridos. Se determina porque posee el aceite de oliva, un mayor consumo de pescado y carne de gallinas y una dieta alta en alimentos ricos en fibra, frutos, verduras, legumbres y hortalizas, el menor uso de proteínas; de pan fresco, arroz y pastas; y según las comunidades culturales, el consumo sobrio de vino en las comidas principales.

Todas estas caracterizaciones contribuyeron de manera decisiva a que la UNESCO la reconociera como el dominio material y cultural de la humanidad en noviembre de 2010. (Martínez y Villarino, 2014, p. 5).

- La higiene y educación se atraen y complementan, enseñan e higienizan; sin educación no hay aseo, sin higiene la educación es insuficiente. Esta persigue principalmente a la salud, lo educativo tiende a poseer la verdad; uno y otro por su quehacer solidario, llevan a la perfección moral que se llama virtud. Si el ser humano es sano y educado, los pueblos serán grandes y prósperos por la higiene y educación. (Borobio, Moreno, 2009, p. 306).

Cruveilhier citado por De Alcántara (2003, p. 5) afirma que las personas son enteramente los responsables de su salud y de su vida, así como de la sociedad de que es parte, y protege naturalmente. Es por ello, que el conocimiento del aseo e higiene o al menos de sus más principales preceptos se nos asigna como un accionar que a la vez es individual y social.

Cruveilhier citado por De Alcántara (2003, p. 5) considera que la educación física desde un punto vista general, es importante por la función de preservar o conservar, es decir, la higiene, que en tal sentido es considerada como su propósito primordial, del que los medios de desarrollo no son sino complementarios.

- El estrés académico se explica desde la perspectiva persona- entorno. El estrés es definido como la interrelación dinámica que se establece entre la persona y el entorno.

La adecuación entre el individuo y su medio ofrece una exposición mejor del estrés que por las diferencias particulares o situacionales. El estrés se genera por la relación inversa proporcional entre las demandas del medio y la toma de decisiones para enfrentarla. El estrés es la representación interna de transacciones personales y problemáticas entre la persona y su entorno.

La valoración de las demandas del medio y de los recursos de los individuos para afrontar estos requerimientos se desarrolla en dos etapas: el primero, identificar el problema y segundo el modo de enfrentarlo.

La consciencia, en el individuo, de la valoración que realiza se muestra en varios niveles que van desde la apreciación de los indicadores del problema hasta su análisis detallado. (Barraza, Silerio, 2007, p. 50).

Este complicado fenómeno implica la consideración de variables interconectadas: estresores académicos, su práctica subjetiva, moderadores y sus efectos. Todos estos factores surgen en un mismo medio institucional (Martín, 2007, p. 89).

Muñoz, citado por Martín (2007, p. 89) Los insuficientes trabajos sobre el tema han confirmado la presencia de índices considerables de estrés en la comunidad universitaria, que alcanza mayores niveles en los primeros cursos de la formación profesional y en las etapas seguidamente anteriores a los exámenes.

c) Deporte formativo.

El deporte es un hecho sociocultural, afín con la conducta de la corporalidad lúdico-expresivo de los individuos como elemento bio-psico-social que integra signos, rituales, acciones, intereses, necesidades, entretenimiento, aprendizaje, ejercicio, manifestación individual, con o sin medidas para llevar a cabo algo, en escenarios y tiempos establecidos. (Vargas, 2012, p. 143).

El ámbito universitario deja de lado el deporte intentando hacerlo incompatible con los saberes e investigación. Es un error esta incompreensión que se va superando poco a poco. Este acto es un ejemplo evidente. Sin duda los conocimientos aportados por el universo académico son esenciales en el desarrollo humano; sin embargo, las enseñanzas que se derivan del deporte, un espacio privilegiado de interrelaciones, complementan y ayudan a este desarrollo. (del Bosque, 2103, p. 71).

- El **fútbol** es el juego de dos equipos de personas que se enfrentan por la posesión del balón y marcar tantos en el arco del adversario. Es un juego que necesita esforzarse con compromiso, lealtad y respeto a los compañeros de equipo, es un espacio de vida en el que los directores técnicos, jugadores, jueces arbitrales y público conviven e interactúan. Es por ello que el fútbol es un hecho social de primer orden, y es tenido en cuenta como ejemplo y conocimiento para explicar escenarios políticos o sociales. (del Bosque. 2103, p.70).

- El **básquet** consiste en introducir el balón en el aro del contrincante tantas veces sea posible. Para cumplir con este propósito, los participantes tienen que pasarse la bola unos a otros, driblarla y tirarla al aro y usa para ello formas específicas de desplazamiento. El otro conjunto, el que está defendiendo, trata de impedir que esto ocurra. Los dos objetivos se logran en el desarrollo del juego. (Villón, 2013, p. 12)

- **Vóley** está catalogado como uno de los deportes de equipo en la que se coopera y opone a la vez, con el juego dividido se participa alternadamente y existe una escala alta de incertidumbre con el espacio reducido. (Blázquez & Hernández, Hernández, Morante & Izquierdo, citado por Rodríguez, 2015, p, 1).

El carácter resultante de su particularidad, se integra en un grupo de modalidades asociativas no invasivas con las siguientes particularidades: estructura y composición de la normatividad (Mesquita, citado por Rodríguez, 2015, p. 1, 2).

Los jugadores poseen un fin en la parte individual y es pasar el balón y anotar, pero usando las diversas posiciones que se están trabajando, ya por el lado de la colectividad se forman por medio de la comunicación estratégica de ataque y admite la intimidación hacia el otro equipo para anotar el punto que se está jugando. (Carvajal, 2012, p. 35).

- La **natación** es la habilidad que posee el individuo para flotar y desplazarse en el agua, gracias a la actividad conjunta y coordinada de sus miembros tanto superiores e inferiores, con el propósito de vencer la resistencia que brinda este medio, en dependencia de las características del individuo. (Ordóñez y Salazar, 2015, p. 60).

El nadar es una de los ejercicios deportivos más completos y es apta para los individuos de toda edad. Este deporte ejercita mayormente la estructura muscular, la coordinación motriz, el sistema circulatorio y respiratorio. También, beneficia progresivamente la autonomía y la autoconfianza de las personas. (Ordóñez y Salazar, 2015, p. 63)

Aún existen claras diferencias técnicas entre los cuatro estilos, se afirma que su práctica, implica la movilización de una gran parte de los músculos y articulaciones del cuerpo. En este sentido, se afirma que la natación es considerada como un ejercicio adecuado para recuperar, mantener o mejorar el estado físico y salud. Además, se añade que el medio en el que se ejecuta esta actividad, disminuye significativamente el peso corporal de la persona y, en consecuencia, también disminuye el impacto que reciben los huesos y articulaciones al realizar los movimientos dentro del agua. (Sanz, Martínez, Cid, 2016, p. 56).

De lo anteriormente sustentado el tema de estudio queda de finido como: ¿De qué manera la propuesta de un programa de actividades físico deportivas mejorara la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019? Por lo que, los problemas específicos se trazaron de la siguiente manera: ¿i) Cuál es el estado actual de la formación de la corporeidad en los estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto? ii) ¿Qué Características deberá tener el programa de actividades físico deportivas? iii) ¿Cuáles son los resultados de la validación de la propuesta del programa de actividades físico deportivas?

Además, el estudio se justifica desde la conveniencia porque contribuirá con importante información en el campo educativo porque a partir de la propuesta de un programa de actividades físico deportivas se podrá mejorar la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto; por la relevancia social ya que partir de la aplicación de la propuesta de un programa de actividades físico deportivas los beneficiarios directos son los estudiantes de educación de la UNSM-T; implicaciones prácticas porque la propuesta ayuda a solucionar el problema de la corporeidad en estudiantes de

educación de la UNSM-T. Valor teórico, pues la propuesta de un programa de actividades físico deportivas contribuirá los saberes científicos para futuras investigaciones sobre el tema, porque consta de una propuesta nueva que ayudará a mejorar la corporeidad en estudiantes de educación de la UNSM-T. Utilidad metodológica. La presente investigación servirá como modelo para otras investigaciones.

Y en relación con el estudio se trazó el objetivo general que consiste en elaborar una propuesta de un programa de actividades físico deportivas para mejorar la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019. Y los objetivos específicos son: i) Describir el estado actual de la formación corporeidad en los estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto ii) Establecer las características del programa de actividades físico deportivas. iii) Analizar los resultados de la validación de la propuesta del programa de actividades físico deportivas.

Finalmente, el estudio se formuló la siguiente hipótesis investigativa: La propuesta de un programa de actividades físico deportivas mejorara la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la UNSM-T, 2019.

II. MÉTODO

2.1 Tipo y diseño de investigación

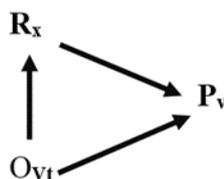
Tipo de estudio

El estudio es no experimental, tal como señala Sánchez, H. y Reyes, C. (2002, p. 18-19), pues responde a situaciones teóricas, en tal sentido se orienta a describir, explicar, predecir la realidad en la cual indaga los principios o leyes generales que permita configurar una teoría científica. Hernández, Fernández y Baptista (2014, p. 165) considera esta investigación como no experimentales. En este caso, el estudio analiza la formación de corporeidad.

Diseño de investigación

La investigación es *descriptivo propositivo*, ya que se describe el momento actual que posee la corporalidad. El estudio descriptivo, según Hernández, Fernández y Baptista (2014) tiene como finalidad indagar las incidencias y los valores que se presentan y sufren las variables.

El estudio es propositivo, debido a que se construyó un programa de actividades físico deportivas para fortalecer la formación de la corporeidad.



Donde:

R_x : Diagnósis.

Ov_t : Estudios teóricos.

P_v : Propuesta validada: Programa de actividades físico deportivas.

2.2 Variables y su operacionalización

Tabla 1.

Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Formación de la corporeidad	Se entiende al organismo en construcción de su ser más allá de lo biológico, porque implica hacer, pensar, sentir, saber, interactuar. Ministerio de Educación, (2017).	Se basa en el movimiento con propósitos y encaminados a expandir los niveles de consciencia sensorio-motriz con la finalidad de fomentar el autoconocimiento, expresión de la creatividad e interrelación con otros	Conciencia	<i>Atención</i>	Escala nominal
			Desarrollo personal	<i>Carácter</i>	
			Desarrollo social	<i>Sentir y vivir valores</i>	
			Placer y alegría en el aprendizaje	<i>Felicidad</i>	
			Significatividad del aprendizaje	<i>Transferencia a la vida cotidiana</i>	
Programa de actividades físico deportivas	Es un plan y orden de actuación, que organiza el trabajo dentro de un plan general de producción y en unos plazos determinados, así como la manifestación anticipada de lo que se va a hacer. (Velia Ordaz y Gloria Saldaña (2005, p. 29)	La propuesta cuenta con actividades físicas deportivas que desarrollaran la corporeidad la cual se pone a disposición de los sucesos del estudiante universitario, que conoce y atiende sus motivaciones y necesidades	Expresión corporal	<i>Gestos</i> <i>Mimo</i> <i>Dramatización</i> <i>Danza</i> <i>Alimentación saludable</i> <i>Higiene</i> <i>Estrés académico</i>	Escala nominal
			Vida saludable		
			Deporte formativo	<i>Futbol</i> <i>Básquet</i> <i>Vóley</i> <i>Natación</i>	

2.3 Población, muestra y muestreo

Población

La población se constituyó por 388 discentes de la Facultad de Educación y Humanidades Rioja distribuidas en:

Tabla 2

Población

Carrera profesional	N° Estudiantes
Educación inicial	199
Educación primaria	95
Educación secundaria	94

Fuente: Oficina de Asuntos Pedagógicos

Muestra

La muestra estuvo compuesta por 193 estudiantes:

Tabla 3

Muestra

Carrera profesional	N° Estudiantes
Educación inicial	99
Educación primaria	46
Educación secundaria	46

Fuente: Oficina de Asuntos Pedagógicos

Muestreo

En el estudio se utilizó el muestreo probabilístico al azar o aleatorio. En ese sentido, se calculó el tamaño de la muestra con la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 N \cdot p \cdot q}{e^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$Z = 1.96$$

$$p = 0,5$$

$$q = 1-p = 1-0,5 = 0,5$$

$$e = 0.1$$

$$n = \frac{1,96^2 (388) (0,5) (0,5)}{(0,05)^2 (388-1) + 1.96^2 (0,5) (0,5)}$$

$$n = \frac{3.8416 (388) (0,25)}{(0,0025) (387) + 3.8416 (0,25)}$$

$$n = \frac{372.6352}{1.9279}$$

$$n = 193.2 = \mathbf{193}$$

Para conseguir el tamaño mínimo óptimo de la muestra de cada sub población se utilizó la siguiente fórmula:

$$(N_i / N) n$$

Tamaño de muestra para estudiantes de educación inicial:

$$n_1 = (N_1 / N) n = (199 / 388)193 = 98.987 = \mathbf{99}$$

Tamaño de muestra para estudiantes de educación primaria:

$$n_2 = N_2 / N = (95/388)193 = 47.255 = \mathbf{47}$$

Tamaño de muestra para estudiantes de educación secundaria:

$$n_3 = N_3 / N = (94/388)193 = 46.758 = \mathbf{47}$$

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

Técnica

En el aspecto técnico se utilizó la encuesta y consiste en conseguir datos de las personas del estudio, estos brindan puntos de vista, conocimientos, actitudes o sugerencias (Canales, 1994, p. 129).

Instrumentos

En el cuestionario sobre el desarrollo de la corporeidad estuvo conformado por cinco dimensiones; conciencia, desarrollo personal, desarrollo social, placer y alegría en el aprendizaje y significatividad del aprendizaje conformadas por 4 ítems cada

dimensión, haciendo un total de 20 preguntas a ser valuados y con ello valuar el nivel de corporeidad que tienen los alumnos de educación de la UNSM – T, con puntos de 04 a 16 puntos, donde los puntajes de 04 a 08 tienen un nivel bajo, los puntajes 09 a 12 tienen un nivel medio y los puntajes de 13 a 16 tiene un nivel alto.

Tabla 4

Conversión de puntajes del cuestionario de formación de la corporeidad

Niveles	Formación de la corporeidad	Conciencia	Desarrollo personal	Desarrollo social	Placer y alegría en el aprendizaje	Significatividad del aprendizaje
Bajo	20 – 32	04 – 08	04 – 08	04 – 08	04 – 08	04 – 08
Medio	33 – 46	09 – 12	09 – 12	09 – 12	09 – 12	09 – 12
Alto	47 – 60	13 – 16	13 – 16	13 – 16	13 – 16	13 – 16

Los instrumentos utilizados son los cuestionarios que se aplicaron a la unidad de análisis conformada por 193 discentes. En el cuestionario de la propuesta de actividades físicas deportiva estuvo conformada por tres dimensionamientos; expresión corporal, vida saludable y deporte formativo conformadas por 8 ítems cada dimensión, haciendo una totalidad de 24 preguntas a ser valuados y con ello valuar el nivel de la propuesta de actividades físicas deportivas que tienen los alumnos, con puntos de 08 a 24, donde los puntos de 08 a 13 tienen un nivel bajo, los puntajes 14 a 18 tienen un nivel medio y los puntos de 19 a 24 tiene un nivel alto.

Tabla 5

Conversión de puntajes del cuestionario de la propuesta actividad físico deportiva

Niveles	Propuesta de actividad físico deportiva	Expresión corporal	Vida saludable	Deporte formativo
Bajo	24 – 39	08 – 13	08 – 13	08 – 13
Medio	40 – 54	14 – 18	14 – 18	14 – 18
Alto	55 – 72	19 – 24	19 – 24	19 – 24

Validez

Los instrumentos se validaron por la técnica juicio de especialistas y se obtuvo la siguiente característica:

Tabla 6

Validez de instrumentos por expertos

Variable	N.º	Especialidad	Promedio de validez	Opinión del experto
Formación de la corporeidad	1	Filosofía	49	Existe aptitud suficiente
	2	Educación secundaria: ciencias naturales y ecología.	48	Existe aptitud suficiente
	3	Educación primaria	49	Existe aptitud suficiente
	4	Educación primaria	49	Existe aptitud suficiente
	5	Psicólogo	47	Existe aptitud suficiente
Propuesta de actividades físico deportivas	1	Filosofía	48	Existe aptitud suficiente
	2	Educación secundaria: ciencias naturales y ecología	48	Existe aptitud suficiente
	3	Educación primaria	49	Existe aptitud suficiente
	4	Educación primaria.	49	Existe aptitud suficiente
	5	Psicólogo	47	Existe aptitud suficiente

Los instrumentos, que consisten en dos cuestionarios, fueron sometidos al juicio de cinco expertos mencionados anteriormente; quienes tuvieron la tarea de verificar la coherencia y pertinencia de los indicadores con las variables de estudio. El resultado arrojó un promedio de **4.83, representando el 96,6% de concordancia entre jueces para los instrumentos de ambas variables**; lo que indica, que tienen alta validez; reuniendo las condiciones metodológicas para ser aplicado.

