

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO
BENEDICTO XVI**

FACULTAD DE HUMANIDADES

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA,
RECREACIÓN Y DEPORTES**



**ACTIVIDAD FÍSICA Y DESTREZAS MOTRICES EN ESTUDIANTES
DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DOS DE
MAYO, CAJAMARCA-2021**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

AUTOR:

Br. Luis Alberto Silva Vega

ASESOR:

Dr. Aníbal Teobaldo Vergara Vásquez
<https://orcid.org/0000-0002-0924-9131>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Educación y Responsabilidad Social

TRUJILLO – PERÚ

2023

ÍNDICE DE SIMILITUD

Tesis de Silva Vega

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	5%	6%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	3%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
6	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	qdoc.tips Fuente de Internet	1%
8	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	Submitted to Universidad de La Laguna Trabajo del estudiante	1%

Autoridades universitarias

Excmo. Mons. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M
Arzobispo Metropolitano de Trujillo
Fundador y Gran Canciller

Dr. Luis Orlando Miranda Diaz
Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo
Vicerrectora Académica


Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo
Decana de la Facultad de Humanidades

Dra. Ena Cecilia Obando Peralta
Vicerrectora Académica de Investigación

Dra. Teresa Sofia Reategui Marín
Secretaria General

Conformidad del asesor

Aníbal Teobaldo Vergara Vásquez con DNI N°41020020. en mi calidad de asesora del trabajo de titulación de título: “ACTIVIDAD FÍSICA Y DESTREZAS MOTRICES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, CAJAMARCA, 2021, desarrollado por el bachiller Silva Vega, Luis Alberto, con DNI N°40492897, egresado del Programa de Complementación Académica en Educación, presento el trabajo producto de la investigación anteriormente señalada, el presente informe contiene los requisitos teóricos y técnicos que como investigadora he precisado, además, concuerda con las normas establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad Católica de Trujillo Benedicto XVI, y en lo normativo para la exhibición de trabajo de titulación de la Facultad de Educación. Ante lo manifestado, otorgo mi autorización para la publicación y exhibición de la misma frente a la entidad correspondiente, para que sea evaluado por la comisión de ordenación designado por la Decana de la Facultad de Educación.



Dr. Aníbal Teobaldo Vergara Vásquez

Dedicatoria

Esta tesis está dedicada a:

A mis padres Froilan y Justina quienes con su esfuerzo, amor y paciencia me han permitido llegar a cumplir hoy un sueño más, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre.

A mi esposa Yuri por su amor, cariño y apoyo incondicional, durante todo este proceso, por estar conmigo en todo momento gracias. A mis hijas Nayelly, Alejandra y Catalina gracias por estar conmigo y apoyarme siempre, los quiero mucho.

Luis Alberto

Agradecimiento

Mi gratitud a la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, mi agradecimiento sincero al asesor de Tesis, Dr. Aníbal Teobaldo Vergara Vásquez, gracias a cada docente quienes con su apoyo y enseñanzas constituyen la base de mi vida profesional.

Luis Alberto

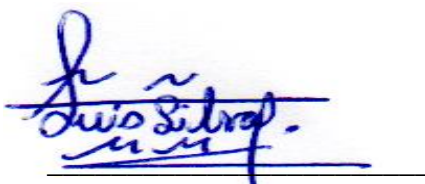
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

YO, Luis Alberto Silva Vega, identificado con DNI N°40492897, egresado del Programa de Estudios de Complementación Académica de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, damos fe que hemos seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Educación, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: “ACTIVIDAD FÍSICA Y DESTREZAS MOTRICES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DOS DE MAYO, CAJAMARCA-2021”, el cual consta de un total de 71 páginas, en las que incluye 7 tablas y 9 gráficos un total de 13 páginas en anexos.

Dejamos constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento, corresponde a mí autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.

Se declara también que el porcentaje de similitud o coincidencia es de 20%, el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.

El Autor.



Luis Alberto Silva Vega
DNI N° 40492897

Índice

Autoridades universitarias	¡Error! Marcador no definido.
Conformidad del asesor	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento	vi
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vii
Índice	viii
INDICE DE TABLAS Y DE GRAFICOS.....	x
RESUMEN	xii
ABSTRACT	xiii
I. INTRODUCCIÓN.....	14
II. METODOLOGÍA	31
2.1 Enfoque y tipo de investigación.....	¡Error! Marcador no definido.
2.2 Diseño de investigación	32
2.3 Población y muestra de estudio	32
2.4 Técnicas e instrumentos de recojo de datos.....	33
2.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	33
2.6 Aspectos éticos	34
III RESULTADOS	¡Error! Marcador no definido.
IV RESULTADOS	45
V. CONCLUSIONES.....	46
VI. RECOMENDACIONES	47
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	48
ANEXOS.....	51
Anexo 1: Instrumentos de medición	51
Anexo 02 Ficha Técnica	56

Anexo 03: Matriz de operacionalización de variables.....	59
Anexo 03 Validez y fiabilidad de instrumentos.....	60
Anexo 04 Base de datos.....	63
Anexo 05: Matriz de consistencia.....	70

INDICE DE TABLAS Y DE GRAFICOS

Gráfico 1	20
Las Inteligencias Múltiples Gardner.....	20
Gráfico 2	27
Habilidades motrices	27
Tabla 1	35
“Prueba de normalidad por dimensión y variable para la coordinación motriz y la actividad física en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”	35
Tabla 2	36
“Nivel de coordinación motriz por dimensión y variable en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”	36
Gráfico 3	¡Error! Marcador no definido.
Nivel de coordinación motriz por dimensión y variable	37
Tabla 3	38
“Nivel de actividad física por dimensión y variable en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”	38
Gráfico 4.....	38
Nivel de coordinación motriz por dimensión y variable en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021	381
Tabla 4	39
“Relación entre las variables actividad física y coordinación motriz en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo, Cajamarca- 2021”	39
Gráfico 5	39
Dispersión de los datos entre las variables actividad física y coordinación motriz en alumnos de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021	391
Tabla 5	40
“Relación entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021” ..	40
Gráfico 6.....	41

Dispersión de los datos entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021.....	411
Tabla 6.....	42
“Relación entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”	42
Gráfico 7.....	42
Dispersión de los datos entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021.....	421
Tabla 7	43
“Relación entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas de manipulación y contacto en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”	43
Gráfico 8.....	44
Dispersión de los datos entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas de manipulación y contacto en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021.....	441

RESUMEN

Este trabajo de investigación denominado “ACTIVIDAD FÍSICA Y DESTREZAS MOTRICES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DOS DE MAYO, CAJAMARCA-2021”, el objetivo de este estudio es “Determinar la relación que existe entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año del nivel secundario”. Para lograr lo anterior se aplicaron los instrumentos: “Escala para medir la actividad física” y el “Cuestionario de coordinación motriz” aplicados a 161 estudiantes del segundo grado de secundaria de la I. E. Dos de Mayo de Cajamarca.

