

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO

“ESTEBAN PAVLETICH”



TESIS

**PROGRAMA “ACUAMAX” PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD
GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - TINGO
MARÍA, 2024**

Líneas de investigación: Didáctica e innovación educativa

Para optar el Título de Profesor de Educación Secundaria

Especialidad: Educación Física

TESISTAS

CHINCHON NUÑEZ, Jhony Richard

PEZO HIDALDO, Redy

ASESOR

Oficina de Asesoría del IESPP “E.P.”

HUÁNUCO – PERÚ

2025

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Proyecto de Innovación ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Desarrollo motor y aprendizaje.

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: 2025

CAMPO DE CONOCIMIENTO:

Área: Ciencias Sociales

Sub área: Educación

DATOS DEL PROGRAMA DE ESTUDIO:

Título a recibir : Título de Profesor(a) de: Educación Secundaria Especialidad: Educación Física

Código del Programa : 02

Tipo de Financiamiento:

- Recursos Propios (X)

DATOS DEL AUTOR:

Chinchon Nuñez, Jhony Richard (DNI): 71848131

Pezo Hidalgo, Redy (DNI): 23170511

DATOS DEL ASESOR:

Oficina de Asesoría del IESPP "Esteban Pavletich"

DATOS DE LOS JURADOS:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	CÓDIGO ORCID
1	Ramos Espinoza, Cynthia Ivette	Maestra en Educación	41977624	0009-0004-9463-414X
2	Abal Ascayo, Emerson	Doctor en Educación	43500185	0000-0002-1809-8574
3	Huayanay Fernandez, Isaac	Magister en Educación	33819918	0009-0006-8825-2641



DEDICATORIA

Este estudio lo dedico a Dios por iluminar mi camino, a mi esposa Aztrith Ericka Broncano Tacuchi por su ayuda constante durante estos cinco años y a mis familiares por respaldarme emocionalmente.

Jhony Richard Chinchon Nuñez

Dedico este trabajo a Dios, por la bendición tan grande de llegar a ser profesional, a mi esposa por su apoyo incondicional y a mis seres queridos.

Redy Pezo Hidalgo

AGRADECIMIENTO

Expresamos nuestra eterna gratitud a Dios, por guiarnos e iluminarnos en cada paso de nuestro camino a lo largo de todo el proceso educativo y profesional.

Manifestamos también nuestro profundo agradecimiento al Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado “Esteban Pavletich”, por acogernos y acompañarnos con dedicación y compromiso a lo largo de estos cinco años de estudio.

Nuestro especial reconocimiento a todos los docentes por su valioso esfuerzo, entrega y vocación en la noble tarea de formar futuros profesionales de la educación.

Finalmente, extendemos un sincero agradecimiento a la Institución Educativa Emblemática “Gómez Arias Dávila”, en especial a su director, por las facilidades brindadas para la implementación del programa “ACUAMAX”, y a los estudiantes del 1° secundaria sección “F” por su entusiasta participación y cooperación en el presente estudio.

RESUMEN

El presente estudio se desarrolla bajo los lineamientos y parámetros de la línea de investigación y, su objetivo fue determinar que el programa “ACUAMAX” favorece la motricidad gruesa en los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024. Se trata de una investigación de tipo aplicada de carácter explicativo, su diseño fue preexperimental que utiliza un muestreo aleatorio simple y un total de 33 alumnos en la muestra, lo que facilitó la obtención de resultados válidos y confiables para este estudio.

En cuanto al dominio corporal estático, se reconoció un progreso significativo tras la intervención. La proporción de alumnos en nivel de inicio se redujo de 84.85% a 0%, y el 90.91% alcanzaron resultados en el logro previsto y sólo el 6.06% un logro destacado, reflejando avances en estabilidad, equilibrio y control postural.

En el dominio corporal dinámico, los resultados también evidencian progreso: el nivel de inicio disminuyó de 87.88% a 0%, mientras que el 93.94% alcanzó el logro esperado y el 3.0% el logro destacado. Esto demuestra mejoras en desplazamientos, coordinación y agilidad.

Los resultados demostraron que el programa ACUAMAX mejora significativa la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la institución Educativa Gómez Arias Dávila, 2024.

Por lo tanto, se aconseja implementar esta estrategia en todas las escuelas ya sea pública o privada de nivel secundario

Palabras clave: “ACUAMAX”, motricidad gruesa.

ABSTRACT

This study was conducted following the guidelines and parameters of the research line and its objective was to determine whether the “ACUAMAX” program promotes gross motor skills in 1st-year secondary school students at the Gómez Arias Dávila Educational Institution in Tingo María, 2024. It is an applied, explanatory study with a pre-experimental design using simple random sampling and a sample of 33 students, which facilitated obtaining valid and reliable results.

Regarding static body control, significant progress was observed after the intervention. The proportion of students at the beginning level decreased from 84.85% to 0%, and 90.91% achieved the expected results, with only 6.06% demonstrating outstanding performance, reflecting improvements in stability, balance, and postural control.

In the dynamic body domain, the results also show progress: the initial level decreased from 87.88% to 0%, while 93.94% reached the expected level and 3.0% achieved outstanding performance. This demonstrates improvements in movement, coordination, and agility.

The results showed that the ACUAMAX program significantly improves the gross motor skills of 7th-grade students at the Gómez Arias Dávila Educational Institution in 2024.

Therefore, it is recommended that this strategy be implemented in all secondary schools, both public and private.

Keywords: “ACUAMAX”, gross motor skills.

ÍNDICE

PORTADA

DEDICATORIA.....	1
AGRADECIMIENTO.....	2
RESUMEN.....	3
ABSTRACT.....	4
INDICE.....	5
INTRODUCCION	8
CAPITULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	9
1.1. Planteamiento del Problema de investigación.....	9
1.2. Formulación del Problema.....	11
1.2.1. Problema General.....	11
1.2.2. Problemas Específicos.....	11
1.3. Objetivos.....	12
1.3.1. Objetivo General.....	12
1.3.2. Objetivos Específicos.....	12
1.4. Justificación (Teórico, metodológico y práctico).....	12
1.5. Limitaciones.....	13
1.6. Viabilidad.....	13
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	14
2.1. Antecedentes.....	14
2.3. Definición de Términos.....	33
2.4. Bases epistemológicas, bases filosóficas y/o bases antropológicas.....	33
2.5. Hipótesis.....	35
2.5.1. Hipótesis General.....	35
2.5.2. Hipótesis Específicas.....	35
2.6. Variables.....	36
2.6.1. Variable Independiente.....	36
2.6.2. Variable Dependiente.....	36
2.7. Operacionalización de Variables.....	37
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.....	39
3.1. Ámbito.....	39

3.2.	Población, Muestra y Muestreo.....	39
3.3.	Tipo y Nivel de Investigación.....	41
3.4.	Diseño de Investigación.....	41
3.5.	Métodos, Técnicas e Instrumentos de Investigación.....	42
3.5.1.	Para Recolección de Datos.....	42
3.5.2.	Para Presentación de Datos.....	43
3.5.3.	Para el Análisis e Interpretación de Datos.....	43
3.5.4.	Para análisis e interpretación de datos.....	43
3.5.5.	Procedimiento.....	44
3.5.6.	Tabulación y análisis de datos.....	44
3.6.	Consideraciones éticas.....	45

CAPÍTULO IV: RESULTADOS 46

4.1.	Procesamiento de datos.....	46
4.2.	Resultados del procesamiento del pre test.....	46
4.3.	Resultados de procesamiento del post test.....	58
4.4.	Comparación del pre test y post test.....	75
4.4.1	Comparación del dominio Corporal Estático.....	75
4.4.2	Comparación del dominio Corporal Dinámico.....	76
4.5.	Contrastación de hipótesis.....	

CAPITULO V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS 84

5.1.	Contrastación del trabajo de investigación.....	84
------	---	----

CONCLUSIONE 86

RECOMENDACIONES 87

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA 88

ANEXOS

Matriz de Consistencia

Instrumento de Investigación

Plan del Programa ACUAMAX

Panel fotográfico

Constancia de aplicación del proyecto

Autorización de aplicación del proyecto

Resolución de aprobación del proyecto de investigación

Nómina de estudiantes

Validación del instrumento

Base de datos

INTRODUCCIÓN

La **motricidad gruesa** de los estudiantes puede mejorar notablemente con propuestas de movimiento que emplean distintos recursos. En este contexto, el programa **ACUAMAX**, que utiliza el medio acuático, se presenta como una estrategia efectiva para este fin.

La necesidad de implementar ACUAMAX surgió al identificar que los alumnos de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila presentaban un retraso en el desarrollo de su motricidad gruesa, lo cual no correspondía con su edad ni nivel de desarrollo neurológico. Por ello, se diseñaron actividades específicas para potenciar sus capacidades motoras. El estudio tuvo como propósito central demostrar la influencia de ACUAMAX en la mejora de la motricidad gruesa de los estudiantes de 1º "F" de secundaria de dicha institución en Tingo María – Huánuco, en 2024.

La investigación, titulada "Programa ACUAMAX para mejorar la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024", detalla cómo el uso de elementos como conos, pelotas y la piscina, en actividades acuáticas dirigidas específicamente a los alumnos de 1º "F", busca lograr esta mejora.

El estudio se organiza en cinco capítulos. El Capítulo I introduce el problema de investigación, sus objetivos, justificación, limitaciones y viabilidad. El Capítulo II presenta el marco teórico, incluyendo antecedentes, bases teóricas, definiciones, bases epistemológicas, sistema de hipótesis. El Capítulo III desarrolla la parte metodológica: población, muestra, tipo y diseño de investigación, instrumentos, validez y confiabilidad, así como el proceso para el análisis de datos y el componente ético. El Capítulo IV expone los resultados del procesamiento de datos, verificación de hipótesis. Finalmente, el Capítulo V contiene la discusión de los hallazgos y las conclusiones alcanzadas por el equipo de investigación.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

A nivel internacional, concentrándonos en el ámbito académico y de bienestar físico a nivel global después de la pandemia, se pueden notar diferentes impactos en la evolución de la capacidad motora gruesa de los estudiantes. La aparición súbita de la COVID-19 y el confinamiento prolongado relacionado han generado repercusiones que afectan de manera directa la capacidad motora gruesa de los estudiantes, especialmente en los estudiantes de 10 a 15 años, concretamente, en el momento cuando empieza la Educación Secundaria. Esta población experimentó un súbito cambio hacia la educación virtual; eso supuso estar sentados frente a una pantalla durante largas horas, lo que fomentó un estilo de vida sedentario.

Esta situación es preocupante como refiere Riquelme (2022), pues el confinamiento extendido que causó el coronavirus tiene hoy un impacto en la evolución de la capacidad motora gruesa de los estudiantes. De acuerdo a esta realidad, es necesario replantear la evolución de la capacidad motora gruesa de los estudiantes en los programas académicos. Gómez et al. (2006) indica que entramos en una fase reciente, la cual enfrenta importantes desafíos en la evolución de la capacidad motora gruesa de los estudiantes de secundaria y exige estrategias pedagógicas ingeniosas y novedosas. A nivel nacional la motricidad gruesa es un desafío urgente para los estudiantes peruanos ya que, si no se trata a tiempo este problema puede empeorar y afectar negativamente el estado físico del estudiante, sino también su desarrollo afectivo y mental. La motricidad gruesa es crucial, debido a que su importancia abarca toda la formación de la educación básica regular y no se restringe solo a la niñez que se observa en el nivel primaria. En esta línea, Alvarez (2024) afirma que es necesario en el país un estudio exhaustivo acerca del desarrollo curricular en la Educación Física para actualizar la formación docente sobre la motricidad gruesa y adecuarla a las exigencias contemporáneas de los adolescentes peruanos.

Esta situación se evidencia en el departamento de Huánuco, a nivel local; varios estudios de investigaciones apuntan que los estudiantes tienen dificultades para la evolución de la capacidad motora gruesa, lo cual significa que tienen complicaciones al mover con armonía los músculos grandes del cuerpo, mantener la estabilidad y obtener la fuerza, rapidez y agilidad necesarias en sus actividades. Para Del Águila et

al. (2025), en Huánuco se han hallado serios problemas con la motricidad gruesa, ya que los estudiantes muestran una serie de deficiencias importantes en cuanto a resistencia física, ejecución de secuencias motoras y motricidad gruesa, lo cual enfatiza la necesidad de intervenciones eficaces.

Esta investigación tiene su origen directamente en lo que se ha observado en el primer grado, sección “F”, de secundaria en la Institución Educativa Emblemática Gómez Arias Dávila, de la ciudad de Tingo María; en el cual los alumnos, muestran dificultades notorias con la motricidad gruesa cuando toca hacer ejercicios físicos. Esta situación tiene múltiples causas que hemos podido identificar, entre las cuales destacan:

- El resultado de la pandemia, en la que el confinamiento debido al COVID-19 disminuyó significativamente las posibilidades de hacer ejercicio físico, agravando las carencias ya existentes en la evolución de la capacidad motora gruesa.
- La falta de interés y orientación por parte de los progenitores en la práctica de actividades motrices en casa, lo cual posibilita que las carencias en esas habilidades continúen sin el estímulo apropiado.
- La utilización inapropiada de las redes sociales, que causa una disminución significativa en la ejecución de ejercicios físicos debido al periodo excesivo que se les dedica, lo que impacta negativamente en la evolución de la capacidad motora gruesa.

Esta combinación de causas provoca una serie de consecuencias que se pueden observar en los estudiantes, entre los cuales sobresalen:

- La evolución motriz gruesa deficiente que entorpece el desempeño diario; la autoestima baja producida por la frustración de no ser capaz de realizar movimientos complicados.
- Los obstáculos durante la ejecución de las actividades física donde se restringen su aprendizaje práctico.
- Ser excluido por los compañeros cuando se les considera menos hábil en el juego o en las actividades deportivas.

Si consideramos estos efectos y causas negativas, fomentar ejercicios que sean satisfactorios, estimuladores y que mejoren el bienestar para los estudiantes con el fin de potenciar la motricidad gruesa se torna esencial; por lo tanto, las actividades

acuáticas son estrategias aconsejables porque impulsan al estudiante a optimizar sus habilidades motoras gruesas en un ambiente estimulante. Aguirre (2013) apoya esta decisión al indicar que la estimulación acuática promueve que el cuerpo trabaje la mayor cantidad de músculos, lo cual propicia un desarrollo motriz adecuado. Pappas (2008) sostiene que los ejercicios realizados en el agua son más motivacionales e interesantes y tienen un carácter preventivo y curativo al mismo tiempo, ya que el agua es un medio agradable y activo para moverse.

Gallahue y Ozmun (2012) afirman que los programas creados para optimizar la competencia física y las habilidades motoras en adolescentes favorecen un rendimiento académico notable, generando una mayor confianza en sí mismos y un aumento del compromiso durante ejercicios físicos.

Debido a estas razones, y con el propósito de atender de manera efectiva los problemas locales y la necesidad de mejoras, se sugiere ejecutar el programa “ACUAMAX” para mejorar la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila en la ciudad de Tingo María en el año 2024. Este proyecto no solamente tiene el propósito de que los estudiantes mejoren el desarrollo motor grueso mediante diversas actividades acuáticas, además se convertirá en el fundamento para futuros estudios orientados a seguir persiguiendo la calidad de vida integral de los estudiantes en cada aspecto de la Educación Básica Regular.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo influye el programa “ACUAMAX” para mejorar la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024?

1.2.2. Problemas específicos

- a) ¿Cómo influye el programa “ACUAMAX” para mejorar el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024?
- b) ¿Cómo influye el programa “ACUAMAX” para mejorar el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar que el programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

1.3.2. Objetivos específicos

- a) Determinar que el programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024
- b) Determinar que el programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024

1.4. Justificación

Teórica

La presente investigación se justifica teóricamente en base a múltiples investigaciones que destacan la relevancia de perfeccionar la capacidad motora gruesa, el cual es importante para el progreso vital de los estudiantes. Según la investigación de Villera (2024), es fundamental entender que el perfeccionamiento de las habilidades motoras en la adolescencia juega un rol esencial para promover el progreso holístico del ser humano a lo largo de este periodo crítico.

Por tal razón, Alvarez (2024) respalda el uso de métodos lúdicos como tácticas para impulsar el progreso de las capacidades motrices en el ámbito educativo. Del mismo modo, Cruz et al. (2024) enfatiza lo relevante que es tener proyectos educativos que fomenten el desarrollo de la motricidad gruesa, permitiendo a los individuos un buen control corporal, tanto estático como dinámico.

Metodológica

La justificación metodológica de esta investigación se basa en el método científico y utiliza un instrumento que ha sido validado por expertos para analizar las habilidades motoras gruesas de los alumnos. Asimismo, facilita la definición y operacionalización exacta de las variables referentes al programa ACUAMAX y la motricidad gruesa. Esto fomenta un entendimiento más profundo de la relación entre estas variables, brindando un marco metodológico robusto que puede emplearse en estudios venideros.

Teniendo en cuenta lo que refiere Ñaupas et al. (2018) la investigación científica se entiende como una labor enfocada en alcanzar el saber científico. Es por ello que en

la presente investigación se ejecutó procedimientos rigurosos y sistemáticos, que demandaron el dominio de herramientas tecnológicas, de procesos lógicos y principalmente se tomó decisiones en función a los resultados obtenidos.

Práctica

La justificación en la práctica acontece debido a que resulta muy provechosa para los alumnos ya que el programa “ACUAMAX” ayudó a mejorar las capacidades motrices gruesas de los estudiantes donde se ejecutó la investigación. Tal como Núñez (2008) afirma que un proyecto educativo constituye una serie de acciones que se llevan a cabo en sitios, momentos y con materiales definidos de antemano para alcanzar propósitos. Además, en el salón de clases, la motricidad tiene un rol crucial porque estimula la función motora de los estudiantes y les apoya para que logren un alto grado de evolución en sus patrones fundamentales de movimiento. Esto comprende elementos como la lateralidad, la coordinación, la estabilidad y entre otros. Todo esto se vuelve el cimiento fundamental para capacitar a los estudiantes con el fin de que sepan afrontar su porvenir. (Palmar, 2014, como se citó en Álvarez y Couto, 2020).

1.5. Limitaciones

Para la ejecución de la investigación se superaron las limitaciones como la escasa fuente confiable sobre la práctica de programas a nivel local y la falta de acceso a las tesis del I.E.S.P.P “ESTEBAN PAVLETICH” para la organización de las investigaciones anteriores; por ello se recurrió a las bases de datos de distintas universidades de la región Huánuco.

1.6. Viabilidad

El desarrollo de la investigación fue posible por la predisposición de los investigadores para el desarrollo y la ejecución del programa ACUAMAX, así como la disponibilidad de fondos económicos, facilidad de acceso a la Institución Educativa, recursos humanos y logísticos, los cuales permitieron las metas del programa trazados en un primer instante.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedentes a nivel Internacional

Álvarez y García (2021) realizó una investigación titulada Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en niños (8-10 Años) futbolistas. El estudio buscó potenciar el movimiento motriz mediante la aplicación de un plan de juegos motores en niños futbolistas de 8 a 10 años en el Club Deportivo Futbolero de Puerto Colombia-Atlántico. Se empleó un enfoque cuantitativo de tipo aplicado con un diseño experimental. La muestra estuvo integrada por 25 niños hombres. Fue efectuada con un conjunto de cinco pruebas de campo para el diagnóstico inicial y la evaluación posterior de los impactos del programa. Los autores llegaron a la conclusión de que el uso de juegos motores tuvo un impacto positivo y notable en la motricidad gruesa de los jugadores, lo cual se tradujo en avances tangibles en habilidades particulares del fútbol, como el marcaje y el manejo de la pelota. Este análisis proporciona una base teórica y práctica fundamental, al evidenciar que los programas de intervención motriz fundamentados en el juego son efectivos para potenciar las habilidades motoras gruesas. Aunque nuestro programa ACUAMAX se desarrolla en el medio acuático y se dirige a adolescentes de secundaria, la premisa de que un conjunto de actividades secuenciales y lúdicas es capaz de modificar y optimizar la motricidad gruesa respalda la viabilidad y la hipótesis causal de nuestra investigación.

Bernal (2021) desarrollo la investigación Plan de actividades fisico-coordinativas sobre el cociente motor grueso en niños de 6 A 10 Años. Esta investigación se centró en establecer el grado de impacto de un plan de actividades fisico-coordinativas en la mejora del cociente motor grueso de los estudiantes. Se utilizó un diseño preexperimental con un enfoque cuantitativo y un carácter longitudinal. El programa tuvo una duración de 3 meses, con una muestra de 40 niños de 6 a 10 años del Centro Integral el Mundo de los Niños en Tunja. La medición se realizó utilizando el test KTK. El análisis estadístico reveló que, la planificación de ejercicios físico de manera coordinada logra un incremento notable en el cociente motor grueso. El programa resultó ser altamente efectivo, con más del 60% de mejora en ítems como el equilibrio en retroceso, la transportación lateral y con saltos. La importancia de este antecedente

radica en su enfoque metodológico en la coordinación y el uso de un diseño experimental (pre-post prueba) para medir la variación del cociente motor grueso, que es la base de nuestra variable dependiente. El hallazgo de un alto nivel de efectividad en la mejora del equilibrio y la coordinación fortalece nuestra expectativa de que un programa sistemático, como ACUAMAX, diseñado específicamente para el medio acuático, generará también una evolución importante en el conjunto de habilidades que componen la motricidad gruesa.

Salas (2023) en su trabajo titulado Entrenamiento gamificado en el desarrollo de la condición física en nadadores de octavo y noveno año educación general básica de la unidad educativa “Combatientes de Tapi” de la ciudad de Riobamba, provincia de Chimborazo, 2022. La finalidad fue cuantificar la contribución de un plan de entrenamiento gamificado en el desarrollo de la condición física de nadadores de octavo y noveno año de la Unidad Educativa “Combatientes de Tapi” en Riobamba. La investigación adoptó un enfoque mixto con nivel exploratorio y tipo aplicada. La población muestral se limitó a 14 deportistas de nivel básico. Se concluyó que el entrenamiento gamificado influye de forma positiva y directa en la condición física de los nadadores. Los resultados destacaron una mejora en la resistencia y fuerza física, observada en la disminución temporal del nado. Este antecedente es de pertinencia directa por dos razones: se enfoca en el medio acuático y trabaja con un rango de edad similar al de nuestra muestra (adolescentes de octavo y noveno año, equivalentes a primero y segundo de secundaria). Si bien su variable dependiente es la condición física, la mejora en la resistencia y la fuerza dentro de la piscina justifica el potencial del Programa ACUAMAX para influir en la motricidad gruesa, la cual requiere de estas capacidades condicionales para su ejecución eficiente (equilibrio dinámico, coordinación de nado, etc.).

Antecedentes a nivel Nacional

Taípe y Torres (2022) realizó una investigación que lleva por título Programa de Juegos motores para perfeccionar el salto de longitud en los estudiantes de la Institución Educativa Pre Militar “Simón Bolívar” Tres de diciembre - Chupaca 2022. El estudio se enfocó en determinar el efecto que tiene una metodología de acciones motoras sobre la optimización del salto de longitud. Se empleó un método cuantitativo de carácter explicativo, con una estructura preexperimental de tipo aplicado. La

muestra estuvo compuesta por 35 estudiantes de educación secundaria de entre 12 y 14 años. Los científicos determinaron que el programa de juegos motores tuvo un impacto positivo y significativo desde el punto de vista estadístico en la mejora del salto de longitud de los estudiantes analizados. Se enfoca en alumnos de secundaria, al igual que la presente investigación donde nos desempeñamos. Asimismo, acredita la eficacia de un programa de juegos (nuestra variable independiente) para optimizar una habilidad motora gruesa concreta (el salto de longitud, que es parte de nuestra variable dependiente). Proporciona pruebas empíricas sobre el gran impacto que tienen las intervenciones sistemáticas en el mejoramiento de la motricidad durante la adolescencia.

Espinoza (2023) en su trabajo de investigación Programa de Dominio de Acción Sociomotor para el aprendizaje del fútbol en niños del Asentamiento Humano “Villa los Warpas” - Ayacucho, 2022. La investigación se propuso establecer la influencia de un Programa de dominio de acción sociomotor en el proceso de aprendizaje del fútbol. Se utilizó una investigación aplicada de nivel explicativa experimental, con un diseño pre experimental de un solo grupo (pre y post test). La muestra fue reducida, con 10 niños de 8 a 10 años. El programa demostró una influencia significativa en la adquisición de las habilidades de fútbol, respaldada por un valor de significancia de 0,000, lo que confirma su efectividad como estrategia de aprendizaje motor. Este estudio es importante porque, aunque se enfoca en el fútbol, subraya la eficacia de un programa estructurado Dominio de acción Sociomotor en el desarrollo de habilidades motoras de base y específicas, que son componentes de la motricidad gruesa. Su metodología de diseño pre experimental (pre - post test), al igual que la nuestra, demuestra que es una estrategia válida para determinar la causalidad y la influencia de la variable independiente (Programa Acuamax) sobre la dependiente (Motricidad Gruesa).

León (2021) lleva a cabo un estudio titulado Gimnasia básica como método para potenciar la motricidad gruesa en los alumnos de 5to grado de primaria de la I.E.P. alternativo “Bertolt Brecht” en la provincia de Barranca 2020. El objetivo del estudio fue evaluar la efectividad de la gimnasia básica como método para el desarrollo de la motricidad gruesa. Se utilizó un diseño de investigación correlacional descriptivo con un enfoque cuantitativo. Se utilizó una metodología de investigación descriptiva

correlacional, con un enfoque cuantitativo. La muestra estuvo compuesta por 46 alumnos de quinto grado de educación primaria. La investigación concluyó que existe una relación positiva y de magnitud alta entre la práctica de la gimnasia básica y el fortalecimiento de la motricidad gruesa de los estudiantes evaluados. Este antecedente aporta un respaldo estadístico a la relación directa entre una intervención física planificada (Gimnasia Básica) y el fortalecimiento de la motricidad gruesa. Es relevante porque confirma la existencia relacional entre las variables, lo que sustenta nuestro marco teórico al afirmar que es posible lograr mejoras significativas en la motricidad gruesa a través de la ejecución de programas diseñados.

Antecedentes a nivel Local

Cruz (2024) en su investigación denominada Juegos con balón para potenciar la coordinación motora gruesa en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Garu, Choras – 2023; el estudio tuvo como objetivo establecer el impacto de un programa de "juegos con balón" en la mejora de la coordinación motora gruesa. Se utilizó el nivel explicativo, de tipo de investigación aplicada, con un diseño cuasiexperimental. La muestra incluyó a 25 estudiantes de segundo grado de secundaria, que fueron distribuidos en grupo experimental y de control. Se estableció que el programa mantiene un impacto relevante en el progreso de la coordinación motriz, evidenciado en el notorio incremento de los puntajes del grupo experimental entre el pre-test y el post-test. Se produjo un hallazgo impactante en el desarrollo motor (un componente clave de la motricidad gruesa), usando un programa de juegos y un diseño cuasiexperimental, es un fuerte soporte metodológico y predictivo para nuestra tesis. Sugiere que una intervención con características similares al programa Acumax en un entorno local comparable tendrá un efecto positivo similar en la motricidad gruesa general de los estudiantes.

Salvador (2024) en la presente investigación titulado Taller de educación física para desarrollar la motricidad gruesa en los estudiantes del segundo grado de primaria de la Institución Educativa N°32282 San Miguel-Huánuco, 2023, la finalidad fue determinar el desarrollo progresivo de la motricidad en los estudiantes mediante la implementación de un taller de educación física. La investigación fue de tipo cuantitativo, nivel explicativo y diseño pre experimental. La muestra abarcó a 20 estudiantes de segundo grado de primaria. Se concluyó que el taller implementado

mejoró sustancialmente la motricidad gruesa de los niños. Los resultados mostraron una evolución, alcanzando un 95% de los participantes un nivel de logro satisfactorio en la posprueba, superando sus dificultades iniciales. A pesar de enfocarse en el nivel primario, este estudio es valioso por su contexto local (Huánuco) y su objetivo idéntico al nuestro (desarrollar la motricidad gruesa con un programa). La eficacia del taller se encuentra elevada, alcanzando un 95% de nivel satisfactorio; esto sienta las bases para que las actividades relacionadas con la Educación Física en el contexto local tengan éxito y afianza la esperanza de que nuestro Programa Acuamax, orientado a satisfacer las necesidades motoras en secundaria, también obtenga logros favorables.

Soto (2022) en su trabajo titulado La danza como estrategia para desarrollar la motricidad gruesa en los estudiantes del segundo grado de primaria de la Institución Educativa Horacio Zeballos Games de Pillao – Huánuco, 2022, el trabajo se centró en determinar el grado de desarrollo de la motricidad gruesa a través de la danza como estrategia didáctica. El diseño del análisis fue preexperimental, el nivel fue explicativo y el método fue cuantitativo. La muestra estuvo compuesta por 23 alumnos correspondientes al segundo grado A. Se concluyó que la danza constituye una estrategia pedagógica eficaz para optimizar la motricidad gruesa, obteniendo que el 82.61% de los alumnos revisados llegaron a una condición de "buena motricidad gruesa" al concluir la intervención. Similar al anterior, su relevancia es local (Huánuco) y su foco es la motricidad gruesa. Este antecedente demuestra que el uso de estrategias lúdicas y coordinativas (como la danza) es altamente efectivo para el desarrollo motor. Esto respalda académicamente el Programa Acuamax, ya que nuestro programa emplea actividades de coordinación, ritmo y diversión adaptadas al entorno acuático, lo que refuerza la noción de que la aplicación de una estrategia nueva y creativa, como el ejercicio en la piscina, producirá un progreso significativo.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Programa “ACUAMAX”

Programa “ACUAMAX”, que cuenta con metodología adecuada basada en estudios científicos, el cual ayuda a la mejora de la motricidad gruesa en base a los ejercicios básicos de la natación preparándolos para que sean capaz de realizar movimientos más precisos al momento de saltar, trepar, correr entre

otros, más no darle carga de entrenamiento deportivo, solo basarnos en principios pedagógicos para que los estudiantes mejoren su motricidad gruesa. Según Alderete (2018), los programas educativos suelen abarcar el aprendizaje, el control y el bienestar, la calidad de vida y el rendimiento corporativo. Se enfocan en los niveles de primaria, secundaria y universidad mediante la implementación de estrategias y doctrinas. Además, están orientados hacia las áreas administrativas, de gestión humana e institucional para contribuir a través del uso de estrategias motivacionales y de rendimiento profesional.

En consecuencia, los programas educativos son soluciones financieras frente a los problemas modernos de incorporación al mercado laboral de los alumnos, sin descuidar el desarrollo de habilidades en competencias de trabajo (Palomares et al., 2019).

Los proyectos educativos han conseguido que la inteligencia emocional o la emoción tengan un papel preponderante, lo cual promueve el conocimiento propio, el autocontrol, la motivación personal, la empatía y las capacidades sociales (Catacora, 2018).

Considerando Martínez et al. (2018), los programas educativos posibilitan mejorar los elementos que influyen en el logro de los emprendimientos, tales como la calidad del emprendedor y de la idea, la comprensión del emprendimiento que se planea iniciar, la preparación para mantener esa idea y las cualidades personales como ser honesto, poseer ingenio, prestigio y gentileza y las posturas a adoptar.

2.2.2. Ejercicios básicos de la natación

Desde hace mucho tiempo, la humanidad ha necesitado adaptarse al ambiente que lo circunda con el objetivo de mantenerse o convivir dentro del entorno. El planeta está constituido en su mayor parte por agua, así que es fundamental y esencial que la humanidad adopte las medidas necesarias en beneficio de vivir dentro de ella, buscando cómo interactuar en este ambiente acuático. Por tal motivo, las actividades que los seres humanos han experimentado al nadar permanentemente han existido; tampoco resultan algo novedoso destinados a la humanidad, no obstante, se ha preservado una conexión con dicho deporte desde el comienzo hasta nuestros tiempos (Counsleman, 2007).

Lucero (2015) refiere que los ejercicios son métodos estructurados y prácticos para poder asimilar una técnica un procedimiento o secuencia en la natación y de esta manera podremos adquirir montones de habilidades normales y especializadas.

A partir de lo aportado por el autor en la presente investigación los ejercicios son fundamental para el desarrollo de las habilidades locomotoras.

De acuerdo con Lucero (2015), las acciones físicas también están diseñadas para facilitar la asimilación y el desarrollo de habilidades, ya que suponen una secuencia o procedimiento específico.

Con base en lo proporcionado por el investigador en este estudio, los ejercicios se llevarán a cabo de forma gradual para que los estudiantes puedan asimilarlos teniendo en cuenta los siguientes:

a) Desplazamiento

Entendemos como desplazamiento cualquier cambio de un punto a otro en el espacio, ya sea originado por el cuerpo mismo o por otras formas (Díaz, 1999).

Considerando a Batalla (2000), los desplazamientos se dividen en dos categorías: las maneras comunes de desplazarse, que son la marcha y la carrera, y aquellas de uso menos frecuente.

Ortega (2009) menciona desplazamientos específicos para solucionar dificultades particulares, como la escalada y la trepa; y los desplazamientos poco efectivos, que incluyen el gateo o desplazarse de rodillas.

b) Propulsión

La propulsión, según Hernández (s.f.), es el método utilizado para desplazarse dentro del medio acuático. Mientras nadamos, nos desplazamos utilizando nuestras extremidades superiores e inferiores, y dependiendo de cómo realicemos tales movimientos, nuestro avance será veloz y con poco esfuerzo. Sin embargo, la propulsión de brazos y piernas no son igualmente eficaces y fluctúan dependiendo del estilo que se practique.

Tal como Lucero (2015) considera, las extremidades inferiores son esenciales para el avance y el ritmo, así como para soportar los demás movimientos de la natación.

Es por ello que los músculos de las piernas son la fuente valiosa para los nadadores y de esa manera desarrollaremos la motricidad gruesa.

Lucero (2015) menciona que la propulsión de patada sirve para poder desplazarse mas no para corregir problemas de flotación y para realizar una propulsión de piernas correcta exige que el nadador debe tener los pies y los tobillos relajados y de esa manera generara un movimiento fluido y contacto con el agua.

c) Saltos

Es un esquema propulsor básico que proviene de las dinámicas locomotoras esenciales originados en la carrera y la marcha. El salto no es lo mismo que la carrera, ya que requiere etapas de impulso más altos, estabilidad y sincronización para acciones sumamente difíciles; además, incluye factores mentales como valor y seguridad (Wickstrom, 1990). Algunos investigadores lo ven como un movimiento más, pero otros investigadores, como Sánchez (1984), lo ven como una destreza corporal fundamental debido a su relevancia en el desempeño físico. Por esta razón, el salto es una capacidad elemental de nuestra clase que conlleva elevar el cuerpo de la superficie y permanecer detenido en el aire por un breve periodo.