Confiabilidad

Para estimar la fiabilidad del instrumento a ser aplicado, pasó por el análisis del alfa de Cronbach, cuyo valor para que tenga la consistencia de aplicabilidad debió estar lo más cercano al 1. De tal manera, la confiabilidad se obtuvo procesando los datos obtenidos de la aplicación de una prueba piloto correspondiente a cada variable, de tal manera, se garantizó la fiabilidad de los instrumentos de la presente investigación.

Según, (George & Mallery, 2003), como razonamiento general, se tuvo en cuenta los puntajes según resultados del coeficiente de alfa de Cronbach:

- Coeficiente alfa $>.9$ es excelente
- Coeficiente alfa $>.8$ es bueno
- Coeficiente alfa $>.7$ es aceptable
- Coeficiente alfa $>.6$ es cuestionable
- Coeficiente alfa $>.5$ es pobre
- Coeficiente alfa $<.5$ es inaceptable (pág. 231).

La fiabilidad de los instrumentos de las variables de estudio, se calcularon a través del análisis de 30 preguntas a través del Alfa de Cronbach.

a) Variable 1: Formación de la corporeidad

Según los resultados obtenidos se calculó la confiabilidad general de la prueba, la cual, dio como resultado 0,8016 al ser superior a 0,75 estos resultaron significativos; por lo que, arrojaron una fuerte confiabilidad. De tal manera, que tuvo validez de contenido porque representa el concepto de todos los ítems de la variable a medir; así como validez de criterio.

b) Variable 2: Propuesta de actividades físico deportivas

Según los resultados obtenidos se calculó la confiabilidad general de la prueba, la cual, dio como resultado 0,8100 al ser superior a 0,75 estos resultaron significativos; por lo que, arrojaron una fuerte confiabilidad. De tal manera, que tuvo validez de contenido porque representa el concepto de todos los ítems de la variable a medir; así como validez de criterio.

2.5 Procedimientos

El estudio se inició con la investigación teórica para determinar el planteamiento del problema, los antecedentes del estudio, la base teórica, así como la operatividad dimensional de las variables. En la ejecución del estudio se obtuvo el análisis de validación y fiabilidad de las herramientas instrumentales a usar. Para ello, se escogió una prueba piloto que representa las características de la muestra de la investigación y se aplicaron los instrumentos a los discentes. La validez se hizo con el modo de juicio de expertos y la fiabilidad por Alpha de Cronbach. Asimismo, los datos obtenidos fueron procesados y analizados a través de tablas y gráficos de naturaleza descriptiva generan las conclusiones y sugerencias. Finalmente, se elaboró la Propuesta de un Programa de actividades físico deportivas.

2.6 Métodos de análisis de datos

En la investigación se usó los primordiales estadígrafos de posición y dispersión como la media, la desviación estándar y la coeficiencia de variabilidad.

- a) La media se determina con la información sin agrupar, cuya formulación empleada es la siguiente:

$$\bar{x} = \frac{\sum X_i}{n}$$

Donde:

\bar{x} : Media

$\sum x$: Sumatoria de las evaluaciones

n: Número de la unidad de análisis

- b) La desviación estándar expresa las unidades de mediación de la distribución con respecto a su media.

$$S = \sqrt{\frac{\sum (x - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

- c) El coeficiente de variabilidad mide la variación de los conjuntos homogéneos u heterogéneos de la muestra, en una medida con porcentaje.

$$CV = \frac{s}{x} \times 100$$

Los resultados se presentaron en tablas y figuras confeccionadas a de acuerdo a los estándares determinados para el estudio.

2.7 Aspectos éticos

Éticamente se consideró el anonimato de los sujetos de la investigación; además, es un estudio propositivo novedoso que, con el permiso del Decanato de la FEH-R de la UNSM-T se ejecutó el estudio; no se emitieron juicios de valor a las respuestas obtenidas; se asignó en la bibliografía a los referentes teóricos que contribuyeron a la fundamentación científico-teórica de las variables.

III. RESULTADOS

Tabla 7
Estado actual de la formación de la corporeidad

Escala de medición	%	N° de estudiantes
Bajo nivel de la formación de la corporeidad [20 - 33]	65.28	126
Medio nivel de la formación de la corporeidad [34 - 46]	34.72	67
Alto nivel de la formación de la corporeidad [47 - 60]	0.00	0
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

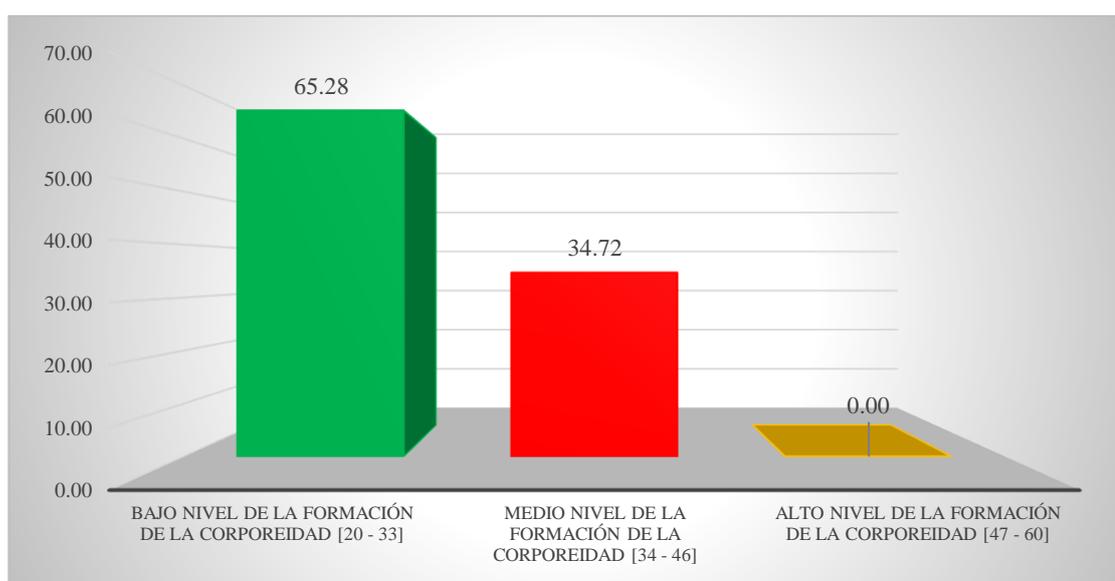


Figura 1. *Estado actual de la formación de la corporeidad*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 7 y figura 1 acerca de la situación actual de la formación de la corporeidad, 126 estudiantes que representa el 65.28% sostuvieron que es bajo y 67 estudiantes que simboliza el 34.72% manifestaron que es medio.

Tabla 8
Estado de la conciencia

Escala de medición	%	N° de estudiantes
Bajo nivel de la conciencia [4 - 8]	83.94	162
Medio nivel de la conciencia [9 - 12]	16.06	31
Alto nivel de la conciencia [13 - 16]	0.00	0
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

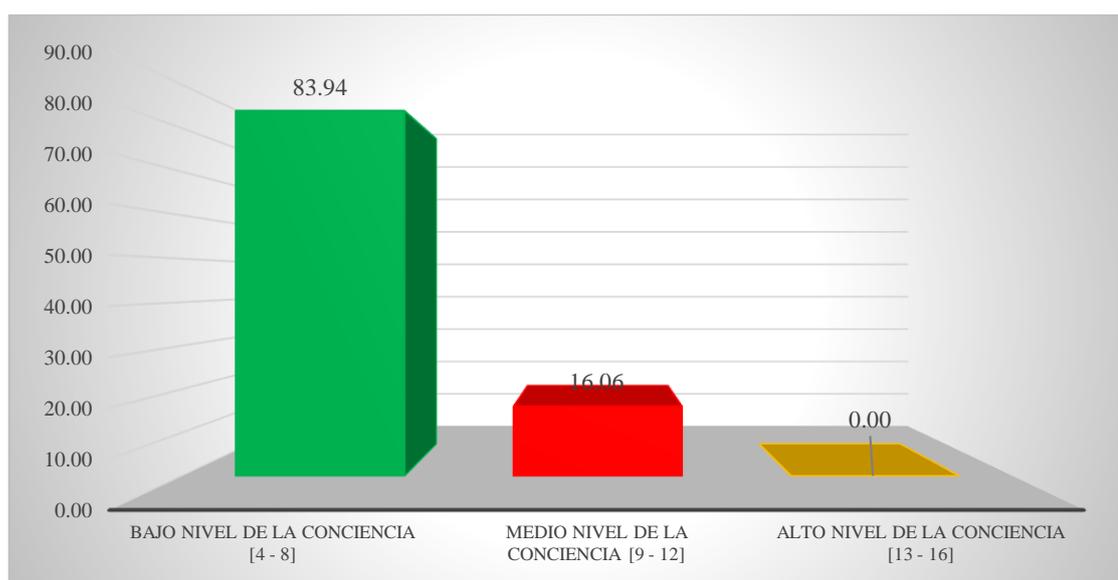


Figura 2. *Estado de la conciencia*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 8 y figura 2 acerca sobre el estado de la conciencia, 162 estudiantes que representa el 83.94% sostienen que es bajo y 31 estudiantes que simboliza el 16.06% manifiestan que es medio.

Tabla 9
Estado del desarrollo personal

Escala de medición	%	N° de estudiantes
Bajo nivel del desarrollo personal [4 - 8]	94.30	182
Medio nivel del desarrollo personal [9 - 12]	5.70	11
Alto nivel del desarrollo personal [13 - 16]	0.00	0
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

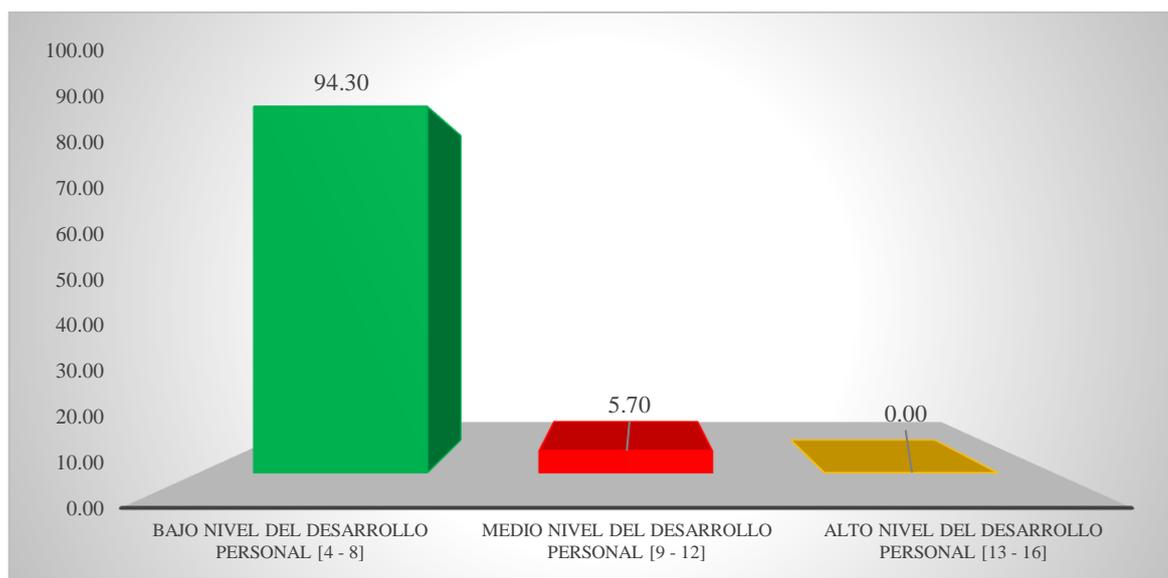


Figura 3. *Estado del desarrollo personal*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 9 y figura 3 acerca del estado del desarrollo personal, 182 estudiantes que representa el 94.30% sostienen que es bajo y 11 estudiantes que simboliza el 5.7% manifiestan que es medio.

Tabla 10
Estado del desarrollo social

Escala de medición	%	N° de estudiantes
Bajo nivel del desarrollo social [4 - 8]	91.71	177
Medio nivel del desarrollo social [9 - 12]	8.29	16
Alto nivel del desarrollo social [13 - 16]	0.00	0
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

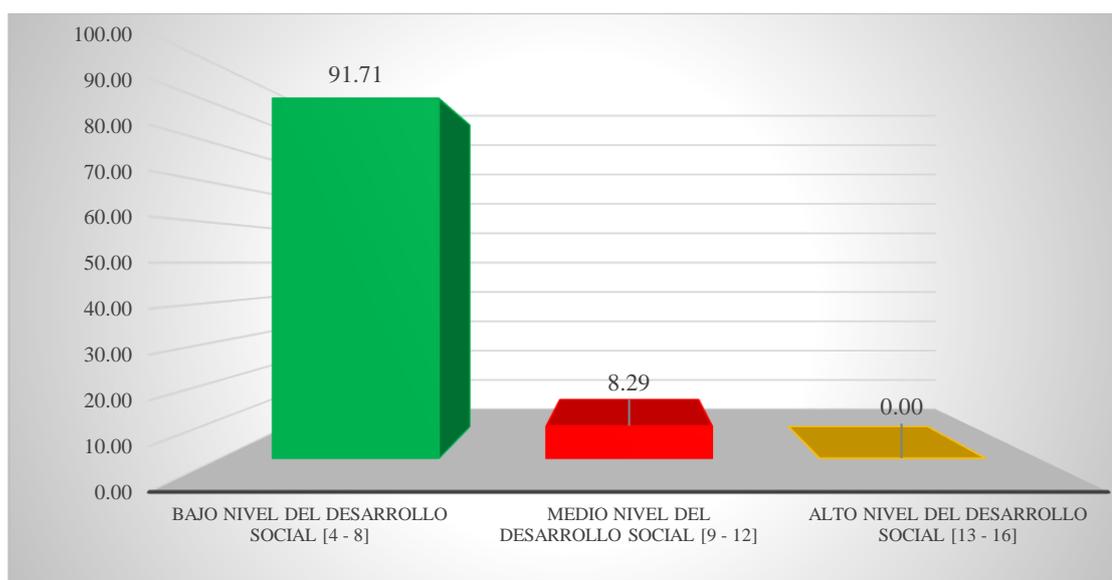


Figura 4. *Estado del desarrollo social*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 10 y figura 4 acerca del estado del desarrollo social, 177 estudiantes que representa el 91.71% sostienen que es bajo y 16 estudiantes que simboliza el 8.29% manifiestan que es medio.