De los resultados podemos observar, que el nivel de coordinación motriz por dimensión y variable en los estudiantes tenemos 67.1% de estudiantes muestran una coordinación motriz excelente, y el 32.9% están en nivel medio y ningún estudiante está en nivel bajo. Mientras que en actividad física los estudiantes se encuentran el 71.4% nivel excelente, el 28.6% nivel medio y ninguno en nivel bajo. La tabla 5 muestra la relación significativa entre variables: actividad física y coordinación motriz en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca, 2021. observamos una correlación positiva muy alta ($r = 968$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$).

Palabras claves: Destreza motriz, Actividad Física, Habilidad.

ABSTRACT

This research work called "PHYSICAL ACTIVITY AND MOTOR SKILLS IN SECONDARY STUDENTS OF AN EDUCATIONAL INSTITUTION, CAJAMARCA, 2021, is a study that aims to determine the relationship between physical activity and motor skills in second-year students of the secondary level, to know if the practice and promotion of physical activity improves motor skills, in the aforementioned students. To achieve the above, the instruments were applied: "Scale to measure physical activity" and the "Motor coordination questionnaire" applied to 161 students of the second grade of secondary school of the Dos de Mayo E.I. of Cajamarca.

From the results that have been obtained, we can observe that the level of motor coordination by dimension and variable in second grade secondary school students shows that 67.1% of students show excellent motor coordination, while 32.9% are in excellent motor coordination. a medium level and no student is in the low level. While in physical activity, 71.4% of students are at the excellent level, 28.6% at the medium level and none at the low level. Table 5 shows the relationship between variables physical activity and motor coordination in second year high school students of the E.I. "Dos de Mayo" Cajamarca-2021. A very high positive correlation ($r = 968$) statistically significant ($p < 0.01$) is observed.

Keywords: Motor skills, Physical Activity, Ability

I. INTRODUCCIÓN

La falta de actividad física y el bajo nivel de desarrollo de destrezas motrices en estudiantes de secundaria pueden tener consecuencias negativas en su salud física, emocional y social. La falta de actividad física puede aumentar el riesgo de obesidad, diabetes, enfermedades del corazón y otros problemas de salud, mientras que la falta de destrezas motrices puede limitar las habilidades físicas y el bienestar emocional de los estudiantes. Existen diversas razones por las cuales los estudiantes de secundaria pueden tener poca actividad física y desarrollo de destrezas motrices, incluyendo la falta de oportunidades para participar en actividades físicas, la falta de motivación y apoyo por parte de los padres y educadores, la prevalencia de actividades sedentarias como la tecnología y los videojuegos, y la falta de habilidades y confianza en sí mismos.

Para abordar este problema, es importante que las escuelas ofrezcan una variedad de opciones deportivas y de ejercicio físico que sean accesibles y atractivas para los estudiantes. También es importante que los profesores y entrenadores tengan capacitación en la enseñanza de habilidades motrices y en la promoción de la actividad física, y que se fomente un ambiente de apoyo y motivación para los estudiantes.

La actividad física y el desarrollo de destrezas motrices son importantes para los estudiantes de secundaria, ya que les permiten mejorar su salud y bienestar físico, emocional y social. La práctica regular de actividad física puede ayudar a reducir el riesgo de obesidad, diabetes, enfermedades del corazón, ansiedad, depresión y otros problemas de salud mental, asimismo, el desarrollo de destrezas motrices en los estudiantes puede mejorar su coordinación, equilibrio, fuerza, velocidad, flexibilidad y precisión. Estas habilidades pueden ser aplicadas no solo en actividades deportivas, sino también en la vida cotidiana, como caminar, correr, saltar, levantar objetos y realizar tareas que requieren destreza manual.

En Perú, la falta de actividad física y el bajo nivel de desarrollo de destrezas motrices en los estudiantes de secundaria es un problema preocupante. Según un informe del Ministerio de Salud (2021), el 57,3% de los escolares peruanos no realiza la cantidad recomendada de actividad física diaria, lo que puede tener consecuencias negativas para su salud física y emocional. Existen varios factores que contribuyen a la

falta de actividad física y el bajo nivel de desarrollo de destrezas motrices en los estudiantes peruanos, como la falta de acceso a instalaciones deportivas y la falta de educación física en las escuelas. Además, la falta de apoyo y motivación por parte de los padres y educadores también puede influir en la falta de actividad física y desarrollo de habilidades motrices.

Para abordar este problema, Ortiz (2014) es importante que se promueva la actividad física y el desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes peruanos. Esto puede lograrse a través de la creación de programas y políticas que fomenten la actividad física en las escuelas y comunidades, así como la educación y capacitación de los profesores y entrenadores en la enseñanza de habilidades motrices y en la promoción de la actividad física, es importante que se involucre a los padres y a la comunidad en la promoción de la actividad física y el desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes. Esto puede incluir la creación de programas de actividad física para toda la familia, la promoción de actividades físicas en la comunidad y la celebración de eventos deportivos y de actividad física.

La actividad física es una construcción mental que suele actualmente referirse a la nueva tendencia adquirida por los seres humanos en la mejora de su comportamiento mediante el ejercicio físico y los deportes (Ortiz, 2014). Hoy en día, ejercitarse físicamente es casi una obligación de aquellas personas que buscan sentirse mejor, llevar una vida a plenitud y poder mejorar y/o controlar el cansancio físico producto de la vida sedentaria, el estrés y todos aquellos males ocasionados por todos los males sociales que evidencian diariamente. Es así como muchos gobiernos de países desarrollados vienen implantando políticas educativas orientadas al ejercicio físico en sus estudiantes, alejándoles del sedentarismo, del computador y de la comida chatarra que conlleva también a la obesidad (Sanz y Ponce, citado por Valero et.al., 2007).