El salto se refiere a un ascenso desde la superficie, y ocurre debido a la elongación acelerada de una de las dos extremidades inferiores. Esto provoca que el cuerpo permanezca suspendido en el aire por un momento antes de realizar su función (Sánchez, 1984).

d) Flotación

La flotación supone la suspensión del cuerpo sobre el agua (López, 2011).

“En el modo de flotar en el agua influye en la tensión de nuestro núcleo corporal” (Lucero, 2015, p. 29).

“Aprender a flotar bien en posición dorsal es el primer paso para estar cómodo” (Lucero, 2015, p. 87).

e) Respiración

Es necesario realizar de manera balanceada, serena y disciplinada con el fin de que no se transforme en angustia cuando se sumerge dentro del agua (García, 2000). La edad del estudiante es un factor determinante en la práctica de la respiración y la manera de conservarla apropiadamente al nadar, puesto que, durante cada una de estas etapas, el estudiante va perfeccionando y ampliando su habilidad para respirar.

Incorporar la respiración dentro del método para nadar es un desafío. Cuando el nadador sincroniza su respiración con el movimiento propio de la técnica de crol, logra respirar con un ritmo constante mientras conserva una dirección lineal en su natación. Dominar la capacidad de coordinar el flujo de respiración con la tonalidad de la región producida por la extensión de los brazos mejora significativamente la experiencia de nadar de espaldas (Lucero, 2015).

2.2.3. El uso de la natación con fines formativos

La práctica de nadar en calidad de método pedagógico

De acuerdo con Moreno (2000), es esencial integrar la natación como una metodología de enseñanza-aprendizaje con el fin de desarrollar habilidades locomotoras en el ámbito educativo y mejorar así la adaptación en la piscina. La capacitación en el entorno acuático tiene que realizarse de forma gradual y pausada. Se empieza por familiarizar al estudiante dentro de la piscina y después de haber logrado esto, se facilitará la ejecución de ejercicios físicos dentro del agua. Más adelante, los desplazamientos efectuados fuera del agua serán más precisos.

(Cruz, 2014) alude a la reforma del Programa de Educación Física en 2006, que tenía como objetivo el aprendizaje integral del niño o la niña. Esta modificación se fundamenta en la actividad deportiva y sostiene que desarrollar competencias y habilidades para continuar aprendiendo, interactuar adecuadamente en la vida diaria como individuos aptos para relacionarse con otras personas, cooperar en equipo, solucionar conflictos, controlarse y reconocer y manifestar emociones. Esto lo logra haciendo que el método de formación de la natación sea agradable y que nadar se transforme en un resultado natural de este proceso.

Para lograr el objetivo propuesto, según lo que menciona el autor, es crucial aplicar un método pedagógico específico para la enseñanza de la natación. Este método, que ha sido desarrollado con exactitud para adaptarse a los requerimientos y características específicas de los alumnos, no solo promueve la instrucción técnica de la natación, sino también el desarrollo completo de los estudiantes. Así, se logra un importante beneficio para los estudiantes, quienes no solo desarrollan habilidades motrices y físicas, sino que también incrementan su disciplina, confianza y seguridad en el agua. En consecuencia, para lograr los

mejores resultados en la formación y enseñanza en natación, es esencial una estrategia pedagógica.

2.2.4. La natación en la enseñanza - aprendizaje

Una de los deportes holísticos es la natación el cual se lleva a cabo dentro una piscina y es visto como un proceso de enseñanza - aprendizaje basado en el ejercicio, guiada por el profesor de Educación Física el cual, a través de una estrategia pedagógica con un alto sentido de responsabilidad y una gestión del conocimiento apropiada a las exigencias, garantizando plenamente la seguridad de los participantes durante las actividades acuáticas, para lograr el desarrollo motor grueso.

Este proceso de enseñanza - aprendizaje de la natación resalta en la adquisición de experiencias motrices, las cuales van desde familiarizarse con el entorno acuático hasta alcanzar la seguridad y confianza mientras se socializa y se desarrolla la motricidad gruesa. Esta situación conlleva demostrar capacidades basadas en métodos que priorizan lo divertido (Centeno y Montero, 2024). Se reconoce que los fines del proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación incluyen un estudio previo del estado físico y psicológico, con el fin de establecer las normas de convivencia y reglas del deporte mediante una estrategia alineada con la teoría de aprender divirtiéndose. Este método educativo fomenta la diversión, la adquisición de principios y el compromiso para mejorar sus habilidades motrices.

Hoy en día, el proceso de enseñanza - aprendizaje de la natación toma relevancia con nuevos enfoques pedagógicos, didácticos y ambientales, en pro del bienestar humano; tal como se hace referencia en uno de los componentes del enfoque ambiental promovido por el Ministerio de Educación (2022), en el cual el componente de educación en salud, incentiva a lograr estilos de vida saludables y sostenibles no solo en la comunidad educativa, sino en toda la sociedad.

Esto nos conlleva a promover competencias partiendo de un desarrollo sostenible e inclusivo. La natación es un deporte que permite optimizar la calidad de vida de las personas en términos de salud, formación para el día a día, trabajo colaborativo e interacción entre las personas.

Desde esa perspectiva, la actual educación busca que el proceso de enseñanza-aprendizaje se fundamente garantizando la accesibilidad igualitaria para todos

los estudiantes; y ello se logrará mediante actividades acuáticas relacionadas con la natación, promoviendo estilo de vida saludables. En este sentido, Enríquez (2025) considera como logros del proceso de enseñanza-aprendizaje mediante la natación los siguientes:

- ✓ Ayuda el desarrollo muscular superior e inferior, pues las actividades acuáticas contribuyen a desarrollar los músculos de forma segura, evitando lesiones en las articulaciones.
- ✓ Favorece al fortalecimiento del corazón, al llegar la sangre a todo el cuerpo, lo cual mejora la función vascular y reduce la presión arterial, promoviendo una salud cardiovascular óptima.
- ✓ Promueve la relajación del cuerpo y la mente, Al liberarse sustancias químicas como las endorfinas, que producen una sensación de bienestar en el cerebro; de este modo, mejoran los niveles de salud mental al disminuir el cortisol y el estrés.
- ✓ Ayuda a construir la confianza en uno mismo, ya que experimentan logros y vencen sus temores.
- ✓ Mejora la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la flexibilidad potencializando su motricidad.

2.2.5. Motricidad Gruesa

Según De la Cruz (2014), la capacidad motora gruesa se define como el conjunto de actividades nerviosas y musculares que facilitan el movimiento y control de los miembros y el desplazamiento. Los desplazamientos se producen mediante la elongación y descanso de diferentes grupos musculares, lo que hace que se activen los receptores de los sentidos ubicados en la capa de superficie, así como los conductos propioceptivos de músculos y tendones. Estos receptores notifican a los centros nerviosos si el movimiento se está realizando correctamente o si es necesario cambiarlo.

Teniendo en cuenta a Garza (1978), que la capacidad muscular gruesa o completa a modo de el manejo de las actividades musculares completas del cuerpo, también conocidos como movimientos en masa; el cual permite al estudiante pasar desde una dependencia total hasta ser capaz de moverse solo. En otras palabras, es la capacidad para llevar a cabo movimientos amplios

generales como agitar un brazo o levantar una pierna. Esta habilidad necesita que los músculos, huesos y nervios trabajen y se coordinen adecuadamente.

En esta dirección, la capacidad motora gruesa, según Jiménez (1982) la define como el grupo de funciones musculares y nerviosas que posibilitan el movimiento y control de las extremidades, así como el desplazamiento y la locomoción. Estos receptores comunican a los centros de la red nerviosa la obligación de cambiarlo. Los diversos movimientos se producen mediante la elongación y el descanso de varios conjuntos musculares; para ello, los sensores perceptivos de la piel y los receptores propioceptivos de las articulaciones, las articulaciones musculares y los músculos tendinosos se ponen en marcha el cual los centros de la red nerviosa la obligan de cambiarlo.

2.2.6. Dimensiones de la motricidad gruesa

Las habilidades motrices gruesas se organizan en dos grandes áreas de desarrollo. El dominio corporal dinámico que está vinculado con la acción y el movimiento e incluye habilidades como la coordinación general, la capacidad de mantener el equilibrio del cuerpo cuando se realiza movimientos.

Así mismo se establece el dominio corporal estático, el cual trata acerca la conciencia y la regulación del cuerpo en reposo. Este dominio incluye aspectos fundamentales como la realización de actividades sin desplazamiento para controlar uno mismo y manejar la respiración y relajación con sus elementos internos del cuerpo para controlar su organismo.

Un buen desarrollo motriz no solo mejora la competencia física, sino que también contribuye a la seguridad en sí mismo del individuo y facilita la adquisición de nociones espaciales y temporales. Por lo tanto, la estimulación de estos dominios, tanto dinámicos como estáticos, es importante para el bienestar general.

Durivage (1996) menciona que las enfocada en las categorías de clasificación de la motricidad gruesa están divididas en 2 dominios (Dinámico y estático) que se definen como la acción del hombre de poder lograr el control total de su propio cuerpo el cual permitirá mejorar la motricidad gruesa en los estudiantes del 1° “F”.

Además, Comellas et al. (2005) conceptualizan el dominio dinámico como la acción de manejar diversas áreas del organismo con exactitud y fluidez; por otro

lado, el dominio estático se relaciona con sostener la posición firme y la estabilidad. Estos elementos constituyen, en conjunto, la coordinación motora gruesa, que es fundamental para realizar desplazamientos confiables y coordinados.

Finalmente, los escritores García y Fernández mencionan que la motricidad gruesa es una serie acciones con el cuerpo el ayudara a un mejor manejo de su cuerpo el cual está relacionado el dominio estático y dinámico; el cual es importante para logro del programa ACUAMAX.

• **Dominio corporal estático**

El dominio estático abarca movimientos que llevan al desarrollo del esquema corporal del estudiante cuando su cuerpo está en estado de reposo y pueda lograr el control absoluto de su propio ser. Según Pacheco (2015), en este contexto, el estudiante consigue esta etapa cuando logra el manejo sobre su cuerpo, es decir, en el momento en que está en reposo. Así, las tareas motrices hacen posible entender la imagen corporal, incorporando elementos como la tonicidad, el autocontrol, la respiración y la descanso para profundizar dentro de uno mismo.

Además, Ramírez y Ramírez (2017) refieren que este término son todas aquellas actividades motrices que el estudiante puede representar previamente de forma mental (a lo que se conoce como coordinación general), esto permite interiorizar al estudiante el esquema corporal de sí mismo.

Y según Pazmiño (2009) Se llama dominio corporal estático al conjunto de prácticas motrices que favorecen la interiorización de la estructura corporal; debido a las acciones que contribuyen una investigación el yo completo para mejorar la motricidad en estado de reposo.

a) Equilibrio en una pierna

La estabilidad del cuerpo humano es particularmente inestable, ya que el centro de gravedad está ubicado por encima de la base de apoyo en la mayor parte de las acciones locomotoras para determinar el nivel de su motricidad gruesa, es esencial el equilibrio. “Capacidad del ser humano de sostener su cuerpo o el de otro en una posición estable y controlado a través de movimientos compensatorios” (García y Rodríguez, 2013). Para valorar la motricidad gruesa, es crucial mantener el equilibrio. El equilibrio integral del cuerpo humano se centra en agentes de cambio externos y los momentos

de fuerza ejercidos sobre él, siendo "nada" el punto de referencia y por lo tanto el cuerpo puede estar equilibrado o no. (Gutiérrez, 1999).

Por ende, el equilibrio viene a hacer la estimación como la habilidad de realizar diferentes actividades motoras. Este campo avanza mediante una relación bien organizada del organismo y todo lo que lo rodea. Es el resultado de varias integraciones en las áreas sensorial, perceptiva y motora que guían el aprendizaje en su conjunto. (Guzmán et al.).

b) Planchas frontales

Es un ejercicio sostenido, lo que acredita que el organismo se mantenga en una posición estática y fija por un tiempo determinado con estiramientos de las extremidades superiores o inferiores. Según McGill (2002), quien es conocido por sus investigaciones acerca de la estabilidad y la fuerza del core (núcleo corporal) mediante el uso de la plancha, enfatizando lo fundamental que es controlar la postura. Además, Zickl (2023) menciona que cuando se hace de la manera correcta, los ejercicios de plancha no solo activan el core (núcleo) el cual se activa para estabilizar la columna y la pelvis., sino también los músculos de los hombros y las piernas. Akuthota y Nadler (2004), quienes analizan detalladamente el papel de la plancha frontales en términos de aumentarla estabilidad de la columna vertebral y fortalecer los músculos. Por lo mencionado según el autor realizar este ejercicio no presenta riesgo de lesión al momento de realizarlo más bien ayuda en su rendimiento físico y mejorar la motricidad gruesa.

c) Equilibrio en tándem

La postura tándem es una forma de posición empleada en la esgrima, donde dos espadistas sostienen sus espadas con una misma mano manteniendo la posición correcta de tándem (Physitrack, s.f.). Es por ello que poner en práctica el equilibrio de tándem no solo mejora la postura sino ejercita los músculos del cuerpo.

Whitney y Col. (2018) indican que la marcha o equilibrio en tándem es una prueba precisa con el fin de identificar problemas leves de equilibrio y trastornos vestibulares en hombres con el fin de realizar este tipo de ejercicios ayudara a mejorar la motricidad gruesa.

La marcha en tándem es un ejercicio fundamental para prevenir caídas y optimizar el equilibrio dinámico, según Martínez et al. (2023); este ejercicio

es fundamental para mejorar el equilibrio el cual fortalecerá la motricidad gruesa.

d) Posición de flamenco

La postura de flamenco alude a una serie de ejercicios o posiciones, pero en el ámbito del equilibrio corporal sobre una sola pierna (como se posicionan los flamencos).

Esta postura crea flexibilidad en los cuádriceps y los brazos (Tummee, s.f.)

En esta postura, un brazo está estirado y el otro doblado para sostener la postura de flamenco.

Forczek-Karkosz et al. (2021) refiere que la alineación del cuerpo y el soporte en pie desde una perspectiva biomecánica, haciendo alusión al equilibrio unipodal que se asemeja a la postura del flamenco, el cual ayudara a mejorar la motricidad gruesa.

Finalmente, la posición de flamenco será crucial para fortalecer la motricidad y otras actividades como refiere Gómez et al. (2013) establece las conexiones con la posición y la colocación de los pies comunes en este baile, que son capaces de vincularse con posiciones de estabilidad semejantes como las del flamenco.

e) Control postural en posición de Lunge

El manejo postural en la postura de lunge hace alusión a la habilidad que tiene tu cuerpo para sostener el equilibrio, la firmeza y una posición adecuada mientras realizas este ejercicio.

Las lunge son un ejercicio que, mayoritariamente, servirá para fortalecer diversos grupos musculares como pueden ser los compuestos por el abdomen, los glúteos o las piernas (Martín, s.f.).

Toscano (2022) se emplea para analizar la dorsiflexión del tobillo y el control postural en cadena cinética cerrada, lo que demuestra la habilidad de estabilidad y manejo en el transcurso de la postura de lunge. Fortalecimiento la parte muscular con las lunge, ayudando a desarrollar y fortalecer estos grupos musculares se reflejará en momento de realizar actividades motrices gruesas.

En la investigación, Hallux Limitus (2017), determina que hay una conexión entre el manejo posicional y la extensión articular del tobillo durante la realización de la evaluación lunge, lo cual es esencial para las

propuestas operadores y la recuperación. Es por ello que evaluar esta postura ayudara a medir como está la motricidad gruesa en los estudiantes.

f) Equilibrio con resistencia

Dietrich Cuando haces un ejercicio de estabilidad y al mismo tiempo agregas un peso extra que los músculos tienen que soportar se produce el equilibrio con resistencia.

Dietrich et al. (2001), refiere que la resistencia viene hacer la capacidad que permite sostener un determinado rendimiento físico en el tiempo más largo posible.

Canning et al. (2025) hacen una comparación entre el entrenamiento de equilibrio y el entrenamiento de resistencia esta con el fin de controlar la postura, mostrando un vínculo relevante entre la adaptación del equilibrio y la potenciar los músculos, ya que ello fortalecerá la motricidad gruesa.

En una revisión sistemática, De Lima et al. (2022) examinan cómo la actividad resistida afecta el equilibrio y el control de la posición en individuos, descubriendo que la resistencia mejora notablemente el manejo de la postura el cual ayudara a mejorar el dominio estático del estudiante.

• Dominio corporal dinámico

El estudiante desarrolla confianza en la regulación y coordinación de sus movimientos a través del dominio corporal dinámico. Esta regulación del movimiento abarca las regiones más grandes del cuerpo, como el tronco, la cabeza y miembros superiores e inferiores, el cual le permitirá hacer diferentes tipos de acciones. Para esto, este ámbito no solamente abarca los desplazamientos, sino la sincronización de los movimientos frente a las barreras, sin embargo, no con severidades (Pacheco 2015).

El dominio corporal dinámico, de acuerdo con Durivage (1996), es la habilidad para manejar todas las áreas del organismo, estén estas apartadas o no, en el espacio. Es por ello que este programa quiere que el estudiante mejore la su motricidad gruesa.

Mamani et al. (2021) refiere que el dominio corporal dinámico en su práctica constantemente requerirá de una buena sincronización y armonía en el cuerpo,

lo que proporciona al estudiante confianza e independencia para manejar su propio organismo y dominar cada parte de él.).

a) Desplazamiento

Un desplazamiento es cuando el cuerpo que está en reposo se desplaza ya sea por voluntad propio o no a otro lugar dentro de un determinado espacio. Como refiere (Díaz, 1999) el cual define que un desplazamiento es como cualquier avance de un lugar a otro en el espacio, ya sea a través del desplazamiento producido por el organismo mismo o por diferentes medios. Ya que el desplazamiento siempre está inmerso en diferentes tipos de desplazamientos. Batalla (2000) lo categoriza a los desplazamientos en dos tipos: las formas comunes, que son la marcha y la carrera, y las menos frecuentes. Cada desplazamiento que se realiza deberá tener un fin como menciona Ortega (2009) que los desplazamientos ineficaces, como reptar y cuclillas, y los desplazamientos especializados en solucionar problemas específicos como escalar y trepar.

b) Carrera corta

La técnica de carrera se trata de todos los movimientos y gestos que intervienen mientras corremos de un lado a otro ya sea por ejercicios o por necesidad sin lastimar al cuerpo en dicha actividad.

Según Frómeta y Takahashi (2003) mencionan que es necesario convertir el acto natural de trotar en una técnica más razonable y eficaz, para optimizar el desempeño y evitar lesiones.

La práctica de las carreras cortas es una práctica que se seda en la primaria el cual toma más relevancia para el desarrollo de su motricidad en la secundaria. Teniendo en cuenta a García et al. (2004) son autores que investigan sobre aprender lúdicamente el atletismo, teniendo en cuenta las carreras cortas, para estudiantes en la educación primaria el cual será de gran importancia al momento que lleguen a la secundaria. Además, la práctica de carreras cortas no solo ayudará a mejorar su motricidad sino su práctica ara de él un mejor atleta como refiere

Monroy (2007), quien sugiere actividades de formación en atletismo para estudiantes, destacando el trabajo en carreras breves con distancias de entre 100 y 400 metros para fomentar la velocidad personal.

c) Salto Laterales

Los saltos laterales, también conocidos como "Skater hops", son un ejercicio plyométrico que se enfoca en mejorar la potencia y la agilidad de las personas ya sea para mejorar como deportista o en bien de su salud. Gutiérrez y Soto (1992). en el que se analizan elementos de eficiencia biomecánica y técnica en los saltos, abarcando no solo saltos laterales, sino también horizontales, al momento de evaluar el rendimiento físico de una persona. Por otro lado, López (2019) indica que los saltos tienen como propósito elevar y descender el centro de gravedad del cuerpo, resaltando la relevancia de la técnica para optimizar el desempeño en el salto lateral y otras modalidades de salto. Del mismo modo Valldecabres (2024) resalta que realizar saltos laterales ayuda a perfeccionar la estabilidad y la fuerza para mejorar rendimiento como solo en competencias deportivas sino el logro de las competencias en el área educación física.

d) Saltos explosivos

Los saltos explosivos en el área de educación física vienen a ser acciones que requieren una acto rápido y potente para superar resistencias lo más rápidamente posible.

Según Collazo (2002), la capacidad explosiva es lo que determinará el desempeño en diferentes actividades físicas considerados "explosivos", como el sprintar, golpear, saltar y lanzar. Asu vez el factor tiempo también será necesario para que los saltos explosivos sea relevante en las actividades físicas como menciona Rivera (2009) la fuerza explosiva se evidencia cuando se muestra la mayor magnitud de potencia en el periodo más breve factible, lo cual es propio de los deportes de velocidad y fuerza. Es por ello que, a mayor fuerza explosiva, la velocidad mejorará en términos de magnitud.

Finalmente, al realizar los saltos explosivos no solo mejorará la motricidad gruesa sino traerá diferentes beneficios como lo resaltan Bernal y Díaz (2020), el entrenamiento con ejercicios de fuerza activa, que incluye saltos explosivos, es esencial para desarrollar fuerza y potencia en la parte inferior del cuerpo, lo cual optimiza el desempeño en el ámbito deportivo y del área de educación física.

e) Desplazamiento en zancada amplia

El desplazamiento de zancada se alude a la separación ósea se trata de la distancia entre el apoyo del primer pie y el del segundo. Sin embargo, no es tan simple; si nos adentramos en los detalles, esta longitud o distancia comprende una serie de circunstancias interesantes que ayudaran al desarrollo de la motricidad gruesa y otros factores más como hace referencia ,Gutiérrez et al. (2022) enfatizan que un ejercicio enfocado en la técnica de la zancada amplia mejora notablemente los parámetros angulares durante la etapa de apoyo e impulso, y también incrementa el rendimiento muscular y el desempeño en corredores de media distancia, lo cual se refleja en mejores marcas de cada deportista.

Por su lado, Orbe (2018) Señala que se debe optimizar el método de atletismo inicial a través del análisis biomecánico de un punto a otro y la relación de la zancada con las diferentes partes del cuerpo, a su vez Rosa (2020) manifiesta que durante la realización de la zancada en gimnasia rítmica, analiza el rango articular de las extremidades inferiores, destacando lo importante que es tener una técnica adecuada para lograr un desempeño óptimo y que todo ello conllevara a mejorar su motricidad y otros factores..

2.2.7.Importancia de la motricidad gruesa en los adolescentes

Las habilidades locomotoras en los adolescentes son esencial con el fin de su progreso holístico, pues no solo promueve el desarrollo físico, no obstante, asimismo influye de manera importante en las áreas interpersonales y afectivas. Villera (2024) sostiene que el período de adolescencia constituye una fase crucial para el desarrollo y el aprovechamiento de destrezas de movimiento particulares, ya que en este periodo se producen transformaciones significativas en la estructura del cuerpo, la sincronización motriz, así como la fuerza muscular. Estas capacidades aumentan la autoconfianza, la percepción personal y las habilidades para relacionarse con otros, lo que evidencia el rol integral de la capacidad motora en esta fase del desarrollo humano.

Además, la capacidad motora también sirve como base para el desarrollo mental y la formación desde una perspectiva educativa. La actividad física ayuda a los adolescentes a edificar habilidades interpersonales, motrices y mentales indispensables en pro de su calidad de vida por completo. La función motora durante la adolescencia, además de fomentar el bienestar físico, estimula la

capacidad mental, la imaginación y el reconocimiento del cuerpo, contribuyendo a desarrollar una mayor seguridad en uno mismo e independencia. Por ende, la inclusión de las habilidades locomotrices son un elemento clave dentro de la enseñanza y el fomento de estilos de vida saludable es crucial para lograr que los adolescentes maximicen su potencial de desarrollo saludable.

2.3. Definición de términos

Condición física: es la capacidad de una persona que tiene para realizar esfuerzo físico o soportar una sobrecarga.

Desplazamiento: Son los movimientos del cuerpo que se realizan al moverse de un lado a otro utilizando diferentes patrones motores.

Extremidades: Las extremidades son las partes del cuerpo que sobresalen del tronco pero que están unidas a él, como los brazos y las piernas.

Habilidad: Se trata de destrezas naturales de cada persona, las cuales se utilizan para ejercer o llevar a cabo actividades determinadas.

Motricidad: es la capacidad en la cual lo niños podrán generar ciertos movimientos por sí mismo, en estos movimientos tiene que existir coordinación y sincronización entre todas las estructuras que intervienen en el movimiento las cuales son: sistema nervioso, órgano de los sentidos, sistema musculo esquelético.

Motricidad gruesa: la motricidad gruesa abarca todo lo que se relaciona con el desarrollo cronológico del niño/a especialmente en el crecimiento del cuerpo y de las habilidades psicomotrices respecto al juego y a las aptitudes motrices en las cuales intervienen manos, brazos, pierna y pies.

Psicomotriz: se centra en estudiar el predominio del movimiento en la organización psicológica general, ya que asegura el paso del cuerpo anatomofisiológico al cuerpo cognitivo y afectivo.

2.4. Bases epistemológicas, bases filosóficas y/o bases antropológicas

El hombre a lo largo de su historia ha vivido el medio acuático de distintas formas. En consecuencia, con una perspectiva amplia y no sesgada, debe considerarse que muchas de las citas y datos históricos en los que se menciona la relación del ser humano con el agua, no solo hace referencia a la utilización de determinadas técnicas deportivas, sino también a la posibilidad de realizar múltiples acciones que realmente

además de facilitar una seguridad ante imprevistos variados, les permita desenvolverse con soltura en otros menesteres personales y sociales.

La población en general aún está asimilando y conociendo muchas de estas propuestas están en la sociedad de una manera elemental y vital desde albores de la humanidad.

Debemos considerar que la práctica motriz acuática ha ido ligada al desarrollo del ser humano en muchos momentos de su historia.

El concepto de las actividades acuáticas (donde se encuentran todas aquellas modalidades que se desarrollan en el medio acuático) ha sido acuñado recientemente en nuestra sociedad, pues a lo largo de la historia el agua ha sido entendida bajo distintas concepciones que a continuación comenzamos a relatar. El ser humano no ha poseído la facultad instintiva de nadar desde el comienzo de la historia, sino que ésta ha sido adquirida, esencialmente determinada por factores sensoriomotores y perceptivo-motores muy elaborados (Da Fonseca, 1994), aunque en etapas iniciales observemos claros indicios de reflejos natatorios (Cirigliano, 1989). El aprendizaje de la natación, como cualquier otro aprendizaje adaptativo, no está inscrito en los genes de la persona, al contrario de otras especies como los peces o los anfibios, que desarrollan a lo largo de su evolución estrategias de adaptación acuática muy características. La posición Beida de la persona ha marcado la diferencia con el resto de los animales, pues su actitud postural y el natural equilibrio de su cuerpo le ha permitido realizar movimientos en tierra y en agua. Establecida la situación del ser humano frente al agua se muestra, a continuación, la evolución histórica del acercamiento de la persona, hacia el medio acuático, a través de los tiempos. En la Prehistoria, existen fundadas elucubraciones, que apuntan hacia ella como medio para defenderse y adaptarse a un entorno eminentemente hostil. Posteriormente, en torno al 3000 a.C., con los asentamientos de las primeras civilizaciones alrededor de puntos de agua: ríos, lagos, mares o charcas, se convierten en habituales, quedando restos arqueológicos y escritos que así lo atestiguan. En ellos se puede apreciar a personas de toda clase desplazándose de manera variada y original en el medio acuático. De hecho, en esos momentos además se apreciaba un enriquecimiento de propuestas motrices, puesto que ya no sólo se buscaba mantenerse y desplazarse elementalmente en el agua, sino que además practicaban formas "eficaces" de desplazarse a mayores distancias. En estas sociedades fluviales las actividades acuáticas cumplían una doble misión: evitar los riesgos cotidianos por su proximidad al agua, de ahí que fuera parte

esencial de la educación pública y conseguir esparcimiento e incluso reconocimiento y respeto a través del dominio de habilidades o la realización de determinadas proezas. Como se puede observar durante toda la historia, el análisis de las actividades acuáticas ha sido englobado bajo el concepto de natación. Este hecho, en la actualidad, no corresponde a los planteamientos más contemporáneos de las actividades acuáticas. Hoy en día, según ya analizados en varios trabajos (Moreno y Gutiérrez, 1995 a, 1995 b), el concepto de actividades acuáticas corresponde a algo más amplio que el simple vocablo de natación.

2.5. Hipótesis

2.5.1. Hipótesis general

H_i: El programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

H₀: El programa “ACUAMAX” no mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

2.5.2. Hipótesis específicas

H_{E1}: El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

H_{E0}: El programa “ACUAMAX” no mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

H_{E2}: El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

H_{E0}: El programa “ACUAMAX” no mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

2.6. Variables

2.6.1. Variable independiente

El programa ACUAMAX

Son un conjunto de ejercicios que ayudan a mejorar la motricidad gruesa del estudiante para lograr un mejor desenvolvimiento en las actividades de la vida cotidiana.

Núñez (2008) menciona que un programa educativo es un conjunto de actividades a realizar en lugares y tiempos y recursos determinados previamente para el logro de objetivos y metas, el programa seleccionado debe ser la mejor alternativa de solución previo estudio y diagnóstico de la situación problemática.

2.6.2. Variable dependiente

Motricidad Gruesa

Se refiere a movimientos de locomoción como es “el saltar, correr o andar” y está relación con el progreso del grupo de músculos que hacen viable estas destrezas en los educandos.

La motricidad gruesa es el conjunto de funciones nerviosas y musculares que permiten la movilidad y coordinación de los miembros, el movimiento y la locomoción (Jiménez, 1982).

2.7. Operacionalización de variables

Variables	Definición operacional	Dimensiones	Actividades / indicadores	Técnica / instrumento
Variable Independiente Programa “ACUAMAX” Nuñez (2008) sostiene que un programa educativo consiste en un conjunto de acciones a llevar a cabo en espacios, períodos y recursos establecidos de antemano para alcanzar objetivos y metas; la opción elegida debe ser la solución óptima tras un análisis y diagnóstico de la problemática presente	El programa “ACUAMAX” es una propuesta educativa que involucra los fundamentos básicos de la natación para la mejora de la motricidad gruesa	Planificación	Planifica las sesiones de aprendizajes teniendo en cuenta las competencias del área de educación física.	Técnica: Observación. Instrumento: Escala de valoración. Aplicación de las 16 sesiones de aprendizajes.
		Ejecución	Ejecuta el programa “ACUAMAX” con las sesiones de aprendizaje	
		Evaluación	Realiza la evaluación de entrada y salida.	
Variable Dependiente Motricidad gruesa Zapata (1991) describe la Motricidad Gruesa como “los movimientos amplios del cuerpo o movimientos gruesos. La lateralidad del cuerpo,	En la presente investigación se trabaja la motricidad gruesa a través de ejercicios en la piscina el cual mejorara el	Dominio Corporal Estático	1) Equilibrio en una pierna 2) Planchas frontales 3) Equilibrio en tándem 4) Posición de flamenco 5) Control postural en posición de Lunge	Técnica: Observación. Instrumento: Guía de observación Escala:

junto con actividades como caminar, correr y saltar, son segmentos que demandan un gran desarrollo del individuo para poder ubicarse y tener control de sí mismo. Abarca el control físico del individuo en relación consigo mismo y su entorno, comenzando por la coordinación general, el equilibrio, el ritmo y la coordinación vasomotora	dominio estático y el dominio dinámico.		6) Equilibrio con resistencia 7) Control estático con movimientos de brazos 8) Posición estática de empuje	Inicio Proceso Logro esperado Logro destacado
		Dominio Corporal Dinámico	1) Carrera cortas 2) Salto Laterales 3) Saltos explosivos 4) Carrera de obstáculos 5) Desplazamiento en zancada amplia 6) Trote con elevación de rodillas 7) Desplazamiento con resistencia de agua 8) Movimientos cíclicos en circuito de agilidad	

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. **Ámbito**

El estudio se llevó a cabo en la población Diana de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila, el cual está ubicado en la Av. Enrique Pimentel N° 411 de la ciudad de Tingo María, provincia de Leoncio Prado, departamento de Huánuco; la cual es una institución de educación básica regular del sector público en el cual se ejecutó la investigación tomando como población de estudio exactamente a los estudiantes del grado 1° de secundaria de las secciones “A, B, C, D, E, F, G y H” los cuales son de diferentes procedencias de diversos distritos de la provincia de Leoncio Prado, con edades entre 12 y 13 años.

3.2. **Población, muestra y muestreo**

Población

Ñaupas et al. (2018), describe a la población como la suma de elementos que integran el objeto de estudio y que cuentan con las cualidades requeridas para ser integradas. Estas unidades pueden ser variadas, incluyendo personas, elementos físicos, sucesos o acontecimientos y colectivos determinados, en todo momento que satisfagan los estándares requeridos en el ámbito de la investigación. Durante este análisis, la comunidad de interés se encontraba conformada por 285 estudiantes del 1° grado del nivel secundaria, que pertenecían a las secciones “A, B, C, D, E, F, G y H”. Dicha delimitación permitió enfocar el estudio en un conjunto homogéneo y específico, lo que hizo factible el cumplimiento de resultados significativos y relevantes en relación con la investigación llevada a cabo.

Tabla 1

Asignación de los estudiantes de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila de Tingo María, 2024

Grado y sección	Estudiantes		Total
	M	F	
A	20	14	34
B	18	16	34
C	16	19	36
D	17	18	35
E	20	17	37

F	16	17	33
G	20	16	36
H	19	17	36
Total	147	138	285

Fuente: Nómina de matrícula 2024

Muestra

La muestra es un subconjunto del universo o población total, que se selecciona utilizando diversos métodos con la finalidad de garantizar que refleje fielmente las características del grupo completo al que pertenece (Ñaupas et al., 2018). Esta elección debe seguir normas claras para que los aspectos y particularidades que existen en toda la población estén bien representados en esta porción más pequeña. Así, lo que se descubra en la investigación se puede aplicar o extender a todo el grupo con bastante seguridad. En nuestro caso, la muestra que analizamos consta, de 33 estudiantes que cursan el primer año, sección “F” de secundaria de la institución como contexto de estudio. En la siguiente tabla podrán ver cómo se distribuye esta muestra a detalle:

Tabla 2

Muestra de estudiantes de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila de Tingo María, 2024

Grado	Sección	Varones	Mujeres	Total
1	F	16	17	33
Total		17	18	33

Elaboración: El investigador.

Muestreo

El muestreo que se usó en este estudio fue un muestreo aleatorio simple, porque según Ñaupas et al. (2014) este tipo de muestreo deja que cada persona del universo o grupo tenga exactamente la misma posibilidad de escoger, lo que hace que la muestra sea representativa y no tenga sesgos puestos a propósito en la elección. En la práctica, esto quiere decir que no hay favoritismo ni influencia sobre qué partes van a estar adentro, lo que hace que haya un proceso que es al azar de verdad.

Por ello se realizó un sorteo entre todas las secciones desde el 1° “A” hasta el 1° “H” para garantizar la misma probabilidad de ser elegido y como resultado 1° “F”.