Tabla 11
Estado del placer y alegría en el aprendizaje

Escala de medición	%	N° de estudiantes
Bajo nivel del placer y alegría en el aprendizaje [4 - 8]	93.26	180
Medio nivel del placer y alegría en el aprendizaje [9 - 12]	6.74	13
Alto nivel del placer y alegría en el aprendizaje [13 - 16]	0.00	0
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

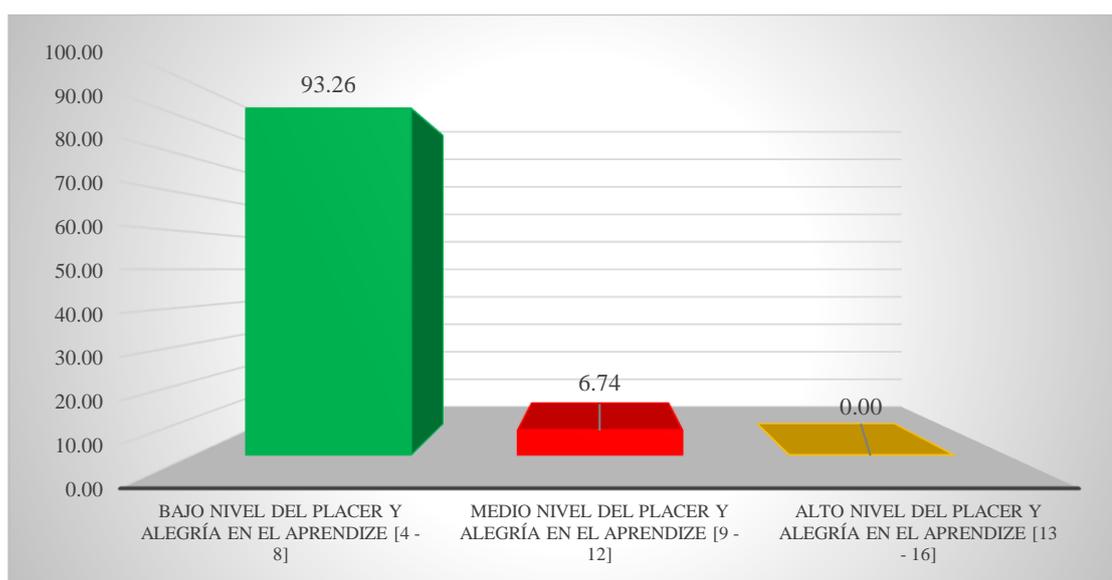


Figura 5. *Estado del placer y alegría en el aprendizaje*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 11 y figura 5 acerca del estado del placer y alegría en el aprendizaje, 180 estudiantes que representa el 93.26% sostienen que es bajo y 13 estudiantes que simboliza el 6.74% manifiestan que es medio.

Tabla 12
Estado de la significatividad

Escala de medición	%	N° de estudiantes
Bajo nivel de significatividad [4 - 8]	73.06	141
Medio nivel de significatividad [9 - 12]	26.94	52
Alto nivel de significatividad [13 - 16]	0.00	0
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

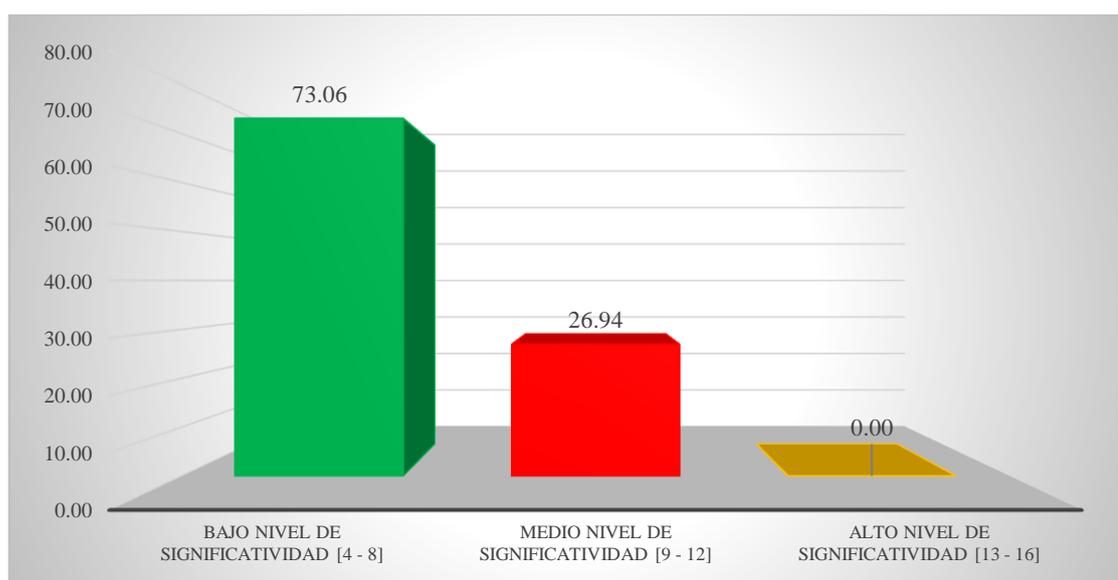


Figura 6. *Estado de la significatividad*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 12 y figura 6 acerca del estado de la significatividad, 141 estudiantes que representa el 73.06% sostienen que es bajo y 52 estudiantes que simboliza el 26.94% manifiestan que es medio.

Tabla 13

Características de la propuesta de actividad físico deportiva

Escala de medición	%	Nº de estudiantes
Bajo nivel de la Propuesta de actividad físico deportiva [24 - 39]	3.11	6
Medio nivel de la Propuesta de actividad físico deportiva [40 - 54]	94.30	181
Alto nivel de la Propuesta de actividad físico deportiva [55- 72]	2.59	5
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

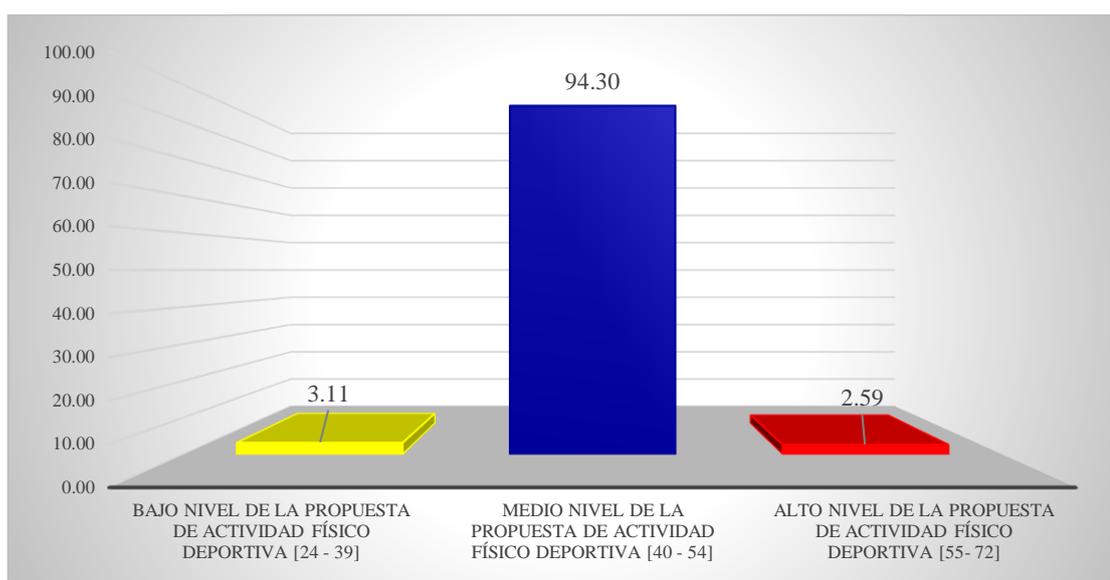


Figura 7. *Características de la propuesta de actividad físico deportiva.*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 13 y figura 7 acerca de las características de la propuesta de actividad físico deportiva, 181 estudiantes que representa el 94.30% sostienen que es medio; 6 que simboliza el 3.11% manifiestan que es bajo y 5 que constituye el 2.59 declaran que es alto.

Tabla 14
Expresión corporal

Escala de medición	%	Nº de estudiantes
Bajo nivel de la expresión corporal [8 - 13]	15.54	30
Medio nivel de la expresión corporal [14 - 18]	80.83	156
Alto nivel de la expresión corporal [19- 24]	3.63	7
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

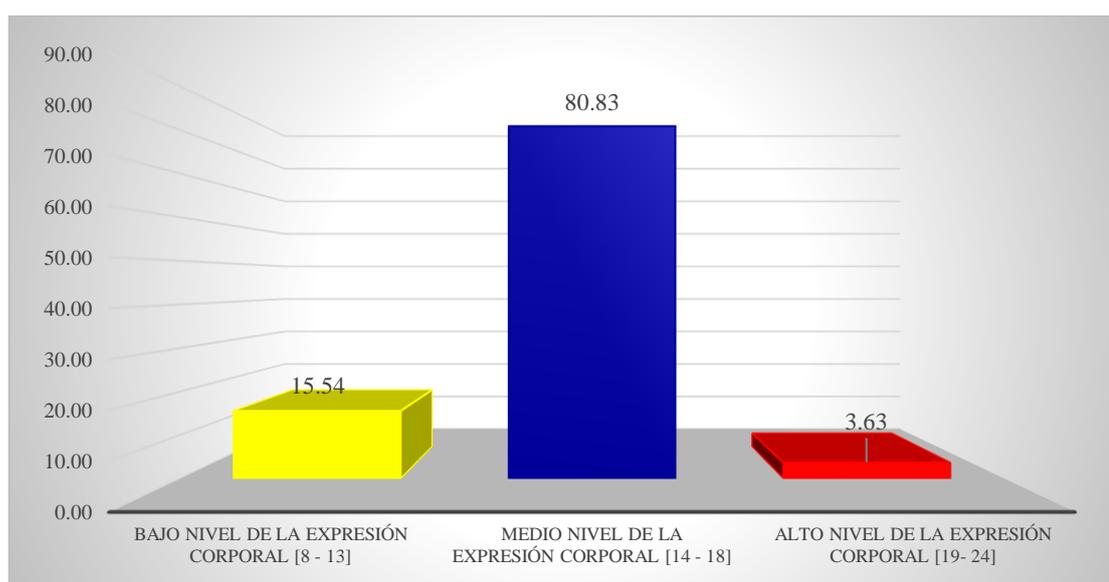


Figura 8. *Expresión corporal.*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 14 y figura 8 acerca de la característica de la expresión corporal, 156 estudiantes que representa el 80.83% sostienen que es medio; 30 que simboliza el 15.54% manifiestan que es bajo y 7 que constituye el 3.63 declaran que es alto.

Tabla 15
Vida saludable

Escala de medición	%	Nº de estudiantes
Bajo nivel de vida saludable [8 - 13]	14.51	28
Medio nivel de vida saludable [14 - 18]	61.14	118
Alto nivel de vida saludable [19- 24]	24.35	47
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

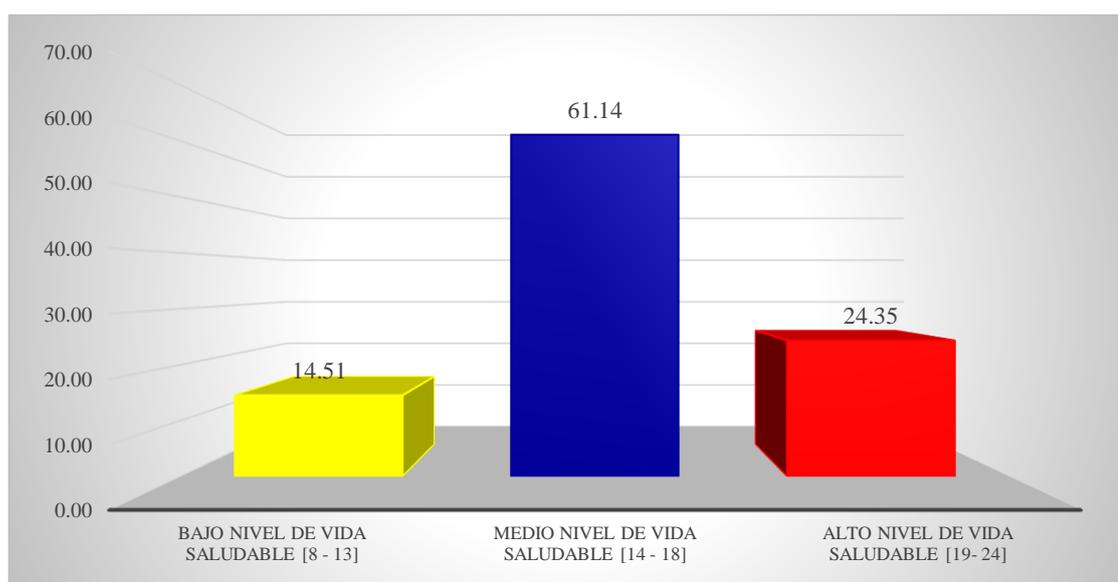


Figura 9. *Vida saludable.*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 15 y figura 9 acerca de la característica de vida saludable, 118 estudiantes que representa el 61.14% sostienen que es medio; 47 que simboliza el 24.35% manifiestan que es alto y 28 que constituye el 14.51% declaran que es bajo.

Tabla 16
Deporte formativo

Escala de medición	%	N° de estudiantes
Bajo nivel de deporte formativo [8 - 13]	24.35	47
Medio nivel de deporte formativo [14 - 18]	74.61	144
Alto nivel de deporte formativo [19- 24]	1.04	2
Total	100	193

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

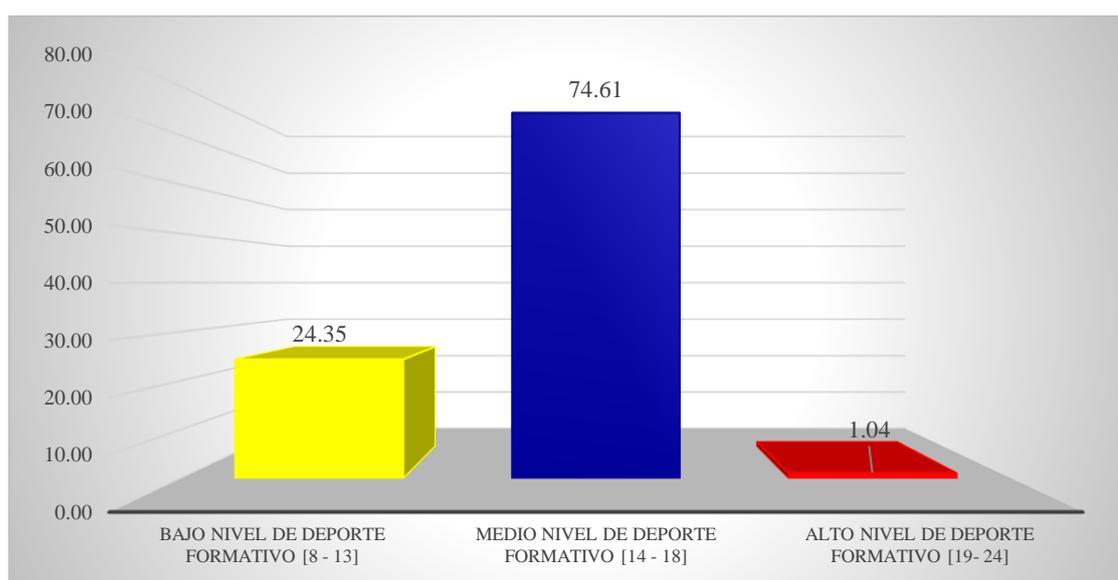


Figura 10. *Deporte formativo.*

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes de la FEH-R de la UNSM-T.

Interpretación

En la tabla 16 y figura 10 acerca de la característica del deporte formativo, 144 estudiantes que representa el 74.61% sostienen que es medio; 47 que simboliza el 24.35% manifiestan que es bajo y 2 que constituye el 1.04% declaran que es alto.

Validez de la propuesta

Tabla 17

Validez de la propuesta

Variable	N.º	Especialidad	Promedio de validez	Opinión del experto
Propuesta de actividades físico deportivas	1	Filosofía	79	Existe aptitud suficiente
	2	Educación secundaria: ciencias naturales y ecología	79	Existe aptitud suficiente
	3	Educación primaria	78	Existe aptitud suficiente
	4	Educación primaria.	79	Existe aptitud suficiente
	5	Psicólogo	80	Existe aptitud suficiente

El instrumento, que consiste en un cuestionario, fue examinado por cinco expertos, con el trabajo de comprobar la relación y congruencia en la operativización del indicador en las variables. El resultante fue una media de **79.00 puntos, que representa el 97,5% de correspondencia en los especialistas hacia el instrumento del modelo de propuesta de actividades físico deportivas**; lo que revela, que posee alta eficacia y está en condiciones técnicas para aplicarse.