La actividad física en niños está mayormente asociado a lo didáctico, la lúdica en la enseñanza permite en ellos poder divertirse, expresar sus emociones y sobre todo el poder relacionarse con otros grupos dentro y fuera de la escuela. De esta manera, la actividad física impulsa, desarrolla constantemente el bienestar no solo físico, si no también emocional y cognitivo en el ser humano, alejándolo de los vicios y otras situaciones de riesgo a la salud. (Ortiz, 2014).

En el ámbito nacional, la falta de profesionales de Educación Física en primeros grados de la EBR, ha generado la eventualidad de la actividad física, cuyo fin está orientado a controlar, dirigir perfeccionar las destrezas motrices de los estudiantes. La ausencia de profesores de esta asignatura es perjudicial.

A pesar de la relevancia de la actividad física en nuestro bienestar, es frecuente encontrar a niños y adolescentes en edad escolar un desinterés por la actividad físico-deportiva, esto podría deberse principalmente, por la forma de vida, pues generalmente se pasa demasiado tiempo sentado o incluso acostado frente a una pantalla, esta situación conlleva a que se pierda las ventajas de la actividad física; estas conductas generan estilos de vida sedentarios y poco saludables.

Por su marcada importancia de la práctica físico-deportiva, en el presente estudio se pretende conocer la repercusión de la actividad física en el perfeccionamiento en las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año de la I.E. “Dos de mayo”, Cajamarca-2021, con el propósito de motivar a la práctica deportiva a través de una adecuada predisposición de los docentes para que enseñen una actividad física sostenida, teniendo en cuenta los parámetros de mejora corporal y la coordinación de los estudiantes a través de programas de entrenamiento diario y motivacional que impulsen al perfeccionamiento de las destrezas motrices.

La falta de actividad física en los estudiantes de Cajamarca, Perú es un problema preocupante que puede tener consecuencias negativas para su salud física y emocional. La falta de actividad física se ha convertido en un problema importante en la región debido a diversos factores como la falta de acceso a instalaciones deportivas, la falta de programas de actividad física y deportes en las escuelas, y la preferencia por actividades sedentarias como ver televisión o jugar videojuegos. Por ello la presente tesis plantea el siguiente problema: ¿Qué relación existe entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021? Contando a la vez con los siguientes problemas específicos; ¿Cuál es el nivel de la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021? ¿Cuál es la relación entre la actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices de los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021? ¿Cuál es la relación entre la actividad física y las habilidades motrices básicas no

locomotrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021? ¿Cuál es la relación entre la actividad física y las habilidades motrices básicas de locomoción y contacto en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021?

La presente tesis se justifica de manera práctica puesto que ante la escasa actividad investigativa que dé a conocer los beneficios de la actividad física, tanto en la mejora de las destrezas motrices en adolescentes de edad escolar, específicamente en la educación secundaria.

Asimismo, el tema de referencia es de suma importancia por su trascendencia de manera teórica, puesto que las actividades físicas juegan un papel trascendental para la salud del hombre, atendiendo las sugerencias de la Organización Mundial de la Salud (OMS), pues genera una reducción de los riesgos de contar con enfermedades cardiovasculares, presión alta, además ayuda prevenir el sobrepeso, la obesidad, fortaleciendo el tejido muscular y mejorar la capacidad de esfuerzo sin fatiga.

Por otro lado, también otorga mejorías en la salud, dado que permite el desarrollo de una buena capacidad motriz, así como de destrezas y habilidades de la edad en los adolescentes. En ese sentido, de los que se obtenga en el presente estudio, será de gran ayuda para todos los jóvenes y población estudiantil, ya que servirá como referente para investigaciones futuras y como caso de estudio y análisis o fuente de información.

El estudio posee como objetivo general determinar la relación que existe entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021.

Sus objetivos específicos son: conocer el nivel de la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021; Identificar la relación que existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021; Identificar la relación que existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021; Identificar la relación que existe entre la actividad física y las habilidades motrices

básicas de manipulación y contacto en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de Mayo de Cajamarca, 2021.

Por último, se plantea la siguiente hipótesis general: existe una relación significativa entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año de secundaria de una I.E. de Cajamarca, 2021

Teniendo las siguientes hipótesis específicas: Existe una relación significativa entre la actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de una I.E. de Cajamarca, 2021; Existe relación significativa entre la actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices de los estudiantes de segundo año de secundaria de una I.E. de Cajamarca, 2021; Existe una relación significativa entre la actividad física y las habilidades motrices básicas de manipulación y contacto de los estudiantes de segundo año de secundaria de una I.E. de Cajamarca, 2021

El trabajo de investigación cuenta con los siguientes antecedentes internacionales: Roa, Hernández y Valero (2019) investigan “Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa educa a tu hijo”, 2019. Su muestra estuvo conformada por 15 pequeños entre las edades de 3 a 6 años. Se concluyó que las habilidades motrices básicas ven dificultado su desarrollo en aquellos de 3 a 5 años que no van a guarderías, y otra área de déficit es la baja actividad requerida para estas, en los pequeños que participan en itinerarios educativos no institucionales.

Burgos y Rugel (2017) en el estudio titulado “Estrategia didáctica para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en educación física del subnivel básico elemental, de la ciudad de Guayaquil, Ecuador”. El tipo de investigación fue ‘descriptivo y exploratorio’, con uso de métodos teóricos, empíricos. La muestra constituida por el total del alumnado del segundo grado. El resultado fue que la comunidad educativa y los beneficiarios se han sumado a implementar una estrategia didáctica que aborda de manera interesante el desarrollo deportivo.

En el Perú se tiene a Meza y Alejandro (2018), en la investigación “Relación entre el nivel de actividad física y la coordinación motriz en niños de primaria de la I.E.P. América - Ate, 2018”. La tipología de investigación fue cualitativo, aplicativo, prospectivo, transversal, correlacional descriptivo, con diseño no experimental, sin

intervención. Se realizó a 70 alumnos entre las edades de 6 a 13, tanto varones y mujeres. Se aplicó ‘Cuestionario Pictórico para la evaluación del nivel de actividad física infantil (C-PAFI)’ y el ‘Test para la evaluación de la coordinación motriz’. Sus resultados demostraron que los niveles de actividad física se asocian con la coordinación motora moderada ($p < 0,05$). Así también, el 61,4% presentaba niveles positivos de actividades físicas, el 35,2% coordinación motora moderada y el 33,3% coordinación motora alta. Aunque se observaron pequeñas diferencias entre los sexos, los hombres dominaron los niveles de actividad física activa con un 62,2%.