3.3. Tipo y Nivel de investigación

Tipo de investigación

La investigación es de tipo aplicada debido a que se enfoca en resolver de manera práctica problemas particulares, a diferencia de la investigación pura o básica, que se concentra en producir conocimientos teóricos sin una aplicación. De acuerdo con Ñaupas et al. (2018), la investigación aplicada utiliza los descubrimientos de la investigación fundamental como cimiento para desarrollar soluciones específicas que aborden problemas o necesidades reales. Esta clase de investigación tiene como objetivo no solo entender fenómenos, sino también convertir ese saber en estrategias y acciones efectivas que influyan directamente en el ambiente social, educativo, tecnológico o productivo.

Nivel de investigación

La investigación actual es de nivel "explicativo". Considerando Ñaupas y otros (2018), este nivel resulta más complicado, detallado y minucioso; a diferencia de la investigación básica. Su propósito primordial es confirmar hipótesis causales o explicativas; así como también descubrir recientes leyes en el ámbito científico-social y teorías simples sociales que analicen las conexiones causales entre propiedades o dimensiones de los eventos, los sucesos del entorno y las actividades sociales, ya que se ocupan con hipótesis causales, esto es, aquellas que esclarecen las razones de un acontecimiento.

3.4. Diseño de investigación

Este trabajo de investigación fue de un diseño preexperimental, ya que no cumplen con los requisitos de los experimentos puros y, por lo tanto, carecen de validez interna. Sin embargo, sí llevan a cabo un control mínimo. Los tres tipos de diseños preexperimentales son: el diseño de comparación estática, el estudio de un caso con una única medición y el diseño de pre test y post test con una sola agrupación

El presente trabajo de investigación se enmarcará en un diseño preexperimental porque son aquellos que no reúnen los requisitos de los experimentos puros, y por tanto, no tienen validez interna, pero realizan un control mínimo (Sánchez, 1984, como se citó en Ñaupas et al. 2014)

El diseño de la presente investigación se expresa en el siguiente esquema:

GE: O1..... X..... O2

- GE** : Grupo experimental.
O1 : Prueba de entrada.
O2 : Prueba de salida.
X : Tratamiento experimental (Aplicación del programa ACUAMAX).

3.5. Métodos, técnicas e instrumentos de investigación (incluye validación y confiabilidad del instrumento).

3.5.1. Para recolección de datos

Técnicas

Niño (2011) entiende como las operaciones, procedimientos o actividades a realizar en la investigación, por ejemplo, la observación y la entrevista, pero algunos las llaman “métodos”, por cuanto se trata de procedimientos de investigación. A veces, también se mencionan como los medios o instrumentos de investigación.

En tal sentido para el presente trabajo investigativo se utilizó la observación sistemática ya que esta técnica posee la característica ideal de percepción directa de los hechos.

Instrumentos

Los instrumentos son herramientas teóricos o físicos que apoyan las técnicas de investigación, en particular las técnicas para recolectar datos (Ñaupas, et al. 2018).

Son los componentes o recursos que posibilitan la realización o implementación de las técnicas, como el cuestionario en la técnica de la encuesta (Niño, 2011). En la investigación actual se utilizó la escala de valoración para recopilar datos consistentes, que incluirán una serie de pruebas para el registro basado en el pre test y el post-test de la variable dependiente.

3.5.2. Para presentación de datos

En la presentación de los datos se tuvo en cuenta los siguientes criterios:

- Tablas de distribución de frecuencias, para expresar de manera numérica los niveles de condición física de los estudiantes, así como también los porcentajes que corresponden a cada nivel de progreso.
- Gráficos de barra, para demostrar los niveles de desarrollo de la condición física, de manera comparativa entre los resultados obtenidos del pre-test y post-test de un mismo grupo.

3.5.3. Para el análisis e interpretación de datos

Para llevar a cabo el análisis e interpretación de los datos se emplearon los procesos estadísticos como:

- Estadísticos: Media aritmética.
- Prueba de hipótesis para calcular la diferencia de medias T de Student o Wilcoxon, dependiendo del tipo de datos.
- La discusión de resultados se realizará por medio de la acción comparativa de los resultados obtenidos en base al pre y post-test con la aplicación de la estrategia propuesta.
- Las conclusiones de la investigación se formularán teniendo en consideración los objetivos previamente planteados, las hipótesis de investigación y los resultados obtenidos.

3.5.4. Para el análisis e interpretación de datos

Validez por Alfa de Cronbach mediante varianza de ítems

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,904	16

Este proceso de validación del instrumento se llevó a cabo con una muestra piloto de 16 unidades de análisis, a través de Alfa de Cronbach, cuya fórmula es la siguiente: Escala de confiabilidad para el instrumento de recolección de datos:



Si el valor del índice de Alfa de Cronbach es mayor o igual a 0,8 se concluye que el instrumento es fiable. Caso contrario se debe reajustar o descartar.

A continuación, se hizo la validación de los instrumentos de las dos variables, con 16 ítems el instrumento de la variable 2 motricidad gruesa, con las escalas: inicio (1), proceso (2), logro esperado (3) logro destacado (4)

Conclusión:

Teniendo en cuenta que el valor de α es 0,904, el instrumento concerniente a la variable capacidad comprende su cuerpo; asimismo, la estadística del total de elemento señala que no es necesario anularse ni reajustarse ningún ítem por tener valores cercanos al índice alfa.

3.5.5. Procedimiento

El método utilizado para la recogida de datos sobre la motricidad gruesa fue el siguiente:

- Se obtuvo el permiso y la autorización requeridos del director de la institución, así como de la docente del aula, para llevar a cabo este trabajo de investigación.
- Se comunicó a los alumnos y a los padres de familia sobre los objetivos del instrumento y los resultados esperados tras la implementación del proyecto.
- Se utilizó el test correspondiente a la ficha de observación en los participantes de la muestra de investigación compuesta por los alumnos del 1 "F" de la institución educativa seleccionada.

3.5.6. Tabulación y análisis de datos

Para llevar a cabo la tabulación de los datos se siguieron los siguientes pasos:

- Se construyó una base de datos adecuada al tipo de instrumento y a la información necesaria para este estudio, siendo esta base de datos desarrollada en el programa Microsoft Excel.
- Se introdujeron los datos obtenidos a través de los instrumentos de recolección en la base de datos ya preparada, asegurando que todos los

datos sean correctos y estén correctamente registrados.

- Se analizaron los datos de la base de datos mediante el software especializado SPSS 26 en español.
- Se difundió la información analizada a través de tablas y gráficos estadísticos.
- Se verificó la normalidad de los datos usando la prueba de Shapiro Wilk por la cantidad de datos o participantes en la muestra de investigación.
- Se verificaron las hipótesis formuladas a través de la prueba de Wilcoxon.
- Se analizó la información presentada en los cuadros y gráficos del informe respectivo.

3.6. Consideraciones éticas

Para llevar a cabo el presente estudio se tomaron en cuenta implícitamente los principios éticos relacionados con la realización de un trabajo de esta índole, así como también los criterios requeridos por el IESPP “Esteban Pavletich”; estos principios se fundamentan en lo siguiente:

- Se garantiza la confidencialidad de la información personal de todos los miembros de la muestra de estudio.
- Delimitar distinciones precisas entre las contribuciones de otros investigadores y las ideas sugeridas y/o propuestas por los autores del presente estudio, respetando los derechos de autor.
- Llevar a cabo la interpretación de los textos planteados y/o sugeridos por otros investigadores sin alterar las ideas fundamentales.
- Proporcionar detalles acerca de los propósitos de esta investigación antes de comenzar el procedimiento de recopilación de información relevante al análisis.
- Los objetivos y/o resultados de investigación no fueron alterados de ninguna manera debido a intereses personales.
- Los resultados se comunicaron conforme a lo ocurrido, tal como sucedió cada cosa.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Procesamiento de datos

A continuación, presentamos de manera descriptiva los resultados alcanzados en el estudio desarrollado. Para su mejor lectura e interpretación, los presentaremos en tres momentos: antes de la aplicación del programa ACUAMAX, después de la aplicación del programa ACUAMAX, y finalmente los resultados comparativos de ambos.

Para tal efecto, se analizaron primero los hallazgos obtenidos en el instrumento de investigación, luego de la aplicación del pre-test y post-test, respectivamente. Dichos resultados los exponemos con tablas, figuras y su respectiva interpretación.

Finalmente, en este mismo capítulo se describe la influencia de la variable independiente respecto a la variable dependiente en cada uno de sus indicadores, como también la influencia de la variable independiente ante la variable dependiente en cada una de las dimensiones de la variable cual fue el motivo de estudio.

4.2. Resultados del Procesamiento de pre test

Resultados de los ítems del Pre test de la variable dominio corporal estático y dinámico de los estudiantes del 1° grado “F” de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

TABLA N° 3

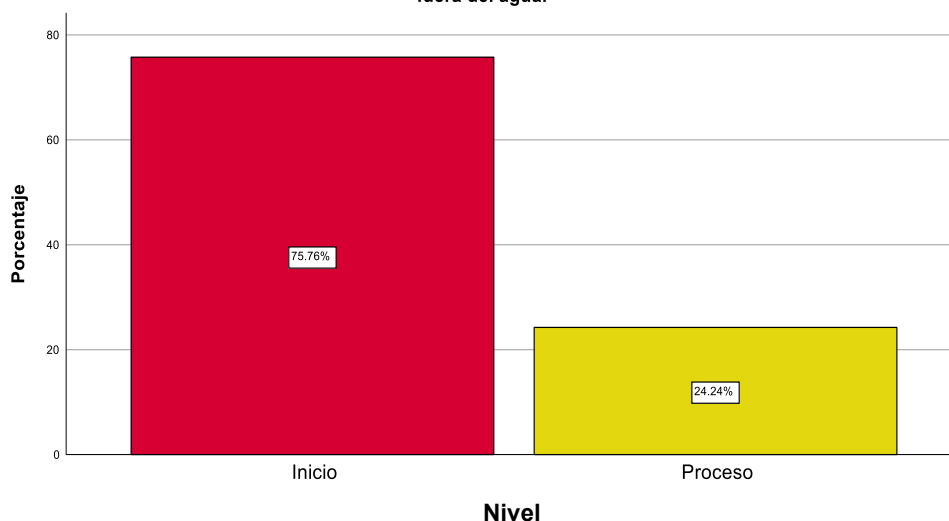
El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentajes válidos	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	25	75.76	75.76	75.76
	Proceso	8	24.24	24.24	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes durante el pre test de la dimensión equilibrio corporal.

FIGURA N° 1

El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados fuera del agua.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°3 y la figura N°1 se puede observar que el 75.76% de estudiantes se encuentra en el nivel *Inicio*, mientras que el 24.24% alcanzó el nivel *Proceso*. Esto indica que la mayoría presenta dificultades de equilibrio sin apoyo visual, aunque una parte significativa muestra progresos iniciales.

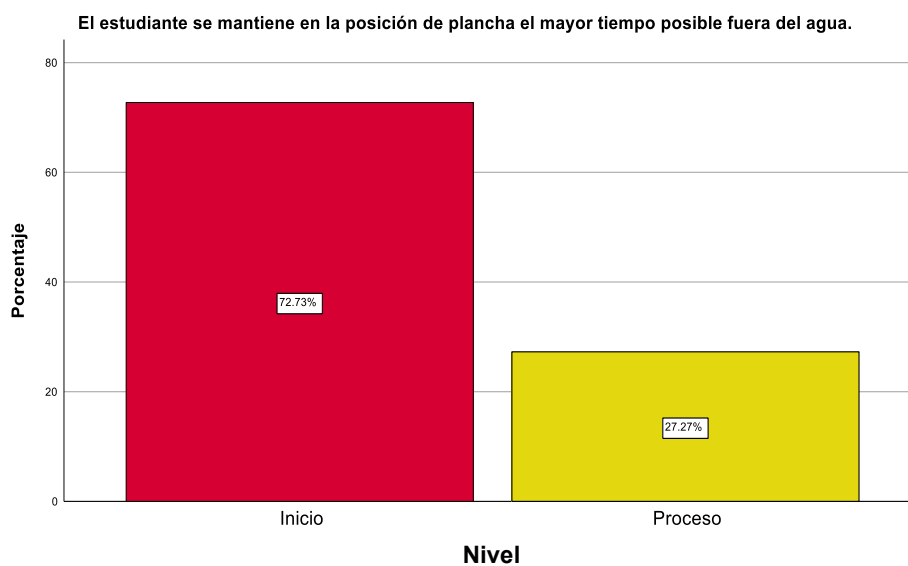
TABLA N°4

El estudiante se mantiene en la posición de plancha el mayor tiempo posible fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	24	72.73	72.73	72.73
	Proceso	9	27.27	27.27	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos derivadas de la medición diagnóstica de la variable motricidad gruesa antes de la aplicación del programa “ACUAMAX”.

FIGURA N° 2



Análisis e Interpretación: En la tabla N°4 y la figura N°2 se puede observar que el 72.73% está en *Inicio* y el 27.27% está en *Proceso*. Aunque la mayoría aún no logra sostener la posición de plancha correctamente, más de una cuarta parte ya muestra cierta resistencia y control postural.

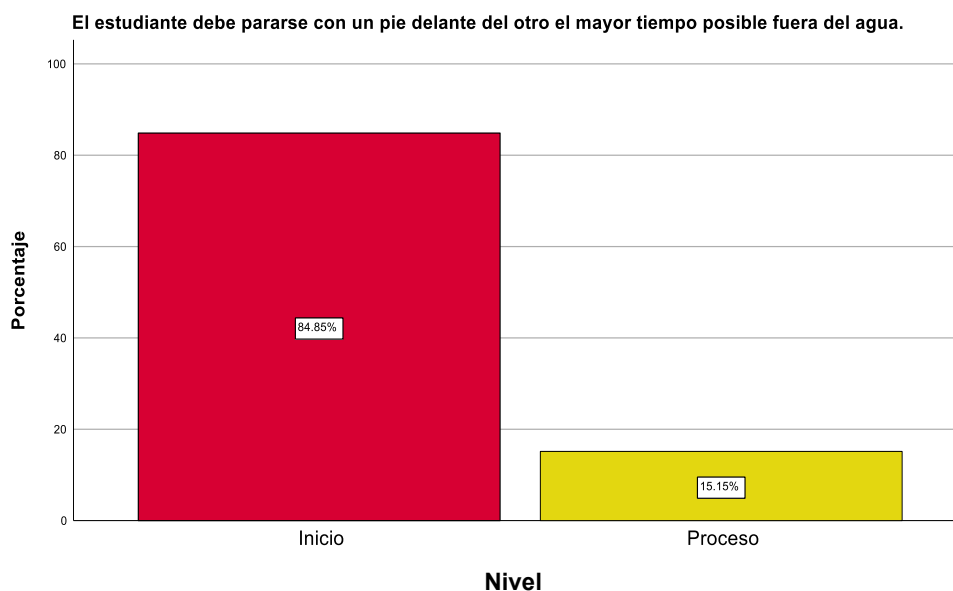
TABLA N°5

El estudiante debe pararse con un pie delante del otro el mayor tiempo posible fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	28	84.85	84.85	84.85
	Proceso	5	15.15	15.15	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos procedentes de la evaluación pre test de los indicadores de dominio corporal estático.

FIGURA N° 3



Análisis e Interpretación: en la tabla N°5 y la figura N°3 se puede observar que un 84.85% está en *Inicio* y solo 15.15% se encuentra en *Proceso*, lo cual indica una baja capacidad para mantener alineación en posturas estáticas, siendo esta una de las tareas más desafiantes para los estudiantes.

TABLA N°6

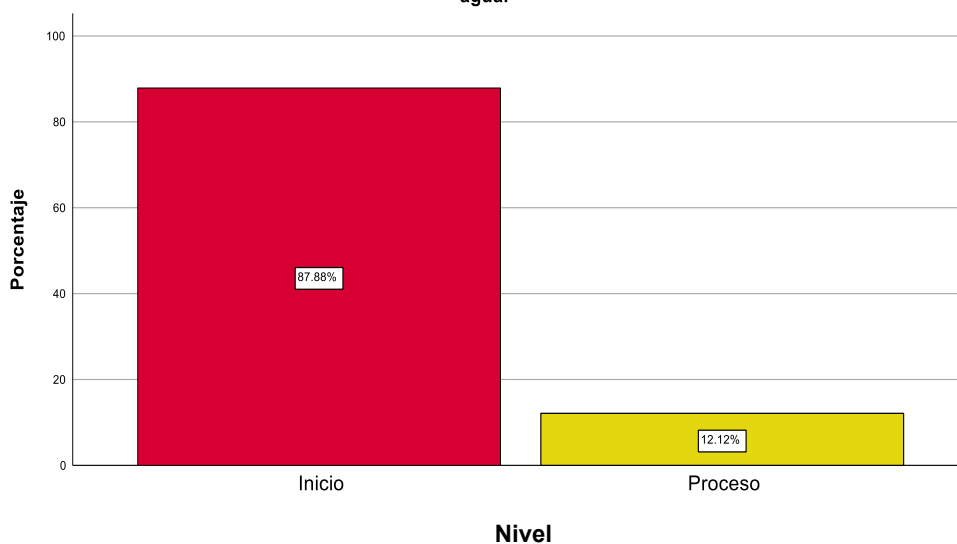
El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	29	87.88	87.88	87.88
	Proceso	4	12.12	12.12	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos recolectados en la evaluación inicial del equilibrio postural fuera del medio acuático.

FIGURA N° 4

El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible fuera del agua.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°6 y la figura N°4 se puede observar que el 87.88% se encuentra en *Inicio*, frente a un 12.12% en *Proceso*, evidenciando que el equilibrio en una sola pierna aún representa una importante dificultad para la mayoría.

TABLA N°7

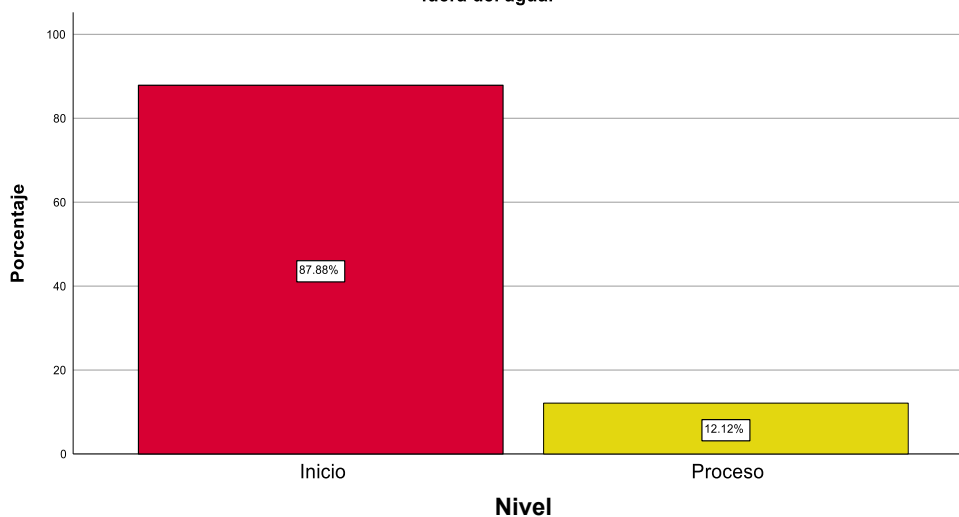
Mantiene la postura de lunge con una rodilla adelante y otra atrás, durante 15 segundos sin perder el equilibrio fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	29	87.88	87.88	87.88
	Proceso	4	12.12	12.12	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos de la valoración diagnóstica del control corporal antes de la intervención pedagógica.

FIGURA N° 5

Mantiene la postura de lunge con una rodilla adelante y otra atrás, durante 15 segundos sin perder el equilibrio fuera del agua.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°7 y la figura N°5 se puede observar que un 87.88% se encuentra en *Inicio* y 12.12% está en *Proceso*, lo que sugiere una limitación generalizada en mantener posturas asimétricas estables.

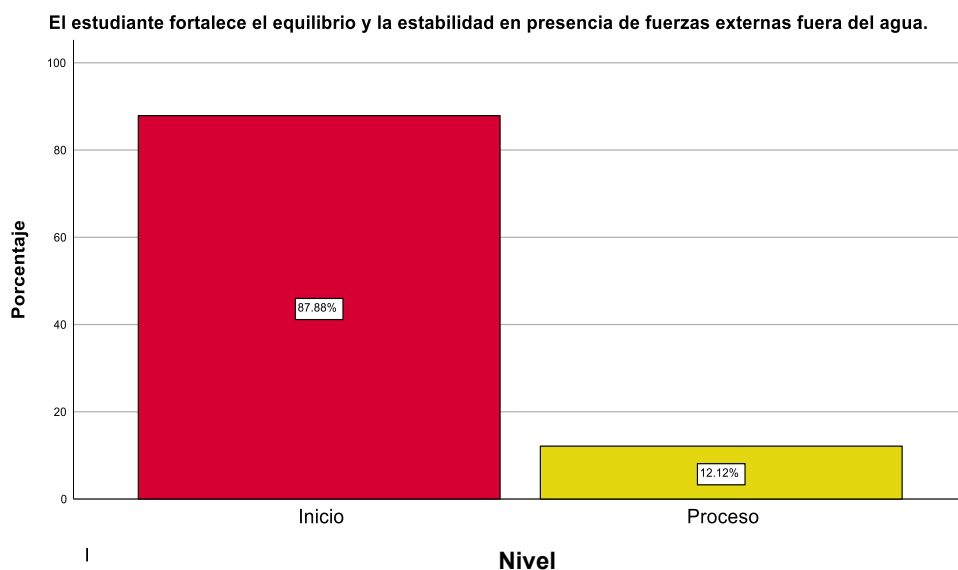
TABLA N°8

El estudiante fortalece el equilibrio y la estabilidad en presencia de fuerzas externas fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	29	87.88	87.88	87.88
	Proceso	4	12.12	12.12	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos correspondientes a la evaluación previa del equilibrio y la estabilidad en condiciones externas.

FIGURA N° 6



Análisis e Interpretación: En la tabla N°8 y la figura N°6 se puede observar que el 87.88% se encuentra en *Inicio* y 12.12% está en *Proceso*, indicando que la estabilidad ante fuerzas externas es un área aún poco desarrollada en la mayoría del grupo.

TABLA N°9

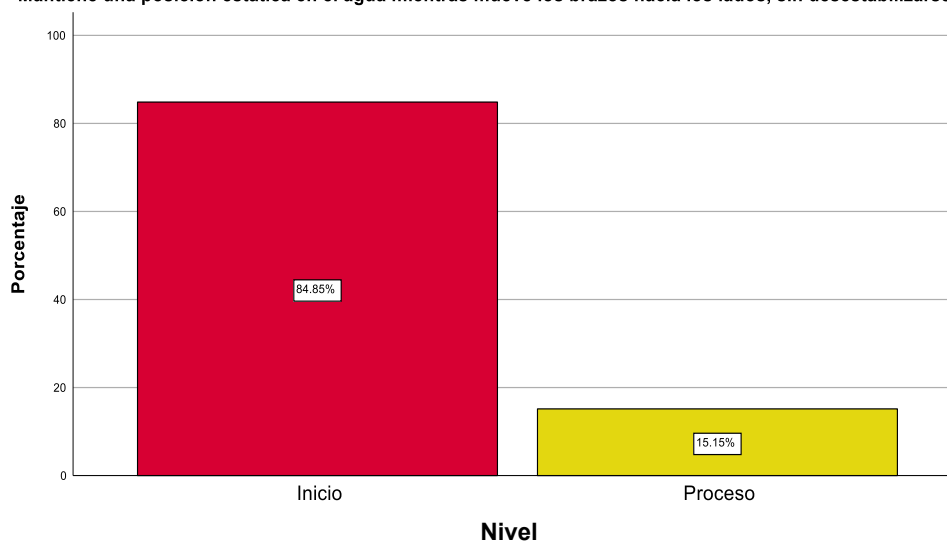
Mantiene una posición estática en el agua mientras mueve los brazos hacia los lados, sin desestabilizarse

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	28	84.85	84.85	84.85
	Proceso	5	15.15	15.15	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos recogida del pre test sobre la capacidad de mantener estabilidad en el agua.

FIGURA N° 7

Mantiene una posición estática en el agua mientras mueve los brazos hacia los lados, sin desestabilizarse



Análisis e Interpretación: En la tabla N°9 y la figura N°7 se puede observar que el 84.85% de los estudiantes se ubica en *Inicio* y el 15.15% en *Proceso*, mostrando que mantener la estabilidad dentro del agua, incluso con movimientos de brazos, aún representa un reto.

TABLA N°10

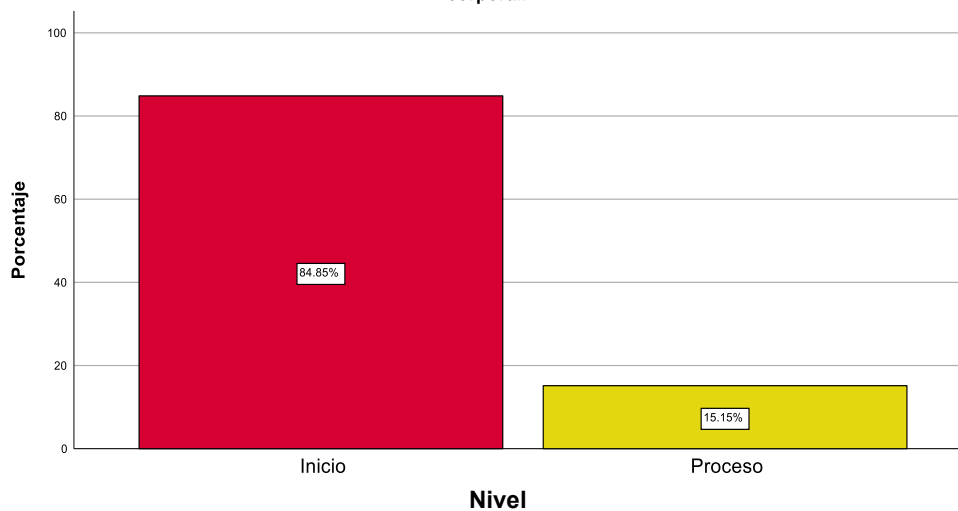
Mantiene una posición de empuje contra la resistencia del agua durante 20 segundos sin variar la alineación corporal.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	28	84.85	84.85	84.85
	Proceso	5	15.15	15.15	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos del pre test sobre la resistencia corporal ante la presión del agua.

FIGURA N° 8

Mantiene una posición de empuje contra la resistencia del agua durante 20 segundos sin variar la alineación corporal.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°10 y la figura N°8 se puede observar que el 84.85% está en *Inicio* y 15.15% se encuentra en *Proceso*. Esto evidencia que sostener una postura de empuje en el agua aún requiere mayor alineación y control muscular por parte del grupo.

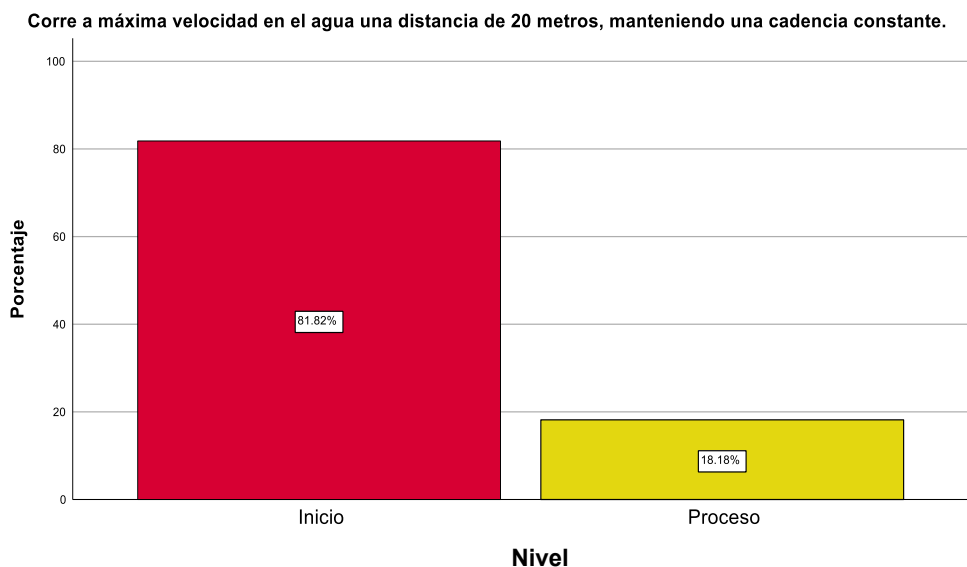
TABLA N°11

Corre a máxima velocidad en el agua una distancia de 20 metros, manteniendo una cadencia constante.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	27	81.82	81.82	81.82
	Proceso	6	18.18	18.18	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos en la fase diagnóstica del desplazamiento en el medio acuático.

FIGURA N° 9



Análisis e Interpretación: En la tabla N°11 y la figura N°9 se puede observar que el 81.82% de estudiantes se encuentra en *Inicio*, mientras que el 18.18% logra ubicarse en *Proceso*. Se evidencia que aún sigue siendo un reto los desplazamientos dinámicos dentro del agua.

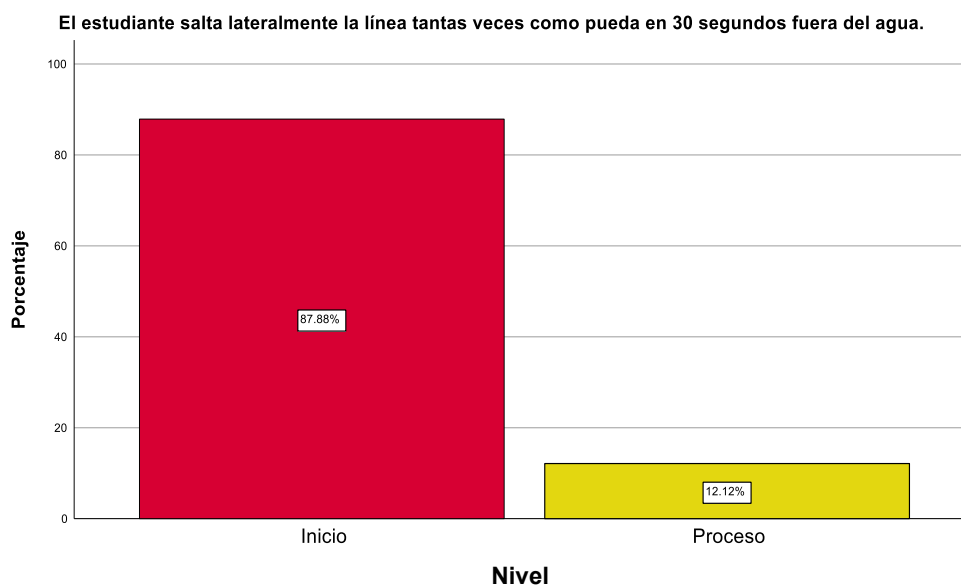
TABLA N°12

El estudiante salta lateralmente la línea tantas veces como pueda en 30 segundos fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	29	87.88	87.88	87.88
	Proceso	4	12.12	12.12	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos procedente de la evaluación pre test sobre la agilidad lateral de los estudiantes.

FIGURA N° 10



Análisis e Interpretación: En la tabla N°12 y la figura N°10 se puede observar que el 87.88% de estudiantes se halla en *Inicio* y el 12.12% en *Proceso*, mostrando que la agilidad lateral aún es limitada para la mayoría.

TABLA N°13

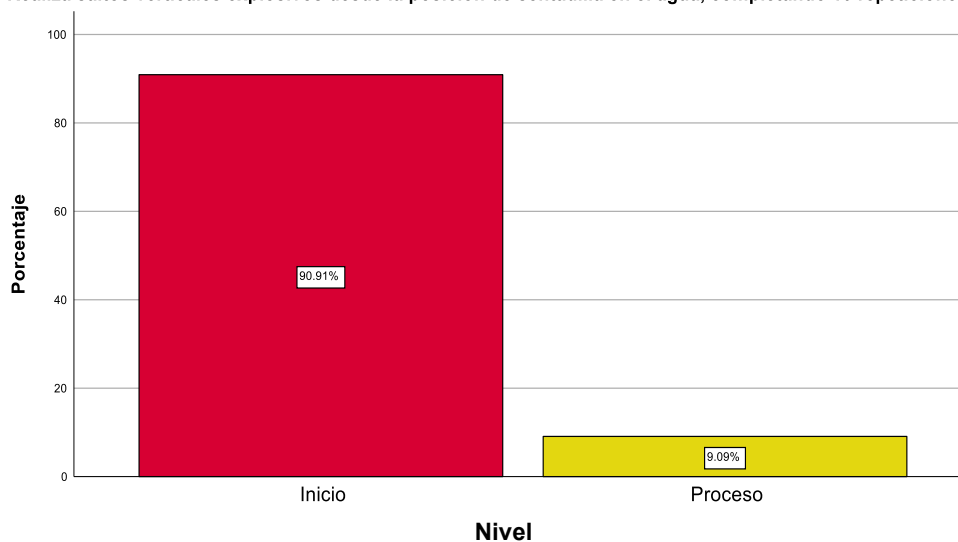
Realiza saltos verticales explosivos desde la posición de sentadilla en el agua, completando 10 repeticiones

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	30	90.91	90.91	90.91
	Proceso	3	9.09	9.09	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos recolectados en la medición inicial de los saltos verticales acuáticos.

FIGURA N° 11

Realiza saltos verticales explosivos desde la posición de sentadilla en el agua, completando 10 repeticiones.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°13 y la figura N°11 se puede observar que el 90.91% se encuentra en *Inicio*, mientras que un 9.09 % se encuentra en *Proceso*; lo cual nos demuestra que realiza saltos verticales explosivos desde la posición de sentadilla en el agua es una gran dificultad para los estudiantes.

TABLA N°14

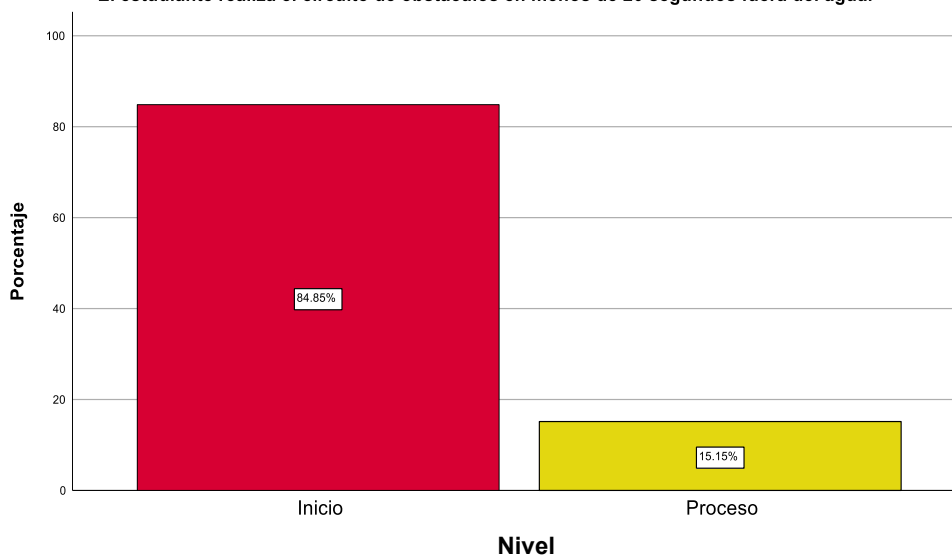
El estudiante realiza el circuito de obstáculos en menos de 20 segundos fuera del agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	28	84.85	84.85	84.85
	Proceso	5	15.15	15.15	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos del pre test aplicado al circuito de obstáculos fuera del agua.