IV. DISCUSIÓN

En relación a la variable formación de la corporeidad, 126 estudiantes que representa el 65.28% sostienen que es bajo, esto demuestra que no se están desarrollando la corporeidad en la FEH-R., de la UNSM-T. y 67 estudiantes que simboliza el 34.72% manifiestan que es medio. En sus dimensiones, la conciencia, 162 estudiantes que representa el 83.94% sostienen que es bajo y 31 estudiantes que simboliza el 16.06% manifiestan que es medio; el desarrollo personal, 182 estudiantes que representa el 94.30% sostienen que es bajo y 11 estudiantes que simboliza el 5.7% manifiestan que es medio; desarrollo social, 177 estudiantes que representa el 91.71% sostienen que es bajo y 16 estudiantes que simboliza el 8.29% manifiestan que es medio; el placer y alegría en el aprendizaje, 180 estudiantes que representa el 93.26% sostienen que es bajo y 13 estudiantes que simboliza el 6.74% manifiestan que es medio; y la significatividad, 141 estudiantes que representa el 73.06% sostienen que es bajo y 52 estudiantes que simboliza el 26.94% manifiestan que es medio.

Hernández, Fermín (2015) identifica que la teoría de la corporeidad no ha sido desarrollada ni trabajada en el campo de la educación física-deportiva, lo que genera una ausencia de las dimensiones conceptuales investigativas que permitan fortalecer ampliamente la construcción pedagógico-didáctica de la corporalidad.

De acuerdo a los hallazgos, se pudo estructurar de la siguiente manera: La propuesta de actividad físico deportiva, 181 estudiantes que representa el 94.30% sostienen que es medio; 6 que simboliza el 3.11% manifiestan que es bajo y 5 que constituye el 2.59% declaran que es alto.

La característica de la expresión corporal, 156 estudiantes que representa el 80.83% sostienen que es medio; 30 que simboliza el 15.54% manifiestan que es bajo y 7 que constituye el 3.63 % declaran que es alto. Estos resultados se aproximan a los hallados por Loayza, F. (2017) porque percibió que el aprender en cuanto al juego de la expresividad corporal de los estudiantes se encuentran en un 60%. Asimismo, Sánchez, N. (2015) sostiene que el maestro no realiza ejercicios de expresión corporal siendo una clase tradicional, rutinaria y fatigada donde existe ausencia de motivación como inicio para una buena predisposición de los conocimientos brindados por el docente durante la

práctica docente para ofrecer una educación con eficiencia que en la actualidad así lo exige la sociedad.

En relación a la característica de vida saludable, 118 alumnos se localizan en un nivel medio que representa el 61.14%; 47 que simboliza el 24.35% manifiestan que es alto y 28 que constituye el 14.51% declaran que es bajo. Estos resultados concuerdan con Cjuno, Ernesto (2017), el 36% de los estudiantes de pregrado en Espinar consideran que su alimentación es medianamente sana y equilibrada; el 34% de los universitarios consideran que la realización y seguimiento de los ejercicios físicos y deportivos programadas, algunos casos les permite mejorar sus estilos de vida saludable. Arbós, Teresa (2017) cuando expresa que, a mayor nivel de actividad física y gasto energético, menor es el estrés académico de los estudiantes y mayor la puntuación en la escala de adherencia a la dieta mediterránea.

En relación al deporte formativo, la mayoría se localiza en un medio nivel con 144 discentes que representa el 74.61%; el 47 que simboliza el 24.35% están bajo y 2 que constituye el 1.04% declaran que es alto. Estas manifestaciones son similares a los hallados por Cjuno, Ernesto (2017), al sostener que en los ejercicios físicos y deportivos el 33% de los estudiantes casi siempre no colaboran en las actividades organizadas; asimismo, el 35% de los estudiantes aseveran que están en forma regular.

V. CONCLUSIONES

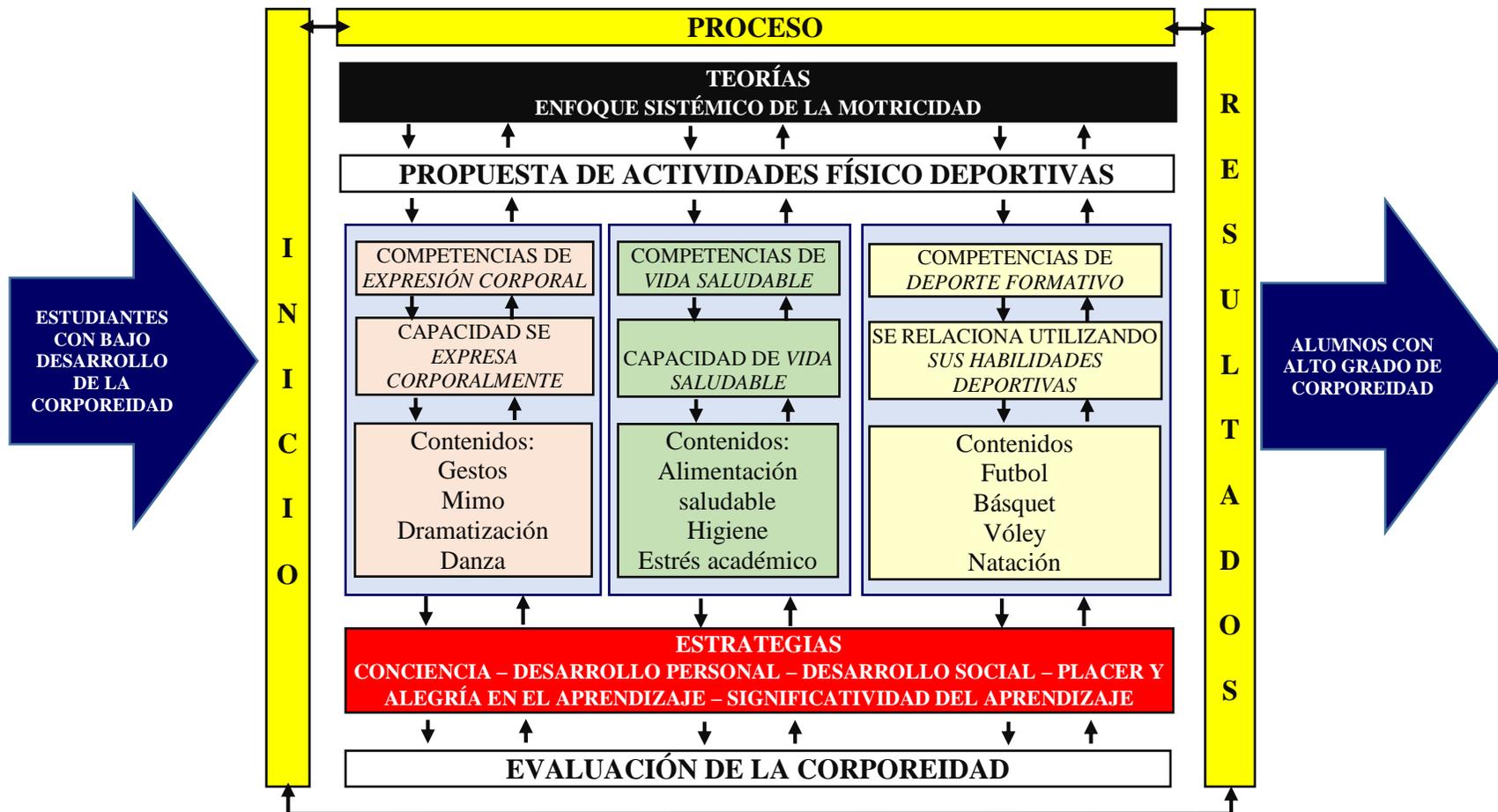
- 5.1 La propuesta de un programa de actividades físico deportivas mejorará la formación de la corporeidad en discentes de educación de la UNSM-T, 2019 porque está sustentada en el enfoque sistémico de la motricidad y desarrollará las competencias de la expresión corporal, vida saludable y deporte formativo.
- 5.2 La formación de la corporeidad en los discentes de educación de la UNSM-T se obtuvo que el 65.28% sostuvieron que es bajo y el 34.72% declaran que es medio. Esto demuestra que no se está desarrollando la corporeidad en los universitarios de educación.
- 5.3 El programa de actividades físico deportivas está caracterizada por las siguientes: la expresión corporal:156 estudiantes que representa el 80.83% sostienen que es medio; 30 que simboliza el 15.54% manifiestan que es bajo y 7 que constituye el 3.63% declaran que es alto; vida saludable: 118 estudiantes que representa el 61.14% sostienen que es medio; 47 que simboliza el 24.35% manifiestan que es alto y 28 que constituye el 14.51% declaran que es bajo; y deporte formativo:144 estudiantes que representa el 74.61% sostienen que es medio; 47 que simboliza el 24.35% manifiestan que es bajo y 2 que constituye el 1.04% declaran que es alto.
- 5.4 La validación de la propuesta del programa de actividades físico deportivas radica en que se obtuvo 79.00 puntos, con 97,5% de correspondencia entre expertos hacia las herramientas instrumentales de la propuesta de actividades físico deportivas.

VI. RECOMENDACIONES

- 6.1 A los profesores del área educativa físico deportivo ejecutar la propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes en sus respectivos centros de trabajo, sustentada en el enfoque sistémico de la motricidad.
- 6.2 A los directores de escuela profesional de educación desarrollar el programa de actividades físico deportivas en línea de la expresión corporal, vida saludable y deporte formativo.
- 6.3 A las autoridades universitarias establecer políticas educativas para la formación de la corporeidad en los estudiantes de educación de la UNSM-T.
- 6.4 A los investigadores aplicar y validar desde la experiencia educativa la propuesta del programa de actividades físico deportivas.

VII.PROPUESTA

7.1 Representación gráfica



INICIO	PROCESOS							RESULTADOS			
	Propósito	Campo de estudio	Competencias	Capacidades	Contenidos	Actividades	Estrategias				
Estudiantes con bajo desarrollo de la corporeidad	Busca del desarrollo de la corporeidad	Practica de actividades físicas deportivas	Competencia de expresión corporal	Se expresa corporalmente	Gestos	Realizar ejercicios sobre los diferentes tipos de gestos	Conciencia	Alumnos con sensibilidad humana	Alumnos con alto grado de corporeidad		
					Mimo	Desarrollo de técnicas de elaboración del personaje y La construcción de la pantomima					
					Dramatización	Desarrollo de la dramatización como manifestación expresivo-educativa					
					Danza	Desarrollo de la danza como manifestación expresivo-educativa					
			Competencia de vida saludable	Asume una vida saludable	Alimentación saludable	Conocimiento de la alimentación y nutrición	Desarrollo social			Sentir y vivir valores	
						Conocimiento de la dieta mediterránea					
					Higiene	Conocimiento de la higiene y salud					
						Conocimiento de la higiene personal					
					Estrés académico	Conocimiento sobre el estrés académico.				Placer y alegría en el aprendizaje	Felicidad
						Conocimiento sobre las áreas del estrés académico.					
			Competencia deporte formativo	Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas	Futbol	Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego	Significatividad del aprendizaje			Transferencia a vida cotidiana	
					Básquet	Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego					
					Vóley	Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego					
					Natación	Conoce y comprende los estilos de natación					

7.2. Introducción

La reciente propuesta emprende el tema del avance de la corporeidad. La nueva realidad en nuestro contexto peruano se ha transformado con rapidez los modos de vida de los estudiantes universitarios; uso indiscriminado de las nuevas tecnologías, el uso de tiempo libre, alimentación inadecuada, junto con el sedentarismo están amenazando al estudiantado de la FEH-R, de la UNSM-T.

La forma que habitual que se le ha atribuido al cuerpo en la educación básica regular y universitaria ha quedado disminuido al campo de la motricidad, mediante el proceso de enseñanza de un saber disciplinar y curricular de la educación físico deportiva, con enfoque mecánico y técnico, influenciado por la sociedad racional hegemónica que prevalece en la cultura de occidente. Cornelio (Águila S. 2019, P. 01)

La inacción física (falta de actividad física) es reconocida como el cuarto motivo de riesgo primordial para la mortalidad global 6% de las muertes a nivel mundial. (Organización mundial de la salud, 2016, p.1)

Actualmente, ser sedentario es un proceso conexo con variados padecimientos crónicos no infecciosas y padecimientos cardíaco vascular. Esta conducta día a día se forma más prevalente entre personas adolescentes como resultado del modo de vida actual. (Moreno B. 2018, P, 1)

La inactividad en la comunidad joven se traduce en una causa que predispone al menoscabo de la salud, las causas de riesgo corresponden investigarse para reducir el impacto en la población universitaria (Moreno, J.; Cruz, H.; Angarita, A., 2014, p. 2).

En la FEH-R de la UNSM-T los estudiantes no conocen sobre la expresión corporal, en temas de salud no están bien informados y la mayoría no practica deportes porque creen que no son importantes. Esto conlleva a decir que no se está desarrollando la corporeidad.

La presente propuesta de actividades físico deportivas busca desarrollar la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la UNSM-T., sustentada en enfoque sistémico de la motricidad la cual trata de desarrollar, perfiles motrices utilitarios, educativos, de rendimientos y terapéuticos. Tendencias: lúdicas, recreativas, expresivas, agonísticas y manifestaciones educación física y deporte: las danzas, los juegos, los deportes y los paradesportes.

7.3. Objetivos

Objetivo general:

Mejorar la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la UNSM-T.

Objetivos específicos:

Desarrollar actividades físicas en expresión corporal.

Desarrollar actividades físicas en vida saludable.

Desarrollar actividades físicas de deporte formativo.

7.4. Fundamentos teóricos.

Un enfoque sistémico para estudiar la motricidad actual de Marta Castañer Balcells, Oleguer Camerino Foguet

El entorno de las manifestaciones de la motricidad de Castañer, M. y Camerino, O. (2012).

El entorno de las manifestaciones de la educación física y el deporte que son: la danza, el deporte, el paradesporte y el juego.

- En el plano corporal: todas ellas parten del gesto (dinamismo) del cuerpo.
- En el plano conductual: generan habilidades motrices (acciones).
- En el plano contextual: Usan una codificación específica (comunicación).

El entorno de las tendencias motrices.

El entorno de las tendencias y sentires de la motricidad: la pedagógica, la recreativa, la expresiva y la agonística.

- En el plano corporal: todas ellas inciden en las actitudes del cuerpo.
- En el plano conductual: inciden en las capacidades motrices (potencial de acción).
- En el plano contextual: dotan de significación las tendencias motrices que usamos. (Castañer, M. y Camerino, O., 2012).

El entorno de los perfiles motrices (Castañer, M. y Camerino, O., 2012).

El entorno de los perfiles motrices: el educativo, el terapéutico, el utilitario y el competitivo.

- En el plano corporal: referida a la actividad tónica y postural del cuerpo
- En el plano conductual: inciden en las habilidades y en las capacidades motrices, pero ponen mayor énfasis en las cualidades motrices (estado motriz en cada momento).
- En el plano contextual: al tratar sobre los estados de las cualidades motrices de cada momento y situación dada, se incide sobre la capacidad de adaptación de la persona.

Los Perfiles Motrices.

Los planos de análisis: corporal, conductual, contextual y motricidad.

En el plano corporal cabe diferenciar entre:

El gesto corporal se refiere al carácter dinámico del cuerpo sin olvidar que cada gesto se conforma de múltiples microposturas.

La postura corporal se refiere a la disposición y adecuación músculo-esquelética del cuerpo.

La actitud corporal hace referencia a la significación que cada persona y grupo social da a la manera emotiva y expresiva de usar las posturas y los gestos. (Castañer, M. y Camerino, O., 2012).

En el plano de la conducta motriz cabe diferenciar (Castañer, M. y Camerino, O., 2012).

Capacidad motriz referida al potencial de la motricidad que nutre a las habilidades motrices. Cabe diferenciar entre las de tipo perceptivo, condicional y sociomotriz.

Habilidad motriz referida a la acción siempre observable que, en nuestro lenguaje, denominamos bajo formas verbales tales como: correr, saltar, girar, rasgar, empujar...

Cualidad física es el estado en que se muestra cada capacidad y habilidad motriz a cada edad o momento evolutiva. Así como capacidad lo remitimos a las actividades educativas, el término cualidad lo entendemos más propicio a actividades de rendimiento y de salud.

En el plano contextual cabe diferenciar (Castañer, M. y Camerino, O., 2012).

Adaptación: en relación con la capacidad que poseemos de recibir las interacciones con el mundo material y social.

Significación en relación con la capacidad que poseemos de consensuar tales interacciones.