Gastiaburú (2012) investiga “Programa juego, coopero y aprendo para el desarrollo psicomotor de niños de tres años de una I.E. del Callao” destaca que, si se consideran los resultados del pretest, existe un riesgo superior en la dimensión de motricidad de los pequeños, siguiéndole la de lenguaje y por último, la de coordinación. Finalmente, logra concluir que con el Programa “Juego, coopero y aprendo”, refleja ser eficaz porque logra el incremento en los niveles del desarrollo psicomotor en la edad de tres años de la referida escuela. En la misma línea, el programa se ve efectivo para con el incremento de la coordinación visomotora y el lenguaje en la población estudiada, disminuyéndose así los riesgos encontrados al inicio.

A nivel local, Arévalo y Arévalo (2019), en la tesis cualitativa “Actividades motrices de educación física, para el aprendizaje de la conducción del balón y el pase con el pie en el fútbol en estudiantes del quinto grado de educación primaria de la I.E. Fe y Alegría N°79, Cutervo – Cajamarca”. Entre sus conclusiones, afirman que la experiencia de aplicar actividades deportivas (recomendaciones) ha logrado fortalecer y desarrollar el aprendizaje psicomotor de los alumnos del grupo de intervención en la práctica de las disciplinas deportivas de fútbol.

Las bases teórico-científicas que sustentan las investigaciones como la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner. Modelo conceptual a propuesta del psicólogo estadounidense y profesor de Harvard Howard Gardner en 1983, quien afirmaba que la inteligencia no pertenece a un grupo de ciencias específicas, sino que esta pertenece a un conjunto interdisciplinario que se encuentra además interrelacionado. Gardner propuso en su teoría que “la vida humana requiere el desarrollo de varios tipos de inteligencia”. En ese sentido, rehúsa a las definiciones con

base científica sobre la inteligencia, como el uso de intelecto humano, basado en el conocimiento, para dar solución a los problemas de mayor relevancia (Glover, 2018).

Gardner (2001), expuso que la inteligencia nos permite no solo resolver problemas o crear productos, sino que también abre la posibilidad de la aparición de nuevos problemas en busca solución. La inteligencia en la actualidad hace uso de la creatividad e imaginación para hacer frente a los nuevos problemas y desafíos.

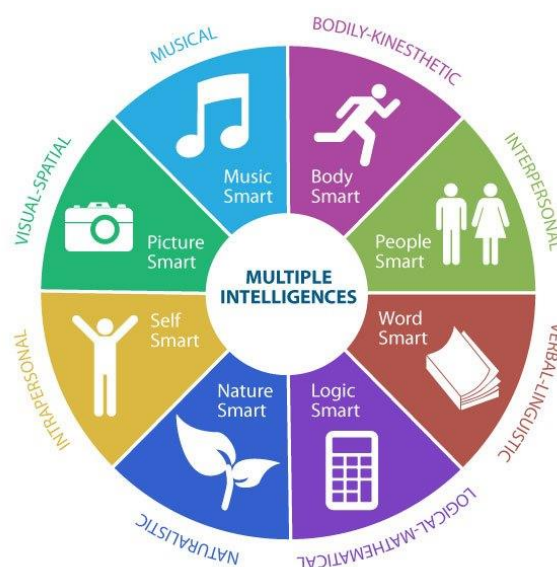
Aquella facultad que tenemos de resolver problemas y producir artefactos valiosos, en un momento y tiempo determinado. Generando, renovando y adaptando la inteligencia activa acorde a los nuevos desafíos y problemas y buscando resolverlos de manera creativa (Gardner, 2001).

Para Gardner, La inteligencia permite potencializar aquella información biosociología activándola en cualquier campo de interés científico y cultural, permitiéndonos entender y comprender dicha temática. (Gardner, 1996).

Gardner argumenta que, en algunos casos obvios, las personas están muy desarrolladas cognitivamente, mientras que otras están muy subdesarrolladas. En estos casos particulares, llevan a Gardner a pensar que la inteligencia no existe, cuando verdaderamente existen muchas de manera independiente.

Gráfico 1

Las Inteligencias Múltiples Gardner.



Fuente: Blanes, A. (s.f.). La teoría de las inteligencias múltiples.

La inteligencia intrapersonal reflejada en una comprensión profunda de los propios sentimientos y aspectos internos de una persona. El lóbulo frontal del cerebro juega un papel central en esta inteligencia, lo que permite a las personas comprender y trabajar con su yo interior. Como es la inteligencia más privada y particular, necesita expresiones como el lenguaje, la música, los movimientos corporales o las pinturas para darse a conocer. Las personas inteligentes internas son aquellas que conocen sus fortalezas, debilidades y elecciones. Suelen ser muy independientes, disfrutan del silencio y trabajan en sus propios proyectos. Incluso en temas controvertidos, tienen opiniones muy fuertes. Estas personas tienen acceso a sus vidas emocionales, a menudo consideradas intuitivas. Esta es la sabiduría de los que tienen introversión. (Gaxiola, 2015)

Está presente en los pequeños que disfrutan del trabajo grupal, crean convicción en la negociación con sus compañeros o personas adultas, disfrutan del juego cooperativo o competitivo, saben motivar a los demás y buscan consensuar la solución de problemas. La inteligencia interpersonal puede expresarse también por medio del sentido del humor, el cual tiene tendencia de hacer reír a los otros alumnos y docentes para desactivarla ante alguna situación cómica o tensiones. (Glover, 2018)

Para el desarrollo social entre los estudiantes, las habilidades interpersonales resultan ser valiosas, además a nivel profesional es una de las competencias que hoy más se valora, sobre todo por aquellos que trabajan con ellos.