FIGURA N° 12

El estudiante realiza el circuito de obstáculos en menos de 20 segundos fuera del agua.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°14 y la figura N°12 se puede observar que un 84.85% está en *Inicio* y 15.15% en *Proceso*, mostrando una distribución similar a otras pruebas, donde el control y rapidez aún no están completamente consolidados.

TABLA N°15

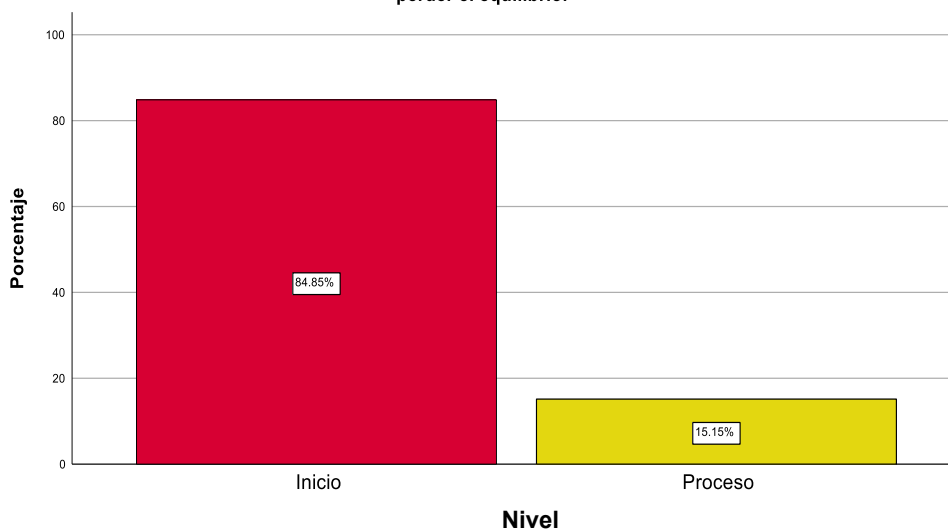
Se desplaza en el agua con zancadas amplias y controladas, recorriendo una distancia de 10 metros sin perder el equilibrio.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	28	84.85	84.85	84.85
	Proceso	5	15.15	15.15	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos provenientes de la evaluación inicial sobre desplazamientos con control postural en el agua.

FIGURA N° 13

Se desplaza en el agua con zancadas amplias y controladas, recorriendo una distancia de 10 metros sin perder el equilibrio.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°15 y la figura N°13 se puede observar que el 84.85% está en *Inicio* y el 15.15% está en *Proceso*. Esto sugiere que la coordinación y el equilibrio en desplazamientos aún no se dominan completamente.

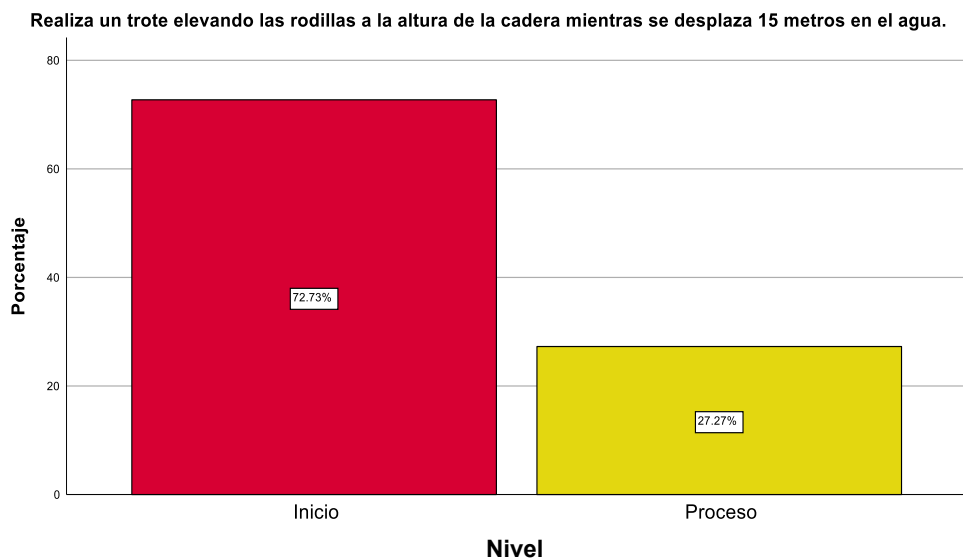
TABLA N°16

Realiza un trote elevando las rodillas a la altura de la cadera mientras se desplaza 15 metros en el agua.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	24	72.73	72.73	72.73
	Proceso	9	27.27	27.27	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos recolectada del pre test de los ejercicios de trote con elevación de rodillas.

FIGURA N° 14



Análisis e Interpretación: En la tabla N°16 y la figura N°14 se puede observar que el 72.73% se encuentra en *Inicio*, con un 27.27% en *Proceso*, lo cual indica que aun se percibe dificultades para realizar trotes elevando las rodillas.

TABLA N°17

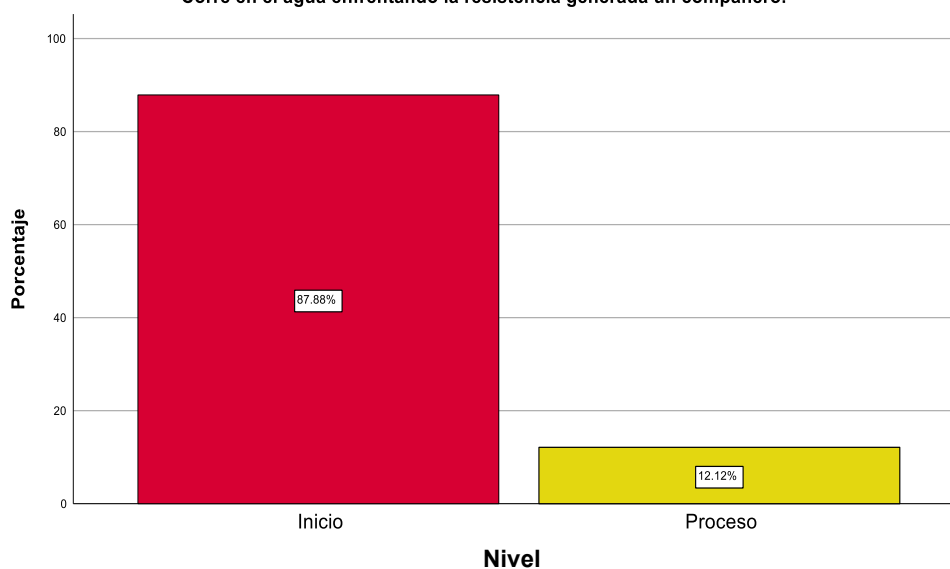
Corre en el agua enfrentando la resistencia generada un compañero.

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	29	87.88	87.88	87.88
	Proceso	4	12.12	12.12	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos del pre test respecto a la ejecución de carreras con resistencia entre compañeros.

FIGURA N° 15

Corre en el agua enfrentando la resistencia generada un compañero.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°17 y la figura N°15 se puede observar que el 87.88% está en *Inicio* y el 12.12% en *Proceso*. Afrontar resistencia de otro compañero requiere fuerza y coordinación que aún se están desarrollando.

TABLA N°18

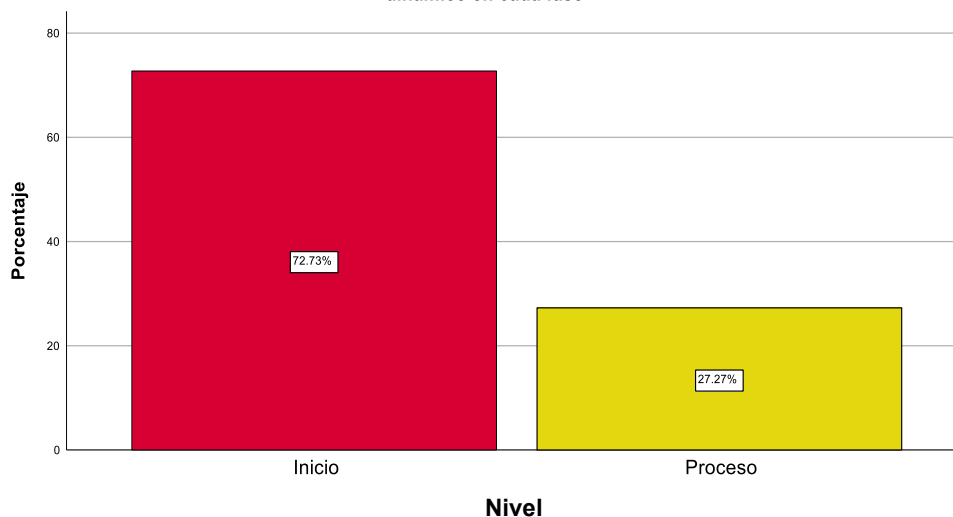
Realiza un circuito acuático que combine desplazamientos rápidos, saltos y giros, manteniendo un control dinámico en cada fase

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	24	72.73	72.73	72.73
	Proceso	9	27.27	27.27	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos extraídos de la evaluación diagnóstica del circuito acuático combinado de desplazamientos, saltos y giros.

FIGURA N° 16

Realiza un circuito acuático que combine desplazamientos rápidos, saltos y giros, manteniendo un control dinámico en cada fase



Análisis e Interpretación: En la tabla N°18 y la figura N°16 se puede observar que el 72.73% está en *Inicio* y 27.27% está en *Proceso*, este circuito dinámico revela que los estudiantes aún presentan desafíos a realizar.

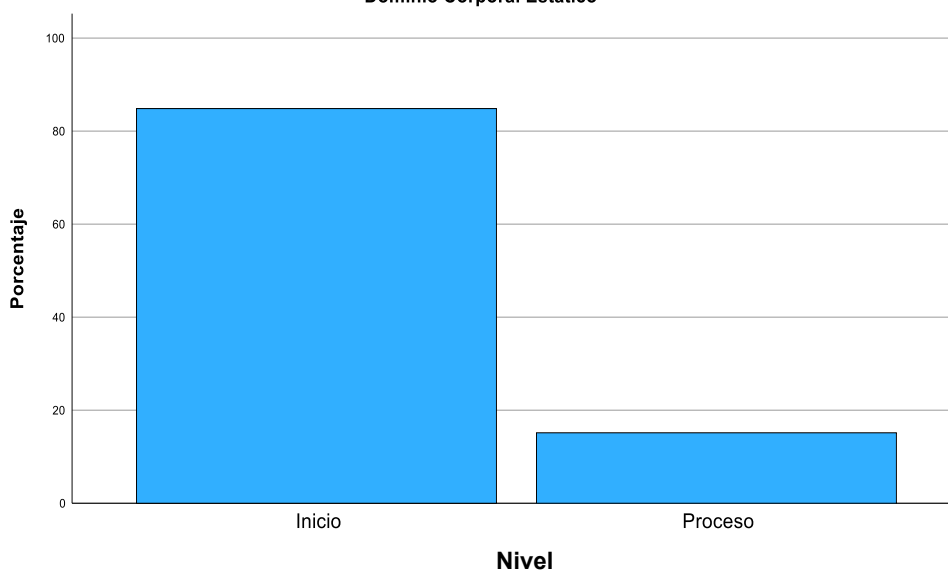
TABLA N°19

Dominio Corporal Estático

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	28	84.85	84.85	84.85
	Proceso	5	15.15	15.15	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos globales de la dimensión dominio corporal estático obtenidos en la evaluación inicial.

FIGURA N° 17

Dominio Corporal Estático

Análisis e Interpretación: En la tabla N°19 y la figura N°17 se puede observar que el 84.85% permanece en *Inicio*, frente a un 15.15% en *Proceso*. Lo cual indica que la gran mayoría aún no domina posturas sin desplazamiento, como mantenerse en equilibrio o sostener posiciones con fuerza y control.

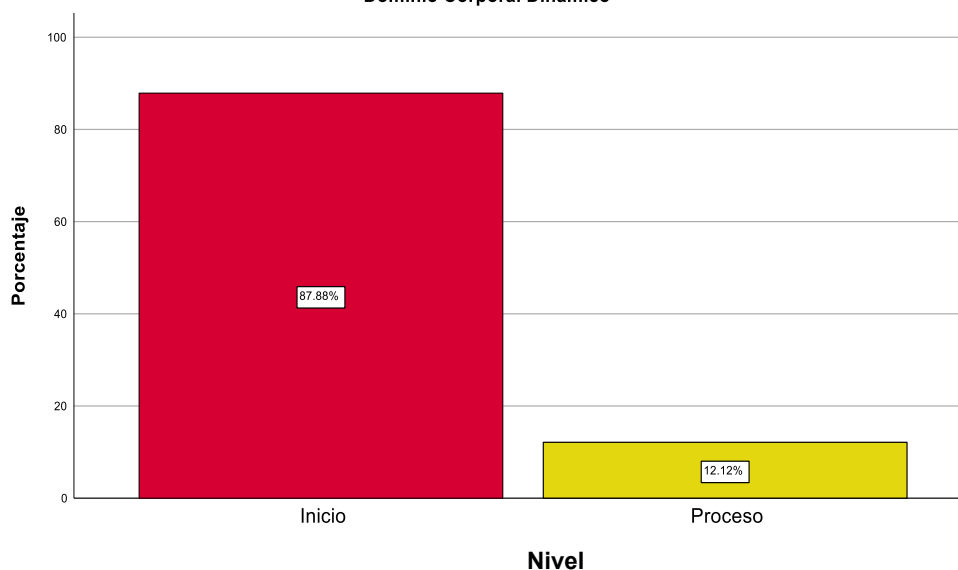
TABLA N°20

Dominio Corporal Dinámico

		Frecuencias	Porcentajes	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inicio	29	87.9	87.9	87.9
	Proceso	4	12.1	12.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos correspondiente a los resultados del pre test de la dimensión dominio corporal dinámico.

FIGURA N° 18

Dominio Corporal Dinámico

Análisis e Interpretación: En la tabla N°20 y la figura N°18 se puede observar que el 7.9% está en *Inicio* y 12.1% se encuentra en *Proceso*; lo cual indica que la mayoría de estudiantes aún tiene dificultades para coordinar desplazamientos bajo condiciones de esfuerzo o resistencia.

4.3. Resultados del Procesamiento del post test

Resultados de los ítems del Post test de la variable dominio corporal estático y dinámico de los estudiantes del 1° grado “F” de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

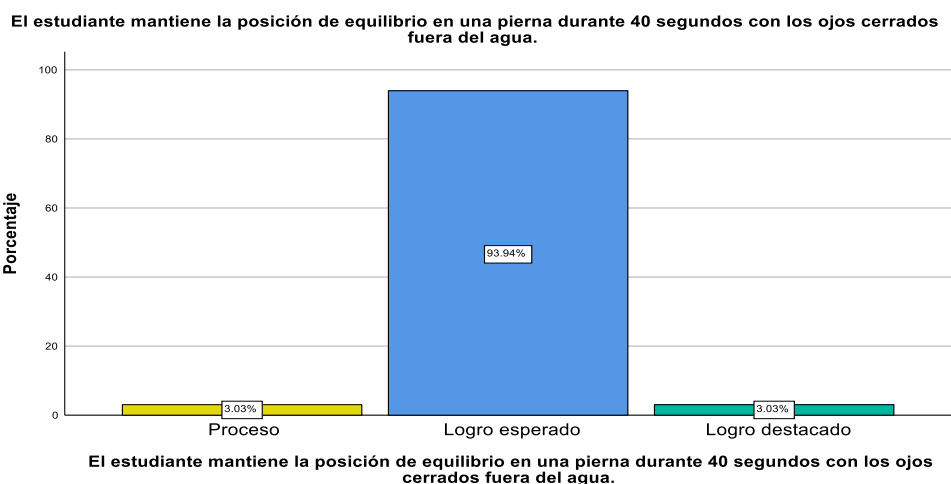
TABLA N° 21

El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados fuera del agua.

	Frecuencias	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Proceso	1	3.03	3.03	3.03
Logro esperado	31	93.94	93.94	96.07
Logro destacado	1	3.03	3.03	100.0
Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos del post test tras la implicación del programa “ACUAMAX” en la dimensión de equilibrio corporal.

FIGURA N°19



Análisis e Interpretación: En la tabla N°21 y la figura N°19 se puede observar que, la mayoría de los estudiantes 93.94% alcanzaron el logro esperado al mantener el equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados fuera del agua, mientras que un 3.03% mostró un logro destacado. Esto evidencia un desarrollo significativo en la capacidad de equilibrio estático como resultado del programa “ACUAMAX”. Solo un 3.03% se encuentra aún en proceso.

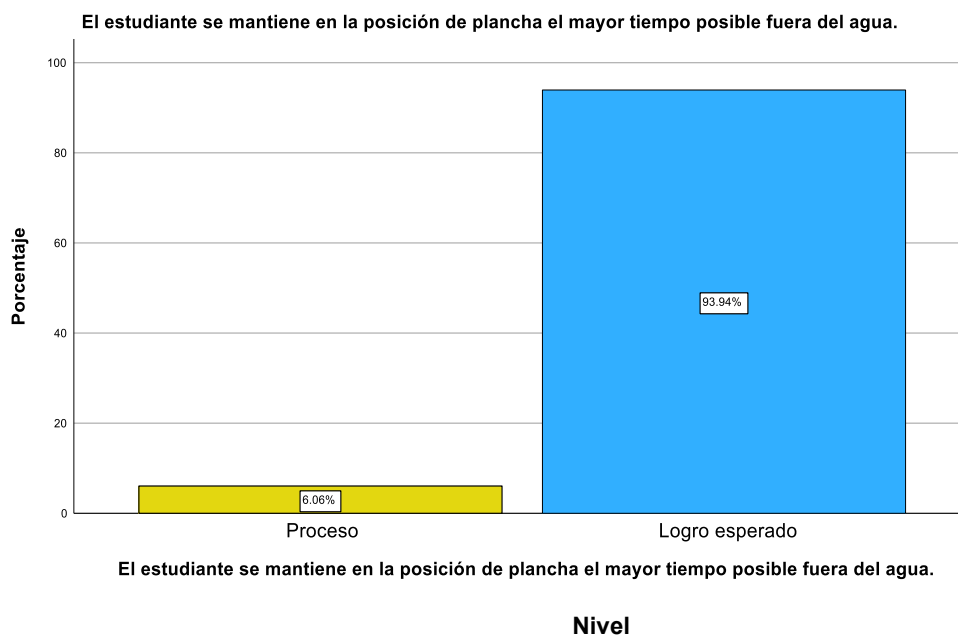
TABLA N° 22

El estudiante se mantiene en la posición de plancha el mayor tiempo posible fuera del agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	2	6.06	6.06	6.06
	Logro esperado	31	93.94	93.94	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Resultados del post test sobre la estabilidad corporal fuera del medio acuático.

FIGURA N° 20



Análisis e Interpretación: En la tabla N°22 y la figura N°20 se puede observar que, el 93.94% de los estudiantes lograron mantenerse en la posición de plancha el mayor tiempo posible fuera del agua, alcanzando el logro esperado, lo que demuestra un fortalecimiento de la musculatura central y la estabilidad corporal. Un 6.06% aún requiere consolidar esta habilidad.

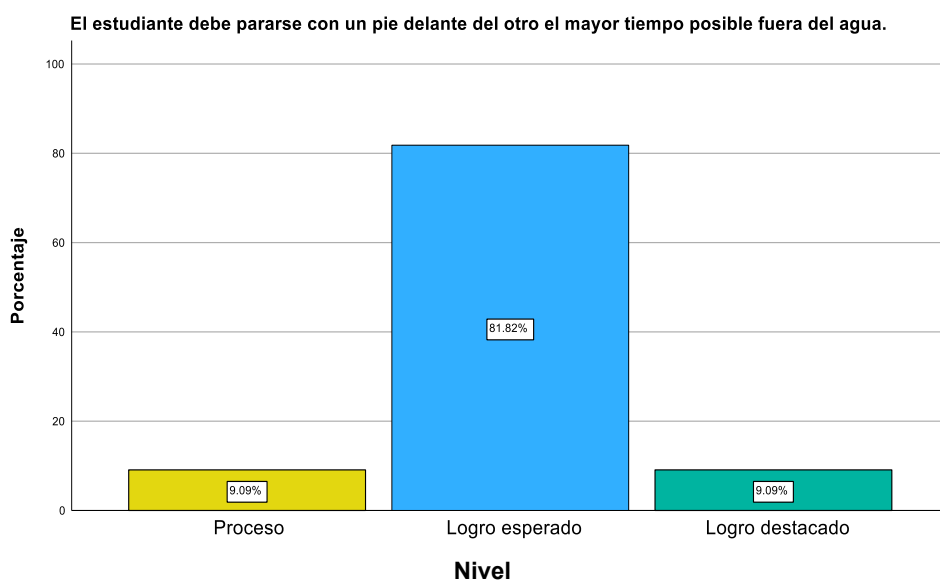
TABLA N° 23

El estudiante debe pararse con un pie delante del otro el mayor tiempo posible fuera del agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	3	9.09	9.09	9.09
	Logro esperado	27	81.82	81.82	90.91
	Logro destacado	3	9.09	9.09	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos derivada de la evaluación final sobre la coordinación postural posterior al programa.

FIGURA N° 21



Análisis e Interpretación: En la tabla N°23 y la figura N°21 se puede observar que, el 81.82% de los estudiantes logró mantenerse en equilibrio con un pie delante del otro el mayor tiempo posible, mientras que un 9.09% alcanzó un logro destacado. El resultado sugiere avances en la coordinación y equilibrio dinámico, aunque un 9.09 permanece en proceso.

TABLA N°24

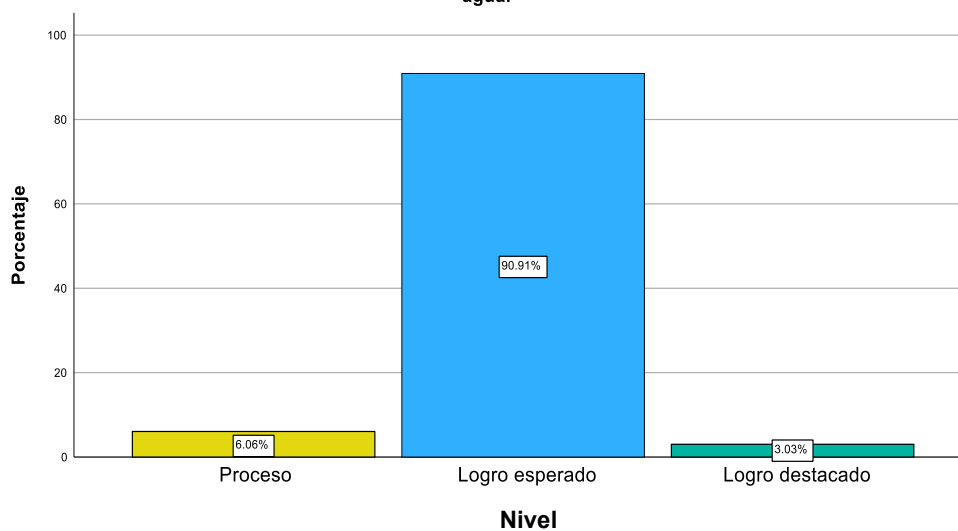
El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible fuera del agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	2	6.06	6.06	6.06
	Logro esperado	30	90.91	90.91	96.97
	Logro destacado	1	3.03	3.03	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos tras la intervención del programa “ACUAMAX”, correspondientes al control postural en equilibrio unipodal.

FIGURA N°22

El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible fuera del agua.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°24 y la figura N°22 se puede observar que, el 90.91% de los estudiantes alcanzaron el logro esperado al pararse en una pierna con la otra levantada o doblada, mientras un 3.03% logró un nivel destacado. Esto refleja mejoras considerables en el control postural y equilibrio estático.

TABLA N° 25

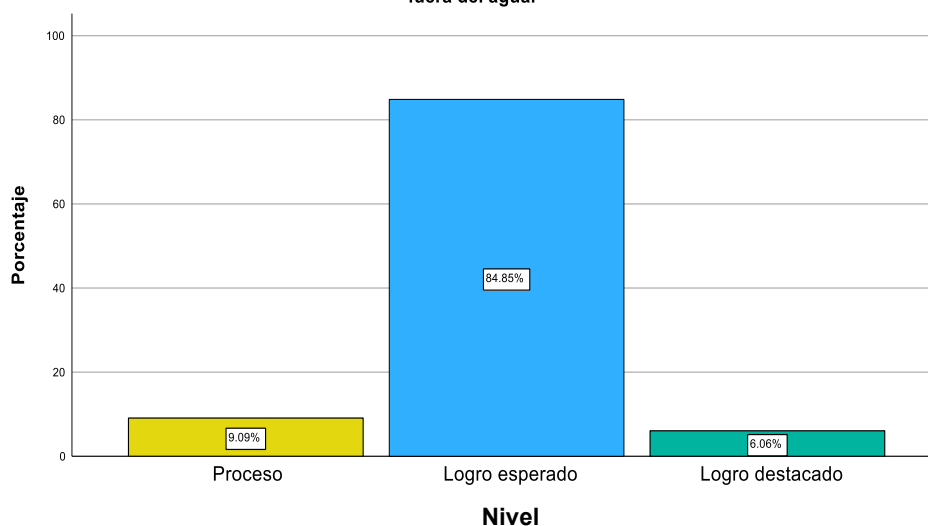
Mantiene la postura de lunge con una rodilla adelante y otra atrás, durante 15 segundos sin perder el equilibrio fuera del agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	3	9.09	9.09	9.09
	Logro esperado	28	84.85	84.85	93.94
	Logro destacado	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos de la evaluación final del equilibrio en posturas asimétricas realizadas fuera del agua

FIGURA N°23

Mantiene la postura de lunge con una rodilla adelante y otra atrás, durante 15 segundos sin perder el equilibrio fuera del agua.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°25 y la figura N°23 se puede observar que, el 84.85% de los estudiantes logró mantener la postura de lunge sin perder el equilibrio fuera del agua, mientras un 6.06% presentó un logro destacado. La proporción de estudiantes en proceso 9.09% evidencia áreas donde reforzar el trabajo postural.

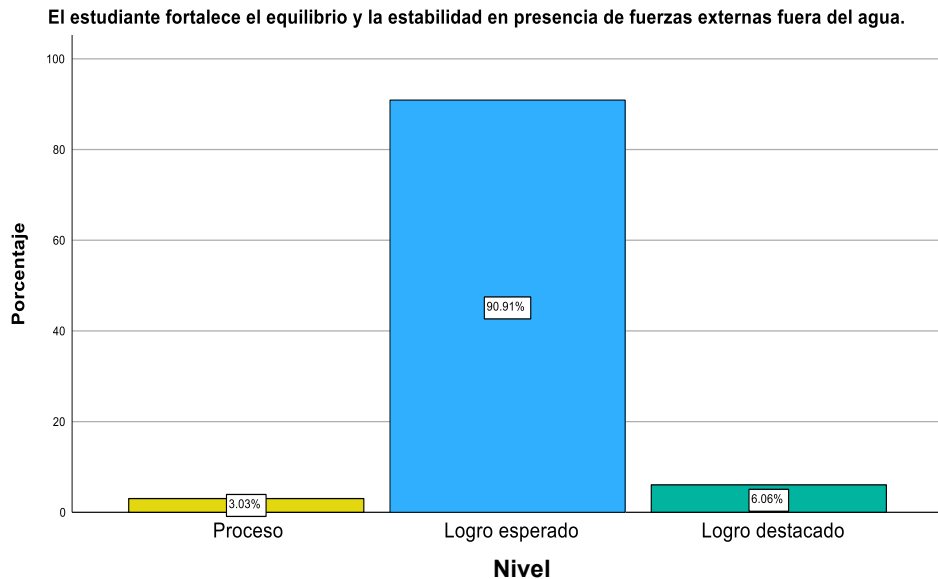
TABLA N° 26

El estudiante fortalece el equilibrio y la estabilidad en presencia de fuerzas externas fuera del agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	1	3.03	3.03	3.03
	Logro esperado	30	90.91	90.91	93.94
	Logro destacado	2	6.06	6.06	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos del post test en la dimensión de equilibrio y estabilidad ante fuerzas externas

FIGURA N° 24



Análisis e Interpretación: En la tabla N°26 y la figura N°24 se puede observar que, el 90.91% de los estudiantes demostró que fortalece el equilibrio y la estabilidad frente a fuerzas externas fuera del agua, mientras un 6.06% alcanzó un logro destacado, confirmando la efectividad del programa en la mejora de la estabilidad bajo condiciones de desafío.

TABLA N°27

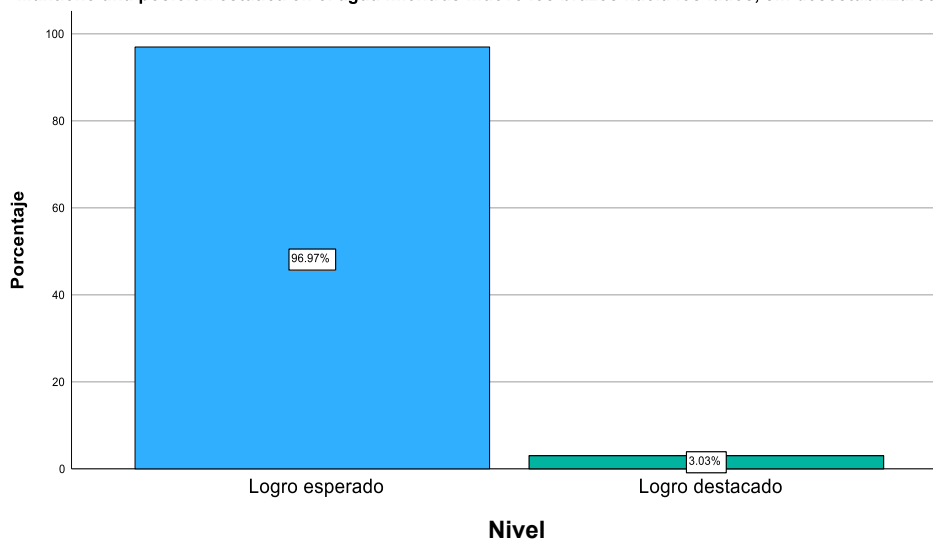
Mantiene una posición estática en el agua mientras mueve los brazos hacia los lados, sin desestabilizarse

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Logro esperado	32	96.97	96.97	96.97
	Logro destacado	1	3.03	3.03	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos de la medición final sobre la estabilidad acuática durante movimientos de brazos.

FIGURA N° 25

Mantiene una posición estática en el agua mientras mueve los brazos hacia los lados, sin desestabilizarse



Análisis e Interpretación: En la tabla N°27 y la figura N°25 se puede observar que un 96.97% de los estudiantes logró mantener una posición estática en el agua mientras movía los brazos hacia los lados, sin desestabilizarse, lo que refleja un dominio corporal sobresaliente en medios acuáticos.

TABLA N° 28

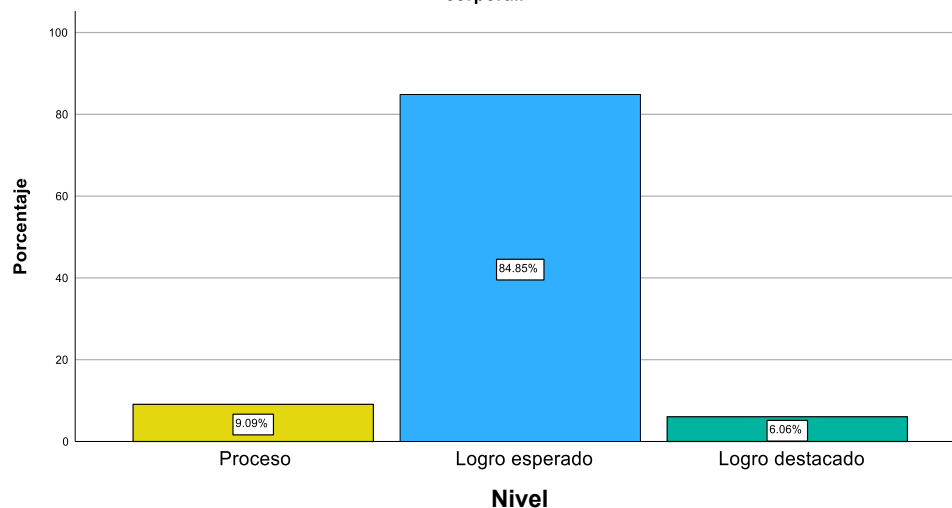
Mantiene una posición de empuje contra la resistencia del agua durante 20 segundos sin variar la alineación corporal.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	3	9.09	9.09	9.09
	Logro esperado	28	84.85	84.85	93.94
	Logro destacado	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos procedente del post test de la actividad de empuje contra resistencia del agua.

FIGURA N°26

Mantiene una posición de empuje contra la resistencia del agua durante 20 segundos sin variar la alineación corporal.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°28 y la figura N°26 se puede observar que, el 84.85% alcanzó el logro esperado al mantener una posición de empuje contra la resistencia del agua. Este resultado refleja avances en la fuerza y control corporal frente a resistencia externa.

TABLA N° 29

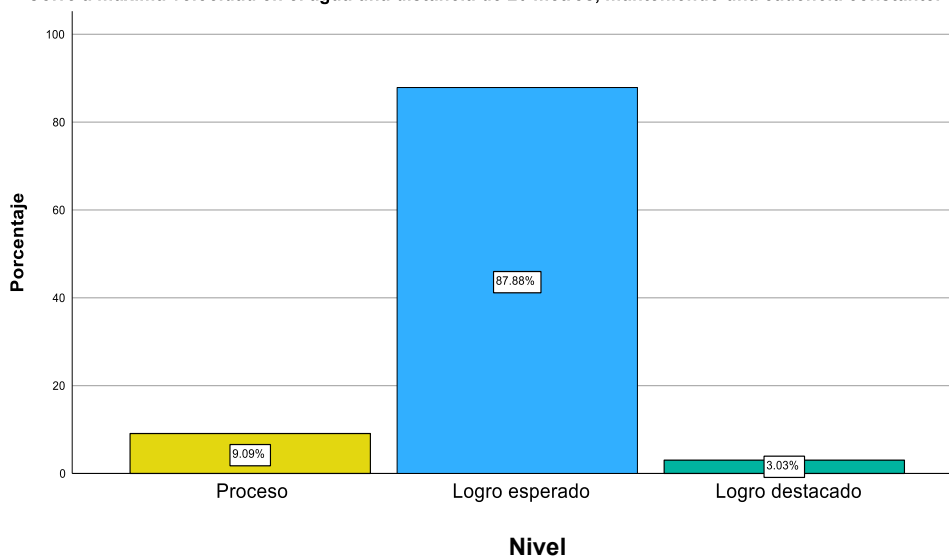
Corre a máxima velocidad en el agua una distancia de 20 metros, manteniendo una cadencia constante.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	3	9.09	9.09	9.09
	Logro esperado	29	87.88	87.88	96.97
	Logro destacado	1	3.03	3.03	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos recolectados del post test sobre la capacidad de desplazamiento rápido en el medio acuático.