Codificación en relación con la capacidad que poseemos de reelaborar simbólicamente tales interacciones

Con todo ello podemos constatar que la motricidad la constituyen

Perfiles motrices: de tipo utilitario, educativo, de rendimiento y terapéutico

Tendencias o sentires: lúdica, recreativa, expresiva, agonística

Manifestaciones educación física y deporte: la danza, el juego, el deporte y el para deporte (Castañer, M. y Camerino, O., 2012)

Concepto de Motriz (Castañer y Camerino, 2006, p. 17) como:

El carácter cinésico procedente del latín *cine*, que conforma el *cinema* como elemento básico de lo motriz. El carácter simbólico constituye un instrumento para comunicar pensamientos y saberes. Así que, toda acción motriz se sirve de la expresión corporal. El carácter cognitivo deriva de *cognoscere*, y entiende que lo motriz es subyacente a todo tipo de desarrollo de aprendizaje y cognitivo.

7.5. Fundamentación

- a. Filosófica.** La propuesta de actividades físico deportiva, desea hacer de nuestro cuerpo (corporeidad) una herramienta significativa de comunicación, al ofrecer los cuidados necesarios, al conceder las capacidades de expresión, de salud y deportiva e incluso de competitividad bien entendida se convierten en propósitos valiosos para nuestra existencia.
- b. Epistemológica.** La propuesta de actividades físico deportiva es una experiencia pedagógica que se apoya en los saberes científicos para conseguir la mejora de la corporeidad ya que existe una problemática en la denominación de nuestro campo del saber.
- c. Sociológica:** La práctica físico deportiva, como toda actividad humana, construye a la corporeidad bajo el marco de las interacciones sociales de los individuos, la propuesta es una herramienta de transferencia de cultura y como resultado social, la destreza física deportiva se transforma en un mecanismo esencial en los procesos de socialización.
- d. Axiológica.** La propuesta de actividades físico deportiva, crea y fortalece valores, como el trabajo de equipo, la solidaridad, la perfección, distinción y esfuerzo individual, la paciencia, respeto a los otros y a las normas, empatía, responsabilidad, que favorece a la mejora personal.
- e. Psicológica.** La propuesta de actividades físico deportivas logrará una autoestima alta, asociada con sentires de complacencia por los beneficios conseguidos. De igual manera, induce a un aumento del impulso de carácter y el autocontrol en el estilo de existencia de los sujetos y desarrollará un excelente predominio del organismo lo que provocará mayor solidez y confianza propia.
- f. Pedagógica.** La propuesta con enfoque pedagógico es esencial porque contribuye y fomenta el desarrollo total y armónico del estudiante universitario (corporeidad), a través de la experiencia sistémica de las acciones físico deportivas.

7.6. Pilares

Los pilares del programa de actividades físicas deportivas son tres:

La expresividad corpórea es una disciplina que accede hallar, a través del análisis y la reflexión de la ocupación del organismo, una expresión verbal propio. Este código puro, sin signos preestablecidos, es una forma de la interacción comunicativa que localiza su significación propia más allá de la expresividad verbalizada.

La vida saludable: Son aquellas conductas que se tienen asumidas como propias en nuestra vida diaria y que inciden significativamente en nuestro bienestar corporal, cognitivo y social. Dichos hábitos son la nutrición, el descanso y la destreza del ejercicio físico correctamente proyectada.

Deporte formativo. Es un hecho social y cultural, relacionado con las actitudes de la corporeidad lúdico-expresivo de la persona como elemento biopsicosocial que compone aspectos simbólicos, rituales y marcos de acción con diversas razones, beneficios y necesidades, y representa acciones agónicas, antagónicas, juegos de recreación, aprendizaje, ejercicio, entrenamiento, exposición consigo mismo, con otros, con el ambiente, con o sin implementos, en escenarios y tiempos determinados.

7.7. Principios.

- Principio de la *oportunidad* consiste en el aprovechamiento de las oportunidades que se presentan durante el día para realizar ejercicios físicos y se convierta en hábito.
- Principio de la *universalidad* consiste en que todas las personas efectúan ejercicios físicos acorde a sus peculiaridades individuales; edad, sexo, condición física... Existe un dinamismo físico conveniente para cada individuo. Opta por algo que le guste y le haga divertir.
- Principio de la *individualización* consiste que el ejercicio físico es para uno, incluida y acomodada para sí misma,

- Principio de la *progresión* consiste en la revisión médica, moderada, permanente, progresiva y controlada. Evita ser interrumpida, intensa e irregular.
- Principio del *desarrollo integral* consiste en que la actividad física no sólo afecta el aspecto físico, sino también, lo emocional y todas las personas.
- Principio de la *motivación* consiste en que los ejercicios son atrayentes, variados, formativos, equilibrados, dinámicos y satisfechos, que busca siempre el componente motivador. Sin dejar de realizarlo dentro de un umbral sano de intensidad, que controle los riesgos, sin descuidar el calentamiento y los estiramientos.
- Principio de la *prescripción* consiste en la búsqueda de consejos y asistencia de buenos profesionales; no obstante, debe ser consciente que una vida saludable depende, en mayor parte, de uno mismo. Cualesquiera de las actividades físicas deben ser prescrito por un experto competente.
- Principio de la *sostenibilidad* consiste en respetar el medio y el entorno a realizar las actividades. Se deben ingerir sustancias naturales, llevar una alimentación sana que favorece a aumentar el desempeño intelectual y físico.
- Principio de la *interpersonalidad* consiste en la práctica de ejercicios físicos con los familiares, amistades y conocidos. Se trata de infundirles este hábito para ser un modelo para los niños y facilitarles los medios para que lleven un estilo de vida sana y ágil.
- Principio de la *complementariedad* consiste en la salubridad física como medio para el bienestar y placidez, pero no una obstinación como único fin transcendental.

7.8. Características

Formativa. Busca desarrollar el lazo interdisciplinar en formar, investigar y proyectar socialmente que ofrece reflexión académica en torno a la propuesta de actividades físico-deportivas, que favorezca la formación profesional de los individuos, con el objeto de lograr la formación integral que persigue la corporalidad y la UNSM-T.

Preventiva. Promueve el desarrollo de reforzar las habilidades de las personas, actividades dirigidas a las modificaciones sociales, medioambientales y

económicas, con el propósito de calmar sus efectos en la salud, que contribuye en el logro con productos significativos en el progreso y mejora de calidad de la vida.

Permanente. La práctica de la actividad física deportiva necesita desarrollar habitualmente y debe realizarse con la periodicidad requerida de acuerdo a lo planificado. No se cumplirá desarrollar la corporeidad si los ejercicios físicos se interrumpen constantemente o si no se sostiene regularmente la práctica.

Integral. Establecer y desarrollar un programa de actividades físico deportivas, y concibe al ser humano como un elemento orgánico (corporalidad) donde se relacionen componentes cognoscitivos, motores y afectivos, que respeten los procedimientos específicos que conforman su complejidad.

Inclusiva: El programa de actividades físicas deportivas fomenta actitudes positivas hacia la diversidad y las diferentes capacidades físicas de nuestros alumnos y alumnas.

7.9 Contenidos.

La propuesta se desarrolla a través de una planificación curricular en torno a la corporeidad, el tiempo es de un año académico (dos ciclos). Los que van a formar parte en esta propuesta de actividades físicas deportivas para desarrollar la corporeidad son los universitarios de las tres carreras profesionales (inicial, primaria y secundaria) de la FEH –R., de la UNSM-T. Las fases que se llevarán a cabo son: inicio, proceso y resultado en cuanto a los **contenidos** que se desarrollarán en la propuesta son los gestos, mimo, dramatización, danza, alimentación saludable, higiene, estrés académico, fútbol, básquet, vóley, natación. Las **actividades** a desarrollar son: desarrollo de los tipos de gestos, desarrollo de técnicas de elaboración del personaje y la construcción de la pantomima, desarrollo de la dramatización como manifestación expresivo-educativa, desarrollo de la danza como manifestación expresivo-educativa, conocimiento de la alimentación y nutrición, conocimiento de la dieta mediterránea conocimiento de la higiene y salud, conocimiento de la higiene personal, conocimiento sobre el estrés académico, conocimiento sobre las áreas del estrés académico, Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego, Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego, Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego y Conoce y comprende los estilos de natación y las **estrategias** que se

desarrollan en la propuestas son: *Conciencia, desarrollo personal, desarrollo social, placer y alegría en el aprendizaje, significatividad del aprendizaje.*

7.10 Matriz de actividades de evaluación.

Objetivos	Actividades	Sujetos de estudio	Metas con indicadores de resultados	Plazos	Materiales	Evaluator
Los alumnos se expresa corporalmente a través de los gestos, el mimo, el drama y la danza para lograr el desarrollo de la corporeidad	Realizar ejercicios sobre los diferentes tipos de gestos	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante los gestos	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Desarrollo de técnicas de elaboración del personaje y La construcción de la pantomima	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante el mimo	2 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Desarrollo de la dramatización como manifestación expresivo-educativa	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante el drama	2 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Desarrollo de la danza como manifestación expresivo-educativa	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante la danza	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
Los alumnos asumen una vida saludable a través del conocimiento de la alimentación, la nutrición, la dieta y la higiene para lograr el desarrollo de la corporeidad	Conocimiento de la alimentación y nutrición y la dieta mediterránea	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos Muestra hábitos saludables en su alimentación y nutrición	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Conocimiento de la higiene y salud	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos Incorporan prácticas de cuidado al asearse y vestirse	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Conocimiento sobre el estrés académico	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos ponen en práctica estrategias contra el estrés académico	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
El alumno se relaciona utilizando sus habilidades deportivas mediante la práctica del fútbol, básquet, vóley y básquet. para lograr el desarrollo de la corporeidad	Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego del vóley	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos desarrollan la corporeidad mediante la practican del juego del vóley	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego del fútbol	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos desarrollan la corporeidad mediante la practican del juego del fútbol	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Conoce y comprende los fundamentos y técnicas de juego del básquet	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos desarrollan la corporeidad mediante la Practica del juego del básquet	3 semanas	Humanos y materiales	Investigador
	Conoce y comprende los estilos de natación	Alumnos de educación de la FEH-R	El 100% de los alumnos desarrollan la corporeidad mediante la práctica de la natación	2 semanas	Humanos y materiales	Investigador

7.11. Evaluación

Será validado a través de la valoración minuciosa de 5 jueces especializados en la materia, quienes definirán si la propuesta de actividades físicas deportivas es factible o no, y si se puede ejecutar o si se puede aplicar.

7.12 Vigencia

La vigencia de la propuesta se desarrollará en los ciclos académicos 2020-I y 2010-II.

7.13 Retos.

Para que la propuesta funcione, se debe de vencer muchas dificultades, tales como:

- Gestionar para que el programa sea aceptado en las actividades de integración del proceso de acreditación.
- Lograr que la propuesta se implemente y mantenga adecuadamente el avance de las sesiones teórico-prácticas vivenciadas
- Mejorar la calidad de la propuesta de ejercicios físicos deportivos para desarrollar la corporeidad de acuerdo a las características y exigencias de los alumnos.
- Que la presente propuesta de actividades físicas deportivas pueda ser aplicada en todas las facultades de la Universidad.

7.14. Sesiones.



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 1
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>La expresión corporal.</i>	<i>Se expresa corporalmente.</i>	<i>Realizar ejercicios sobre los diferentes tipos de gestos.</i>	<i>Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante los gestos.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera los gestos. - Planteamiento sobre los gestos.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre los gestos. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre los diferentes tipos de gestos.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|------------|
| Proyector. | Papelotes. |
| Campo deportivo. | Plumones. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se expresa corporalmente.	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante los gestos.	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA



DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

1. **PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
2. **SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
3. **CICLO/AULA** : I / P / S
4. **SESIÓN** : 2
5. **FECHA** :
6. **DURACIÓN** : 6 horas.
7. **DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>La expresión corporal.</i>	<i>Se expresa corporalmente.</i>	<i>Realizar ejercicios sobre el mimo.</i>	<i>Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante la construcción de la pantomima.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera el mimo. - Planteamiento sobre el mimo.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre el mimo. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre el mimo.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|------------|
| Proyector. | Papelotes. |
| Campo deportivo. | Plumones. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se expresa corporalmente.	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante la construcción de la pantomima.	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 3
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>La expresión corporal.</i>	<i>Se expresa corporalmente.</i>	<i>Realiza representaciones mediante el drama.</i>	<i>Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante el drama.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera el drama. - Planteamiento sobre el drama.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre el drama. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre el drama.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|------------|
| Proyector. | Papelotes. |
| Campo deportivo. | Plumones. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se expresa corporalmente	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante el drama	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

1. **PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
2. **SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
3. **CICLO/AULA** : I / P / S
4. **SESIÓN** : 4
5. **FECHA** :
6. **DURACIÓN** : 6 horas.
7. **DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>La expresión corporal.</i>	<i>Se expresa corporalmente.</i>	<i>Realizar ejercicios sobre los diferentes tipos de danza.</i>	<i>Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante la danza.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera la danza. - Planteamiento sobre la danza.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre la danza. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre los diferentes tipos de danzas.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|-------------------|
| Proyector. | USB. |
| Campo deportivo. | Equipo de sonido. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se expresa corporalmente.	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad al utilizar su lenguaje corporal mediante la danza.	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 5
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
Vida saludable.	Asume un vida saludable.	Conocimiento sobre la alimentación y nutrición.	Los alumnos muestran hábitos saludables en su alimentación y nutrición.

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera la alimentación y nutrición. - Planteamiento sobre la alimentación y nutrición.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre hábitos de alimentación y nutrición. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre los diferentes tipos de dietas.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|------------|
| Proyector. | Papelotes. |
| Campo deportivo. | Plumones. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Asume un vida saludable.	Los alumnos muestran hábitos saludables en su alimentación y nutrición.	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 6
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>Vida saludable.</i>	<i>Asume un vida saludable.</i>	<i>Conocimiento sobre la higiene y salud.</i>	<i>Los alumnos incorporan prácticas de higiene y salud.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera la higiene y salud. - Planteamiento sobre la higiene y salud.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre la higiene y salud. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre la higiene y salud.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|------------|
| Proyector. | Papelotes. |
| Campo deportivo. | Plumones. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Asume un vida saludable.	Los alumnos incorporan prácticas de higiene y salud.	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 7
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
Vida saludable.	Asume un vida saludable.	Conocimiento sobre el estrés académico.	Los alumnos ponen en práctica estrategias contra el estrés académico.

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera el estrés académico. - Planteamiento sobre el estrés académico.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre distintos enfoques y estrategias sobre el estrés académico. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre el estrés académico.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|------------|
| Proyector. | Papelotes. |
| Campo deportivo. | Plumones. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Asume un vida saludable.	Los alumnos ponen en práctica estrategias contra el estrés académico.	Lista de cotejo.

V°/B° DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 8
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>Deporte formativo.</i>	<i>Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas.</i>	<i>Practica los fundamentos técnicos del vóley.</i>	<i>Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica del vóley.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera el vóley. - Planteamiento sobre los fundamentos técnicos del vóley.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre distintos enfoques del vóley. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre los fundamentos técnicos del vóley.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|-----------------|---------|
| Proyector | Conos. |
| Campo deportivo | Balones |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica del vóley	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA

DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S



ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

1. **PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
2. **SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
3. **CICLO/AULA** : I / P / S
4. **SESIÓN** : 9
5. **FECHA** :
6. **DURACIÓN** : 6 horas.
7. **DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
Deporte formativo.	Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas.	Practica los fundamentos técnicos del fútbol.	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica del fútbol.

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera el fútbol. - Planteamiento sobre los fundamentos técnicos del fútbol.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre distintos enfoques del fútbol. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre los fundamentos técnicos del fútbol.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- Proyector. Conos.
Campo deportivo. Balones.