Se suele encontrar esta inteligencia en los buenos vendedores, periodistas, abogados, trabajadores sociales, trabajadores de ONG, asesores, terapeutas, diplomáticos, políticos, profesores, entrenadores deportivos, terapeutas, gerentes, directores, agentes y en cualquier tipo de líderes, entre otros. (Ibarrola y Etxeberria, 2018)

La inteligencia corporal-cenestésica está presente cuando se usa el cuerpo en su totalidad o en parte, para la resolución de conflictos, logrando crear, expresar e interpretar pensamientos y sentimientos. Esta inteligencia incorpora ‘habilidades de coordinación’, ‘destreza’, ‘equilibrio’, ‘flexibilidad’, ‘fuerza’ y ‘velocidad’, como también ‘la capacidad cenestésica’, ‘percepción de medidas y volúmenes’ y ‘la manipulación de objetos’. (Gaxiola, 2015)

Gardner expresa, “esta inteligencia posee dos componentes fundamentales: El control de los propios movimientos corporales y el adecuado manejo de los objetos, expresado en habilidades manuales y la capacidad de realizar actividades. detallado y preciso” (Gardner, 1996, pág. 124).

Es importante recalcar que la habilidad corporal-cinestésica en un área no necesariamente indica inteligencia en otra área. Por ejemplo, una persona puede ser buena en el arte de la danza y la caracterización, pero ser algo torpe en ciertas actividades que impliquen motricidad fina y, a contrario sensu, poseer excelentes conocimientos de mecánica y ser buen escultor o cirujano, pero pésimo deportista.

Se señala que los deportistas, artesanos, payasos, malabaristas, instrumentistas, cirujanos, bailarines, actores, mimos, escultores, mecánicos, profesores de educación física, fisioterapeutas, joyeros, albañiles y ceramistas. Poseen este tipo de inteligencia.

La Educación Física. Según Torres Navarro (2008), Es la asignatura que resuelve problemas relacionados con el cuerpo. A nivel pedagógico, facilita la formación integral del ser humano (pág. 56).

La educación básica, favorece el desarrollo total en el educando, cuando ellos se desplazan, existen como un todo, es decir, manifiestan su unidad física, formada por conocimientos, sentimientos, motivaciones, actitudes, valores, herencia y cultura. (Grasso , 2009, pág. 71).

Clásicamente, al enseñar esta área ha sido guiada por un enfoque de movimiento que prioriza la medición y cuantificación de las capacidades físicas. Por ejemplo, se estandariza la capacidad de salto (largas distancias), carrera, abdominales y resistencia aeróbica (posibilidad de correr sin parar durante un tiempo, etc.).

Para alcanzar sus metas, hace uso de estrategias y recursos así como de ciertos materiales, los cuales han venido experimentando ciertos cambios a lo largo del tiempo. el aporte de las prácticas físicas en lo social es incuestionable: ayuda a cuidar y mantener la salud, promueve la actitud tolerante y el respeto a los derechos humanos, utiliza el tiempo libre para promover una vida en actividad y evita la ociosidad.

El profesor que no pone el aprendizaje de sus alumnos en primer lugar, desempeña el papel de organizador de eventos, cual "niñera" que trata de mantener entretenidos a sus alumnos sin molestarlos. Suedentop (1998) como se citó en (Blázquez, 2006).

Actividad Física. Actualmente conocedores de la actividad física continua y el ejercicio pueden evitar enfermedades y mejorar la calidad de vida en la población, reconocida por la OMS (1990), donde recomienda que ejercitarse regularmente es importante para la prevención de problemas cardiacos (Casimiro et. al., 2014)

Casperson et. al., (1985) como se citó en (Casimiro et. al., 2014) La definen como la realización del movimiento físico planificado, organizado y repetitivo para desarrollar o mantener uno o varios componentes de la aptitud física.

Según Medina (2002), Puede definirse como el entrenamiento definitivo de los movimientos atléticos en el deporte, caracterizado por la soledad del individuo en términos de entrenamiento, rendimiento físico y mental, iniciación del movimiento y talento. Su dependencia de las acciones motrices es propia y no se ajusta a otros parámetros de un posible oponente directo. Esto es bueno para la salud física y el bienestar general del hombre.

Por tanto, cualquier ejercicio que aumente el gasto energético en reposo debe considerarse actividad física, y no solo determinados tipos de actividad, como actividades recreativas llevadas a cabo durante el ocio o la actividad física asociada al trabajo pesado. (Veiga Núñez, 2007, pág. 29)

La actividad física y la salud. El grupo social científico y médico saben desde tiempo atrás que hacer actividades físicas de manera regular podría otorgar significativos beneficios para la salud (Matan y González Gallego, 2003). Pese a que la ciencia de la actividad física es compleja y está aún desarrollándose, no hay duda de que evitar la vida sedentaria y la práctica de actividad física traen muchos beneficios, como el caso de reducir los riesgos de tener distintas enfermedades y el bienestar en la salud mental (Nieman. 1998; Márquez y otros 2006).

Es recurrente la relación entre la actividad física, condición física y factores de riesgo como: presión arterial, composición corporal y el tabaquismo. Resolver la relación entre movimiento físico y salud significa conectar datos de varios campos del

conocimiento, lo que nos permitirá desarrollar una estructura necesaria (referencia teórica) para confrontar datos del mundo real (referencia empírica) (Márquez Rosa, 2009, pág. 7).

Sin ninguna posibilidad de movimiento e interacción con el mundo, es difícil que las personas vivan vidas plenas y saludables. La actividad física es un factor esencial a tener en cuenta al hablar de la salud (González, 2009).

Hoy en día pueden identificarse tres grandes ópticas de vinculación entre la actividad física y la salud: Rehabilitación, prevención y la orientada al bienestar.

Práctica deportiva. Es por sabido desde hace mucho tiempo atrás por la comunidad científica y médica que, esta se constituye como una actividad de complejidad, ya que implica preparación individual, aplicación de leyes, principios y reglas que determinarán la especificidad de los objetivos según la edad y etapa de desarrollo deportivo. Estos eventos, a su vez, seleccionan y utilizan eficazmente los medios, métodos y procedimientos para asegurar el logro de la forma deportiva individual y colectiva en cada competencia importante. A partir de ahí, el propósito del este estudio fue lograr la determinación de como prevalece la actividad física en los estilos de vivir y su práctica y desempeño diario. En cuanto a la metodología, esta conduce a la noción de trabajo cotidiano, ya sea positivo o negativo (Alcoba López, 2001).