FIGURA N° 27

Corre a máxima velocidad en el agua una distancia de 20 metros, manteniendo una cadencia constante.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°29 y la figura N°27 se puede observar que, el 87.88% de los estudiantes logró correr a máxima velocidad en el agua una distancia de 20 metros manteniendo una cadencia constante, evidenciando mejoras en la coordinación y resistencia dentro del medio acuático.

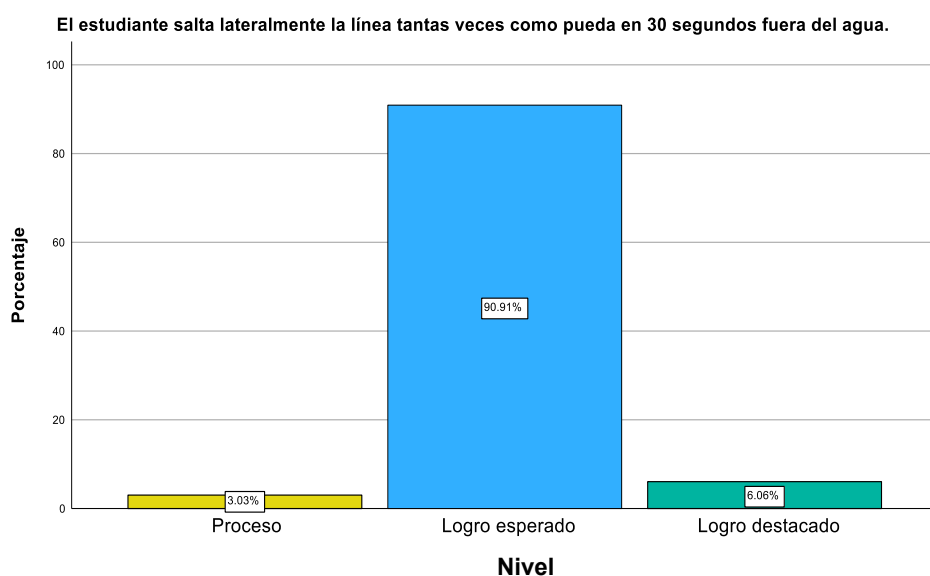
TABLA N° 30

El estudiante salta lateralmente la línea tantas veces como pueda en 30 segundos fuera del agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	1	3.03	3.03	3.03
	Logro esperado	30	90.91	90.91	93.94
	Logro destacado	2	6.06	6.06	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos en la evaluación final de los saltos laterales fuera del agua.

FIGURA N° 28



Análisis e Interpretación: En la tabla N°30 y la figura N°28 se puede observar que, el 90.91% de los estudiantes alcanzó el logro esperado en los saltos laterales durante fuera del agua, reflejando mejoras en agilidad y coordinación. Un 6.06% destacó notablemente.

TABLA N° 31

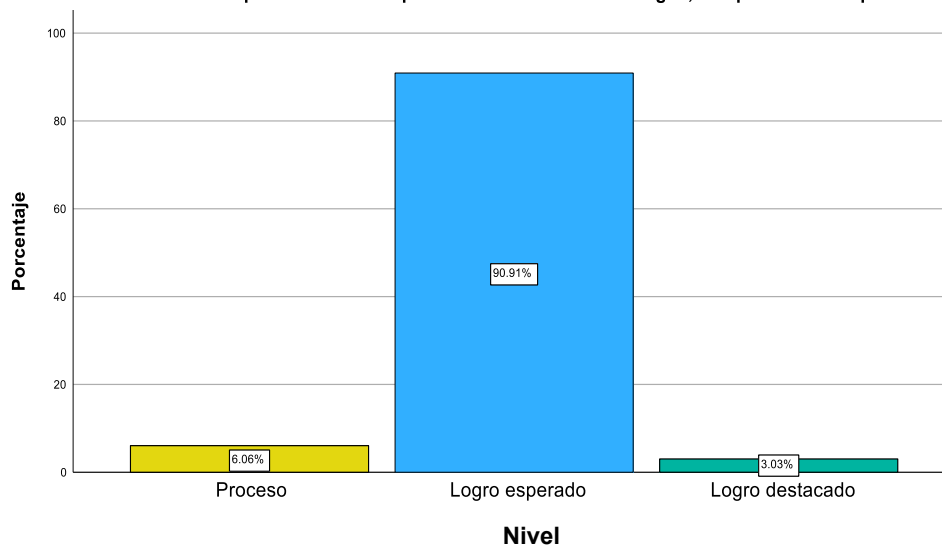
Realiza saltos verticales explosivos desde la posición de sentadilla en el agua, completando 10 repeticiones.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	2	6.06	6.06	6.06
	Logro esperado	30	90.91	90.91	96.97
	Logro destacado	1	3.03	3.03	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos del post test relacionada con la ejecución de saltos verticales explosivos dentro del agua

FIGURA N° 29

Realiza saltos verticales explosivos desde la posición de sentadilla en el agua, completando 10 repeticiones.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°31 y la figura N°29 se puede observar que, en los saltos verticales acuáticos, el 90.91% de estudiantes obtuvieron logro esperado, mejorando su potencia explosiva; y un 3.03% ya se encuentra en el nivel esperado.

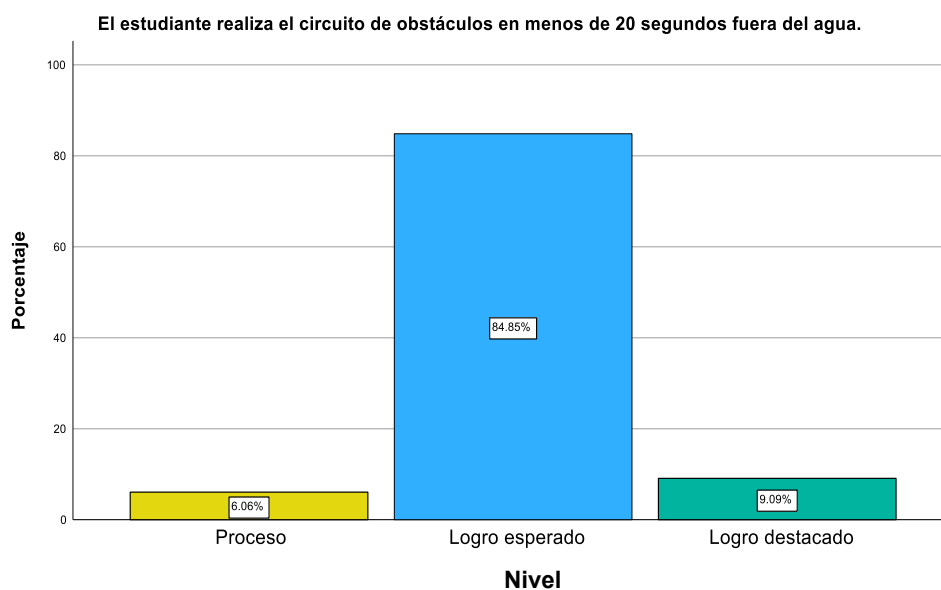
TABLA N° 32

El estudiante realiza el circuito de obstáculos en menos de 20 segundos fuera del agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	2	6.06	6.06	6.06
	Logro esperado	28	84.85	84.85	90.91
	Logro destacado	3	9.09	9.09	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos obtenidos de la evaluación post test aplicada al circuito de obstáculos fuera del agua

FIGURA N° 30



Análisis e Interpretación: En la tabla N°32 y la figura N°30 se puede observar que, el 84.85% de los estudiantes completó el circuito de obstáculos fuera del agua, mientras que un 9.09% alcanzó un logro destacado, lo que muestra avances importantes en la agilidad y velocidad de reacción.

TABLA N° 33

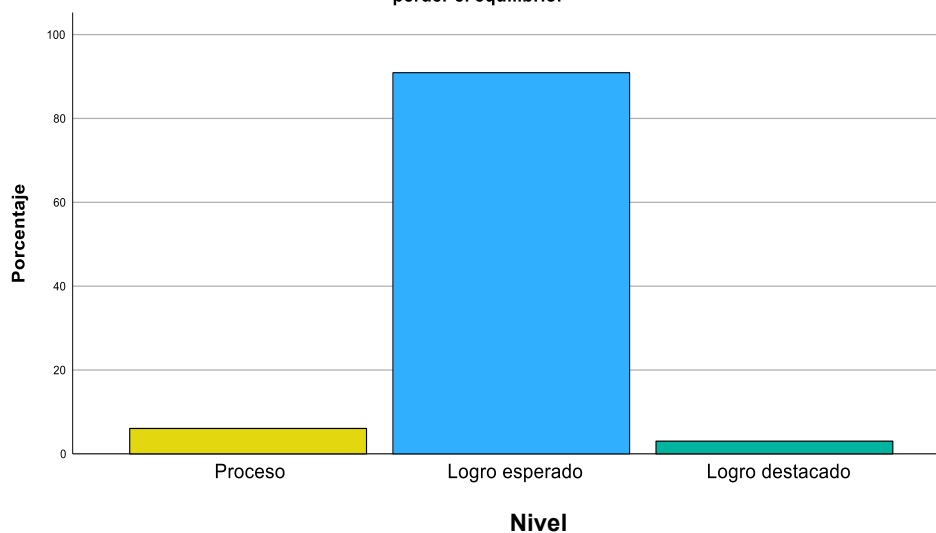
Se desliza en el agua con zancadas amplias y controladas, recorriendo una distancia de 10 metros sin perder el equilibrio.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	2	6.06	6.06	6.06
	Logro esperado	30	90.91	90.91	96.97
	Logro destacado	1	3.03	3.03	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos del post test correspondientes al desplazamiento con zancadas amplias en el agua.

FIGURA N° 31

Se desliza en el agua con zancadas amplias y controladas, recorriendo una distancia de 10 metros sin perder el equilibrio.



Análisis e Interpretación: En la tabla N°33 y la figura N°31 se puede observar que, el 90.91% alcanzó el logro esperado al desplazarse en el agua con zancadas amplias y controladas, evidenciando control postural y equilibrio dinámico en el medio acuático.

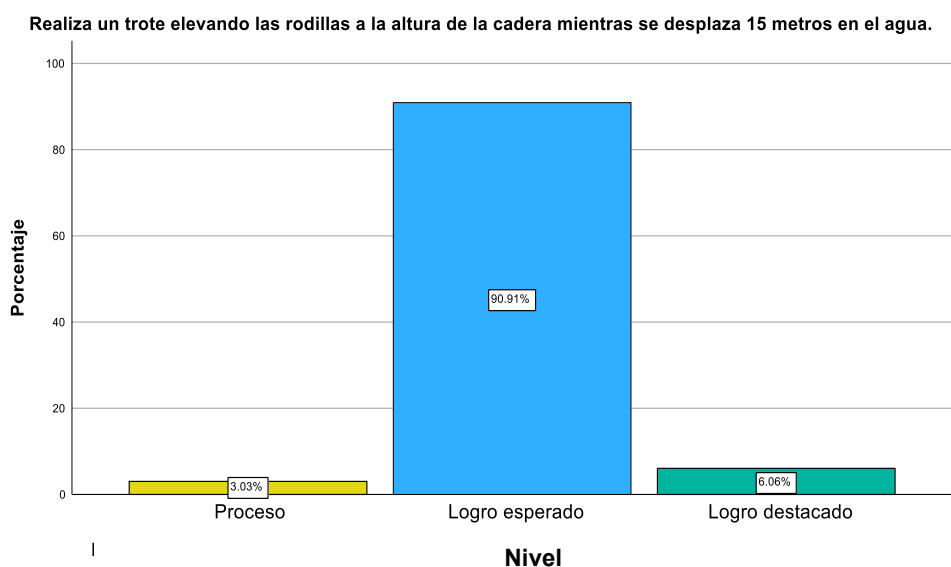
TABALA N° 34

Realiza un trote elevando las rodillas a la altura de la cadera mientras se desplaza 15 metros en el agua.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	1	3.03	3.03	3.03
	Logro esperado	30	90.91	90.91	93.94
	Logro destacado	2	6.06	6.06	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos finales de la prueba de trote acuático con elevación de rodillas

FIGURA N° 32



Análisis e Interpretación: En la tabla N°34 y la figura N°32 se puede observar que, El 90.91% logró realizar un trote elevando las rodillas a la altura de la cadera la distancia de 15 metros en el agua, lo cual refleja mejoras en la fuerza y coordinación de miembros inferiores.

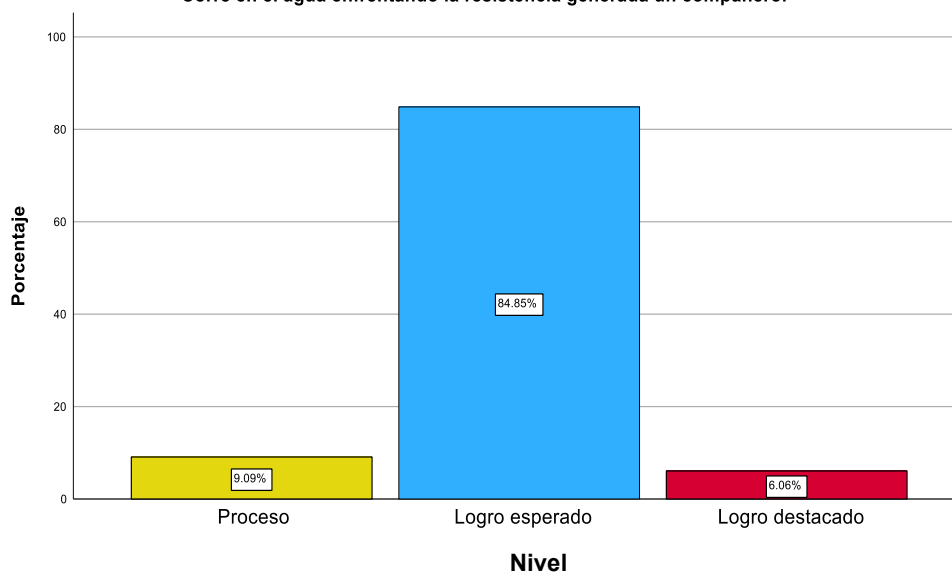
TABLA N° 35

Corre en el agua enfrentando la resistencia generada un compañero.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	3	9.09	9.09	9.09
	Logro esperado	28	84.85	84.85	93.94
	Logro destacado	2	6.06	6.06	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos finales obtenidos de la carrera acuática con resistencia entre compañeros.

FIGURA N° 33

Corre en el agua enfrentando la resistencia generada un compañero.

Análisis e Interpretación: En la tabla N°35 y la figura N°33 se puede observar que, el 84.85% de los estudiantes alcanzó el logro esperado corriendo en el agua enfrentando la resistencia generada por un compañero, evidenciando una mejora en fuerza y resistencia en condiciones adversas.

TABLA N° 36

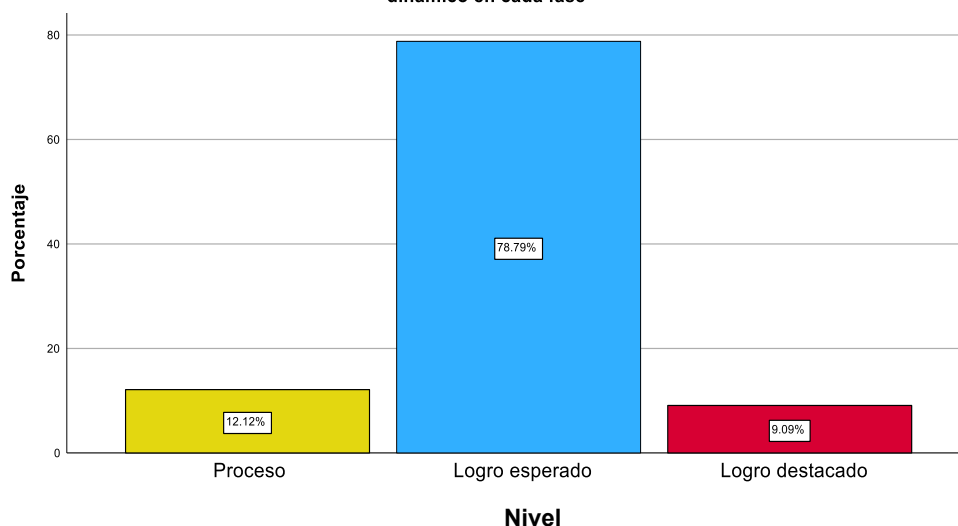
Realiza un circuito acuático que combine desplazamientos rápidos, saltos y giros, manteniendo un control dinámico en cada fase

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	4	12.12	12.12	12.12
	Logro esperado	26	78.79	78.79	90.91
	Logro destacado	3	9.09	9.09	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos del post test sobre la ejecución del circuito acuático combinado.

FIGURA N° 34

Realiza un circuito acuático que combine desplazamientos rápidos, saltos y giros, manteniendo un control dinámico en cada fase



Análisis e Interpretación: En la tabla N°36 y la figura N°34 se puede observar que, el 78.79% realizaron circuitos acuáticos con desplazamientos rápidos, saltos y giros, manteniendo control. Aunque este ítem presenta el menor porcentaje, sigue evidenciando dominio significativo.

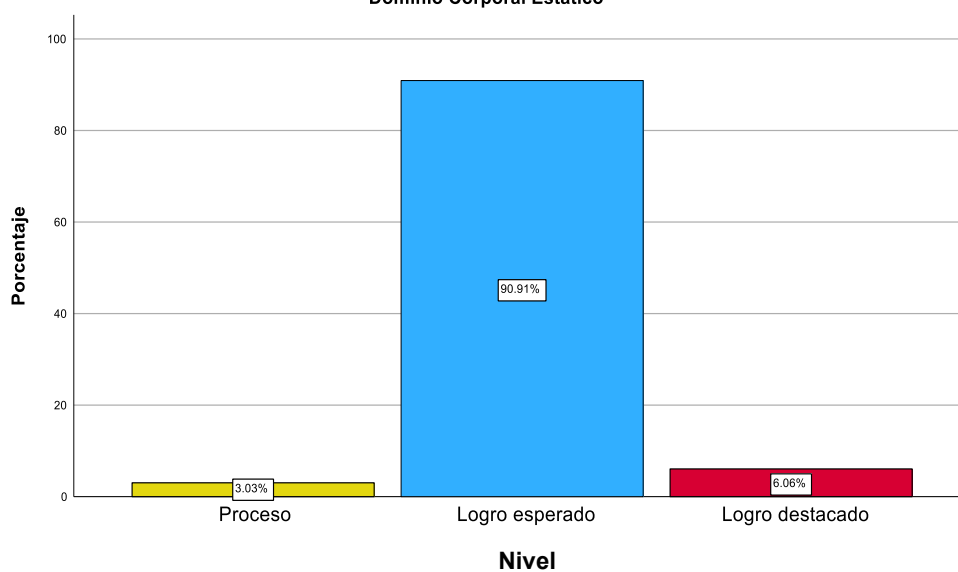
TABLA N° 37

Dominio Corporal Estático

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	1	3.03	3.03	3.03
	Logro esperado	30	90.91	90.91	93.94
	Logro destacado	2	6.06	6.06	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos globales del post test de la dimensión dominio corporal estático.

FIGURA N° 35

Dominio Corporal Estático

Análisis e Interpretación: En la tabla N°37 y la figura N°35 se puede observar que, en la dimensión de Dominio Corporal Estático, el 90.91% de los estudiantes alcanzaron logro esperado y el 6.06% logro destacado. Esto muestra un óptimo desarrollo postural.

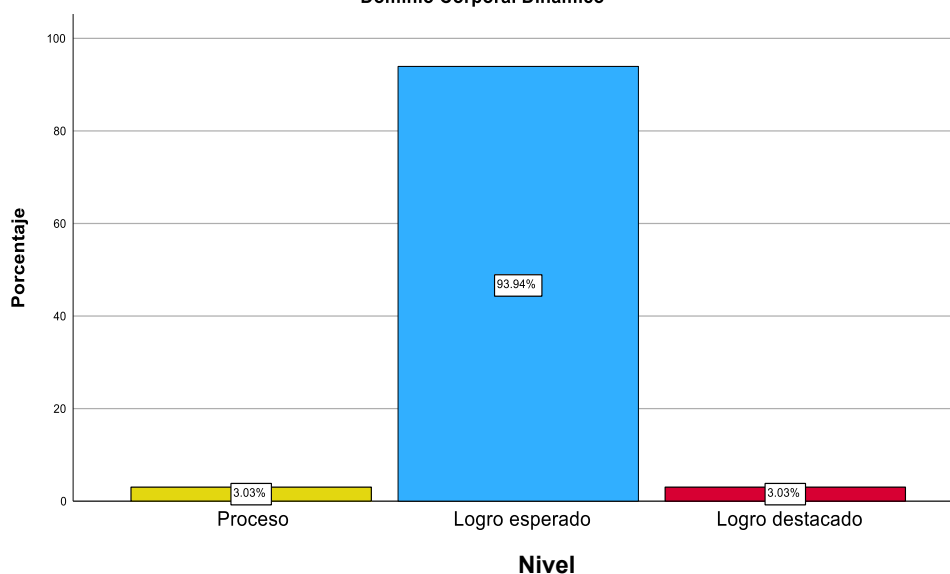
TABLA N° 38

Dominio Corporal Dinámico

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Proceso	1	3.03	3.03	3.03
	Logro esperado	31	93.94	93.94	96.97
	Logro destacado	1	3.03	3.03	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Nota: Datos consolidados del post test correspondiente a la dimensión dominio corporal dinámico

FIGURA N° 36

Dominio Corporal Dinámico

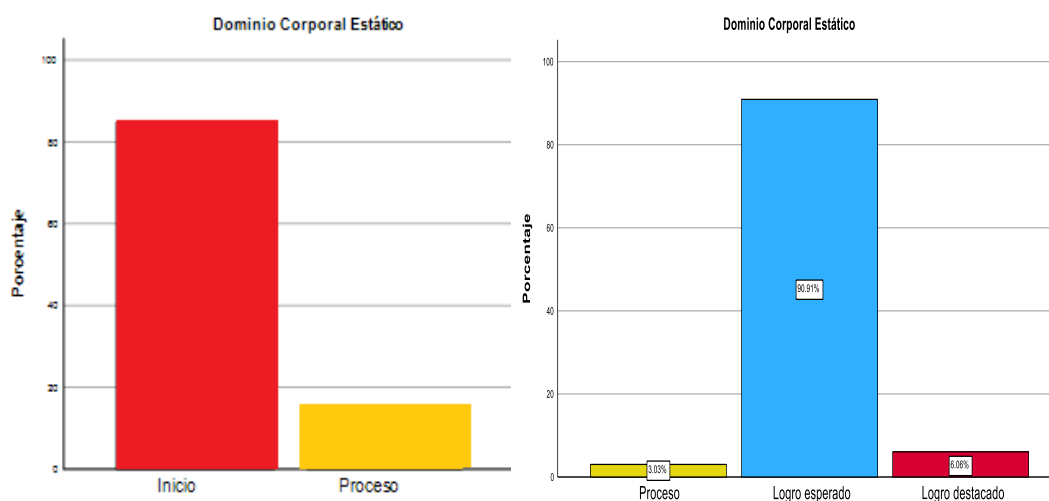
Análisis e Interpretación: En la tabla N°38 y la figura N°36 se puede observar que, En la dimensión de Dominio Corporal Dinámico, el 93.94% de estudiantes lograron el nivel esperado, y el 3.03% alcanzó logro destacado. Esto evidencia mejoras en la coordinación, agilidad y fuerza en movimiento.

4.4. Comparación del pre test y post test

A continuación, se presenta un análisis comparativo entre los resultados del pre test y del post test, aplicados a los estudiantes del 1º grado "F" de secundaria en el marco del programa "ACUAMAX". La comparación se desarrolla según las dos dimensiones evaluadas: Dominio Corporal Estático y Dominio Corporal Dinámico.

4.4.1. Comparación del Dominio Corporal Estático

Nivel	Pre Test (frecuencia)	Pre Test (%)	Post Test (frecuencia)	Post Test (%)
Inicio	28	84.85%	0	0.00%
Proceso	5	15.15%	1	3.03%
Logro esperado	0	0.00%	30	90.91%
Logro destacado	0	0.00%	2	6.06%
Total	33	100%	33	100%

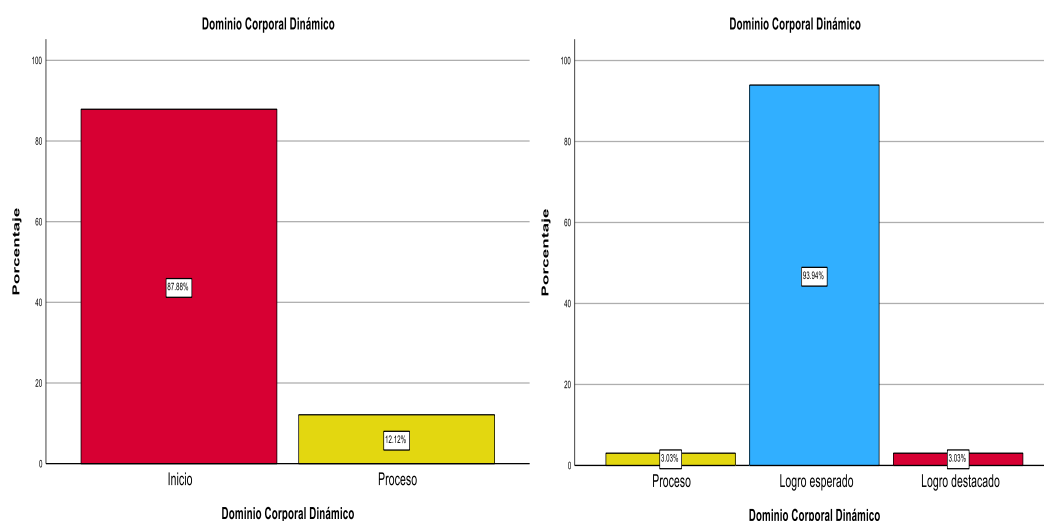


Interpretación:

En el pre test, el 84.85% de los estudiantes se encontraba en el nivel de "Inicio" y ningún estudiante alcanzaba niveles de logro esperado o destacado. Tras la aplicación del programa ACUAMAX, el panorama cambia drásticamente: el 90.91% logró el nivel esperado y un 6.1% alcanzó logro destacado. Esto evidencia una mejora contundente en la capacidad de mantener el equilibrio y posturas estables, demostrando el impacto positivo del programa en el desarrollo postural.

4.4.2. Comparación del Dominio Corporal Dinámico

Nivel	Pre Test (frecuencia)	Pre Test (%)	Post Test (frecuencia)	Post Test (%)
Inicio	29	87.88%	0	0.00%
Proceso	4	12.12%	1	3.03%
Logro esperado	0	0.00%	31	93.94%
Logro destacado	0	0.00%	1	3.03%
Total	33	100%	33	100%



Interpretación:

Antes de la intervención, el 87.88% de los estudiantes se encontraba en el nivel "Inicio" en cuanto al dominio corporal dinámico. Sin embargo, tras participar en las actividades del programa ACUAMAX, el 93.94% alcanzó el nivel de logro esperado y un 3.03% se ubicó en logro destacado. Esta mejora refleja avances significativos en la coordinación, desplazamiento y control motriz en actividades con esfuerzo y oposición.

4.5. Contrastación de hipótesis

La muestra estuvo conformada por 33 estudiantes, divididos en grupos de trabajo independientes. Luego de la recolección de datos se procedió a la contrastación de hipótesis, la cual comprendió la aplicación de la prueba de normalidad y la prueba de hipótesis propiamente dicha, considerando las dimensiones de motricidad gruesa: dominio estático, dominio dinámico y motricidad gruesa.

a) Hipótesis específica 1

Prueba de normalidad

Para los datos de la dimensión dominio estático, se ejecutó la prueba de normalidad con el propósito de determinar si las puntuaciones se ajustan o no a una distribución normal.

Paso 1: Formulación de Hipótesis

Hi: Los datos correspondientes a la dimensión dominio estático difieren de la distribución normal.

H0: Los datos correspondientes a la dimensión dominio estático no difieren de la distribución normal.

Paso 2: Nivel de significancia

Tomando en cuenta el estándar de aceptación en un estudio, se requiere un mínimo de certeza del 95%, lo cual implica un margen de error máximo del 5%, se utilizó el siguiente nivel de significancia o p-valor:

$$\alpha = 5 \% \text{ o } \alpha = 0.05$$

Paso 3: Elección de la prueba estadística

Dado que la muestra del estudio consiste en 33 alumnos del primer año "F" de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila en Tingo María, la prueba estadística apropiada a aplicar es la de Shapiro-Wilk.

Paso 4: Cálculo del valor p

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Post_test_Dominio_Estático	.768	33	<.001
Pre_test_Dominio_Estático	.736	33	<.001

Paso 5: Decisión

Si Sig. < 0.05, se descarta la hipótesis nula.

Se acepta la hipótesis nula si el valor de Sig. es mayor que 0.05

Dado que los valores de significancia son menores a 0.05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa. Por tanto, los datos no siguen una distribución normal, por lo que se utiliza una prueba no paramétrica.

Comprobación de hipótesis específica 1

Paso 1: Formulación de hipótesis:

H_{E1}: El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

H_{E0}: El programa “ACUAMAX” no mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

Paso 2: Nivel de significancia

Tomando en cuenta el estándar de una investigación científica que requiere un mínimo de certeza del 95%, lo cual implica un margen de error máximo del 5%, se utilizó el siguiente nivel de significancia o p-valor:

$$\alpha = 5 \% \text{ o } \alpha = 0.05$$

Paso 3: Elección de la prueba estadística

Puesto que la prueba de normalidad indicó que los datos de la dimensión "Dominio Estático" no siguen una distribución normal, y dado que el diseño es preexperimental, se requiere el uso de la prueba no paramétrica de Wilcoxon.

Paso 4: Cálculo del valor p

Estadísticos de prueba^a

Post_test_Dominio_Estático -
Pre_test_Dominio_Estático

Z	-5.051 ^b
Sig. asin. (bilateral)	<.001

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Paso 5: Decisión

Si Sig. < 0.05, se descarta la hipótesis nula.

Se acepta la hipótesis nula si el valor de Sig. es mayor que 0.05

El valor de significatividad asintótica (bilateral) de la prueba de Wilcoxon resultó ser <0.001. Dado que este valor es inferior al nivel de significancia de 0.05, la hipótesis nula se rechaza y consecuentemente se acepta la hipótesis alterna.

H_{E1}: El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

b) Hipótesis específica 2

Prueba de normalidad

Para los datos de la dimensión dominio dinámico, se realizó la prueba de normalidad con el fin de determinar si las puntuaciones se ajustan o no a una distribución normal.

Paso 1: Formulación de Hipótesis

Hi: Los datos correspondientes a la dimensión dominio dinámico difieren de la distribución normal.

H0: Los datos correspondientes a la dimensión dominio dinámico no difieren de la distribución normal.

Paso 2: Nivel de significancia

Tomando en cuenta el estándar de aceptación en un estudio, se requiere un mínimo de certeza del 95%, lo cual implica un margen de error máximo del 5%, se utilizó el siguiente nivel de significancia o p-valor:

$$\alpha = 5 \% \quad \text{o} \quad \alpha = 0.05$$

Paso 3: Elección de la prueba estadística

Dado que la muestra del estudio consiste en 33 alumnos del primer año "F" de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila en Tingo María, la prueba estadística apropiada a aplicar es la de Shapiro-Wilk.

Paso 4: Cálculo del valor p

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Pre_test_Dominio_Dinámico	.699	33	<.001
Post_test_Dominio_Dinámico	.773	33	<.001

Paso 5: Decisión

Si Sig. < 0.05, se descarta la hipótesis nula.

Se acepta la hipótesis nula si el valor de Sig. es mayor que 0.05

Dado que los valores de significancia son menores a 0.05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa. Por tanto, los datos no siguen una distribución normal, por lo que se

utiliza una prueba no paramétrica.

Comprobación de hipótesis específica 2

Paso 1: Formulación de hipótesis:

H_{E2}: El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

H_{E0}: El programa “ACUAMAX” no mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.

Paso 2: Nivel de significancia

Tomando en cuenta el estándar de aceptación en un estudio, se requiere un mínimo de certeza del 95%, lo cual implica un margen de error máximo del 5%, se utilizó el siguiente nivel de significancia o p-valor:

$$\alpha = 5 \% \quad \text{o} \quad \alpha = 0.05$$

Paso 3: Elección de la prueba estadística

Puesto que la prueba de normalidad indicó que los datos de la dimensión "Dominio Dinámico" no siguen una distribución normal, y dado que el diseño es preexperimental, se requiere el uso de la prueba no paramétrica de Wilcoxon.

Paso 4: Cálculo del valor p

Estadísticos de prueba^a

	Post_test_Dominio_Dinámico	-
	Pre_test_Dominio_Dinámico	
Z	-5.045 ^b	
Sig. asin. (bilateral)	<.001	

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Paso 5: Decisión

Si Sig. < 0.05, se descarta la hipótesis nula.

Se acepta la hipótesis nula si el valor de Sig. es mayor que 0.05

El valor de significatividad asintótica (bilateral) de la prueba de Wilcoxon resultó ser <0.001 Dado que este valor es inferior al nivel de significancia de 0.05, la hipótesis nula se rechaza y consecuentemente se acepta la hipótesis alterna.

H_{E2}: El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila –

Tingo María, 2024.

c) Hipótesis general

Prueba de normalidad

Para los datos de la variable dependiente Motricidad gruesa, se realizó la prueba de normalidad con el fin de determinar si las puntuaciones se ajustan o no a una distribución normal.

Paso 1: Formulación de Hipótesis

Hi: Los datos correspondientes de la variable Motricidad gruesa difieren de la distribución normal.

H0: Los datos correspondientes de la variable Motricidad gruesa no difieren de la distribución normal.

Paso 2: Nivel de significancia

Tomando en cuenta el estándar de aceptación en un estudio, se requiere un mínimo de certeza del 95%, lo cual implica un margen de error máximo del 5%, se utilizó el siguiente nivel de significancia o p-valor:

$$\alpha = 5 \% \text{ o } \alpha = 0.05$$

Paso 3: Elección de la prueba estadística

Dado que la muestra del estudio está conformada por 33 alumnos del primer año "F" de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila en Tingo María, la prueba estadística apropiada a aplicar es la de Shapiro-Wilk.