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas.	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica del fútbol.	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 10
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>Deporte formativo.</i>	<i>Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas.</i>	<i>Practica los fundamentos técnicos del básquet</i>	<i>Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica del básquet.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera el básquet. - Planteamiento sobre los fundamentos técnicos del básquet.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre distintos enfoques del básquet. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disentir libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre los fundamentos técnicos del básquet.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

- | | |
|------------------|----------|
| Proyector. | Conos. |
| Campo deportivo. | Balones. |

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas.	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica del básquet..	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1. PROGRAMA** : Actividad física deportiva para desarrollar la corporalidad.
- 2. SEMESTRE ACADÉMICO** : 2020-I.
- 3. CICLO/AULA** : I / P / S
- 4. SESIÓN** : 11
- 5. FECHA** :
- 6. DURACIÓN** : 6 horas.
- 7. DOCENTE** : Lic. M. Sc Edgard Martin Esquen Perales

II. PROGRAMACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	TEMÁTICA	PRODUCTO ACADÉMICO
<i>Deporte formativo.</i>	<i>Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas.</i>	<i>Practica los diferentes estilos de natación.</i>	<i>Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica de la natación.</i>

III. SECUENCIA METODOLÓGICA

ACTIVIDADES DE INICIO
<ul style="list-style-type: none"> - Qué pasaría si no existiera la natación. - Planteamiento sobre los estilos de natación.
ACTIVIDADES DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - Se sientan en un círculo, se cogen de las manos y, cierran los ojos, se centran en la respiración y la sensación corporal, y deja pasar el pensamiento o emoción para vincular con la situación actual. - Se dedica un momento para opinar cómo se sienten, plantean algún cuestionamiento de utilidad para el escenario vigente, para mirarse y reflexionen del grupo. - Se centran en la práctica y el sentir y tratan de conservar la atención plena al ejecutar el ejercicio sobre distintos modos de nadar. - Se dedica un momento para la reflexión-crítica individual y redacta en un diario personalizado lo practicado (autoevaluación). - Se reúnen en grupos pequeños en la que se contrasta las vivencias y las dimensiones intelectuales comprometidos, así como su transmisión a la vida diaria. - Al final, se regresa a la asamblea, se sientan de nuevo en círculo para colaborar, interrogar, disenter libre y seriamente sobre los acontecimientos.
ACTIVIDADES FINALES
<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes se cogen de las manos, cierran los ojos y meditan para culminar la acción compartida.
ACTIVIDAD INVESTIGATIVA
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: Recopilación sobre los estilos de natación.

IV. MEDIOS Y MATERIALES

Proyecto. Flotadores.
Piscina. Silbato.

V. DISEÑO DE EVALUACIÓN

CAPACIDAD	PRODUCTO	INSTRUMENTO
Se relaciona utilizando sus habilidades deportivas.	Los alumnos resuelven situaciones de corporeidad mediante la práctica de la natación.	Lista de cotejo.

Vº/Bº DAE-R

DOCENTE



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES-RIOJA**



**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE EDUCACIÓN I-P-S**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN I-P-S

SESIÓN DE APRENDIZAJE

Ejemplo de instrumento: Lista de cotejo

AUTO EVALUACIÓN Y COEVALUACIÓN DEL ALUMNO						
Auto evaluación	Nombre:					
coevaluación	Nombre:					
Ciclo:	Nivel:		Fecha:			
Actividad: Diferentes tipos de gestos	Auto evaluación del alumno			Coevaluación del alumno		
Baremos (marca con una x)	Lo hago	Lo intento	Lo consigo	Lo hace	Lo intenta	Lo consigue
Vive el presente, se da cuenta que estas experimentando los tipos de gestos en el mismo instante.						
Identifica sus puntos débiles y puntos fuertes al realizar las actividades sobre los gestos.						
Explora y experimenta lo corporal de los valores deseables en las actividades de gestos.						
Seguridad de sí mismo, equilibrio afectivo, creatividad, etc al realizar las actividades sobre gestos.						
Las actividades son realizadas en un estado de ánimos alegres y positivos y sienten Placer al experimentar los diferentes tipos de gestos.						

REFERENCIAS

- Águila S. y López V. (2019). *Cuerpo, corporeidad y educación: una mirada reflexiva desde la Educación Física*. Body, corporeality and education: a reflective look from Physical Education Universidad de Almería (España).
- Arbós, T. (2017). *Actividad Física y Salud en Estudiantes Universitarios desde una Perspectiva Salutogénica*, Universitat de les Illes Balears. islas baleares- España.
- Barraza, A. y Silerio, J. (2007). *El Estrés Académico en Alumnos de Educación Media Superior: un Estudio Comparativo*. Universidad Pedagógica de Durango.
- Barbosa, S. y Urrea, Á. (2018). *Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica*. Investigación KATHARSIS, N 25. *Revista de Ciencias Sociales*. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369972>
- Beingolea, A. (2017). *A favor de la ley que regula los programas deportivos de alta competencia en las universidades*. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Blanco, María (2009). *Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación*. Iberoamérica Institución Universitaria. Colombia.
- Borobio, P. y Moreno, P. (2009). *La educación y la higiene*. Ediciones Universidad de Salamanca.
- Canales (1994). *Metodología de la investigación*. Manual para el desarrollo de personal y salud. Washington: Organización Panamericana de Salud.
- Carvajal, D. (2012). *El voleibol como herramienta pedagógica para mejorar la inclusión social de los estudiantes con limitación auditiva en el grado IX del I.E.D Jorge Eliecer Gaitan*. Universidad Libre de Colombia. Bogotá. Recuperado de: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/9140/TESIS%20TERMINADA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castañer, M. y Camerino, O. (2012). *Un enfoque sistémico para estudiar la motricidad actual*. Motricidad y Persona,9 (9-18). Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Oleguer_Camerino/publication/257943849_Un_enfoque_sistemico_para_estudiar

- Cintra, O. y Balboa, Y. (2011). *La actividad física: un aporte para la salud*. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 16, N° 159, agosto. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4684607.pdf>.
- Cjuno, E. (2017). *Fomento de Actividades Físico Deportivas y la Formación de Estilos de Vida Saludable en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Educación*. (tesis de pregrado) Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco sede Espinar. Arequipa Perú.
- De Alcántara, P. (2003). *Tratado de higiene escolar*. Guía Teórico-Práctica, Biblioteca Virtual Universal.
- Del Bosque, V. (2013). *El fútbol, educación y formación Cultura, Ciencia y Deporte*. Vol. 8, núm. 22, 2013, pp. 69-72. Universidad Católica San Antonio de Murcia. Murcia, España.
- Diario El Peruano (2016). Ley N° 30476. *Los programas deportivos de alta competencia en las universidades*. Congreso de la República, Lima Perú.
- Diccionario de la Lengua Española (2018) Edición del Tricentenario.
- Figuerola, J. (2013). *Actividad física, salud y calidad de vida. El discurso de las personas con hábitos sedentarios*. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Chile.
- García, I.; Pérez, R.; Calvo, Á. (2013). *Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo*. Federación Española de Docentes de Educación Física España.
- García, J.; Parada, N. & Ossa, A. (2017). *El drama creativo una herramienta para la formación cognitiva, afectiva, social y académica de estudiantes y docentes*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 15 (2), pp. 839-859.
- González, A, y González, C. (2010). *Educación física desde la corporeidad y la motricidad*. Revista Hacia la Promoción de la Salud, vol. 15, núm. 2, julio-diciembre, 2010, pp. 173-187 Universidad de Caldas.
- Hernández, Fernández y Baptista (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta edición. México: Mc Graw Hill Interamericana S.A.
- Hernández, F. (2015). *Educación física a través de la corporeidad y su incidencia en el desarrollo de la inteligencia en los niños de 7 a 10 años*. (tesis de maestría) Universidad Militar Nueva Granada. Bogotá, Colombia.
- Loayza, F. (2017). *Programa de juego de expresión corporal para mejorar los logros de aprendizaje de los estudiantes de la Institución Educativa 84185 "Santa Cruz"*–

- distrito de Ragash provincia de Sihuas.* (Tesis de pregrado). Universidad Católica Los Ángeles Chimbote Perú.
- Martín, I. (2007). *Estrés académico en estudiantes universitarios.* Universidad de Sevilla.
- Martínez, J. y Villarino, A. (2014) *Dieta Mediterránea, avances en alimentación nutrición y dietética,* Edición Punto Didot. Madrid.
- Ministerio de Educación (2014). *Corporeidad y motricidad.* Plan nacional de fortalecimiento de la educación física y el deporte escolar. Perú.
- Ministerio de Educación (2017). *Currículo Nacional de la Educación Básica.* Programa curricular de Educación Primaria Primera Edición: marzo 2017 Impreso en el Perú.
- Michalus, J., Sarache, W, & Hernández, G. (2015). *Método de expertos para la evaluación ex-ante de una solución organizativa.* Visión de futuro, 19(1) Recuperado de: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-87082015000100001&lng=es&tlng=es.
- Moreno, J. (2018). *Niveles de sedentarismo en estudiantes universitarios de pregrado en Colombia.* Revista Cubana de Salud Pública; 44(3): e 881.
- Moreno, J.; Cruz, H.; Angarita, A. (2014). *Evaluación de razones de prevalencia para sedentarismo y factores de riesgo en un grupo de estudiantes universitarios.* Chía, Colombia Enfermería Global
- Olivar, I. y Alcaraz B. (2016). *Estrategias lúdicas para desarrollar la corporeidad de los niños del primer grado del nivel primaria en las sesiones de educación física.* Revista Educateconciencia. Volumen 9, No. 10. ISSN: 2007-6347 enero-marzo 2016 Tepic, Nayarit. México Pp. 122-138.
- Ordaz, V. y Saldaña, G. (2005). *Análisis y crítica de la metodología para la realización de planes regionales en el Estado de Guanajuato.* México.
- Ordóñez, K. y Salazar, D. (2015). *Estudio de los beneficios de la natación en el desarrollo psicomotor en niños de entre 7-11 años de la unidad educativa Víctor Gerardo Aguilar, en el año 2014.* Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación. Carrera de Cultura Física. Universidad de Cuenca, Ecuador.
- Organización Mundial de la Salud (2016). *Estrategia global sobre dieta, actividad física y salud.* Recuperado de: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/en/>
- Organización Panamericana de la Salud (2018). *Últimos “Indicadores Básicos” de la OPS arrojan luz sobre la situación de salud en las Américas.* Recuperado el 22 de octubre de 2019 de: https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view

=article&id= 4243:ultimos-indicadores-basicos-de-la-ops-arrojan-luz-sobre-la-situacion-de-salud-en-las-americas&Itemid=900

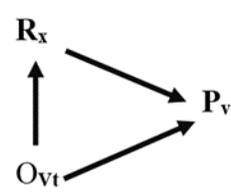
- Pérez, R.; Haro, M.; Fuentes, A. (2012). *El mimo como recurso en expresión corporal a nivel educativo y recreativo*. Revista digital de educación física Universidad Pablo de Olavide. Sevilla.
- Pira, J. (2016). *La danza folclórica como estrategia pedagógica para contribuir en el trabajo en equipo entre géneros*. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia.
- Rodríguez, J. (2010). *Análisis de la comunicación no verbal*. Revista Latina de comunicación social Universidad de la Laguna.
- Rodríguez, M. (2015) *Voleibol: análisis de su estructura y características para entender el juego*. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 20, N° 210, noviembre de 2015. <http://www.efdeportes.co>
- Rojas, M., Vélez, H. y Flórez, L. (2009). *Actividad física y salud: Una síntesis histórica, epidemiológica y psicosocial*. Tipica, Boletín Electrónico de Salud Escolar, julio-diciembre 2009, Volumen 5, Número 2. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/234076508_Actividad_fisica_y_salud_Una_sintesis_historica_epidemiologica_y_psicosocial
- Rosales, Y.; Peralta, L.; Yaulema, L.; Pallo, J.; Orozco, D.; Caiza, V.; Parreño, Á.; Barragán, V.; Ríos, P. (2017). *Alimentación saludable en docentes*. Rev Cubana Medicina General Integral vol.33 no.1 Ciudad de La Habana
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2002). *Metodología y diseño de la investigación científica*. Perú: Editorial Universidad Ricardo Palma.
- Sánchez, María y De Luna, Elvira (2015). *Hábitos de vida saludable en la población universitaria*. Departamento de Enfermería, Facultad de Enfermería de Melilla, Universidad de Granada.
- Sánchez, N. (2015). *La expresión corporal y su incidencia en la predisposición para el Aprendizaje de los estudiantes de Quinto Año de Educación Básica de la escuela Unión Nacional de Periodistas del cantón Pillaro, provincia de Tungurahua*. (Tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato – Ecuador.
- Sanz, I.; Martínez, V.; Cid, L. (2016). *¿Influye la especialización en los estilos de natación sobre la extensibilidad isquiosural?* Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, vol. 16, núm.61, marzo, 2016, pp. 55-69. Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, España.

- Schinca, M. (2010). *Expresión corporal técnica y expresión del movimiento*. Wolters Kluwer España, S.A Cuarta Edición Madrid, España.
- Taborda, M. & Fernández, A. (2010). *Educación Física, corporalidad, formación: notas teóricas*. En Revista educación física y deporte, 29 (2), 227-234.
- Trigo AE, Rey A. (1999). *La Corporeidad como expresión de lo Humano*. En: I Congreso Internacional de Motricidad Humana. Almada-Portugal 3-6 de septiembre de 1999. La Coruña. Universidade da Coruña, 1999; [citado 22 de noviembre de 2009]. Disponible en: <http://www.portalfitness.com/Nota.aspx?i=7226>
- Vargas, C. (2012). *Ciencias del Deporte: Evolución de aspectos teórico científicos*. Revista “Entramado”, Vol. 8. N° 1., pp. 140 – 165 (enero -junio). Recuperado el 4 de noviembre de 2019, de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4045756>
- Vega, A. (2015). *La danza como herramienta para la integración y el aprendizaje integral del alumnado con Necesidades Educativas Especiales en Educación Física*. Universidad Nacional de Valladolid. España.
- Vera, G. (2017). *Modelo didáctico basado en el enfoque sistémico para desarrollar la expresión corporal en los Estudiantes de la Especialidad de Educación Inicial de la FACHSEUNPRG*. Lambayeque Perú.
- Vidarte, J., Vélez, C. Sandoval C. Alfonso, M. (2011). *Actividad física: Estrategia de promoción de la salud*. Revista Hacia la Promoción de la Salud, Volumen 16, No.1, enero - junio 2011, págs. 202 - 218 ISSN 0121-7577. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>
- Villón, F. (2013). *Estrategia metodológica para la masificación del baloncesto en la categoría de 8 – 12 años en los niños de la comunidad José Luis Tamayo, Muey del cantón Salinas, provincia de Santa Elena, en el año 2012*. Universidad Estatal Península de Santa Elena. La Libertad, Ecuador.
- Welch, S., & Comer, J. (1988). *Quantitative Methods for Public Administration*: Pacific Grove: Brooks.