Deporte y Juego. “Es toda acción deportiva o lúdica relacionada con el movimiento del cuerpo, ya sea individual o grupal, sustentada o no en un instrumento, que contiene normas y reglamentos y se rige por el órgano que la rige”. (Torres Navarro, 2008)

La enseñanza deportiva es el entrenamiento definitivo del movimiento en el deporte, caracterizado porque el atleta está solo en términos de entrenamiento, rendimiento deportivo y sus talentos. Su dependencia de las acciones motrices es propia y no se ajusta a otros parámetros de un posible oponente directo (Alcoba López, 2001, pág. 158)

En la actividad física de carácter psicomotor, la incertidumbre de su realización sólo puede provenir del contrario inmediato o del entorno en el que se produce. A esto se llama deporte individual (Ortiz, 2014)

La actividad física suele considerársele dentro de las subcategorías de la actividad física que, si es planificada, organizada y repetitiva, mejora o sostiene uno o más aspectos de la condición física. En ese sentido, es comprensible que consista en un régimen adecuado de intensidad, frecuencia y duración de la actividad. (Suárez, 2015).

Según Health, como se citó en Suárez (2015), la actividad física es un trabajo multidisciplinario en educación y ciencias de la salud, un explorar de la interfaz primaria del aprendizaje y la praxis, que aunado a eso capacita a los profesionales que trabajan en el campo para buscar prácticas que le permitan pensar en la práctica de ejercicios posibles de aplicarse a la psicología, fisiología, fisioterapia y las habilidades de los estudiantes.

Según Restrepo y Málaga (citado por Suárez, 2015), quienes dicen que “construir salud” se trata de sensibilizar a quienes tienen la responsabilidad de mantener el bienestar de las personas, a través de los cuales el libro profundiza en los conceptos a nivel teórico y práctico de la salud humana. El único fin de la salud es buscar aplicar distintas estrategias para los que viven y trabajan.

Importancia de los ejercicios físicos en los niños. Estos expresan las habilidades motrices del niño, consolida el establecimiento de cualidades básicas, y por lo tanto desarrolla las cualidades perceptuales motrices. Toda tarea motriz se convierte en el potencial de las habilidades motrices. El uso de técnicas y estrategias que basadas en leyes mecánicas y físicas tiene como único objetivo para adquirir aptitud física beneficiosa y permite a los estudiantes experimentar experiencias en un plano global de movimiento, como caminar, correr, saltar, moverse libremente y afinar y coordinar sus movimientos en un plano manual (Suárez, 2015). El ejercicio físico contribuye al progreso de la motricidad, vinculado al establecimiento de las habilidades físicas básicas, favoreciendo así el desarrollo de la motricidad, actuando como potenciador de la capacidad atlética, convirtiendo la interacción social en un componente lúdico, dando paso al psicológico y didáctico.

Destrezas Motrices. Es la capacidad aceptable para realizar una acción, solo la acción en sí es importante. No se tiene en cuenta los resultados ni la validez. habilidad, carácter. Puede resolver el problema del movimiento del cuerpo. Las habilidades son

elementos de la actividad humana consciente, realizadas de manera en gran medida automática, principalmente mediante el ejercicio. (Alcoba López, 2001)

La destreza es la eficiencia con la que se realiza la tarea. Esta es la economía de esfuerzo por parte del agente para realizar la acción. Es el grado de eficiencia con el que se realizan comportamientos motores específicos y bastante complejos. Implican la intervención de diferentes elementos: la integración de competencias. propósito especial. eficacia. complejo. Fácil. Buscar la perfección en la ejecución. Maniobrabilidad. Habilidades específicas para la resolución de problemas concretos (técnicas deportivas, manejo de equipos...) (Ortiz, 2014)

Los términos habilidad y destreza son frecuentemente abordados por diversos autores en el campo del deporte, sin embargo, no se ha llegado a un acuerdo para definir de manera absoluta los límites que distinguen a ambos términos. Sin embargo, en la academia y la ciencia, la 'habilidad' se considera universalmente determinada y no cambia con la práctica o la experiencia. No obstante, las 'habilidades se describen como conocimientos especializados en una tarea específica que pueden cambiar o desarrollarse con la práctica, y representan una habilidad específica para mejorar una actividad específica. Entonces, la palabra 'habilidad' significa habilidad o talento innato, y 'destreza' significa habilidad, arte o experiencia adquiridos. Contreras (Como se citó en Díaz , 1999).

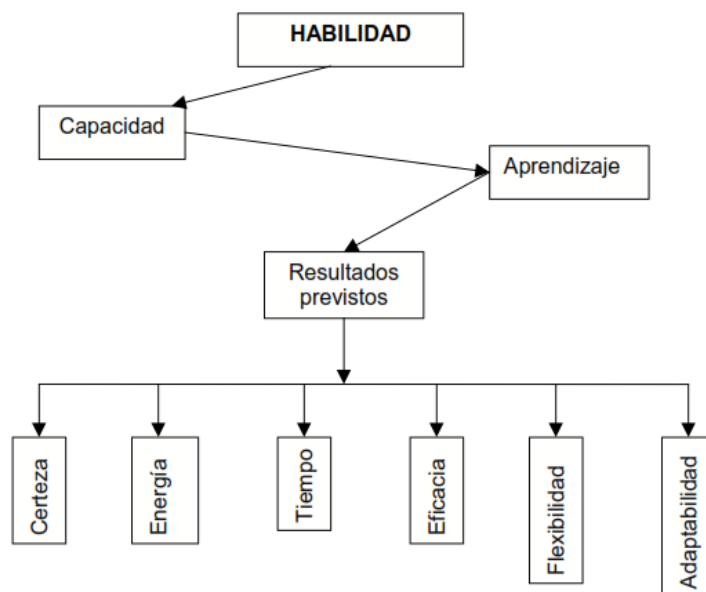
En el deporte, tal y como describen Generelo y Lapetra (Como se citó en Díaz , 1999). El concepto de destreza se refiere a la habilidad adquirida al aprender a operar una acción motriz mediante la cual logra un objetivo deseado con esfuerzo reducido de energía y/o tiempo. Bárbara Knapp sugiere que la palabra 'habilidad', se adquiere en el aprendizaje, que produce resultados esperados con alto grado de certeza y por lo general, con mínimos requerimientos de tiempo, de energía o ambos (Blázquez, 2006).

Cabe señalarse que, a partir de estos referentes, las habilidades van más allá del movimiento como una simple acción, pues tienen como objetivo el logro de una meta, la pregunta implica la dirección y dirección de movimientos motores que tienen algún significado e intención, o sea, el aprendizaje de las habilidades está mediada por el interpretar de las necesidades que surgen en las situaciones motrices y las decisiones intervinientes en el aprendizaje.