Paso 4: Cálculo del valor p

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Pre_test_Motricidad_Gruesa	.731	33	<.001
Post_test_Motricidad_Gruesa	.807	33	<.001

Paso 5: Decisión

Si Sig. < 0.05, se descarta la hipótesis nula.

Se acepta la hipótesis nula si el valor de Sig. es mayor que 0.05

Dado que los valores de significancia son menores a 0.05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa. Por tanto, los datos no siguen una distribución normal, por lo que se utiliza una prueba no paramétrica.

Comprobación de hipótesis general

Paso 1: Formulación de hipótesis

H_i: El programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

H_o: El programa “ACUAMAX” no mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

Paso 2: Nivel de significancia

Tomando en cuenta el estándar de aceptación en un estudio, se requiere un mínimo de certeza del 95%, lo cual implica un margen de error máximo del 5%, se utilizó el siguiente nivel de significancia o p-valor:

$$\alpha = 5 \% \quad \text{o} \quad \alpha = 0.05$$

Paso 3: Elección de la prueba estadística

Puesto que la prueba de normalidad indicó que los datos de la variable Motricidad gruesa no siguen una distribución normal, y dado que el diseño es preexperimental, se requiere el uso de la prueba no paramétrica de Wilcoxon.

Paso 4: Cálculo del valor p

Estadísticos de prueba^a

	Post_test_Motricidad_Gruesa - Pre test Motricidad Gruesa
Z	-5.023 ^b
Sig. asin. (bilateral)	<.001

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Paso 5: Decisión

Si Sig. < 0.05, se descarta la hipótesis nula.

Se acepta la hipótesis nula si el valor de Sig. es mayor que 0.05

El valor de significatividad asintótica (bilateral) de la prueba de Wilcoxon resultó ser <0.001

Dado que este valor es inferior al nivel de significancia de 0.05, la hipótesis nula se rechaza y consecuentemente se acepta la hipótesis alterna.

H_i: El programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. Contrastación del trabajo de investigación.

De acuerdo con la estructura institucional del informe de tesis, el presente trabajo se contrastó con el problema, los objetivos, las hipótesis y el marco teórico del estudio.

Contrastación con el problema de investigación

El problema formulado fue: ¿Cómo influye el programa “ACUAMAX” para mejorar la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024? Tras culminar la investigación, se determinó que el programa “ACUAMAX” mejora significativamente la motricidad gruesa, lo que se evidenció en los resultados del pre test y post test. Inicialmente, el 84.8% de los estudiantes se encontraba en el nivel de inicio, en tanto que tras la aplicación del programa el 90.9% alcanzó el logro esperado y un 6.1% el logro destacado.

Contrastación con el objetivo planteado

El objetivo general que nos planteamos al iniciar en el trabajo de investigación fue: Determinar que el programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

Al culminar nuestra investigación, podemos demostrar categóricamente, que el programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

Contrastación con la hipótesis

Al iniciar la investigación nos planteamos la siguiente hipótesis general.

H_i: El programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

H_o: El programa “ACUAMAX” no mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

La resultante de la contratación de la hipótesis con una significancia $< .001$ como $p < \alpha$ se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: El programa

“ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

Contrastación con el marco Teórico de la investigación.

Las actividades que considera y propone el programa, fueron siempre la fuente de motivación permanente para trabajar con nuestra variable independiente. En ella se nos sugiere cada uno de las acciones a considerar para potenciar la variable dependiente que finalmente fue la variable motivo de estudio.

El programa ACUAMAX está establecido como un agente innovador en el proceso de mejora del dominio corporal estático y dinámico ya que en su estructura propia conlleva ejercicios básicos de la natación preparándolos para que sean capaz de realizar movimientos más precisos al momento de saltar, trepar, correr entre otros, más no darle carga de entrenamiento deportivo, solo basarnos en principios pedagógicos para que los estudiantes mejoren su motricidad gruesa. Así también gracias a sus características propias dicho programa genera interés y posibilidades múltiples del trabajo en cada uno de los que forman parte de dicho programa, y por otro lado da mayor posibilidad de agrupación de actividades formativas al que lo implementa en este caso a los investigadores. Así mismo el programa ACUAMAX genera posibilidades de trabajos graduales en bien de la mejora armónica de la cualidad motora que se plantea trabajar.

CONCLUSIONES

- El programa “ACUAMAX” produjo un impacto positivo y considerable en el progreso de la motricidad gruesa de los estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024. Los resultados del post test evidencian un progreso notable en el dominio corporal estático y dinámico, confirmando la validez de la hipótesis general.
- En cuanto al dominio corporal estático, se identificó una mejora significativa tras la intervención. La proporción de alumnos en nivel de inicio se redujo de 84.85% a 0%, mientras que el 90.91% alcanzó el logro esperado y el 6.06% un logro destacado, reflejando avances en estabilidad, equilibrio y control postural.
- En el dominio corporal dinámico, los resultados también evidencian progreso: el nivel de inicio disminuyó de 87.88% a 0%, mientras que el 93.94% alcanzó el logro esperado y el 3.0% el logro destacado. Esto demuestra mejoras en desplazamientos, coordinación y agilidad.
- En síntesis, el programa “ACUAMAX” se consolida igual que una táctica pedagógica eficaz para fortalecer la motricidad gruesa mediante actividades acuáticas que fomentan el desarrollo físico, la coordinación y la autoconfianza de los estudiantes.

RECOMENDACIONES

- Incorporar el programa “ACUAMAX” de manera permanente dentro del plan curricular del área de Educación Física, considerando su efectividad comprobada para fortalecer la motricidad gruesa y promover aprendizajes significativos.
- Aplicar el programa en otros grados de educación primaria y secundaria, ajustando la dificultad de las actividades según la edad y capacidades motrices de los estudiantes, con el fin de fomentar el desarrollo psicomotor progresivo.
- Capacitar al personal docente del área de Educación Física en metodologías activas y estrategias aplicadas al medio acuático, garantizando una implementación segura, técnica y con propósito educativo.
- Promover la mejora de la infraestructura institucional mediante la implementación o el uso de espacios acuáticos adecuados, así como libre disponibilidad de materiales y recursos necesarios para el desarrollo óptimo del programa.

REFERENCIAS

- Alderete, L. (2022). *Los programas educativos y sus logros* (Vol. 2 Núm. 2). Alborada de la Ciencia. <https://doi.org/10.26490/uncp.alboradaciencia.2022.2.1115>
- Alfaro Santafé, JJ, Martínez Galarza, C., Monzón Cueto, JM, & Losa Iglesias, ME (2017). Resultados del test de Lunge en pacientes con hallux limitus funcional: estudio transversal de casos y controles. *Revista Española de Podología* , 28(2), 87-92. <https://doi.org/10.1016/j.repod.2017.10.001>
- Aguinaga, H. G. (2012). *Desarrollo psicomotor en un grupo de estudiantes de 4 años de Educación Inicial de la Red 06 Callao*. Lima: Publicaciones la Universidad San Ignacio de Loyola. http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1079/1/2012_Aguinaga_Desarrollo_20psicomotor%20en%20un%20grupo%20de%20estudiantes%20de%204%20a%C3%B1os%20de%20educaci%C3%B3n%20inicial%20de%20la%20Red%206%20Calla
- Aguirre, M. V. (2011). *La estimulación acuática y su influencia en el área motriz de los niños y niñas...* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica De Ambato]. <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/4008>
- Alvarez, K. D. (2024). *Programa de habilidades motrices para la motricidad gruesa en niños de cinco años* [Tesis de posgrado, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/12957/Alvarez%20Aguinaga%20Karla%20Dayana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Álvarez, L. M., García, A. F., Hernández, D. D., Elles, E., y Mallarino, J. C. (2021). *Juegos motores para desarrollar la motricidad gruesa en niños futbolistas* [Tesis de pregrado, Universidad del Atlántico, Colombia]. <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/2519/1404?inline=1>
- Álvarez, Y. A., y Couto, J. M. P. (2020). Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo (España). *Educação E Pesquisa*, 46. <https://doi.org/10.1590/s1678-4634202046207294>

- Batalla Flores, A. (2000). *Habilidades motrices*. Barcelona: INDE.
- Bernal, F. (2021). *Plan de actividades físico-coordinativas sobre el cociente motor grueso en niños de 6 a 10 años* [Tesis de pregrado, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia]. <http://repositorio.uptc.edu.co/handle/001/8665>
- Boulch, J. (1997). *La Educación Psicomotriz en la Escuela Primaria*. Barcelona: Paidós.
- Calli, E. (2022). *Nivel de motricidad gruesa y nivel de orientación espacial en niños de cuatro años...* [Tesis de pregrado, Universidad Alas Peruanas del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.12990/10969>
- Canning, C. G., Smith, J.A., Brown, K., y Pérez, M. (2025). Entrenamiento de resistencia versus entrenamiento de equilibrio para mejorar el control postural en la enfermedad de Parkinson: Un ensayo controlado aleatorizado. *Rehabilitación Clínica*, 39 (3), 345–357.
- Catacora, N. (2018). *Eficacia de un programa acerca de fasciolosis humana...* [Tesis, Universidad Nacional de San Agustín Arequipa]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/6062>
- Centeno, A. G. y Montero, L. F. (2024). *Estrategias Lúdicas de Matronatación para el Desarrollo de la Autonomía de la Flotabilidad en Niños de 2 a 3 Años*. *Ciencia Latina Revista científica multidisciplinar*. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11056
- Cevallos, M. (2021). *Los juegos tradicionales para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 4 a 5 años...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo del Ecuador]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/8203>
- Collazo, A. (2002). *Manual básico para la comprensión del proceso de perfeccionamiento...* La Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.
- Comellas, M.J., Perpinyá A. y Torregrosa (2003). *Psicomotricidad en la educación infantil: recursos pedagógicos*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=182980>
- Councilman, J. (2007). *Revista Internacional de Ciencias del Deporte* (Vol. 4 N° 9). Editorial: Semblanza.

- Cruz, T. M., Espinoza, L. M., y Rodríguez, F. J. (2024). *“Juegos con balón” para mejorar la coordinación motora gruesa...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán].
<https://repositorio.unheval.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/e6616a49-c180-49f7-b0ab-b4620f2538be/content>
- Del Aguila, B. B., Juan De Dios, K. E., y Rivera, L. E. (2025). *Juegos Recreativos para mejorar la motricidad gruesa...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. <https://repositorio.unheval.edu.pe/item/72f10768-a59e-442e-a03ce8013b017733>
- De Lima, K.P., Pérez, J.M., Rodríguez, A.L., Sánchez, F.G., y Martínez, H.D. (2022). Efecto del entrenamiento de resistencia en el equilibrio y el control postural en la enfermedad de Parkinson: Una revisión sistemática. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 29 , 106–113.
- Dietrich, M., Klaus, C. y Klaus, L. (2001). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Paidotribo.
- Díaz, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: INDE.
- Durivage, J. (1996). *Educación y Psicomotricidad* (2ª Edición). México: Trillas.
- Enríquez, J. F. (2025). El proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación: un acercamiento a la actualidad, retos y perspectivas en el contexto ecuatoriano. *Revista UGC*, 3(S3), 38-44 <https://universidadugc.edu.mx/ojs/index.php/rugc/article/view/223/214>
- Espinoza, N. L. (2023). *Programa de Dominio de Acción Sociomotor para el aprendizaje del fútbol...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga]. <https://repositorio.unsch.edu.pe/server/api/core/bitstreams/770441a7-658d-445f-b32c-a854956c4061/content>
- Forczek-Karkosz, A., Zajac, M., Stania, M. y Fryzowicz, A. (2021). Análisis biomecánico de la alineación corporal y el apoyo monopodal: implicaciones para el control del equilibrio. *Journal of Biomechanics* , 112, 110001. <https://doi.org/10.1016/j.jbiomech.2020.110001>

- Gallahue, D. L. y Ozmun, J. C. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults*. McGraw-Hill.
- García, C., Chiquez, G. y Valencia, C. (2017). Influencia de los juegos tradicionales en el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de primer grado. Obtenido de Universidad Nacional de Trujillo: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/9063/CHIQUEZ%20TUANAMA-GARCIA%20MAQUIVALENCIA%20RODRIGUEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- García, J. (2000). *Revista Sport Life*. Guadalajara: Trillas.
- García, J. y Fernández, F. (2002). *Juego y Psicomotricidad*. Madrid: CEPE.
- García, J. y Rodríguez, J. (2013). *Biomecánica básica: aplicada a la actividad física y al deporte*. Paidotribo.
- Garza, F. (1978). *Propuesta de un programa de práctica Psicomotriz para niños de 2 a 3 años*.
- Gómez, M., Ruiz, L. M. y Mata, E. (2006). Los problemas evolutivos de coordinación en la adolescencia... *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 3(2), 44–54. <http://www.cafyd.com/REVISTA/art3n3a06.pdf>
- Gómez, S., Vargas, A., Santonja, F., y Canteras, M. (2013). Estudio descriptivo del morfotipo raquídeo sagital en bailarines de flamenco. *Revista del Centro de Investigaciones Flamenco Telethusa*, 6(7), 19-28. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7653811.pdf>
- Gutiérrez, M. (1999). *Fundamentos biomecánicos del movimiento humano*. Paidotribo.
- Guzmán, R., Maseta, Y. y Urueña, H. (2015). La estimulación psicomotriz como factor determinante del desarrollo en el niño de preescolar. Obtenido de Universidad del Tolima: <http://45.71.7.21/bitstream/001/1639/1/Trabajo%20de%20Grado%20-%20Katerin%20Urue%C3%B1a%20version%20aprobada.pdf>

- Hernández, A. (s.f.). *Natación*. <http://www.inatacion.com/articulos/modalidades/natacion1.html>
- Jiménez, J. (1982). *El equilibrio humano: Un fenómeno complejo*. Art. Revista Mipedriata.
- kuthota, V. y Nadler, SF (2004). Fortalecimiento del core. Archivos de Medicina Física y Rehabilitación, 85(3 Supl. 1), S86–S92. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15034861/>
- León, C. S. (2021). *Gimnasia Básica Como Estrategia Para Fortalecer La Motricidad Gruesa...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/5629/RANDOLFO%20NU%20c3%91EZ%20TORREBLANCA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- López, C. (2011). *Flotación*. Osteon Fisioterapia. <https://normas-apa.org/referencias/citar-pagina-web/>
- Lucero, B. (2015). *The 100 best swimming drills*. Paidotribo.
- Luna, B. (2021). *El juego y la motricidad gruesa en los niños de 4 a 5 años...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Loja del Ecuador].
- Martín, B. (s.f.). *Lunges o Zancadas. Fortalece tus piernas...* <https://infowod.com/lunges-o-zancadas-fortalece-tus-piernas-tipos-y-variaciones-todos-sus-beneficios>
- Martínez, F., González, R., & López, J. (2023). Ejercicios de equilibrio para la prevención de caídas en el adulto mayor. *Revista de Ciencias de la Salud*, 19 (1), 94-102. <https://doi.org/10.1234/rcs.v19i1.94>
- Martínez, I., Padilla, M., y Suárez, M. (2018). Aplicación de la metodología Delphi a la identificación de factores de éxito... *Revista de Investigación Educativa*. <https://doi.org/10.6018/rie.37.1.320911>
- Ministerio de Educación (2022). Educación Ambiental. <https://www.minedu.gob.pe/educacion-ambiental/index.php>
- McGill, S. (2002). Trastornos lumbares: prevención y rehabilitación basadas en la evidencia. *Human Kinetics*.
- Moreno, (2000). *La natación y el desarrollo psicomotriz...*

- Moreno, J. (2001). *Juegos acuáticos educativos*. Barcelona: INDE.
- Niño, V. (2011). *Metodología de la investigación*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E. y Villagómez, A. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa...* (4a. ed.). Bogotá: Ediciones de la U.
- Ñaupas, H., Palacios, J., Valdivia, M. y Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa...* (5a. ed.). Bogotá: Ediciones de la U.
- Núñez, Á. (2008). *Métodos activos y PNL aplicados en la enseñanza formal*. Revista Iberoamericana.
- Ortega, E. (2009). *Evolución y desarrollo de los desplazamientos menos eficaces*. Innovación y experiencias educativas, 1–10.
- Pacheco, M. (2015). *Psicomotricidad en educación Inicial*. Quito (Ecuador).
- Palomares, D., Chisvert, M. y Suárez, M. (2019). *Formación y orientación para el emprendimiento...* REOP. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.30.num.1.2019.25198>
- Pappas, M. (2008). *Actividades acuáticas: Ejercicios de tonificación...* (3° ed.). España.
- Paredes, F. (2021). *Los juegos predeportivos en el desarrollo de la motricidad gruesa...* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato del Ecuador]. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/34406>
- Pazmiño, M. y Proaño, P. (2009). Elaboración y aplicación de un manual de ejercicios para el desarrollo de la motricidad gruesa mediante la estimulación en niños/as de dos a tres años en la guardería del Barrio Patután, Eloy Alfaro, periodo 2008 - 2009. Obtenido de Universidad Técnica de Cotopaxi: <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/325/1/T-UTC-0315.pdf>
- Patiño, E. (2009). *Valoración del estado psicomotor de los niños preescolares...* <http://repositorio.utp.edu.co/dspace/bitstream/handle/11059/1381/155412P298.pdf>

- Riquelme, A. (2022, abril 29). *Advierten un retroceso en el desarrollo motor de preescolares...* Pontificia Universidad Católica De Chile. <https://www.uc.cl/noticias/advierten-un-retroceso-en-el-desarrollo-motor-de-preescolares-y-escolares-debido-a-la-pandemia/>
- Salas, M. J. (2023). *Entrenamiento gamificado en el desarrollo de la condición física...* [Tesis de postgrado, Universidad Estatal de Bolívar]. <https://dspace.ueb.edu.ec/handle/123456789/6346>
- Salvador, O. A. (2024). *Taller de educación física para desarrollar la motricidad gruesa...* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35397>
- Sánchez, F. (1984). *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid: Gymnos.
- Soto, L. (2022). *La danza como estrategia para desarrollar la motricidad gruesa...* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/28391>
- Taípe, J. W. y Torre, C. (2022). *Programa de juegos motores para perfeccionar el salto de longitud...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Centro del Perú]. <https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/10737>
- Tigre, M. y Yacaribay, J. (2022). *Estimulación de la motricidad gruesa mediante una cartilla de actividades lúdicas...* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Educación del Ecuador]. <http://repositorio.unae.edu.ec/handle/56000/2440>
- Toscano, J. (2022). Importancia de la estandarización de protocolos en el test de Lunge. Trabajo de Fin de Grado , Universidad de Barcelona. https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/189573/1/TFG_Toscano_%20Hernandez_%20Josefina.pdf
- Tummee. (s.f.). *Beneficios de la postura del flamenco*. <https://www.tummee.com/yoga-poses/flamingo-pose/benefits>
- Valentín, E. (2020). *Los juegos tradicionales para mejorar la motricidad gruesa...* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco del Perú].

- Villera, S. R. (2024). *El desarrollo motor en la adolescencia*. *GADE: Revista Científica*, 4(1), 35–52. <https://doi.org/10.63549/rg.v4i1.353>
- Wickstrom, R. (1990). *Patrones motores básicos*. Madrid: Alianza.
- Whitney, SL, Marchetti, GF, Schade, AI y Wrisley, DM (2018). Caminar en tándem como prueba rápida de detección de trastornos vestibulares. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 10 , 318. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2018.00318>
- Zapata, O. (1991). *La Psicomotricidad y el Niño. Etapa maternal y Preescolar*. México: Trillas.
- Zickl, D. (2023, febrero 23). *Cómo hacer plancha abdominal: 10 ejercicios para trabajar el core... Runner's World*. <https://www.runnersworld.com/es/training/a32030164/como-hacer-plancha-abdominal/>

ANEXOS

ANEXO 01

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: PROGRAMA “ACUAMAX” PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - TINGO MARÍA, 2024

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA
Problema general ¿Cómo influye el programa “ACUAMAX” para mejorar la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024?	Objetivo general Determinar que el programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.	Hipótesis general Hí: El programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024. Ho: El programa “ACUAMAX” no mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.	Variable Independiente Programa “ACUAMAX”	Planificación	Planifica las sesiones de aprendizajes teniendo en cuenta las competencias del área de educación física.	Tipo: Aplicada Nivel: Explicativo Diseño: Pre experimental Lo cual se ajusta al siguiente diagrama: GE: O ₁ ... X....O ₂ Dónde: GE= Grupo experimental X= Tratamiento (Programa “ACUAMAX”). O ₁ : Prueba de entrada. O ₂ : Prueba de salida.
				Ejecución	Ejecuta el programa “ACUAMAX” para mejorar la motricidad gruesa.	
				Evaluación	Realiza la evaluación diagnóstica y la evaluación de salida.	
Problemas específicos PE1. ¿Cómo influye el programa “ACUAMAX” para mejorar el dominio corporal	Objetivos específicos OE1. Determinar que el programa “ACUAMAX” mejora el	Hipótesis específicas HE1. El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila	Variable Dependiente Motricidad gruesa	Dominio Corporal Estático	1) Equilibrio en una pierna 2) Planchas frontales 3) Equilibrio en tándem 4) Posición de flamenco 5) Control postural en posición de Lunge 6) Equilibrio con	Población: La población está conformada por 285 estudiantes de la

estático de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024? PE2. ¿Cómo influye el programa “ACUAMAX” para mejorar el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024?	dominio corporal estático de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024 OE2. Determinar que el programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024.	– Tingo María, 2024. HE0. El programa “ACUAMAX” no mejora el dominio corporal estático de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024. HE2. El programa “ACUAMAX” mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024. HE0. El programa “ACUAMAX” no mejora el dominio corporal dinámico de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila – Tingo María, 2024		Dominio Corporal Dinámico	resistencia 7) Control estático con movimientos de brazos 8) Posición estática de empuje 9) Carrera cortas 10) Salto Laterales 11) Saltos explosivos 12) Carrera de obstáculos 13) Desplazamiento en zancada amplia 14) Trote con elevación de rodillas 15) Desplazamiento con resistencia de agua 16) Movimientos cíclicos en circuito de agilidad	Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024. Muestra: La muestra está determinada por 33 estudiantes del 1° grado “F” de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024. Técnicas e instrumentos de investigación Técnica: Observación. Instrumento: Escala de valoración.
--	---	---	--	--	--	--

ANEXO 02

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO
“ESTEBAN PAVLETICH”

GUIA DE OBSERVACIÓN DE LOS EJERCICIOS FÍSICOS PARA MEDIR LA APLICACIÓN DEL
PROGRAMA “ACUAMAX” PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS
ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS
DÁVILA - TINGO MARÍA, 2024

DATOS INFORMATIVOS:

- 1. Fecha de aplicación : 25 de octubre del 2024
- 2. Observadores : Jhony Richard Chinchon Nuñez
Redy Pezo Hidalgo
- 3. Prueba : Pretest (X) - Postest ()

ASPECTOS A OBSERVAR:

Nº	DIMENSIONES / ITEMS	VALORACIÓN			
DIMENSIÓN 01: DOMINIO CORPORAL ESTÁTICO		1	2	3	4
01	El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados.				
02	El estudiante se mantiene en la posición de plancha el mayor tiempo posible.				
03	El estudiante debe pararse con un pie delante del otro el mayor tiempo posible.				
04	El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible.				
05	Mantiene la postura de lunge con una rodilla adelante y otra atrás, durante 15 segundos sin perder el equilibrio.				
06	El estudiante fortalece el equilibrio y la estabilidad en presencia de fuerzas externas				
07	Mantiene una posición estática en el agua mientras mueve los brazos hacia los lados, sin desestabilizarse				
08	Mantiene una posición de empuje contra la resistencia del agua durante 20 segundos sin variar la alineación corporal.				
DIMENSIÓN 02: DOMINIO CORPORAL DINÁMICO					
09	Corre a máxima velocidad en el agua a nivel de la cadera durante 20 metros, manteniendo una cadencia constante.				
10	El estudiante salta lateralmente la línea tantas veces como pueda en 30 segundos.				
11	Realiza saltos verticales explosivos desde la posición de sentadilla en el agua, completando 10 repeticiones.				
12	El estudiante realiza el circuito de obstáculos en menos de 20 segundos.				
13	Se desplaza en el agua con zancadas amplias y controladas, recorriendo una distancia de 10 metros sin perder el equilibrio.				
14	Realiza un trote elevando las rodillas a la altura de la cadera mientras se desplaza 15 metros en el agua				
15	Corre en el agua enfrentando la resistencia generada un compañero				
16	Realiza un circuito acuático que combine desplazamientos rápidos, saltos y giros, manteniendo un control dinámico en cada fase				
TOTAL					
PUNTAJE TOTAL					

Puntaje	Valoración	Valoración literal	Valoración Motora
1	0 – 16	C	Inicio
2	17 – 32	B	Proceso
3	33 – 48	A	Logro esperado
4	49 – 64	AD	Logro Destacado

ESCALAS DE VALORACIÓN POR ÍTEM DEL PROGRAMA ACUAMAX

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	Inicio	Proceso	Logro esperado	Logro destacado	
VARIABLE DEPENDIENTE	Motricidad gruesa	Dominio corporal estático	Equilibrio en una pierna	El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados.	< 20 s	20-29 s	30-40 s	> 40 s
			Planchas frontales	El estudiante se mantiene en la posición de plancha el mayor tiempo posible.	< 30 s	30-44 s	45-60 s	> 60 s
			Equilibrio en tándem	El estudiante debe pararse con un pie delante del otro el mayor tiempo posible.	< 15 s	15-29 s	30-45 s	> 45 s
			Posición de flamenco	El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible.	< 15 s	15-29 s	30-45 s	> 45 s
			Control postural en posición de Lunge	Mantiene la postura de lunge con una rodilla adelante y otra atrás, durante 15 segundos sin perder el equilibrio.	< 5 s	6-9 s	10-14 s	> 15 s
			Equilibrio con resistencia	El estudiante fortalece el equilibrio y la estabilidad en presencia de fuerzas externas	< 15 s	15-24 s	25-30 s	> 30 s
			Control estático con movimientos de brazos	Mantiene una posición estática en el agua mientras mueve los brazos hacia los lados, sin desestabilizarse	< 10 s	10-19 s	20-25 s	> 25 s
			Posición estática de empuje	Mantiene una posición de empuje contra la resistencia del agua durante 20 segundos sin variar la alineación corporal.	< 8 s	9-15 s	16-19 s	> 20 s
	Dominio corporal dinámico	Carrera cortas	Corre a máxima velocidad en el agua a nivel de la cadera durante 20 metros, manteniendo una cadencia constante.	> 13 s	11-13 s	8-10 s	< 8 s	
		Salto Laterales	El estudiante salta lateralmente la línea tantas veces como pueda en 30 segundos.	< 25	25-34	35-45	> 45	
		Saltos explosivos	Realiza saltos verticales explosivos desde la posición de sentadilla en el agua, completando 10 repeticiones.	< 3 reps	4-6 reps	7-8 reps	9-10 reps	
		Carrera de obstáculos	El estudiante realiza el circuito de obstáculos en menos de 20 segundos.	> 30 s	29-26 s	25-21 s	< 20 s	
		Desplazamiento en zancada amplia	Se desplaza en el agua con zancadas amplias y controladas, recorriendo una distancia de 10 metros sin perder el equilibrio.	> 18 s	13-18 s	8-12 s	< 8 s	
		Trote con elevación de rodillas	Realiza un trote elevando las rodillas a la altura de la cadera mientras se desplaza 15 metros en el agua	> 19 s	15-19 s	10-14 s	< 10 s	
		Desplazamiento con resistencia de agua	Corre en el agua enfrentando la resistencia generada un compañero	> 22 s	17-22 s	12-16 s	< 12 s	
		Movimientos cíclicos en circuito de agilidad	Realiza un circuito acuático que combine desplazamientos rápidos, saltos y giros, manteniendo un control dinámico en cada fase	> 30 s	26-30 s	20-25 s	< 20 s	

ESQUEMA DE LA MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE PROYECTO OBJETIVO GENERAL		PROGRAMA "ACUAMAX" PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - TINGO MARÍA, 2024 Demostrar que el programa "ACUAMAX" mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024													
VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMs	OPINIÓN DEL INDICADOR E ÍTEM			CRITERIOS DE EVALUACIÓN						Observaciones y/o recomendaciones		
				BUENO (2)	REGULAR (1)	DEFICIENTE (0)	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem			La redacción es clara y precisa	
VARIABLE DEPENDIENTE Motricidad gruesa	Dominio corporal estático	Equilibrio en una pierna	El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados fuera del agua.	X			X		X		X				
			El estudiante se mantiene en la posición de plancha el mayor tiempo posible fuera del agua.	X			X		X		X				
		Equilibrio en tándem	El estudiante debe pararse con un pie delante del otro el mayor tiempo posible fuera del agua.	X			X		X		X		X		
			El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible fuera del agua.	X			X		X		X		X		

[illegible]

[illegible]

ESQUEMA DE LA MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE PROYECTO OBJETIVO GENERAL		PROGRAMA “ACUAMAX” PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - Tingo María, 2024										Demostrar que el programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024										PROGRAMA “ACUAMAX” PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - Tingo María, 2024									
VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	OPINIÓN DEL INDICADOR E ÍTEM			CRITERIOS DE EVALUACIÓN												Observaciones y/o recomendaciones												
				BUENO (2)	REGULAR (1)	DEFICIENTE (0)	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		La redacción es clara y precisa																		
VARIABLE DEPENDIENTE	Dominio corporal estático	Equilibrio en una pierna	El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados fuera del agua.	X				X										X													
			El estudiante se mantiene en la posición de plancha el mayor tiempo posible fuera del agua.	X				X											X												
		Equilibrio en tándem	El estudiante debe pararse con un pie delante del otro el mayor tiempo posible fuera del agua.	X				X											X												
			El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible fuera del agua.	X				X												X											
Motricidad gruesa		Posición de flamenco																													

[illegible]

[illegible]

ESQUEMA DE LA MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE PROYECTO OBJETIVO GENERAL		PROGRAMA "ACUAMAX" PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - Tingo María, 2024													
VARIABLE		DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	OPINIÓN DEL INDICADOR E ÍTEM			CRITERIOS DE EVALUACIÓN						Observaciones y/o recomendaciones	
					(2) BUENO	(1) REGULAR	(0) DEFICIENTE	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem	La redacción es clara y precisa		
								SI	NO	SI	NO				SI
VARIABLE DEPENDIENTE	Motricidad gruesa	Dominio corporal estático	Equilibrio en una pierna	El estudiante mantiene la posición de equilibrio en una pierna durante 40 segundos con los ojos cerrados fuera del agua.	X				X				X		
				El estudiante se mantiene en la posición de plancha el mayor tiempo posible fuera del agua.	X				X			X			
			Equilibrio en tándem	El estudiante debe pararse con un pie delante del otro el mayor tiempo posible fuera del agua.	X				X				X		
			Posición de flamenco	El estudiante debe pararse en una pierna con la otra levantada o doblada el mayor tiempo posible fuera del agua.	X				X				X		

[illegible]

[illegible]

- Existe coherencia entre las dimensiones y los indicadores.
- La redacción es clara, precisa y comprensible.

Recomendaciones:

PROMEDIO DE VALORACIÓN (%):

94.00

DECISIÓN DEL EXPERTO CALIFICACIÓN:

EL INSTRUMENTO DEBE SER APLICADO SI () NO () NIVEL MODERADO

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente (0; 20) b) Baja (21; 40) c) Regular (41; 60) d) Buena (61; 80) e) Muy buena (81; 100)

Nombres Apellidos:	y Quispe Estela, Alfredo Hualan	DNI N°	40853180
Dirección domiciliaria:	Hualayco # 1356	Teléfono/Celular:	961556516
Título profesional		Grado académico	Magister

Mg. 
Alfredo Hualan Quispe Estela

ANEXO 04

BASE DE DATOS DE LA PRUEBA PRE - TEST

Estudiante	Valoración del puntaje total por ítems en la prueba pre - test																			
	DIMENSION 1								DIMENSION 2								TOTAL	DIMEN 1	DIMEN 2	VAR
	ITEM 1	ITEM 2	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8	ITEM 9	ITEM 10	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 13	ITEM 14	ITEM 15	ITEM 16				
1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	17	1	1	2
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	27	2	2	3
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
7	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	1	1	2
8	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	18	1	1	2
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
11	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	20	1	1	2
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
13	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	19	1	1	2
14	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	29	2	2	3
15	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	1	1	2
16	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	19	1	1	2
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	17	1	1	2
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	17	1	1	2
19	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	20	1	1	2
20	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	20	1	1	2
21	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	21	1	1	2
22	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	21	2	1	2
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
24	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	1	1	2
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
26	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	24	1	2	2
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
28	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	29	2	2	3
29	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	24	2	1	2
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2

32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	1	1	2

BASE DE DATOS DE LA PRUEBA POST – TEST

Estudiante	Valoración del puntaje total por ítems en la prueba post – test																			
	DIMENSIÓN 1								DIMENSIÓN 2								TOTAL	DIMEN 1	DIMEN 2	VAR
	ITEM 1	ITEM 2	TEN 3	ITEM 4	ITEN 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8	ITEM 9	ITEM 10	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 13	ITEM 14	ITEM 15	ITEM 16				
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	52	3	3	4.875
4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47	3	3	4.375
5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	46	3	3	4.3125
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
7	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	42	3	3	4
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	50	3	3	4.625
10	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	47	3	3	4.4375
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
13	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47	3	3	4.375
14	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	55	4	3	5.1875
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
17	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	51	3	3	4.8125
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
23	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47	3	3	4.375
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	46	3	3	4.375
25	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	47	3	3	4.375
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	43	3	2	4.1875
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
28	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	59	4	4	5.4375
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
30	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	41	2	3	3.75

31	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	42	3	3	3.9375
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5
33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	3	3	4.5

ANEXO 05

PLAN DEL PROGRAMA ACUAMAX

I. DENOMINACIÓN:

PROGRAMA “ACUAMAX” PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA. GÓMEZ ARIAS DÁVILA - TINGO MARÍA, 2024.

II. DATOS GENERALES:

2.1 Lugar : Institución Educativa Gómez Arias Dávila de Tingo María.

2.2 Área : Educación Física.

2.3 Números de estudiantes : 33

2.4 Duración : 90 y 45 minutos
✓ Inicio: 28/ 10/ 2024
✓ Final: 20/ 12/ 2024

2.5 Responsables :
• Chinchon Nuñez Jhony Richard
• Pezo Hidalgo Redy

III. Presentación

La presente investigación surge a partir de lo observado en los estudiantes del 1º grado de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila, en donde evidencian problemas con la motricidad gruesa al momento de realizar las actividades físicas. Por tal motivo se propone el “PROGRAMA “ACUAMAX” PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - TINGO MARÍA, 2024” el cual servirá para que los estudiantes mejoren su motricidad gruesa a través de diferentes actividades acuáticas.