ANEXOS

Matriz de consistencia

Título: Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Técnicas e Instrumentos																																	
<p>Problema general ¿De qué manera la propuesta de un programa de actividades físico deportivas mejorara la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es el estado actual de la formación de la corporeidad en los estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín?</p> <p>¿Qué Características debe tener el programa de actividades físico deportivas?</p> <p>¿Cuáles son los resultados de la validación de la propuesta del programa de actividades físico deportivas?</p>	<p>Objetivo general Elaborar una propuesta de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019.</p> <p>Objetivos específicos Describir el estado actual de la formación de la corporeidad en los estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín.</p> <p>Establecer las características del programa de actividades físico deportivas.</p> <p>Analizar los resultados de la validación de la propuesta del programa de actividades físico deportivas.</p>	<p>Hipótesis general La propuesta de un programa de actividades físico deportivas mejorara la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019.</p>	<p>Técnica Encuesta</p> <p>Instrumentos Cuestionario</p>																																	
Diseño de investigación	Población y muestra	Variables y dimensiones																																		
 <p>Rx: Diagnóstico. Ov_t: Estudios teóricos. Pv: Propuesta de actividades físico deportivas.</p>	<p>Población</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Carrera profesional</th> <th>Estudiantes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Inicial</td> <td>199</td> </tr> <tr> <td>Primaria</td> <td>95</td> </tr> <tr> <td>Secundaria</td> <td>94</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>388</td> </tr> </tbody> </table> <p>Muestra</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Carrera profesional</th> <th>Estudiantes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Inicial</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>Primaria</td> <td>46</td> </tr> <tr> <td>Secundaria</td> <td>46</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>193</td> </tr> </tbody> </table>	Carrera profesional	Estudiantes	Inicial	199	Primaria	95	Secundaria	94	Total	388	Carrera profesional	Estudiantes	Inicial	99	Primaria	46	Secundaria	46	Total	193	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Variables</th> <th>Dimensiones</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">Propuesta de un programa de actividades físico deportivas</td> <td><i>Expresión corporal</i></td> </tr> <tr> <td><i>Vida saludable</i></td> </tr> <tr> <td><i>Deporte formativo</i></td> </tr> <tr> <td rowspan="4">Formación de la corporeidad</td> <td><i>Consciencia</i></td> </tr> <tr> <td><i>Desarrollo personal</i></td> </tr> <tr> <td><i>Desarrollo social</i></td> </tr> <tr> <td><i>Placer y alegría en el aprendizaje</i></td> </tr> <tr> <td></td> <td><i>Significatividad del aprendizaje</i></td> </tr> </tbody> </table>		Variables	Dimensiones	Propuesta de un programa de actividades físico deportivas	<i>Expresión corporal</i>	<i>Vida saludable</i>	<i>Deporte formativo</i>	Formación de la corporeidad	<i>Consciencia</i>	<i>Desarrollo personal</i>	<i>Desarrollo social</i>	<i>Placer y alegría en el aprendizaje</i>		<i>Significatividad del aprendizaje</i>
	Carrera profesional	Estudiantes																																		
Inicial	199																																			
Primaria	95																																			
Secundaria	94																																			
Total	388																																			
Carrera profesional	Estudiantes																																			
Inicial	99																																			
Primaria	46																																			
Secundaria	46																																			
Total	193																																			
Variables	Dimensiones																																			
Propuesta de un programa de actividades físico deportivas	<i>Expresión corporal</i>																																			
	<i>Vida saludable</i>																																			
	<i>Deporte formativo</i>																																			
Formación de la corporeidad	<i>Consciencia</i>																																			
	<i>Desarrollo personal</i>																																			
	<i>Desarrollo social</i>																																			
	<i>Placer y alegría en el aprendizaje</i>																																			
	<i>Significatividad del aprendizaje</i>																																			

Vida saludable	11	Según tu opinión: la ejecución de las actividades físicas programadas permiten cambiar los estilos de higiene y salud de los estudiantes.			
	12	Según tu opinión: la ejecución de las actividades físicas programadas permiten cambiar los estilos de higiene personal de los estudiantes.			
	13	Según tu opinión: la presión académica te provoca estrés por los siguientes motivos. Trabajos obligatorios (Repercusión de los trabajos, Plazos de presentación de los trabajos, Tiempo para las tareas académicas)			
	14	Según tu opinión: la presión académica te provoca estrés por los siguientes motivos. (Cantidad de contenidos de la asignatura, Ritmo de introducción de contenidos, Trabajo que exige la asignatura, exceso en número de créditos)			
	15	Según tu opinión: la presión académica te provoca estrés por el siguiente motivo. Percepción de profesor (Motivación que transmite el profesor, Forma de impartir la asignatura, Comunicación con el profesor).			
	16	Según tu opinión: la Facultad de Educación y Humanidades – Rioja debe ser un agente promotor de la salud			
Deporte formativo	17	En las actividades deportivas de fútbol organizados por Facultad de Educación y Humanidades – Rioja. ¿Con qué frecuencia participaste?			
	18	La práctica de jugar el fútbol te ayudara a fortalecer tu carácter, desarrollará tu inteligencia emocional y superación personal.			
	19	En las actividades deportivas de básquet organizados por Facultad de Educación y Humanidades – Rioja. ¿Con qué frecuencia participaste?			
	20	La práctica de jugar el básquet te ayudara desarrollar la velocidad, resistencia física, te hace sentir mejor emocionalmente, reduce el estrés etc.			
	21	En las actividades deportivas vóley organizados por Facultad de Educación y Humanidades – Rioja. ¿Con qué frecuencia participaste.			
	22	La práctica de jugar el vóley te ayudara en el aumento de tu forma física, optimiza la oxigenación del cuerpo y ayuda a estar en forma, pues elimina la grasa excesiva.			
	23	En las actividades deportivas de natación organizados por Facultad de Educación y Humanidades – Rioja. ¿Con qué frecuencia participaste?			
	24	La práctica de natación te ayudara a mejorar tu capacidad aeróbica y mejora la tonicidad de los músculos.			

¡¡Muchas gracias, por su colaboración!!

Niveles	Propuesta de actividad físico deportiva	Expresión corporal	Vida saludable	Deporte formativo
Bajo	24 – 39	08 – 13	08 – 13	08 – 13
Medio	40 – 54	14 – 18	14 – 18	14 – 18
Alto	55 – 72	19 – 24	19 – 24	19 – 24

Cuestionario para conocer sobre la formación de la corporeidad en la Facultad de Educación y Humanidades – Rioja de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto.

Datos informativos:

Sexo: M F

Programa de estudio:

Inicial Primaria Secundaria

Estimado alumno (a) apelamos a su capacidad perceptiva para evaluar la formación de la corporeidad en la Facultad de Educación y Humanidades – Rioja y tener una caracterización general en el marco de nuestro proceso de investigación. Le invitamos a marcar con un asa la respuesta que más se sujete a sus criterios de opinión.

Escala valorativa:

Nunca =1 A veces =2 Siempre =3

Dimensiones	Ítems	Indicadores	Valoración		
			1	2	3
Conciencia	01	La labor del docente facilita y potencia el desarrollo de la corporeidad de cada uno de los alumnos (a) en las sesiones realizadas.			
	02	La estimulación de la atención es plena en el momento presente de las acciones realizadas en clase.			
	03	Al realizar nuestras acciones la observación de lo que sentimos en nuestro cuerpo integrando es en el nivel físico, emocional e intelectual.			
	04	En nuestra opinión, sólo se produce un verdadero aprendizaje cuando la persona es consciente de lo que significa para ella.			
Desarrollo personal	05	En nuestras clases identifico nuestros puntos fuertes y puntos débiles en la manera de afrontar las vicisitudes de la vida.			
	06	Has desarrollado tu carácter.			
	07	Tu buen carácter es un carácter con muchos recursos que permiten realizar actividades imprescindibles para satisfacer las necesidades, (salud, la dignidad y la felicidad).			
	08	Las sesiones crean situaciones físico-motrices en las que el alumnado afrontar los retos: elegir las metas adecuadas, resolver problemas, soportar el esfuerzo y recuperarse de los fracasos.			
Desarrollo social	09	En las sesiones aprendemos a convivir mediante la exploración y la experimentación corporal de aquellos valores deseables.			
	10	En las sesiones se trabaja la comunicación corporal constante desde la cooperación pues colaborando creamos puntos de equilibrio.			
	11	En las sesiones tenemos la adecuada orientación para sentir y vivir valores.			
	12	La sesión de actividades físicas propone situaciones corporales en las que puedes tomar consciencia interna de estos valores a través de tu propia experiencia.			
Placer y alegría en el aprendizaje	13	En las sesiones aprendes con felicidad.			
	14	Nuestras sesiones se amplía y se potencia a través de estados de ánimo alegres y positivos			
	15	En la sesión se tiene en cuenta las necesidades del alumnado de manera particular, escuchando y respetando su situación en el			

		momento presente, así como su propio ritmo de desarrollo y su respuesta corporal y/o motriz			
	16	Las sesiones proporcionan al alumnado experiencias de autoconocimiento y crecimiento personal que lo acercan a un estado de felicidad interna.			
Significatividad del aprendizaje	17	Lo experimentado en las sesiones de educación física se transfiere a la vida cotidiana			
	18	Según tu opinión desde nuestra experiencia, todo aquello relacionado con nuestra corporeidad es aplicable a la vida cuando se hace de manera consciente.			
	19	Según tu opinión. La acción docente se centra en crear experiencias corporales vividas con atención plena, observando nuestras emociones, pensamientos y sensaciones físicas, para, posteriormente, reflexionar sobre las mismas y su transferencia a situaciones de la vida cotidiana			
	20	Según tu opinión. En las sesiones lo que el alumno aprende no se restringe a una situación o tarea específica sino que le es útil para emprender con éxito aprendizajes futuros.			

¡¡Muchas gracias, por su colaboración!!

Niveles	Formación de la corporeidad	Consciencia	Desarrollo personal	Desarrollo social	Placer y alegría en el aprendizaje	Significatividad del aprendizaje
Bajo	20 – 32	04 – 08	04 – 08	04 – 08	04 – 08	04 – 08
Medio	33 – 46	09 – 12	09 – 12	09 – 12	09 – 12	09 – 12
Alto	47 – 60	13 – 16	13 – 16	13 – 16	13 – 16	13 – 16

Validación de instrumentos



INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Bardales Zapata Efraim de la Cruz
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades – Rioja, UNSM-T
 Especialidad : filosofía
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Programa de actividades físicas deportivas
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

CRITERIOS	INDICADORES	MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: Programa de actividades físicas deportivas, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Programa de actividades físicas deportivas					X
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Programa de actividades físicas deportivas, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.				X	
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.				X	
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Programa de actividades físicas deportivas					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						48

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

El instrumento está acorde a los indicadores se debe aplicar

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

48

Tarapoto, 14 de Octubre de 2019.


Dr. Efraim de la Cruz BARDALES ZAPATA
 DNI N° 16681180
 CPPe 0439392

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Bardales Zapata Efraín de la Cruz
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades - Rioja UNSM-T
 Especialidad : filosofía
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Formación de la corporeidad
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martín Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

	MUY DEFICIENTE (1)	DEFICIENTE (2)	ACEPTABLE (3)	BUENA (4)	EXCELENTE (5)
CRITERIOS	INDICADORES				
CLARIDAD					X
OBJETIVIDAD					X
ACTUALIDAD					X
ORGANIZACIÓN					X
SUFICIENCIA					X
INTENCIONALIDAD					X
CONSISTENCIA					X
COHERENCIA					X
METODOLOGÍA					X
PERTINENCIA					X
PUNTAJE TOTAL					49

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

El instrumento está acorde a los indicadores se debe aplicar

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 49

Tarapoto, 14 de octubre de 2019.


 Dr. Efraín de la Cruz BARDALES ZAPATA
 DNI N° 16681180
 CPPe 0439392

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Mera Naval Hugo Jaime
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades – Rioja, UNSM-T
 Especialidad : Educación Secundaria: Ciencias Naturales y Ecología
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Programa de actividades físicas deportivas
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

	MUY DEFICIENTE (1)	DEFICIENTE (2)	ACEPTABLE (3)	BUENA (4)	EXCELENTE (5)
CRITERIOS	INDICADORES				1 2 3 4 5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.				X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: Programa de actividades físicas deportivas, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.				X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Programa de actividades físicas deportivas				X
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Programa de actividades físicas deportivas, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.				X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.				X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.				X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.				X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Programa de actividades físicas deportivas				X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.				X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.				X
PUNTAJE TOTAL					48

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es procedente

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 48

Tarapoto, 14 de Octubre de 2019.


 MINISTRO DE EDUCACIÓN
 Dirección Regional de Educación
 Dr. Hugo Jaime Mera Naval
 Administración de la Educación
 CPP. 2001001154

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Mera Naval Hugo Jaime
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades - Rioja UNSM-T
 Especialidad : Educación Secundaria: Ciencias Naturales y Ecología
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Formación de la corporeidad
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable Formación de la corporeidad, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.				X	
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Formación de la corporeidad					X
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Formación de la corporeidad, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.				X	
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Formación de la corporeidad					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						48

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es procedente

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

48

Tarapoto, 14 de Octubre de 2019.


 Dr. Hugo Jaime Mera Naval
 Administración de la Educación
 CPP 20202112

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Guevara Fasabi Juan.
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades – Rioja, UNSM-T
 Especialidad : Educación Primaria.
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Programa de actividades físicas deportivas
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

CRITERIOS	INDICADORES	MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: Programa de actividades físicas deportivas, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Programa de actividades físicas deportivas					X
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Programa de actividades físicas deportivas, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Programa de actividades físicas deportivas				X	
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						49

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es precedente

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 49

Tarapoto, 16 de octubre de 2019.



 Dr. Juan Guevara Fasabi
 DNI. 010455579

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Guevara Fasabi Juan.
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades - Rioja UNSM-T
 Especialidad : Educación Primaria.
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Formación de la corporeidad.
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

	MUY DEFICIENTE (1)	DEFICIENTE (2)	ACEPTABLE (3)	BUENA (4)	EXCELENTE (5)
CRITERIOS	INDICADORES				
CLARIDAD					X
OBJETIVIDAD					X
ACTUALIDAD					X
ORGANIZACIÓN					X
SUFICIENCIA					X
INTENCIONALIDAD					X
CONSISTENCIA					X
COHERENCIA					X
METODOLOGÍA					X
PERTINENCIA					X
PUNTAJE TOTAL					49

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es procedente

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

49

Tarapoto, 16 de Octubre de 2019.


 Dr. Juan Guevara Fasabi
 DNI. 010455579

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Ramírez Rojas Yans
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades – Rioja, UNSM-T
 Especialidad : Educación primaria
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Programa de actividades físicas deportivas
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

		MUY DEFICIENTE (1)	DEFICIENTE (2)	ACEPTABLE (3)	BUENA (4)	EXCELENTE (5)
CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: Programa de actividades físicas deportivas, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Programa de actividades físicas deportivas				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Programa de actividades físicas deportivas, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Programa de actividades físicas deportivas					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						49

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es aplicable

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

49

Tarapoto, 22 de octubre de 2019.


 UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
 PROGRAMA DE FORMACIÓN DE SERVICIO PARA DOCENTES
 DEL NIVEL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA - 2018
Lic. Dr. Yans Ramírez Rojas
 jefe del PFSOMS - NUSM Educación



INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Ramírez Rojas Jans
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades - Rioja UNSM-T
 Especialidad : Educación primaria
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Formación de la corporeidad
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable Formación de la corporeidad, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Formación de la corporeidad				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Formación de la corporeidad, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Formación de la corporeidad					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						49

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es aplicable

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

49

Tarapoto, 22 de octubre de 2019.


 UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
 PROGRAMA DE FOMENTO Y SERVICIO PARA DOCENTES
 DEL NIVEL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA - 2018

 Lic. Dr. Jans Ramírez Rojas
 jefe del PFDONS - Nivel Educación



INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Juarez Díaz Juan Rafael
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades – Rioja, UNSM-T
 Especialidad : Psicólogo
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Programa de actividades físicas deportivas
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martin Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: Programa de actividades físicas deportivas, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.				X	
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Programa de actividades físicas deportivas					X
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Programa de actividades físicas deportivas, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.				X	
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Programa de actividades físicas deportivas					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.				X	
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						47

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es procedente

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

47

Tarapoto, 30 de Octubre de 2019.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN - T
Facultad de Ciencias Exactas y Naturales
Dr. Juan Rafael Juarez Díaz
Docente Adjunto a la PCCS y H-UNSM

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Juarez Díaz Juan Rósal
 Institución donde labora : Facultad de Educación y Humanidades - Rioja UNSM-T
 Especialidad : Psicólogo
 Instrumento de evaluación : Ficha de recolección de datos: Formación de la corporeidad
 Autor del instrumento : Mg. Edgard Martín Esquen Perales

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

CRITERIOS	INDICADORES	PUNTAJE				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable Formación de la corporeidad, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.				X	
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Formación de la corporeidad					X
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: Formación de la corporeidad, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.				X	
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Formación de la corporeidad					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.				X	
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						47

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Es procedente

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 47

Tarapoto, 30 de octubre de 2019.


 UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN - 7
 Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades
 Dr. Juan Rósal Juárez Díaz
 Docente Asociado a la FPCSDH-UNSA

Validación de la propuesta

CUESTIONARIO

ASPECTOS A TENER EN CUENTA POR LOS EXPERTOS PARA REALIZAR LA
EVALUACIÓN DE LA “PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES FÍSICO
DEPORTIVAS PARA LA FORMACIÓN DE LA CORPOREIDAD EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO, 2019”

Estimado experto (a) *Dr. Bardales Zapata Efraín de la Cruz*.....

Usted ha sido seleccionado, por su calificación científico-técnica, por el grado de doctor, por sus años de experiencia y los resultados alcanzados en su labor profesional, como experto para evaluar los resultados teóricos sobre las bondades, deficiencias e insuficiencias que presenta la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”, en cuanto a su concepción teórica y que pudiera presentar al ser aplicada en la práctica por los estudiantes de doctorado.