Teniendo en cuenta los elementos teóricos expuestos y sobre todo en base al concepto de Contreras, podría decirse que la motricidad significa la adquirir habilidades motrices derivadas del aprendizaje, con una tendencia final, caracterizada por la eficiencia, la flexibilidad y la adaptabilidad. Sumado a ello, las propias habilidades motrices son los medios por los cuales los individuos ven desarrolladas las tareas motrices.

Gráfico 2

Habilidades motrices



Fuente: 'Las Habilidades y Destrezas Motrices en la Educación Física Escolar (s.f.)'.

Por todo lo anterior, la capacidad de gobernar y controlar las habilidades de coordinación motora, modificarlas y pasar de acciones coordinadas a otras acciones posteriores según cada situación. Entonces se concluye que “no existe destreza sin adquirir una determinada habilidad”.

La habilidad ‘Movimiento de carácter natural e innato’, ‘Capacidad de relacionarse al entorno mediante desplazamiento’, ‘Movimiento global del cuerpo’ (Vargas Moreira, 2016, pág. 43).

La destreza ‘Movimiento adquirido o aprendido’, ‘Relacionarse al entorno a través de manipulación de objetos’, ‘Movimientos más finos y manuales’ (Vargas Moreira, 2016, pág. 43).

A contrario, para ciertos autores existen diferencias marcadas ente ambos vocablos, están basadas en:

‘Según su carácter natural e innato (Habilidades) o aprendido (Destrezas)’.

‘Según su carácter motor global (Habilidades) o motor fino (Destrezas)’.

‘Según su carácter locomotor (Habilidades) o manejo de objetos (Destrezas)’.
(Vargas Moreira, 2016, pág. 43)

Entre las características de las Habilidades Motrices Básicas (H.M.B.), Ruiz (1987) considera las siguientes: ‘Común a todos los individuos’, ‘Filogenéticamente hablando, han permitido la supervivencia de ser humano’, ‘Son fundamento de posteriores aprendizajes motores (deportivos o no)’, Según Godfrey y Kephart, como se citó en (Ruiz, 1987) los movimientos básicos pueden agruparse en dos categorías:

Los que involucran principalmente manejar el propio cuerpo. Refiere a actividades de locomoción (andar, correr, etc.) vinculada al equilibrio postural básico (en pie o sentado). (Cidoncha Falcón & Díaz Rivero, 2010, pág. 2).

Los que su accionar fundamentalmente se centre en manejar de objetos, aquellas actividades manipulativas (lanzar, recepcionar, golpear, etc.).

Ruíz (1987) señala que existen coincidencias entre autores, toda vez que consideran a las H.M.B., englobadas todas las acciones posibles a tres agrupaciones concretas:

Locomotrices. La locomoción es lo que caracteriza a este grupo. Ejemplos: andar, correr, saltar, etc.

No locomotrices. Caracterizadas principalmente al manejar y dominar el cuerpo en una determinada área. Por ejemplo, balancearse, girarse, suspenderse, etc.

Proyección/percepción. Caracterizada al proyectar, manipular y recibir móviles y objetos. Ejemplo: lanzar, batear, atrapar, etc.

Desarrollar habilidades requiere una intervención coordinada y equilibrada. Son verdaderos artífices del buen desarrollo de la motricidad y un paso decisivo hacia ellas. Así, cuando relacionamos los conceptos de habilidad y destreza con otro término más complejo, como el de tarea motriz, su significado adquiere el sentido más claro porque,

durante el desarrollo de la tarea, los sujetos demuestran o deben demostrar su nivel de destreza. competencias o habilidades adquiridas en su caso.

Clasificación de las habilidades y destrezas motrices.

CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES Y DESTREZAS.	
AUTORES	PALABRAS-CLAVE
POULTON	Grado de control del individuo sobre el ambiente: cerradas y abiertas
FITTS Y POSNER	Por su origen: adquiridas o innatas
FITTS, POSNER Y OTROS	Por la organización temporal: discretas, seriadas y continuas
FITTS	Por el sistema sujeto-tarea antes de la acción: si están parados o en movimiento
KNAPP	Por el grado de participación cognitiva: habituales y perceptivas
CRATTY	Grado de participación corporal: globales y finas
SINGER	Por el control del sujeto sobre la habilidad: regulación externa, auto y mixta
RIERA	En función de las relaciones de oposición-colaboración.
SÁNCHEZ BAÑUELOS	Según su jerarquía: perceptivas, básicas y específicas
SERRA	Cada edad se corresponde con una habilidad: perceptivas, básicas, genéricas, específicas y especializadas.
BATALLA	Distingue las motrices básicas y las específicas o deportivas.
RIERA	Relación persona-entorno: básicas, técnicas, tácticas, estratégicas, interpretativas

Fuente: (Cañizares Márquez & Carbonero Celis, 2014)

El aprendizaje de habilidades motrices lo que se aprende es a resolver situaciones o problemas motrices a partir de la puesta en acción de manera consciente de estrategias y técnicas personales que desemboquen en la solución correcta y en la consecución del objetivo propuesto. El resultado de todo este trabajo es un movimiento o acción motriz que debe resolver a las exigencias delimitadas previamente.

Otra clasificación sobre habilidades y destrezas es la que Díaz Lucea, (1999) nos presenta a continuación:

H y DMB espacio – corporales. Permiten que los individuos puedan realizar distintas actividades colectivas en espacios adecuados, que pueden ser de diferente tipología: un gimnasio, un patio escolar, una pista polideportiva, etc.

H y DMB tempo – corporales: Son todos aquellos diseñados para priorizar la interacción del individuo con el tiempo. Se trata de que los alumnos se muevan o utilicen

su cuerpo para resolver situaciones de diferente naturaleza según limitaciones de tiempo concretas.

H y DMB instrumentales: A menudo se los denomina comportamientos típicos en educación física y deportes y comportamientos cotidianos en los niños. ‘Este grupo de habilidades consiste en una amplia gama de acciones que tienen que ver con diversos objetos, equipos en movimiento, herramientas, instrumentos, etc.’

H y DMB sociales: El proceso de socialización cobra especial importancia en este grupo y en la concepción del actual sistema educativo.