Por ello en el presente trabajo se realizarán ejercicios dentro de la piscina para mejorar la motricidad gruesa, debido a que estudiantes evidencian problemas con la

motricidad gruesa al momento de realizar las actividades físicas; se comenzara a partir del 28 de octubre en el periodo del IV bimestre Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024

IV. Fundamentación

A lo largo de su historia, el ser humano ha experimentado el entorno acuático de diversas maneras. Por lo tanto, con una visión amplia y objetiva, es importante considerar que muchas de las referencias y datos históricos sobre la interacción del ser humano con el agua, no se limitan únicamente a la implementación de ciertas técnicas deportivas, sino que abarcan la capacidad de llevar a cabo diversas acciones que, además de ofrecer seguridad ante imprevistos, les permita desenvolverse con facilidad en otros ámbitos personales y sociales.

La sociedad en su conjunto todavía está asimilando y comprendiendo muchas de estas iniciativas que han estado presentes de manera esencial y fundamental desde los inicios de la humanidad.

Es importante tener en cuenta que la práctica motriz en el agua ha estado asociada al crecimiento del ser humano en diversos momentos de su historia.

El término actividades acuáticas (que engloba todas las modalidades que se realizan en el entorno acuático) ha sido formulado recientemente en nuestra sociedad, ya que a través de la historia el agua ha sido percibida bajo diversas interpretaciones que a continuación comenzamos a describir. El ser humano no ha tenido la habilidad instintiva de nadar desde el inicio de la historia, sino que esta se ha desarrollado, esencialmente influenciada por factores sensoriomotores y perceptivo-motores complejos (Da Fonseca, 1994), aunque en etapas tempranas vemos evidentes señales de reflejos de natación (Cirigliano, 1989). El proceso de aprender a nadar, al igual que otros aprendizajes adaptativos, no está codificado en los genes del ser humano, a diferencia de especies como los peces o los anfibios, que han evolucionado estrategias de adaptación al medio acuático muy específicas. La postura erguida del ser humano ha hecho la distinción con otros animales, ya que su actitud corporal y el equilibrio inherente de su físico le han facilitado llevar a cabo movimientos tanto en tierra como en el agua. Una vez establecida la relación del ser humano con el agua, se presenta a continuación la evolución histórica de la interacción de la persona con el entorno

acuático a lo largo del tiempo. En la Prehistoria, hay sólidas conjeturas que la consideran como una forma de protegerse y adaptarse a un entorno claramente adverso. Más tarde, alrededor del 3000 a.C., los asentamientos de las primeras civilizaciones cerca de fuentes de agua: ríos, lagos, mares o charcas, se vuelven comunes, dejando restos arqueológicos y documentos que lo confirman. En ellos se observan individuos de diferentes tipos moviéndose de manera única y creativa en el entorno acuático. En realidad, en esos instantes también se observa un aumento en las propuestas motrices, ya que no solo se intentaba mantenerse y moverse de manera básica en el agua, sino que además llevaban a cabo maneras "eficaces" de trasladarse a distancias más largas. En estas comunidades fluviales, las actividades relacionadas con el agua tenían una doble función: prevenir los peligros diarios por su cercanía al agua, siendo así un aspecto fundamental de la educación pública, y proporcionar diversión e incluso prestigio y respeto mediante el dominio de habilidades o la ejecución de ciertas hazañas.

A lo largo de la historia, se puede ver que el estudio de las actividades acuáticas ha sido incluido dentro del término natación. Este acontecimiento, en la actualidad, no se alinea con las propuestas más modernas de las actividades acuáticas. En la actualidad, conforme a lo ya abordado en diversos estudios (Moreno y Gutiérrez, 1995 a, 1995 b), el término actividades acuáticas abarca un significado más extenso que el mero término natación.

V. Objetivos

General:

Demostrar que el programa “ACUAMAX” mejora la motricidad gruesa de los estudiantes del 1º de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024.

Específicos:

- a) Determinar la efectividad del programa “ACUAMAX” en la mejora del dominio corporal estático de los estudiantes del 1º grado “A” de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024
- b) Determinar la efectividad del programa “ACUAMAX” en la mejora del dominio

corporal dinámico de los estudiantes del 1° grado “A” de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila - Tingo María, 2024

VI. Metas de atención

Nuestra población está conformada por los 285 estudiantes del 1° “A, B, C, D, E, F, G y H”; mientras que la muestra está determinada por los 33 alumnos del 1° grado “F” de secundaria de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila de Tingo María, 2024.

VII. Metodología

Desde un primer instante el programa “ACUAMAX” sirve para mejorar y fortalecer la motricidad gruesa, con el objetivo propio de mejorar el aprestamiento motor práctico en toda actividad físicas y deportivas, creando de este modo buen desarrollo motor grueso en cada estudiante teniendo en cuenta la realidad presente del sistema educativo, de este modo se plantea el aprendizaje activo en base a actividades innovadoras teniendo en cuenta los procesos de aprendizaje de cada uno de los educandos, implementando materiales y recursos adecuados que generen el aprendizaje óptimo.

VIII. Recursos

RECURSOS	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO	TOTAL
HUMANOS	El equipo investigador.	1	200.00	200.00
	El Asesor institucional.	1	800.00	800.00
	El Asesor externo.	1	600.00	600.00
	Docentes de apoyo.	1	200.00	200.00
	Estadístico.	1	800.00	800.00
Subtotal				2,600.00

a) Recursos materiales

RECURSOS	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO	TOTAL
MATERIALES	Memoria USB.	2	45.00	90.00
	Tinta.	4	50.00	200.00
	Folder de Manila.	8	1.00	8.00
	Papel bond.	3 millares	40.00	120.00
	Libros.	8	80.00	640.00
	Materiales de apoyo	10	50	500.00
Subtotal				1,558.00

b) Recursos financieros:

SERVICIOS	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO	TOTAL
SERVICIOS	Internet	18 meses	80.00	840.00
	Copias	400	0.20	80.00
	Transporte	60	5.00	300.00
	Anillado	10	10.00	100.00
	Encuadernado	5	80.00	400.00
Subtotal				1,720.00

IX. Programa de desarrollo de actividades

Nº	SESIONES	RESPONSABLES	FECHA DE APLICACION
1	“Mejoramos nuestra motricidad gruesa realizando desplazamientos hacia	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	28 – 10 – 24

	adelante en la piscina”		
2	“Fortalecemos nuestra motricidad gruesa realizando desplazamientos hacia atrás en la piscina”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	01 – 11 – 24
3	“Reforzamos nuestra motricidad gruesa realizando desplazamientos laterales en la piscina”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	04 – 11 – 24
4	“Realizamos propulsión de brazos dentro de la piscina en beneficio de nuestra motricidad gruesa”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	08 – 11 – 24
5	“Reforzamos la propulsión de brazos dentro de la piscina a favor de nuestra motricidad gruesa”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	11 – 11 – 24
6	“Practicamos propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar nuestra motricidad gruesa”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	15 – 11 – 24
7	“Ejecutamos propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar nuestra motricidad gruesa”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	18 – 11 – 24
8	Mejorando nuestra motricidad gruesa realizando saltos hacia adelante en la piscina”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	22 – 11 – 24
9	“Nos divertimos fortaleciendo nuestra motricidad gruesa realizando saltos hacia atrás en la piscina”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	25 – 11 – 24
10	“Desarrollamos nuestra agilidad con saltos laterales en la piscina”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	29 – 11 – 24
11	“Aprendamos la flotación ventral a favor de nuestra motricidad gruesa”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	02 – 12 – 24
12	“Mejoramos la motricidad gruesa practicando la flotación ventral”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	06 – 12 – 24
13	“Aprendamos la flotación dorsal a favor	Chinchon Nuñez, Jhony	09 – 12 – 24

	de nuestra motricidad gruesa”	Pezo Hidalgo, Redy	
14	“Mejoramos la motricidad gruesa practicando la flotación dorsal”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	13 – 12 – 24
15	“Fortalecemos nuestra motricidad gruesa con la práctica de la respiración”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	16 – 12 – 24
16	“Practicamos la respiración en diferentes actividades físicas”	Chinchon Nuñez, Jhony Pezo Hidalgo, Redy	20 - 12 - 24

X. Desarrollo de actividades de acción:

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD • Preparación del clima afectivo. • Problematicación • Propósito y Organización • Motivación, Intereses, incentivos • Fomentar el interés. • Saberes previos. • Fomentar el conflicto cognitivo.	PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) • Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.).	FINALIZACIÓN – Metacognición • Valorar los aprendizajes • Identificación del proceso de trabajo fundamental. • Consolidación del Aprendizaje (consolidación interna y externa). • Reflexión intra e interpersonal • Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. • Reforzamiento ante dificultades presentadas

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°01

“Mejoramos nuestra motricidad gruesa realizando desplazamientos hacia adelante en la piscina”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	28 – 10 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán desplazamientos hacia adelante en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROPÓSITO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Realiza técnicas de expresión motriz (mímica, gestual y postural) para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividades físicas diversas.	Realiza desplazamientos hacia adelante para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.	Practica de manera oportuna desplazamientos hacia adelante dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia	Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura y respeto a todos y cada uno, evitando cualquier forma de discriminación basada en el prejuicio a cualquier diferencia.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematización: <i>En la actualidad la actividad física es menos practicada por ende se evidencia un deficiente desarrollo de la motricidad gruesa de los adolescentes causándoles inseguridad, bajo autoestima entre otros; por todo ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Cómo podemos superar estas dificultades? ¿Qué estrategias podemos aplicar para mejorar nuestra motricidad gruesa? ¿Qué acciones podemos ejecutar con la interacción entre compañeros para mejorar nuestra motricidad gruesa?</i> Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán desplazamientos hacia adelante en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Luego procedemos a la motivación con la dinámica el “El revés” Todos ubicados en sus respectivos lugares estarán atentos a las indicaciones del docente el cual mencionara derecha e izquierda y los alumnos irán al contrario. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda los desplazamientos en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué son desplazamientos hacia adelante? ¿Cómo se realiza los desplazamientos hacia adelante? ¿Reconoces tu lado dominante en los desplazamientos? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica:

	Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral Ingresamos al agua y realizamos las siguientes actividades: En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 65' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.). - Acciones que permitan evidenciar el aprendizaje primordial, verificamos el afianzamiento de la nueva información.	PROCESOS DIDÁCTICOS Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Caminamos de un extremo a otro, nos desplazamos saltando, corremos de un extremo a otro, caminamos jalando el agua hacia atrás, jalamos el agua alternando las manos. En pares: Desplazamiento agarrados de las manos, desplazamiento uno detrás de otro de un punto a otro, cambio de lugar, en relevos y abduciendo brazos Juego: "Ojos ciegos" El juego consiste en que todos los alumnos realizan cualquier movimiento mientras que el docente no está mirando y cuando el docente mira todos los alumnos se quedaran quietos sin moverse, pierde quien se mueve durante este tiempo. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realiza desplazamientos hacia adelante con el balón entre las piernas dando saltos, flexionando las rodillas con palmadas. Realiza desplazamientos hacia adelante con el cono en la cabeza dando saltos, flexionando las rodillas con palmadas. Realiza desplazamiento hacia adelante y empuja una pelota con la nariz. En pares: Realizan desplazamientos hacia adelante agarrados de la mano con el balón entre las piernas y el cono en la cabeza. Juego: "Sígueme el ritmo" en grupos realizaran movimientos de acuerdo al docente sin equivocarse, lo tendrán que hacer cada vez más rápido sin equivocarse y el grupo que lo haga más coordinado será el ganador. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de los desplazamientos en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar desplazamientos hacia adelante en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron .
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD (S -1)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza desplazamientos hacia adelante para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:
C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°02

“Fortalecemos nuestra motricidad gruesa realizando desplazamientos hacia atrás en la piscina”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	01 – 11 – 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán desplazamientos hacia atrás en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

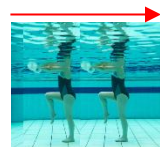
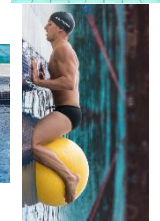
PROFICUO DE LA REGION				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Realiza técnicas de expresión motriz (mímica, gestual y postural) para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividades físicas diversas.	Realiza desplazamientos hacia atrás para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.	Practica de manera oportuna desplazamientos hacia atrás dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia	Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura y respeto a todos y cada uno, evitando cualquier forma de discriminación basada en el prejuicio a cualquier diferencia.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento critico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematización : <i>En la actualidad la actividad física es menos practicada por ende se evidencia un deficiente desarrollo de la motricidad gruesa de los adolescentes causándoles inseguridad, bajo autoestima entre otros; por todo ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Cómo podemos superar estas dificultades? ¿Qué estrategias podemos aplicar para mejorar nuestra motricidad gruesa? ¿Qué acciones podemos ejecutar con la interacción entre compañeros para mejorar nuestra motricidad gruesa?</i> Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión : <i>Los estudiantes realizarán desplazamientos hacia atrás en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Luego procedemos a la motivación con la dinámica el “El revés” Todos ubicados en sus respectivos lugares estarán atentos a las indicaciones del docente el cual mencionara derecha e izquierda y los alumnos irán al contrario. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda los desplazamientos en la piscina , por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué son desplazamientos hacia atrás? ¿Cómo se realiza el desplazamiento hacia atrás? ¿Reconoces tu lado dominante en los desplazamientos?

	Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis y de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalen, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.	 
TIEMPO: 25' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.).	PROCESOS DIDÁCTICOS Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Caminamos de un extremo a otro hacia atrás, nos desplazamos saltando, corremos de un extremo a otro, caminamos jalando el agua hacia adelante, jalamos el agua alternando las manos. En pares: Desplazamiento hacia atrás agarrados de las manos, desplazamiento uno detrás de otro de un punto a otro, cambio de lugar, en relevos y abduciendo brazos Juego: "Ojos ciegos" El juego consiste en que todos los alumnos realizan cualquier movimiento mientras que el docente no está mirando y cuando el docente mira todos los alumnos se quedaran quietos sin moverse, pierde quien se mueve durante este tiempo. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realiza desplazamientos hacia atrás con el balón entre las piernas dando saltos, flexionando las rodillas con palmadas. Realiza desplazamientos hacia atrás con el cono en la cabeza dando saltos, flexionando las rodillas con palmadas En pares: Realizan desplazamientos hacia atrás agarrados de la mano con el balón entre las piernas y el cono en la cabeza. Juego: "Sígueme el ritmo" en grupos realizaran movimientos de acuerdo al docente sin equivocarse, lo tendrán que hacer cada vez más rápido sin equivocarse y el grupo que lo haga más coordinado será el ganador. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos 	  
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de los desplazamientos en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar desplazamientos hacia atrás en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.	
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron	
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.	

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD (S -2)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza desplazamientos hacia atrás para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°03

“Reforzamos nuestra motricidad gruesa realizando desplazamientos laterales en la piscina”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	04 – 11 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán desplazamientos laterales en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROCESO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Comprende su cuerpo	Resuelve situaciones motrices a través del dominio y alternancia de sus lados orientándose en un espacio y un tiempo determinados, en interacción con los objetos y los otros, tomando conciencia de su cuerpo en la acción.	Resuelve situaciones motrices a través del dominio y alternancia de sus lados orientándose en un espacio y un tiempo determinado, dentro de la piscina.	Practica de manera oportuna desplazamientos laterales dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia	Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura y respeto a todos y cada uno, evitando cualquier forma de discriminación basada en el prejuicio a cualquier diferencia.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: <i>En la actualidad la actividad física es menos practicada por ende se evidencia un deficiente desarrollo de la motricidad gruesa de los adolescentes causándoles inseguridad, bajo autoestima entre otros; por todo ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Cómo podemos superar estas dificultades? ¿Qué estrategias podemos aplicar para mejorar nuestra motricidad gruesa? ¿Qué acciones podemos ejecutar con la interacción entre compañeros para mejorar nuestra motricidad gruesa?</i> Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán desplazamientos laterales en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Luego procedemos a la motivación con la dinámica el “El revés” Todos ubicados en sus respectivos lugares estarán atentos a las indicaciones del docente el cual mencionara derecha e izquierda y los alumnos irán al contrario. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda los desplazamientos en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué son desplazamientos laterales? ¿Cómo se realiza los desplazamientos laterales? ¿Reconoces tu lado dominante en los desplazamientos laterales? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica:

	Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 65' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.). - Acciones que permitan evidenciar el aprendizaje primordial, verificamos el afianzamiento de la nueva información.	PROCESOS DIDÁCTICOS Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Caminamos de un extremo a otro, nos desplazamos saltando, corremos de un extremo a otro, caminamos jalando el agua hacia atrás, jalamos el agua alternando las manos. En pares: Desplazamiento lateral agarrados de las manos, desplazamiento uno detrás de otro de un punto a otro, cambio de lugar, en relevos y abduciendo brazos Juego: "Ojos ciegos" El juego consiste en que todos los alumnos realizan cualquier movimiento mientras que el docente no está mirando y cuando el docente mira todos los alumnos se quedaran quietos sin moverse, pierde quien se mueve durante este tiempo. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realiza desplazamientos laterales con el balón entre las piernas dando saltos, flexionando las rodillas con palmadas. Realiza desplazamientos laterales con el cono en la cabeza dando saltos, flexionando las rodillas con palmadas En pares: Realizan desplazamientos laterales agarrados de la mano con el balón entre las piernas y el cono en la cabeza. Juego: "Sígueme el ritmo" en grupos realizaran movimientos de acuerdo al docente sin equivocarse, lo tendrán que hacer cada vez más rápido sin equivocarse y el grupo que lo haga más coordinado será el ganador. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. I docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de los desplazamientos en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar desplazamientos laterales en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa. Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron. Escala de valoración y registro auxiliar.
Trabajo de Extensión	
Instrumento de Evaluación Constante	

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD (S - 3)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Resuelve situaciones motrices a través del dominio y alternancia de sus lados orientándose en un espacio y un tiempo determinado, dentro de la piscina.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°04

“Realizamos propulsión de brazos dentro de la piscina en beneficio de nuestra motricidad gruesa”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	08 – 11 – 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán propulsión de brazos dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROCESO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Realiza ejercicios y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividad física y utiliza los resultados obtenidos en las pruebas que evalúan la aptitud física para mejorar su calidad de vida y en relación con sus características personales.	Realiza ejercicios de propulsión de brazos y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.	Practica de manera oportuna la propulsión de brazos dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia	Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura y respeto a todos y cada uno, evitando cualquier forma de discriminación basada en el prejuicio a cualquier diferencia.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEMNTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: <i>En la actualidad la actividad física es menos practicada por ende se evidencia un deficiente desarrollo de la motricidad gruesa de los adolescentes causándoles inseguridad, bajo autoestima entre otros; por todo ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Cómo podemos superar estas dificultades? ¿Qué estrategias podemos aplicar para mejorar nuestra motricidad gruesa? ¿Qué acciones podemos ejecutar con la interacción entre compañeros para mejorar nuestra motricidad gruesa?</i> Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán propulsión de brazos dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Luego procedemos a motivarlos con la dinámica “Brazadas” que consiste en realizar movimientos con los brazos al ritmo de la música. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la propulsión con los brazos dentro de la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es propulsión de brazos? ¿Cómo se realiza la propulsión de brazos? ¿Qué tipos de propulsión de brazos practicas? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina.

	Activación fisiológica: Juego "Pasa el aro" Se hacen 2 grupos con la misma cantidad de estudiantes. El juego consiste en pasar el ula ula con los movimientos del cuerpo sin agarrar con la mano y sin soltarse. Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis y de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 25' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.).	<u>PROCESOS DIDÁCTICOS</u> Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Se desplaza de un punto a otro caminando, trotando y a velocidad, lo mismo pero de espalda y desplazamientos en zigzag. En pares: Echados y parados al borde de la piscina, realizamos la propulsión de brazos Juego: "Caritas Mojadas", ubicados en pares se lanzan agua a la cara, el compañero que se limpia la cara o lleva la mano al rostro pierde. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realizan propulsión de brazos dentro de la piscina agarrados del borde con una mano y con ambas manos. Se desplazan con propulsión de brazos agarrados del borde con una sola mano. En pares: Realizan propulsión de brazos con la ayuda de un compañero Realizan propulsión de brazos con la ayuda de una tabla grande. Juego: "Carrera de Barcos", Ubicados en pares, un compañero mirando hacia adelante el otro cogido de la cintura realiza el pataleo y el que está adelante avanza. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas. Trabajo de Extensión Instrumento de Evaluación Constante	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la propulsión con los brazos dentro de la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar la propulsión con los brazos dentro de la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa. Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron. Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		ASUME UNA VIDA SALUDABLE (S - 4)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza ejercicios de propulsión de brazos y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:
C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°05

“Reforzamos la propulsión de brazos dentro de la piscina a favor de nuestra motricidad gruesa”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	11 – 11 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán propulsión de brazos dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROCESO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Realiza ejercicios y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividad física y utiliza los resultados obtenidos en las pruebas que evalúan la aptitud física para mejorar su calidad de vida y en relación con sus características personales.	Realiza ejercicios de propulsión de brazos y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.	Practica de manera oportuna la propulsión de brazos dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia	Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura y respeto a todos y cada uno, evitando cualquier forma de discriminación basada en el prejuicio a cualquier diferencia.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEMNTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: <i>En la actualidad la actividad física es menos practicada por ende se evidencia un deficiente desarrollo de la motricidad gruesa de los adolescentes causándoles inseguridad, bajo autoestima entre otros; por todo ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Cómo podemos superar estas dificultades? ¿Qué estrategias podemos aplicar para mejorar nuestra motricidad gruesa? ¿Qué acciones podemos ejecutar con la interacción entre compañeros para mejorar nuestra motricidad gruesa?</i> Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán propulsión de brazos dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Luego procedemos a motivarlos con la dinámica “Brazadas” que consiste en realizar movimientos con los brazos al ritmo de la música. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la propulsión con los brazos dentro de la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es propulsión de brazos? ¿Cómo se realiza la propulsión de brazos? ¿Qué tipos de propulsión de brazos conoces? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina.
• Preparación del clima afectivo. • Problematicación • Propósito y Organización • Motivación, Intereses, incentivos • Despertar el interés. • Recuperar saberes previos. • Estimular conflicto cognitivo.	

	Activación fisiológica: Juego "Pasa el aro" Se hacen 2 grupos con la misma cantidad de estudiantes. El juego consiste en pasar el aro con los movimientos del cuerpo sin agarrar con la mano y sin soltarse. Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis y de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 65' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.).	PROCESOS DIDÁCTICOS Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Se desplaza de un punto a otro caminando, trotando y a velocidad, lo mismo pero de espalda y desplazamientos en zigzag. En pares: Echados y parados al borde de la piscina, realizamos la propulsión de brazos Juego: "Caritas Mojadas", ubicados en pares se lanzan agua a la cara, el compañero que se limpia la cara o lleva la mano al rostro pierde. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realizan propulsión de brazos dentro de la piscina agarrados del borde con una mano y con ambas manos. Se desplazan con propulsión de brazos agarrados del borde con una sola mano. En pares: Realizan propulsión de brazos con la ayuda de un compañero Realizan propulsión de brazos con la ayuda de una tabla grande. Juego: "Carrera de Barcos", Ubicados en pares, un compañero mirando hacia adelante el otro cogido de la cintura realiza el pataleo y el que está adelante avanza. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la propulsión con los brazos dentro de la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar la propulsión con los brazos dentro de la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		ASUME UNA VIDA SALUDABLE (S - 5)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza ejercicios de propulsión de brazos y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°06

“Practicamos propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar nuestra motricidad gruesa”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	15 – 11 – 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Realiza ejercicios y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividad física y utiliza los resultados obtenidos en las pruebas que evalúan la aptitud física para mejorar su calidad de vida y en relación con sus características personales.	Realiza ejercicios de propulsión de piernas y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.	Practica de manera oportuna la propulsión de piernas dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia	Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura y respeto a todos y cada uno, evitando cualquier forma de discriminación basada en el prejuicio a cualquier diferencia.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: <i>En la actualidad la actividad física es menos practicada por ende se evidencia un deficiente desarrollo de la motricidad gruesa de los adolescentes causándoles inseguridad, bajo autoestima entre otros; por todo ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Cómo podemos superar estas dificultades? ¿Qué estrategias podemos aplicar para mejorar nuestra motricidad gruesa? ¿Qué acciones podemos ejecutar con la interacción entre compañeros para mejorar nuestra motricidad gruesa?</i> Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión <i>Los estudiantes realizarán propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Luego procedemos a motivarlos con la dinámica “Shuffle” que consiste en realizar movimientos con las piernas al ritmo de la música. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la propulsión con las piernas dentro de la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es propulsión de pierna? ¿Cómo se realiza la propulsión de pierna? ¿Qué tipos de propulsión de pierna practicas? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica:

	Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, y de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 25' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.).	<u>PROCESOS DIDÁCTICOS</u> Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Se desplaza de un punto a otro caminando, trotando y a velocidad, lo mismo pero de espalda y desplazamientos en zigzag. En pares: Sentados y echados al borde de la piscina, realizamos la propulsión de piernas dorsal y ventral. Juego: "Caritas Mojadas", ubicados en pares se lanzan agua a la cara, el compañero que se limpia la cara o lleva la mano al rostro pierde. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realizan propulsión de piernas dentro de la piscina agarrados del borde con una mano y con ambas manos. Se desplazan con propulsión de piernas agarrados del borde con una sola mano. En pares: Realizan propulsión de piernas con la ayuda de un compañero. Se desplazan con propulsión de piernas con la misma tabla. Juego: "Carrera de Barcos", Ubicados en pares, un compañero mirando hacia adelante el otro cogido de la cintura realiza el pateo y el que está adelante avanza. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos 
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la propulsión con las piernas dentro de la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar la propulsión con las piernas dentro de la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa. Trabajo de Extensión Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron. Instrumento de Evaluación Constante Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		ASUME UNA VIDA SALUDABLE (S - 6)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza ejercicios de propulsión de piernas y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°07

“Ejecutamos propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar nuestra motricidad gruesa”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	18 – 11 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

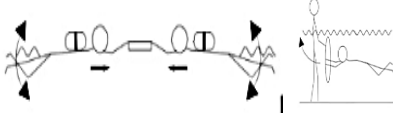
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Realiza ejercicios y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividad física y utiliza los resultados obtenidos en las pruebas que evalúan la aptitud física para mejorar su calidad de vida y en relación con sus características personales.	Realiza ejercicios de propulsión de piernas y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.	Practica de manera oportuna la propulsión de piernas dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia	Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura y respeto a todos y cada uno, evitando cualquier forma de discriminación basada en el prejuicio a cualquier diferencia.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: <i>En la actualidad la actividad física es menos practicada por ende se evidencia un deficiente desarrollo de la motricidad gruesa de los adolescentes causándoles inseguridad, bajo autoestima entre otros; por todo ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Cómo podemos superar estas dificultades? ¿Qué estrategias podemos aplicar para mejorar nuestra motricidad gruesa? ¿Qué acciones podemos ejecutar con la interacción entre compañeros para mejorar nuestra motricidad gruesa?</i> Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión <i>Los estudiantes realizarán propulsión de piernas dentro de la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Luego procedemos a motivarlos con la dinámica “Shuffle” que consiste en realizar movimientos con las piernas al ritmo de la música. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la propulsión con las piernas dentro de la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es propulsión de pierna? ¿Cómo se realiza la propulsión de pierna? ¿Qué tipos de propulsión de pierna conoces? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica:

	Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 65'	<u>PROCESOS DIDÁCTICOS</u> Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Se desplaza de un punto a otro caminando, trotando y a velocidad, lo mismo pero de espalda y desplazamientos en zigzag. En pares: Sentados y echados al borde de la piscina, realizamos la propulsión de piernas dorsal y ventral. Juego: "Caritas Mojadas", ubicados en pares se lanzan agua a la cara, el compañero que se limpia la cara o lleva la mano al rostro pierde. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realizan propulsión de piernas dentro de la piscina agarrados del borde con una mano y con ambas manos. Se desplazan con propulsión de piernas agarrados del borde con una sola mano. En pares: Realizan propulsión de piernas con la ayuda de un compañero. Se desplazan con propulsión de piernas con la misma tabla. Propulsión de piernas frente a frente. Propulsión de piernas por el ula ula Juego: "Carrera de Barcos", Ubicados en pares, un compañero mirando hacia adelante el otro cogido de la cintura realiza el pataleo y el que está adelante avanza. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos         
TIEMPO: 10'	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la propulsión con las piernas dentro de la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar la propulsión con las piernas dentro de la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
FINALIZACIÓN	-
Metacognición	- Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		ASUME UNA VIDA SALUDABLE (S - 7)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza ejercicios de propulsión de piernas y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°08

“Mejorando nuestra motricidad gruesa realizando saltos hacia adelante en la piscina”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	22 – 11 – 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán saltos hacia adelante en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROFICUO DE LA CLICION				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Resuelve situaciones motrices a través del dominio y alternancia de sus lados orientándose en un espacio y un tiempo determinados, en interacción con los objetos y los otros, tomando conciencia de su cuerpo en la acción.	Resuelve situaciones motrices a través del dominio y alternancia de sus lados al realizar saltos hacia adelante en la piscina, orientándose en un espacio y un tiempo determinados.	Practica de manera oportuna saltos hacia adelante dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: Los estudiantes realizarán saltos hacia adelante en la piscina para mejorar su motricidad gruesa. Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda los saltos en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos

	organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es salto hacia adelante? ¿Cómo se realiza el salto hacia adelante? ¿Qué tipos de saltos practicas? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 25' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.).	PROCESOS DIDÁCTICOS Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Se desplaza de un punto a otro caminando, trotando y a velocidad, lo mismo pero de espalda y desplazamientos en zigzag. Se desplaza hacia adelante con saltos con un pie y con ambos. Sentados al borde de la piscina realizan pequeños saltos. En pares: Desplazamiento agarrados de las manos, desplazamiento uno detrás de otro de un punto a otro, cambio de lugar, en relevos. Frente a frente agarrados de las manos realizan saltos a la izquierda y derecha. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Parados al borde de la piscina realizan salto de pie. Parados al borde de la piscina realizan salto de bala. Sentado o parado realiza un clavado de cabeza. En pares: Realizan saltos en parejas de la siguiente Salto de precisión al centro del ula ula Salto con obstáculos. Salto de clavado. Salto colectivo. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de los saltos en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar saltos hacia adelante en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES (S - 8)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Resuelve situaciones motrices a través del dominio y alternancia de sus lados al realizar saltos hacia adelante en la piscina, orientándose en un espacio y un tiempo determinados.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°09

“Nos divertimos fortaleciendo nuestra motricidad gruesa realizando saltos hacia atrás en la piscina”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	25 – 11 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán saltos hacia atrás en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROYECTO DE LA REGIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	Muestra actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto, cuidado de sí mismo y de los otros teniendo en cuenta la no discriminación en la práctica de diferentes actividades físicas (lúdicas, deportivas y otras), y promueve la integración de sus pares de distinto género y con desarrollo diferente.	Muestra actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto, cuidado de sí mismo y de los otros al realizar saltos hacia atrás en la piscina.	Practica de manera oportuna saltos hacia atrás dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación : En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se da a conocer el propósito de la sesión : <i>Los estudiantes realizarán saltos hacia atrás en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje.

	Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda los saltos en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es salto hacia atrás? ¿Cómo se realiza el salto hacia atrás? ¿Qué tipos de saltos conoces? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan, giran.
TIEMPO: 65'	PROCESOS DIDÁCTICOS
PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción.	Ingresamos a la piscina y realizamos las siguientes actividades: Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Realiza sentadillas, balanceo de piernas, estiramientos de brazos con movimientos hacia atrás y abdominales. Se desplaza de espalda de un punto a otro caminando, trotando y a velocidad y en zigzag. Se desplaza de espalda de un punto a otro de espalda saltando. En pares: Desplazamiento hacia atrás agarrados de las manos, de un punto a otro, cambio de lugar, en relevos. De espalda a espalda agarrados de las manos realizan saltos a la izquierda y derecha. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Secuencia de movimientos dando saltos, flexionando las rodillas con palmadas. En pares: Realizan movimientos coordinados agarrados de la mano. Juego: "Sígueme el ritmo" en grupos realizaran movimientos de acuerdo al docente sin equivocarse, lo tendrán que hacer cada vez más rápido sin equivocarse y el grupo que lo haga más coordinado será el ganador. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos  Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. 
TIEMPO: 10'	
FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de los saltos en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar saltos hacia atrás en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Docente

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES (S - 9)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Muestra actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto, cuidado de sí mismo y de los otros al realizar saltos hacia atrás en la piscina.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°10

“Desarrollamos nuestra agilidad con saltos laterales en la piscina”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	7	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Fortalecer la práctica de la actividad física, el ambiente y la salud ante incendios forestales.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	29 – 11 – 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán saltos laterales en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROPÓSITO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Realiza técnicas de expresión motriz (mímica, gestual y postural) para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividades físicas diversas.	Realiza saltos laterales para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.	Practica de manera oportuna saltos laterales dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán saltos laterales en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda los saltos laterales en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo

	nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué son saltos laterales? ¿Cómo se realiza los saltos laterales en la piscina? ¿Qué tipos de saltos conoces en la piscina? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas y a los costados. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 45' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual.	PROCESOS DIDÁCTICOS Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Posición en la parte más baja de la piscina (donde el agua llega aproximadamente a la cintura). Realiza saltos laterales con ambos pies juntos, moviéndose de un lado al otro. Asegúrese de mantener las rodillas ligeramente flexionadas al aterrizar. Haz 3 series de 20 repeticiones por lado (total de 40 saltos por serie), descansando 1 minuto En pares: Los estudiantes frente a frente agarrados de las más realiza saltos laterales con ambos pies juntos al mismo tiempo y luego de manera alternada. (Haz 3 series de 10 metros derecha, luego 10 metros izquierda con saltos laterales) Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Realiza saltos laterales dentro y fuera de la piscina primero con la derecha luego con la izquierda con desplazamiento hacia adelante a medida que saltas. Saltos laterales en la misma área de la piscina, pero utilizando solo una pierna para saltar de un lado a otro. Haz 3 series de 15 saltos por pierna, con descanso de 1 m En pares: Realiza saltos laterales con desplazamiento en parejas, dentro de la piscina y evitar tocarlo en todo momento mientras saltas de un lado a otro los obstáculos de los alumnos Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje.
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de los saltos laterales en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar saltos laterales en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.