1. Marque con una (x) su opinión, sobre los aspectos a valorar de la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”.

C1	C2	C3	C4	C5
Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	Inadecuado

N°	Aspectos a valorar del modelo	C1	C2	C3	C4	C5
1	Definición de premisas		X			
2	Importancia de los componentes	X				
3	Fundamentación de cada componente	X				
4	Argumentos de la organización	X				
5	Relevancia del componente teórico	X				
6	Coherencia entre los componentes	X				
7	Importancia de la normatividad	X				
8	Importancia de los contenidos	X				

2. Se le agradecería que en cada aspecto valorado indicara cuál de ellos modificaría y las sugerencias que al respecto que usted considere.

Aspectos	¿Qué modificaría?	Sugerencia de la modificación
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

3. Valoración de algunos aspectos de la **“Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”**, que se relatan marque con una (x) ordenándolos de manera decreciente, asignando el número 9 al aspecto (o los aspectos) que usted considere que mejor se revelan o se manifiestan en la propuesta, el número 8 al siguiente y así sucesivamente hasta el número 1.

Nº	Aspectos a valorar de la propuesta	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Valorar si la concepción teórica “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019” refleja los principios teóricos que la sustentan									X
2	Valorar si la concepción estructural favorece el logro del objetivo por el cual se elaboro								X	
3	Valorar si las etapas declaradas en el componente de los procesos planteadas para la solución de los problemas han sido ordenadas atendiendo a criterios lógicos y metodológicos de la disciplina.									X
4	Valorar si se reflejan con calidad y precisión las orientaciones para el tratamiento metodológico de las acciones a desarrollar en cada componente de la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019” .									X
5	Valorar si los indicadores y categorías del sistema de ciencias tecnológicas e investigación son precisos y miden el cumplimiento del objetivo deseado.									X
6	Valorar el nivel de satisfacción practica que podría presentar la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019” , como solución al problema y posibilidades reales de su generalización en la práctica científica									X
7	Valorar si existe correspondencia entre la complejidad de las actividades, a desarrollar en las actividades y las particularidades de su formación científica.								X	

CUESTIONARIO

ASPECTOS A TENER EN CUENTA POR LOS EXPERTOS PARA REALIZAR LA
EVALUACIÓN DE LA "PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES FÍSICO
DEPORTIVAS PARA LA FORMACIÓN DE LA CORPOREIDAD EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO, 2019"

Estimado experto (a) *Dr. Hera Naval Hugo Jaime*.....

Usted ha sido seleccionado, por su calificación científico-técnica, por el grado de doctor, por sus años de experiencia y los resultados alcanzados en su labor profesional, como experto para evaluar los resultados teóricos sobre las bondades, deficiencias e insuficiencias que presenta la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", en cuanto a su concepción teórica y que pudiera presentar al ser aplicada en la práctica por los estudiantes de doctorado.

1. Marque con una (x) su opinión, sobre los aspectos a valorar de la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019".

C1	C2	C3	C4	C5
Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	Inadecuado

N°	Aspectos a valorar del modelo	C1	C2	C3	C4	C5
1	Definición de premisas	x				
2	Importancia de los componentes	x				
3	Fundamentación de cada componente	x				
4	Argumentos de la organización	x				
5	Relevancia del componente teórico	x				
6	Coherencia entre los componentes	x				
7	Importancia de la normatividad		x			
8	Importancia de los contenidos		x			

2. Se le agradecería que en cada aspecto valorado indicara cuál de ellos modificaría y las sugerencias que al respecto que usted considere.

Aspectos	¿Qué modificaría?	Sugerencia de la modificación
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

3. Valoración de algunos aspectos de la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", que se relatan marque con una (x) ordenándolos de manera decreciente, asignando el número 9 al aspecto (o los aspectos) que usted considere que mejor se revelan o se manifiestan en la propuesta, el número 8 al siguiente y así sucesivamente hasta el número 1.

Nº	Aspectos a valorar de la propuesta	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Valorar si la concepción teórica "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019" refleja los principios teóricos que la sustentan									α
2	Valorar si la concepción estructural favorece el logro del objetivo por el cual se elaboro									α
3	Valorar si las etapas declaradas en el componente de los procesos planteadas para la solución de los problemas han sido ordenadas atendiendo a criterios lógicos y metodológicos de la disciplina.									α
4	Valorar si se reflejan con calidad y precisión las orientaciones para el tratamiento metodológico de las acciones a desarrollar en cada componente de la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019".									α
5	Valorar si los indicadores y categorías del sistema de ciencias tecnológicas e investigación son precisos y miden el cumplimiento del objetivo deseado.									α
6	Valorar el nivel de satisfacción práctica que podría presentar la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", como solución al problema y posibilidades reales de su generalización en la práctica científica								α	
7	Valorar si existe correspondencia entre la complejidad de las actividades, a desarrollar en las actividades y las particularidades de su formación científica.									X

CUESTIONARIO

ASPECTOS A TENER EN CUENTA POR LOS EXPERTOS PARA REALIZAR LA
EVALUACIÓN DE LA "PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES FÍSICO
DEPORTIVAS PARA LA FORMACIÓN DE LA CORPOREIDAD EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO, 2019"

Estimado experto (a) *Dr. Guevara fasabi Juan*.....

Usted ha sido seleccionado, por su calificación científico-técnica, por el grado de doctor, por sus años de experiencia y los resultados alcanzados en su labor profesional, como experto para evaluar los resultados teóricos sobre las bondades, deficiencias e insuficiencias que presenta la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", en cuanto a su concepción teórica y que pudiera presentar al ser aplicada en la práctica por los estudiantes de doctorado.

1. Marque con una (x) su opinión, sobre los aspectos a valorar de la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019".

C1	C2	C3	C4	C5
Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	Inadecuado

N°	Aspectos a valorar del modelo	C1	C2	C3	C4	C5
1	Definición de premisas	x				
2	Importancia de los componentes	x				
3	Fundamentación de cada componente	x				
4	Argumentos de la organización	x				
5	Relevancia del componente teórico	x				
6	Coherencia entre los componentes	x				
7	Importancia de la normatividad		x			
8	Importancia de los contenidos		x			

2. Se le agradecería que en cada aspecto valorado indicara cuál de ellos modificaría y las sugerencias que al respecto que usted considere.

Aspectos	¿Qué modificaría?	Sugerencia de la modificación
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

3. Valoración de algunos aspectos de la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", que se relatan marque con una (x) ordenándolos de manera decreciente, asignando el número 9 al aspecto (o los aspectos) que usted considere que mejor se revelan o se manifiestan en la propuesta, el número 8 al siguiente y así sucesivamente hasta el número 1.

Nº	Aspectos a valorar de la propuesta	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Valorar si la concepción teórica "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019" refleja los principios teóricos que la sustentan								X	
2	Valorar si la concepción estructural favorece el logro del objetivo por el cual se elaboro								X	
3	Valorar si las etapas declaradas en el componente de los procesos planteadas para la solución de los problemas han sido ordenadas atendiendo a criterios lógicos y metodológicos de la disciplina.									X
4	Valorar si se reflejan con calidad y precisión las orientaciones para el tratamiento metodológico de las acciones a desarrollar en cada componente de la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019".									X
5	Valorar si los indicadores y categorías del sistema de ciencias tecnológicas e investigación son precisos y miden el cumplimiento del objetivo deseado.									X
6	Valorar el nivel de satisfacción práctica que podría presentar la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", como solución al problema y posibilidades reales de su generalización en la práctica científica									X
7	Valorar si existe correspondencia entre la complejidad de las actividades, a desarrollar en las actividades y las particularidades de su formación científica.									X

CUESTIONARIO

ASPECTOS A TENER EN CUENTA POR LOS EXPERTOS PARA REALIZAR LA
EVALUACIÓN DE LA “PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES FÍSICO
DEPORTIVAS PARA LA FORMACIÓN DE LA CORPOREIDAD EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO, 2019”

Estimado experto (a)...Dr. Ramírez Rojas Yans.....

Usted ha sido seleccionado, por su calificación científico-técnica, por el grado de doctor, por sus años de experiencia y los resultados alcanzados en su labor profesional, como experto para evaluar los resultados teóricos sobre las bondades, deficiencias e insuficiencias que presenta la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”, en cuanto a su concepción teórica y que pudiera presentar al ser aplicada en la práctica por los estudiantes de doctorado.

1. Marque con una (x) su opinión, sobre los aspectos a valorar de la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”.

C1	C2	C3	C4	C5
Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	Inadecuado

N°	Aspectos a valorar del modelo	C1	C2	C3	C4	C5
1	Definición de premisas	X				
2	Importancia de los componentes	X				
3	Fundamentación de cada componente	X				
4	Argumentos de la organización	X				
5	Relevancia del componente teórico	X				
6	Coherencia entre los componentes	X				
7	Importancia de la normatividad		X			
8	Importancia de los contenidos	X				

2. Se le agradecería que en cada aspecto valorado indicara cuál de ellos modificaría y las sugerencias que al respecto que usted considere.

Aspectos	¿Qué modificaría?	Sugerencia de la modificación
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

3. Valoración de algunos aspectos de la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”, que se relatan marque con una (x) ordenándolos de manera decreciente, asignando el numero 9 al aspecto (o los aspectos) que usted considere que mejor se revelan o se manifiestan en la propuesta, el numero 8 al siguiente y así sucesivamente hasta el número 1.

Nº	Aspectos a valorar de la propuesta	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Valorar si la concepción teórica “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019” refleja los principios teóricos que la sustentan									x
2	Valorar si la concepción estructural favorece el logro del objetivo por el cual se elaboro									x
3	Valorar si las etapas declaradas en el componente de los procesos planteadas para la solución de los problemas han sido ordenadas atendiendo a criterios lógicos y metodológicos de la disciplina.									x
4	Valorar si se reflejan con calidad y precisión las orientaciones para el tratamiento metodológico de las acciones a desarrollar en cada componente de la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”.									x
5	Valorar si los indicadores y categorías del sistema de ciencias tecnológicas e investigación son precisos y miden el cumplimiento del objetivo deseado.									x
6	Valorar el nivel de satisfacción practica que podría presentar la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”, como solución al problema y posibilidades reales de su generalización en la práctica científica									x
7	Valorar si existe correspondencia entre la complejidad de las actividades, a desarrollar en las actividades y las particularidades de su formación científica.								x	

CUESTIONARIO

**ASPECTOS A TENER EN CUENTA POR LOS EXPERTOS PARA REALIZAR LA
EVALUACIÓN DE LA "PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES FÍSICO
DEPORTIVAS PARA LA FORMACIÓN DE LA CORPOREIDAD EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO, 2019"**

Estimado experto (a)...*Dr. Juárez Díaz Juan Rafael*.....

Usted ha sido seleccionado, por su calificación científico-técnica, por el grado de doctor, por sus años de experiencia y los resultados alcanzados en su labor profesional, como experto para evaluar los resultados teóricos sobre las bondades, deficiencias e insuficiencias que presenta la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", en cuanto a su concepción teórica y que pudiera presentar al ser aplicada en la práctica por los estudiantes de doctorado.

1. Marque con una (x) su opinión, sobre los aspectos a valorar de la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019".

C1	C2	C3	C4	C5
Muy adecuado	Bastante adecuado	Adecuado	Poco adecuado	Inadecuado

Nº	Aspectos a valorar del modelo	C1	C2	C3	C4	C5
1	Definición de premisas	<input checked="" type="checkbox"/>				
2	Importancia de los componentes	<input checked="" type="checkbox"/>				
3	Fundamentación de cada componente	<input checked="" type="checkbox"/>				
4	Argumentos de la organización	<input checked="" type="checkbox"/>				
5	Relevancia del componente teórico	<input checked="" type="checkbox"/>				
6	Coherencia entre los componentes	<input checked="" type="checkbox"/>				
7	Importancia de la normatividad	<input checked="" type="checkbox"/>				
8	Importancia de los contenidos	<input checked="" type="checkbox"/>				

2. Se le agradecería que en cada aspecto valorado indicara cuál de ellos modificaría y las sugerencias que al respecto que usted considere.

Aspectos	¿Qué modificaría?	Sugerencia de la modificación
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

3. Valoración de algunos aspectos de la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”, que se relatan marque con una (x) ordenándolos de manera decreciente, asignando el número 9 al aspecto (o los aspectos) que usted considere que mejor se revelan o se manifiestan en la propuesta, el número 8 al siguiente y así sucesivamente hasta el número 1.

Nº	Aspectos a valorar de la propuesta	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Valorar si la concepción teórica “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019” refleja los principios teóricos que la sustentan									X
2	Valorar si la concepción estructural favorece el logro del objetivo por el cual se elaboro									X
3	Valorar si las etapas declaradas en el componente de los procesos planteadas para la solución de los problemas han sido ordenadas atendiendo a criterios lógicos y metodológicos de la disciplina.									X
4	Valorar si se reflejan con calidad y precisión las orientaciones para el tratamiento metodológico de las acciones a desarrollar en cada componente de la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”.									X
5	Valorar si los indicadores y categorías del sistema de ciencias tecnológicas e investigación son precisos y miden el cumplimiento del objetivo deseado.									X
6	Valorar el nivel de satisfacción práctica que podría presentar la “Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019”, como solución al problema y posibilidades reales de su generalización en la práctica científica									X
7	Valorar si existe correspondencia entre la complejidad de las actividades, a desarrollar en las actividades y las particularidades de su formación científica.									X

8	Valorar la contribución que realiza la "Propuesta de un programa de actividades físico deportivas para la formación de la corporeidad en estudiantes de educación de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto, 2019", a la formación de cualidades de la personalidad en las esferas: intelectual, afectivo, volitiva y moral.																				
9	Valorar la contribución que realiza la propuesta al conocimiento, de los procesos y fenómenos de la práctica social en las esferas: social, económica y ambiental.																				X

4. Marque cuál de los siguientes ítems usted considera que se pone de manifiesto en cada aspecto: siempre que usted marque una de las columnas (II), (III) o (IV) especifique el cambio, adición o supresión que usted haría.

Nº	POSIBLE CAMBIO SUGERIDO	BIEN CONCEBIDO	HARÍA CAMBIOS	HARÍA ADICIONES	HARÍA SUPRESIONES
		(I)	(II)	(III)	(IV)
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

Para finalizar, queremos expresarle que sus criterios y opiniones se manejan de manera anónima, además le agradeceremos por anticipado su valiosa colaboración y estamos seguros que sus sugerencias y señalamientos críticos contribuirán a perfeccionar la propuesta teórica, tanto en su concepción teórica como en su futura aplicación en la formación científica.

Muchas gracias por su cooperación y le pedimos disculpas por las molestias ocasionadas.

5. Opinión de aplicabilidad:

La propuesta es un buen aporte al área de Educación Física, es coherente con el propósito, indicadores, etc.; es válido para ser aplicado.

Fecha: 30/10/2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN - 7
 Facultad de Ciencias Sociales y Planificadas
 Dr. Juan Rafael Juárez Díez
 Docente Adscrito a la PCSSyH-UNSM

Sello, firma, DNI

Constancia de autorización donde se ejecutó la investigación



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES- RIOJA

DECANATO

Ley Nº 30220

Jr. Santo Toribio N° 1200-Rioja-Teléfono 558129



AUTORIZACIÓN

Nº 001-2019-UNSM-FEH-D-R/NLU

EL DECANO DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES,
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN, QUE SUSCRIBE:

AUTORIZA:

Al Lic. M.Sc. **EDGARD MARTÍN ESQUÉN PERALES**, identificado con DNI Nº 16626554, docente adscrito del Departamento Académico de Educación de la UNSM-T, realizar la aplicación de instrumentos de estudios a los alumnos de la Facultad de Educación y Humanidades de la tesis denominado **"PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVAS PARA LA FORMACIÓN DE LA CORPOREIDAD EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN - TARAPOTO, 2019"**.

Se expide la presente del interesado para los fines pertinentes.

"No tiene validez para trámites judiciales".

Rioja, 07 de Noviembre del 2019.


UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
TARAPOTO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
L.G. AL N.º 001-2019-UNSM-FEH-D-R/NLU
DECANO