Docente del área

Docente

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD (S - 10)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza saltos laterales para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°11

“Aprendamos la flotación ventral a favor de nuestra motricidad gruesa”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	8	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Nos preparamos para la fiesta del Niño Jesús.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	02 – 12 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán flotación ventral en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROPÓSITO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Realiza técnicas de expresión motriz (mímica, gestual y postural) para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividades físicas diversas.	Realiza flotación ventral para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.	Practica de manera oportuna flotación ventral dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán flotación ventral en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la flotación ventral en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo

	nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es flotación ventral? ¿Cómo se realiza la flotación ventral? ¿Qué tipos de flotaciones conoces? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan, giran. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos 	
TIEMPO: 65' PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes .	<u>PROCESOS DIDÁCTICOS</u> Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Agarrado del borde de la piscina (con ambas manos y luego con una sola mano) flota de manera ventral con la cabeza fuera de la piscina realizando algunos movimientos para mantener la posición. En pares: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Agarrado del borde de la piscina con una sola mano flota de manera ventral con la cabeza fuera de la piscina mientras que la otra mano esta está agarrando la mano de su compañero. Practican la flotación ventral con asistencia, intentando mantener la posición. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes practican la flotación ventral con la cabeza dentro de la piscina con los brazos extendidos sin asistencia, intentando mantener la posición por 15-20 segundos. Realiza flotación ventral con un pequeño impulso del borde de la piscina. En pares: Realizan flotación ventral en pares con brazos extendidos. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje.	 
TIEMPO: 10' FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la flotación ventral en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar flotación ventral en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.	
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.	
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.	

Docente del área

Practicante

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD (S - 11)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza flotación ventral para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°12

“Mejoramos la motricidad gruesa practicando la flotación ventral”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	8	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Nos preparamos para la fiesta del Niño Jesús.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	06 – 12 – 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán flotación ventral para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROPÓSITO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Realiza ejercicios y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividad física y utiliza los resultados obtenidos en las pruebas que evalúan la aptitud física para mejorar su calidad de vida y en relación con sus características personales.	Realiza ejercicios de flotación ventral y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.	Practica de manera oportuna la flotación ventral dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: <i>En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud.</i> Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán flotación ventral en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda flotación ventral en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos

	hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es flotación ventral? ¿Qué flotación realizan los nadadores olímpicos? ¿Qué tipos de flotaciones practicas? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan, giran. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos 
TIEMPO: 25'	<u>PROCESOS DIDÁCTICOS</u> PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes. Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Agarrado del borde de la piscina (con ambas manos y luego con una sola mano) flota de manera ventral con la cabeza dentro de la piscina realizando algunos movimientos para mantener la posición. En pares: De manera independiente realizan las siguientes actividades: En parejas frente a frente realizan la flotación ventral con ambas manos, con una sola mano de manera alternada con la cabeza dentro de la piscina. Practican la flotación ventral sin asistencia, intentando mantener la posición. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes practican la flotación ventral con la cabeza dentro de la piscina con los brazos extendidos sin asistencia, intentando mantener la posición por 15-20 segundos. Realiza flotación ventral con un pequeño impulso del borde de la piscina. En pares: Realizan flotación ventral en pares con brazos extendidos creando figuras geométricas. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje.
TIEMPO: 10'	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la flotación ventral en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar flotación ventral en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Docente

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		ASUME UNA VIDA SALUDABLE (S - 12)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza ejercicios de flotación ventral y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°13

“Aprendamos la flotación dorsal a favor de nuestra motricidad gruesa”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	8	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Nos preparamos para la fiesta del Niño Jesús.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	09 – 12 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán flotación dorsal para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

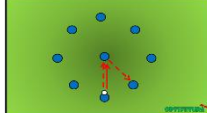
PROPÓSITO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Realiza técnicas de expresión motriz (mímica, gestual y postural) para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividades físicas diversas.	Realiza flotación dorsal para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.	Practica de manera oportuna flotación dorsal dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación: En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión <i>Los estudiantes realizarán flotación dorsal en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la flotación dorsal en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo

	nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es flotación dorsal? ¿Cómo se realiza la flotación dorsal? ¿Qué tipos de flotaciones conoces? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan, giran.
TIEMPO: 65'	PROCESOS DIDÁCTICOS
PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual (trabajo individual, en pares, en grupos, etc.).	Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Agarrado del borde de la piscina (con ambas manos y luego con una sola mano) flota de manera dorsal con la cabeza fuera de la piscina realizando algunos movimientos para mantener la posición. En pares: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Agarrado del borde de la piscina con una sola mano flota de manera dorsal con la cabeza fuera de la piscina mientras que la otra mano esta está agarrando la mano de su compañero. Practican la flotación ventral con asistencia, intentando mantener la posición. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes practican la flotación ventral con la cabeza dentro de la piscina con los brazos extendidos sin asistencia, intentando mantener la posición por 15-20 segundos. Realiza flotación ventral con un pequeño impulso del borde de la piscina. En pares: Realizan flotación ventral en pares con brazos extendidos. Juego: "El 10 en flotación dorsal" el juego consiste en que los alumnos hagan un círculo y todos floten al mismo tiempo y resistan en mayor tiempo posible en grupo. Ganará el grupo que logre mantener mayor tiempo posible. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje.    
TIEMPO: 10'	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la flotación dorsal en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar flotación dorsal en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Docente

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD (S - 13)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza flotación dorsal para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°14

“Mejoramos la motricidad gruesa practicando la flotación dorsal”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	8	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Nos preparamos para la fiesta del Niño Jesús.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	13 – 12 – 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán flotación dorsal para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROPÓSITO DE LA SELECCIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Realiza ejercicios y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividad física y utiliza los resultados obtenidos en las pruebas que evalúan la aptitud física para mejorar su calidad de vida y en relación con sus características personales.	Realiza ejercicios de flotación dorsal y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.	Practica de manera oportuna flotación dorsal dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEMNTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación : En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión Los estudiantes realizarán flotación dorsal en la piscina para mejorar su motricidad gruesa. Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje.
• Preparación del clima afectivo. • Problematicación • Propósito y Organización • Motivación, Intereses, incentivos • Despertar el interés. • Recuperar saberes previos. • Estimular conflicto cognitivo.	

	Luego procedemos a la motivación con la dinámica el “El revés” Todos ubicados en sus respectivos lugares estarán atentos a las indicaciones del docente el cual mencionara derecha e izquierda y los alumnos irán al contrario. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la flotación dorsal en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Qué es flotación dorsal? ¿Qué flotación realizan los nadadores olímpicos? ¿Qué tipos de flotaciones practicas? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan, giran. El docente brinda tiempo para la hidratación de los alumnos 
TIEMPO: 25'	PROCESOS DIDÁCTICOS
PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles.	Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Agarrado del borde de la piscina (con ambas manos y luego con una sola mano) flota de manera dorsal con la cabeza fuera de la piscina realizando algunos movimientos para mantener la posición. En pares: De manera independiente realizan las siguientes actividades: En parejas frente a frente realizan la flotación dorsal con ambas manos, con una sola mano de manera alternada. Practican la flotación ventral sin asistencia, intentando mantener la posición. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes practican la flotación dorsal con la cabeza dentro de la piscina con los brazos extendidos sin asistencia, intentando mantener la posición por 15-20 segundos. Realiza flotación dorsal con un pequeño impulso del borde de la piscina. En pares: Realizan flotación dorsal en pares con brazos extendidos creando figuras geométricas. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. 
TIEMPO: 10'	Actividades de recuperación
FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la flotación dorsal en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar flotación dorsal en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Docente

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		ASUME UNA VIDA SALUDABLE (S - 14)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza ejercicios de flotación dorsal y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:
C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°15

“Fortalecemos nuestra motricidad gruesa con la práctica de la respiración”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	8	N° DE HORAS	2
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Nos preparamos para la fiesta del Niño Jesús.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	16 – 12 – 24	DURACIÓN	90 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes realizarán respiración en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROPÓSITO DE LA SELECCIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Realiza ejercicios y movimientos que no dañen su salud en la práctica de actividad física y utiliza los resultados obtenidos en las pruebas que evalúan la aptitud física para mejorar su calidad de vida y en relación con sus características personales.	Realiza ejercicios de respiración que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.	Practica de manera oportuna la respiración dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 15'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problematicación : En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: Los estudiantes realizarán ejercicios de respiración en la piscina para mejorar su motricidad gruesa. Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje.
• Preparación del clima afectivo. • Problematicación • Propósito y Organización • Motivación, Intereses, incentivos • Despertar el interés. • Recuperar saberes previos. • Estimular conflicto cognitivo.	

	Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la respiración en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Cómo se puede verificar el desplazamiento? ¿Cómo podemos desplazarnos? ¿Qué tipos de desplazamientos conoces? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 65'	<u>PROCESOS DIDÁCTICOS</u> Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Los estudiantes deben practicar la inmersión de la cara en el agua mientras exhalan lentamente por la boca o nariz. Esto les ayuda a acostumbrarse a tener la cara en el agua sin sentir la necesidad inmediata de levantar la cabeza Realiza 3 series de 10 repeticiones: inhalar fuera del agua, sumergir la cabeza, exhalar suavemente bajo el agua y luego levantar la cabeza para otra inhalación. Descanso de 30 segundos entre En pares: Desplazamiento lateral agarrados de las manos, desplazamiento uno detrás de otro de un punto a otro, cambio de lugar, en relevos. Actividades Avanzadas: Individual: Los estudiantes de manera independiente realizan las siguientes actividades: Introduzca la técnica de respiración lateral, como en el estilo libre o crol. Los estudiantes deben girar la cabeza hacia un lado para inhalar mientras el cuerpo permanece en posición horizontal. Ejercicio con tabla de flotación: Lo Realiza 3 series de 10 metros, descansando. Los estudiantes se impulsan desde la pared de la piscina, se deslizan en el agua e intentan coordinar la inhalación y la exhalación mientras se desplazan en la piscina. Haz 3 repeticiones, con descansos de 1 minuto entre intentos. Juego: "El túnel" en grupos realizaran movimientos para pasar el aro bajo el agua en grupo. El grupo que pase más veces el aro ganará. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje.  
TIEMPO: 10'	Actividades de recuperación Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de respiración en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar ejercicios de respiración en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Docente

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		ASUME UNA VIDA SALUDABLE (S - 15)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza ejercicios de respiración que no dañen su salud en la práctica de actividades acuáticas para mejorar su motricidad gruesa.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:
C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°16

“Practicamos la respiración en diferentes actividades físicas”

DATOS GENERALES:

ÁREA	Educación Física	UNIDAD DIDÁCTICA N°	8	N° DE HORAS	1
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	Gómez Arias Dávila			NOMBRE DE LA UNIDAD Nos preparamos para la fiesta del Niño Jesús.	
DIRECTOR	Gilmer Chuquiyauri Saldivar				
DOCENTE DE ÁREA	Jhony Rivhard Chinchon Nuñez				
GRADO Y SECCIÓN	1° F	TURNO	Mañana		
FECHA	20 - 12 - 24	DURACIÓN	45 min		
PROPÓSITO DE LA SESIÓN	Los estudiantes practica la respiración en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.				

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

PROCESO DE LA SESIÓN				
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Realiza técnicas de expresión motriz (mímica, gestual y postural) para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividades físicas diversas.	Realiza la respiración para la manifestación de sus emociones en situaciones de actividades acuáticas.	Practica de manera oportuna la respiración dentro de la piscina.
CAMPOS TEMÁTICOS		Habilidades motrices específicas. Recreación.		
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALOR	ACTITUDES QUE SUPONEN	MANIFESTACIONES ACTITUDINALES PRÁCTICAS OBSERVABLES FORMATIVAS	
Enfoque Ambiental	Respeto a toda forma de vida	Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.	Docentes y estudiantes impulsan la recuperación y uso de las áreas verdes y las áreas naturales, como espacios educativos, a fin de valorar el beneficio que les brindan.	
COMPETENCIAS TRASVERSALES		DESEMPEÑOS DE TRABAJO		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC		Navega en diversos entornos virtuales recomendados adaptando funcionalidades básicas de acuerdo con sus necesidades de manera pertinente y responsable.		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma		Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.		
HABILIDAD BLANDA DE PROPUESTA		Pensamiento crítico		

PREPARACIÓN PARA LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
- Seleccionar y acondicionar las instalaciones del área de trabajo. - Preparar los materiales de trabajo. - Buscar información y seleccionar el tema y actividades a desarrollar.	- Conos, silbato, tablero, cronometro, lapiceros, conos, plumones, tiza, toalla, jabón, registro de asistencia.

PROCESOS ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

MOEINTOS Y PROCESOS PEDAGÓGICOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES
TIEMPO: 10'	Ingresamos al salón y saludamos a los estudiantes.
INTRODUCCIÓN A LA ACTIVIDAD	Seguidamente comentamos y reflexionamos sobre la problemización: En los estudiantes del 1° de la I.E.E. Gómez Arias Dávila, es notorio observar la escasa conciencia ambiental al evidenciar algunos hábitos negativos, principalmente, en la hora del recreo, donde muchos de ellos no muestran comportamientos esperados arrojando diversos residuos sólidos (papeles, envolturas de diversos productos que consumen, botellas, sorbetes, etc.) en los diferentes espacios de nuestra institución educativa, como patio, pasadizos, baños, aulas, áreas verdes, escaleras, etc., a pesar que existe a su alcance tachos, contenedores o bolsas de basura; en consecuencia, debido a su proceder terminan contaminando los entornos y espacios comunes que afectan a su aprendizaje y la conservación de su salud. Frente a esta situación, se plantea el siguiente reto: ¿Qué podemos hacer para mantener saludable nuestro espacio y entornos libres de residuos sólidos? ¿Qué acciones debemos realizar para promover la conciencia ambiental en la comunidad educativa Davilina? ¿Cómo podemos aprovechar los residuos sólidos para cuidar nuestro ambiente y nuestra salud? Para mejorar dicha situación se revela el objetivo de esta sesión: <i>Los estudiantes realizarán la respiración en ejercicios acuático en la piscina para mejorar su motricidad gruesa.</i> Y a su vez se les comunica el criterio de evaluación y la evidencia que deberán realizar en la sesión de aprendizaje. Despertamos el interés mencionando los beneficios que brinda la respiración en la piscina, por lo que procedemos a recuperar los saberes previos ¿Qué actividades hemos realizado en la última clase? ¿Qué materiales hemos utilizado? ¿Cómo nos

	hemos organizado? Y con ello estimulamos el conflicto cognitivo ¿Cómo en que ejercicios utilizamos la respiración en la piscina? ¿Cómo podemos respirar en la piscina? ¿Será importante la respiración en la piscina? Luego se les solicita a los estudiantes que se organicen para ir a la piscina. Activación fisiológica: Individual: Trotando de manera indistinta, retrocediendo, lateral, en circunducción de brazos hacia adelante, hacia atrás, en equis, de forma lateral. En pares: Tomados de las manos flexión del tronco, extensión del tronco, de espalda a espalda, toque de palmadas a los costados, con piernas separadas tocando las palmas por entre las mismas y por encima de la cabeza. Grupal: Ubicados en grupos de 5 tomados de las manos jalan, tomados de las manos se quedan en equilibrio por 10 segundos, mueven las piernas de manera alternada, saltan y giran.
TIEMPO: 25'	PROCESOS DIDÁCTICOS
PARTE PRINCIPAL Gestión y Acompañamiento de las Competencias Construcción del nuevo conocimiento (Procesamiento De la nueva Información o Sistematización De Los Aprendizajes considerando los procesos según el aprendizaje esperado) - Facilitar la nueva información con la acción detallada de las actividades en marcha, los materiales a utilizar según su uso y cuidado en el proceso de interacción. - Aplicar lo aprendido siguiendo procesos organizacionales de acuerdo a los niveles y ritmos de aprendizajes teniendo en cuenta el contexto, edad cronológica y su edad intelectual.	Actividades básicas: Individual: De manera independiente realizan las siguientes actividades: Ejercicios de respiración en la superficie del agua: "Respiración circular": Respirar profundamente y exhalar lentamente mientras se mueve en círculos con los brazos. "Respiración con movimientos": Respirar profundamente y exhalar mientras se realizan movimientos de brazos y piernas. "Respiración con flotación": Flotar en la superficie del agua y respirar profundamente, exhalando lentamente. Ejercicios de exhalación subacuática: "Buceo con exhalación": Bucear hasta el fondo de la piscina y exhalar lentamente mientras se retorna a la superficie. "Exhalación en el fondo": Bucear hasta el fondo de la piscina y exhalar lentamente mientras se permanece allí. "Exhalación en movimiento": Bucear y exhalar mientras se mueve hacia adelante y hacia atrás. Actividades Avanzadas: "Flotación con exhalación": Flotar en la superficie del agua y exhalar lentamente mientras se permanece en esa posición. "Buceo con flotación": Bucear hasta el fondo de la piscina y flotar allí mientras se exhala lentamente. "Circuito de flotación y buceo": Realizar un circuito de flotación y buceo con exhalación controlada. Juegos y ejercicios para mejorar la coordinación y el control de la respiración: "Reloj de agua": Los participantes deben bucear y exhalar mientras se mueven en círculos alrededor de un reloj imaginario. "Túnel de agua": Los participantes deben bucear y exhalar mientras se mueven a través de un túnel imaginario. "Carrera de respiración": Los participantes deben nadar y exhalar mientras se compiten en una carrera. Actividad de Aplicación: A partir de las actividades llevadas a cabo los estudiantes pasan a organizarse por equipos con la elección correspondiente de una actividad que muestran mayor dominio de su lateralidad, posteriormente aprovechamos el error cometido por parte del estudiante para fortalecer dicho aprendizaje. 
TIEMPO: 10'	Actividades de recuperación
FINALIZACIÓN Metacognición - Valoración de los aprendizajes Identificación del proceso de trabajo fundamental. - Transferencia del Aprendizaje (consolidación interna y externa). - Reflexión intra e interpersonal - Aplicación del acto reflexivo post-constructivo del nuevo conocimiento. - Reforzamiento ante dificultades presentadas.	Ubicados de manera sedente (prono) en media luna con las piernas cruzadas realizan la inhalación elevando los brazos y la exhalación en trabajo contrario con los ojos cerrados. Actividades de reflexión Se imparte el diálogo con los estudiantes dando mención sobre la importancia de la respiración en la piscina. Se enfatiza la importancia de trabajar en equipo de manera armoniosa para lograr un objetivo común y se proporcionan las instrucciones finales, vinculado al trabajo de la flexibilidad y apertura a nuevas posibilidades, así como a la habilidad blanda del pensamiento crítico. El docente apertura el cuestionamiento: ¿Cómo se sintieron al realizar la respiración en la piscina? ¿De qué otro modo se podía realizar dicha actividad? Seguidamente los estudiantes responden las preguntas que realizó el docente. Luego el docente incentiva esta práctica dentro del entorno familiar y los invita a reflexionar a través de las siguientes preguntas: ¿En qué momento y circunstancia practicamos con nuestros padres? ¿Qué materiales alternativos podemos utilizar en familia? Sistematizamos lo aprendido respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Qué dificultades tuvimos? ¿Cómo lo podremos superar? Se agradece a cada uno de los estudiantes por su participación activa.
Trabajo de Extensión	Dibujos de 3 movimientos que más te gustaron.
Instrumento de Evaluación Constante	Escala de valoración y registro auxiliar.

Docente del área

Docente

ESCALA DE VALORACIÓN

DOCENTE:

FECHA:

GRADO Y SECCION: 1 "F"

COMPETENCIA:		SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD (S – 16)				OBSERVACIONES
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	Realiza técnicas de expresión motriz (mímica, gestual y postural) para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividades físicas diversas.				
		AD	A	B	C	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
32						
33						

LEYENDA:

C: En inicio

B: En proceso

A: Logro esperado

AD: Logro destacado

ANEXO 06

PANEL FOTOGRÁFICO

1. Los estudiantes antes de ingresar a la piscina realizan la activación fisiológica planificada para cada sesión, preparando su cuerpo para el trabajo acuático mediante ejercicios de movilidad articular y estiramientos.



2. Los estudiantes, al ingresar a la piscina, se familiarizan con las actividades planificadas en cada sesión y utilizan materiales de apoyo para adaptarse a las condiciones del medio acuático, especialmente aquellos con mayores dificultades.



3. Los estudiantes realizan actividades individuales diseñadas para cada sesión, utilizando materiales que permiten avanzar progresivamente desde tareas simples hasta movimientos más complejos, favoreciendo el dominio corporal.



4. Los estudiantes participan en juegos recreativos y dinámicos que buscan mantener la motivación y el interés durante la clase, reforzando los aprendizajes de manera lúdica.



5. Los estudiantes realizan actividades en grupo que propician la cooperación, la colaboración en equipo y la integración de los aprendizajes motrices adquiridos.



6. Los estudiantes demuestran los avances obtenidos en su motricidad gruesa mediante la ejecución de ejercicios combinados que implican desplazamientos, equilibrio y coordinación en el medio acuático.



7. Los estudiantes aplican las habilidades adquiridas durante el programa “ACUAMAX” en actividades de cierre, mostrando una mayor seguridad, dominio corporal y confianza en sus movimientos.



8. Fotografía final del grupo participante junto al docente responsable, simbolizando la culminación exitosa del programa “ACUAMAX” y el compromiso con la práctica de actividades físicas saludables.



ANEXO 07



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO "ESTEBAN PAVLETICH"

CREADO POR D.S. N° 03-94-ED EL 04-05-1994

Av. Alameda de la República N° 535 — Huánuco

Telf. (062)625259 cel. 962934443

E-mail: cstcbnpavletich@hotmail.com Mesa de Partes Virtual: mesadepartes@iesppestebanpavletich.edu.pe

CONSTANCIA DE SIMILITUD N° 005 - 2025 SOFTWARE ANTIPLAGIO - I.E.S.P.P. ESTEBAN PAVLETICH

La Unidad de Investigación del I.E.S.P.P. Esteban Pavletich, emite la presente constancia de similitud, aplicando el Software TURNITIN a la tesis titulada: **PROGRAMA "ACUAMAX" PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA - TINGO MARÍA, 2024**, la cual reporta un 7 % de similitud, correspondiente a los interesados CHINCHON NUÑEZ, Jhony Richard, PEZO HIDALDO, Redy, del Programa de Educación Física, considerando como asesor a la Oficina de Asesoría del IESPP "E.P."

DECLARANDO (APTO)

Se expide la presente, para los trámites pertinentes.

Huánuco, 31 de octubre del 2025

Mg. Javier M. Luciano Valdivia
JEFE DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN
I.E.S.P.P. "ESTEBAN PAVLETICH"

Chinchon y Pezo - TESIS 2025 arreglado. ANTIPLAGIO. SEGUNDA VEZ.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

7 %	7 %	4 %	3 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	1 %
2	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	1 %
3	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
4	repositorio.unsch.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
5	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
6	Submitted to upn271 Trabajo del estudiante	<1 %
7	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
8	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	<1 %

9	repositorio.uptc.edu.co Fuente de Internet	<1 %
10	dspace.ueb.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
11	Submitted to Universidad Nacional de Cajamarca Trabajo del estudiante	<1 %
12	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
13	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to uncedu Trabajo del estudiante	<1 %
15	universidadugc.edu.mx Fuente de Internet	<1 %
16	www.efdeportes.com Fuente de Internet	<1 %
17	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
18	repositorio.upsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
19	repositorio.udec.cl Fuente de Internet	<1 %

institute.cl

20	Fuente de Internet	<1 %
21	repositorio.escuelamilitar.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
23	repositorio.unsaac.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	docplayer.es Fuente de Internet	<1 %
25	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
26	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
27	Submitted to Centro Universitario Cardenal Cisneros Trabajo del estudiante	<1 %
28	apirepositorio.unu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	distancia.udh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
30	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
31	Submitted to Universidad de Guayaquil Trabajo del estudiante	

		<1 %
32	api-repositorio.unia.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
33	core.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
34	repositorio.undc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
35	1library.co Fuente de Internet	<1 %
36	Submitted to PREGRADO Trabajo del estudiante	<1 %
37	Brayan Alexis Gualotuña Begay, Alex Fernando Landeta Caiza, Jonathan Ariel De La Cruz Loachamin, Steven Rolando Sánchez Quinatoa et al. "Análisis de influencia de la coordinación en la conducción del balón en el fútbol: revisión sistemática", Revista Interdisciplinaria de Educación, Salud, Actividad Física y Deporte, 2024 Publicación	<1 %
38	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
39	Submitted to Universidad Popular del Cesar,UPC Trabajo del estudiante	<1 %

40	dspace.esPOCH.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
41	repositorio.umsa.bo Fuente de Internet	<1 %
42	repositorio.utelesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
43	Submitted to Universidad de Huanuco Trabajo del estudiante	<1 %
44	repositorio.utC.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
45	www.path.org Fuente de Internet	<1 %
46	Afonso Martin, Maria Candelaria. "Los niveles de pensamiento geometrico de Van Hiele. Un estudio con profesores en ejercicio", Universidad de La Laguna (Canary Islands, Spain), 2022 Publicación	<1 %
47	Rodríguez José, Shirley Rosenia. "Las estrategias didácticas lúdicas influyen en el desarrollo cognitivo de los estudiantes del segundo año básica de la institución "Mercedes González de Moscoso" Ecuador, 2018", Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (Peru) Publicación	<1 %

48	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
49	idoc.pub Fuente de Internet	<1 %
50	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
51	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
52	repositoriodspace.unipamplona.edu.co Fuente de Internet	<1 %
53	Gil Quispe, Irene Benita. "Praxis de danza y la habilidad motora de estudiantes universitarios de la UNA-Puno 2023 ", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	<1 %
54	Montoya Mistretta, María Fernanda. "Autorregulación y Matemáticas Tempranas : ¿qué Hacen las Educadoras de Párvulos para Promover la Autorregulación en el Aula? : Un Análisis de los Comportamientos, y su Relación con las Matemáticas Tempranas de los Niños Preescolares", Pontificia Universidad Catolica de Chile (Chile), 2024 Publicación	<1 %

55	Quispe Apaza, Ignacio Jose. "Competencias digitales y desempeño académico en los estudiantes de 5to grado de la Institución Educativa María Auxiliadora - Puno, 2024", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru), 2025 Publicación	<1 %
56	Wong Guerra, Angel Rolando. "Intervenciones educativas con estrategias didácticas con el enfoque socio cognitivo para mejorar el desarrollo del aprendizaje en el área de Comunicación de los estudiantes del 4to grado de primaria de la Institución Educativa N° 64109 de Aguaytía – Ucayali, 2018", Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (Peru) Publicación	<1 %
57	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
58	repositorio.cidecuador.org Fuente de Internet	<1 %
59	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
60	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
61	www.thechildrenshospital.org	

Fuente de Internet

<1 %

62

"60° Congreso de AEPNYA - una iniciativa compartida con la AACAP", Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil, 2016

Publicación

<1 %

63

Aguayo Manotupa, Diana Rossina. "Efectividad del programa preventivo experimental Kangus sobre el nivel de adquisicion fonologica en ninos de 5 anos.", Pontificia Universidad Catolica del Peru - CENTRUM Catolica (Peru), 2020

Publicación

<1 %

64

Amanda Paula Fernandes, Amanda Cristina de Souza Andrade, Cynthia Graciane Carvalho Ramos, Amélia Augusta de Lima Friche et al. "Leisure-time physical activity in the vicinity of Academias da Cidade Program in Belo Horizonte, Minas Gerais State, Brazil: the impact of a health promotion program on the community", Cadernos de Saúde Pública, 2015

Publicación

<1 %

65

Liliana Báez. "Revisión sistemática de la cumbia como estrategia pedagógica para fortalecer la coordinación motriz en niños de 5-10 años", Scientific journal T&E, 2025

Publicación

<1 %

66	dspace.uazuay.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
67	eprints.ucm.es Fuente de Internet	<1 %
68	mejorconsalud.com Fuente de Internet	<1 %
69	repositorio.espe.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
70	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
71	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
72	repositorio.unamba.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
73	repositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
74	revistas.utm.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
75	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
76	tpmap.org Fuente de Internet	<1 %
77	www.aneca.es Fuente de Internet	<1 %

-
- 78 Kamilla Palheta de Lima, Cleiton Nascimento da Silva, Nizabelle Ferreira de Seixas, Mariela de Santana Maneschky et al. "Efecto del entrenamiento resistido sobre el equilibrio y control postural en personas con párkinson: una revisión sistemática", Revista Científica de la Sociedad Española de Enfermería Neurológica, 2021 <1 %
Publicación
-
- 79 Serna Gómez, Yovany Noemi. "La aplicación de estrategias didácticas mejoran el desarrollo cognitivo de los niños de 5 años de la I.E.I "Ciudadela del Maestro" Tumbes, 2018", Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (Peru) <1 %
Publicación
-
- 80 repositorio.ute.edu.ec <1 %
Fuente de Internet
-

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Activo

ANEXO 08



AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN, TESIS, PARA OPTAR UN TÍTULO PROFESIONAL

1. Autorización de Publicación: (Marque con una "X" según corresponda)

Título Profesional	X	Programa de Estudio de Educación Inicial		Programa de Estudio de Educación Física	X
--------------------	---	--	--	---	---

Ingrese los datos según corresponda.

ASPECTO	Educación
Programa de Estudio	Educación Física
Título que Otorga	Profesor de educación secundaria, especialidad: Educación Física

2. Datos del (los) Autor(es): (Ingrese los datos según corresponda)

Anexo 2: Datos del (los) alumno (es) que ingresó los datos según correspondía									
Apellidos y Nombres:		Chinchon Nuñez Jhony Richard							
Tipo de Documento:		DNI	X	Pasaporte		C.E.		N° de Documento:	71848131
Correo Electrónico:		71848131@iesppestebanpavletich.edu.pe							
Apellidos y Nombres:		Pezo Hidalgo Redy							
Tipo de Documento:		DNI	x	Pasaporte		C.E.		N° de documento:	23170511
Correo Electrónico:		23170511@iesppestebanpavletich.edu.pe							
Apellidos y Nombres:									
Tipo de Documento:		DNI		Pasaporte		C.E.		N° de Documento:	
Correo Electrónico:									

3. Datos del Asesor: (Ingrese los datos según corresponda)

Asesor	Oficina de investigación del IESPP, "Esteban Pavletich"
--------	---

4. Datos del Documento Digital a Publicar: (Ingrese los datos y marque con una "X" según corresponda)

Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: (Verifique la Información en el Acta de Sustentación)							
Modalidad de obtención del Título Profesional: (Marque con X según corresponda)	Trabajo de Investigación			Tesis			X
Tipo de acceso: (Marque con X según corresponda)	Abierto	x	Cerrado*	Restringido*		Periodo de Embargo	
(*) Sustentar razón:	Titulación						

5. Declaración Jurada: (Ingrese todos los datos requeridos completos)

Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: (Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)	
PROGRAMA "ACUAMAX" PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL 1º DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA. GÓMEZ ARIAS DÁVILA - TINGO MARÍA, 2024	
Mediante la presente asumo frente al Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado "Esteban Pavletich" (en adelante LA Institución), cualquier responsabilidad que pueda derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a La Institución o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en los trabajos de investigación presentado, asumiendo toda la carga pecuniaria que pudiera derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudiera derivar para EL INSTITUTO en favor de terceros con motivos de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraran causa en el contenido del Trabajo de Investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mis acciones se deriven, sometiéndome a las acciones legales y administrativas vigentes.	

¹ Término que engloba a: Tesis, Trabajo Académico, Trabajo de Suficiencia Profesional o Trabajo de Investigación



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO
ESTEBAN PAVLETICH
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

PROGRAMA DE ESTUDIOS
DE EDUCACIÓN INICIAL Y
EDUCACIÓN FÍSICA

6. Autorización de Publicación Digital:

A través de la presente autorizo de manera gratuita al Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado "Esteban Pavletich" a publicar la versión digital de este trabajo de investigación en su biblioteca virtual, repositorio institucional y base de datos, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente.

Apellidos y Nombres	Chichon Nuñez Jhnoy Richard	Firma	
Apellidos y Nombres	Pezo Hidalgo Redy	Firma	
Apellidos y Nombres		Firma	

FECHA: Huánuco, 27 de febrero del 2026

Nota:

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra calibri, tamaño de fuente 09, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF), Constancia de Similitud, Reporte de Similitud.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.
- ✓ Se debe de imprimir, firmar y luego escanear el documento (legible).

¹ Término que engloba a: Tesis, Trabajo Académico, Trabajo de Suficiencia Profesional o Trabajo de Investigación

ANEXO 09



Dirección General de Educación Superior y Técnico Profesional

ACTA DE TITULACION

Fecha

Día	Mes	Año
28	11	2025

Nombre de la Institución		"ESTEBAN PAVLETICH"			DRE	HUÁNUCO	
					UGEL	HUÁNUCO	
Código Modular	Denominación	Gestión	D.S. / R.M. de Creación y R.D. de Revalidación	Dirección	AV. ALAMEDA DE LA REPÚBLICA N° 535		
1 1 1 2 0 4 4	IESP	PRIVADO	D.S. N° 03-94-ED	Provincia	HUÁNUCO	Distrito	HUÁNUCO

Carrera / Especialidad	EDUCACIÓN FÍSICA	
Resolución de Autorización	R.D. N° 143-95-ED	

Director(a) General	Dr. Emerson Abal Ascayo	R.D. de Nombramiento	R.D. N° 019-2020-P-IESPP-EP-HCO
---------------------	-------------------------	----------------------	---------------------------------

ACTA DE TITULACION PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE:

PROFESOR DE EDUCACIÓN SECUNDARIA
ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA

JURADO	PRESIDENTE	DR. EMERSON ABAL ASCAYO
	SECRETARIO	MG. CYNTHIA IVETTE RAMOS ESPINOZA
	VOCAL	MG. ISAAC HUAYANAY FERNANDEZ

TÍTULO DE LA TESIS DE INVESTIGACIÓN

"PROGRAMA "ACUAMAX" PARA MEJORAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS
ESTUDIANTES DEL 1° DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA
GOMEZ ARIAS DAVILA-TINGO MARIA - 2024"

N° Orden	N° de matrícula (8 dígitos del DNI)	APELLIDOS Y NOMBRES (Por orden alfabético)	PRESIDENTE	VOCAL	SECRETARIO	PROMEDIO GENERAL
1	7 1 8 4 8 1 3 1	CHINCHON NUÑEZ, JHONY RICHARD	16	16	17	16
2	2 3 1 7 0 5 1 1	PEZO HIDALGO, REDY	15	15	16	15
3						
4						
5						

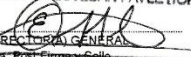
OBSERVACIONES:


 PRESIDENTE
 Firma, Post Firma y Sello


 VOCAL
 Firma, Post Firma y Sello


 SECRETARIO
 Firma, Post Firma y Sello




 I.E.S.P. ESTEBAN PAVLETICH
 DIRECTOR GENERAL
 Dr. Emerson Abal Ascayo
 C.M. 10436001053
 DIRECTOR

INSTRUCCIONES

- La nota mínima de aprobación de la sustentación es catorce (14) (escala vigesimal).
- El Vocal califica primero en forma individual a cada participante, luego el Secretario y finalmente el Presidente.
- El Presidente obtiene el Promedio General por participante.
- El Presidente llena dos actas de Titulación por participante: una para archivo del Instituto o Escuela de Educación Superior y una para la DRE.
- El llenado del Acta obligatoriamente será con tinta líquida negra si el calificativo es aprobatorio, si es desaprobatorio con tinta roja.
- Las actas se llenan sin borrones ni enmendaduras.

* De uso externo