H y DMB de cooperación: Son aquellos en los alumnos trabajan de forma colaborativa con sus pares para conseguir un objetivo. Este objetivo común está relacionado a la solución de un problema, situación o acción motriz. Suele utilizarse el material móvil (balones, pelotas, discos voladores, etc.)

H y DMB de oposición: Son aquellos donde el estudiante se opone individualmente a las acciones de uno o varios adversarios con el objeto de conseguir sus fines. Ejemplo: ‘Uno o varios alumnos persiguen a los demás para tocarles, si son tocados quedan eliminados del juego’.

H y DMB de cooperación – oposición: Ambos son individuos que actúan con otros socios, cooperando con uno de ellos para oponerse a las acciones de los demás. Aquí surgen diferentes factores, siendo el primero la necesidad de dominar una serie de habilidades como la espacial, la rítmica y la instrumental.

H y DMB estratégicas: El sistema de control involucra dos aspectos clave relacionados con el dominio del conocimiento. Por un lado, el alumno ha de recuperar de su memoria los conocimientos que pueda tener sobre la cuestión planteada y, por otro lado, los conocimientos sobre cómo proceder, es decir, realizar la acción motriz adecuada en cada momento.

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque y tipo de investigación

Según el enfoque es cuantitativo, pues parte de una realidad por conocer. La realidad del fenómeno social puede describirse con la aplicación de teorías, metodologías, técnicas y demás elementos científicos (Ulloa, 2006, pág. 246)

Según su finalidad básica, su objetivo es generar conocimientos mediante la validez de la información de manera teórica y argumentada. (Bernal, 2010).

Según el nivel relacionado de su descripción, mediante la observación y evaluación del orden de aparición de variables, permitiéndose relacionarlas según su grado o nivel (Hernández, R. y Baptista, P.2010).

Asimismo, esta investigación se clasifica como un tipo de investigación transversal, exploratorio y descriptiva.

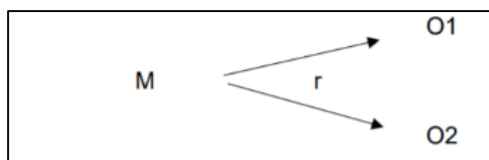
Transversal: Investigación transeccional, al recolectar datos en un solo momento de tiempo (Hernández, Fernández, & del Pilar, 2014) por consiguiente para el año 2021; con ello, se analizará y describirá a las de estudio.

Exploratorio: Es exploratorio, pues, aunque existen investigaciones que han estudiado a las variables de estudio de la presente investigación, sin embargo, son pocas o nulas las investigaciones que estudien este contexto en el departamento de Cajamarca. Por lo tanto, con la investigación se inicia a conocer un nuevo contexto (Hernández, Fernández, & del Pilar, 2014); Con ello, proporcionar otro punto de vista a las investigaciones anteriormente realizadas, pues se estudiarán las variables de forma independiente para posteriormente relacionarlas y analizar un nuevo contexto.

Descriptiva: al analizar cada una de las variables de estudio, por lo cual al final se elabore una descripción detallada sobre cada una de ellas.

a. Diseño de investigación

La investigación responde a la metodología del diseño pre-experimental con un solo grupo, cuyo diagrama esquemático es:



Dónde:

M : Muestra

O1 : Actividad Física

O2 : Destrezas motrices

R : Relación entre las variables

b. Población y muestra de estudio

Población:

Conformada por 681 estudiantes de secundaria de las I.E. “Dos de Mayo” de Cajamarca, 2021.

Población de estudiantes de la I.E. “Dos de Mayo” - Cajamarca

Participantes	Grados					Total
	1°	2°	3°	4°	5°	
Estudiantes de educación secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” de Cajamarca, 2021	148	161	145	117	10	681

Muestra:

La constituyen los estudiantes del segundo grado de educación secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” de Cajamarca matriculados en el año académico 2021.

Estudiantes de segundo grado que conforman la muestra

Participantes	2° Grado						Total
Estudiantes del segundo grado de educación secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” de Cajamarca, 2021	A	B	C	D	E	F	161
	26	27	26	28	28	26	

c. Técnicas e instrumentos de recojo de datos

Para el recojo de datos, se emplearán técnicas de investigación como las siguientes:

- **Observación:** ayudará en la verificación del nivel de incidencia de la actividad física en el desarrollo de las destrezas de los estudiantes de la I.E. “Dos de Mayo” del distrito de Cajamarca.
- **Encuesta:** consistió en elaborar cuestionario para los estudiantes de la I.E.P. “Dos de Mayo” del distrito de Cajamarca para rescatar sus percepciones acerca de la actividad física y el desarrollo de las destrezas motrices dentro de la entidad en estudio.
- **Análisis Documental:** refiere a la literatura que se utilizará, lo que significa usar analizar documentos y libros sobre la actividad física, además de libros relacionados al desarrollo de las destrezas motrices, así como documentos que expliquen la incidencia de la actividad en la salud y el desarrollo, de los que se logrará extraer información necesaria con el fin de elaborar el marco teórico.

d. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Se analizarán los datos recurriendo a la estadística descriptiva haciendo una comparación de las medidas de tendencia central obtenida tras la tabulación de los resultados obtenidos mediante el uso de tablas de frecuencia absolutas y relativas.

e. Aspectos éticos

La investigación realizada es de absoluta confianza y se protege la dignidad de los estudiantes que han sido partícipes de la investigación, así como se han protegido sus identidades. Asimismo, también se considera el consentimiento informado. También afirmo que esta investigación es auténtica, se ha cuidado el reconocimiento de cada autor, y tiene continuidad con el trabajo anterior sobre el tema. Toda la información teórica está citada con respecto al autor original, y se requiere el permiso correspondiente. La institución realiza pruebas psicológicas, que son las mismas que las basadas en la población (edad). Se informa a los participantes del motivo de la evaluación, que se utiliza estrictamente con fines de investigación.

III. RESULTADOS

a. Presentación y análisis de los resultados

Prueba de normalidad

Tabla 1

“Prueba de normalidad por dimensión y variable para la coordinación motriz y la actividad física en estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades motrices básicas locomotrices	0.212	161	0.000	0.877	161	0.000
Habilidades motrices básicas no locomotrices	0.161	161	0.000	0.918	161	0.000
Habilidades motrices básicas de manipulación y contacto	0.112	161	0.000	0.941	161	0.000
Coordinación motriz	0.125	161	0.000	0.932	161	0.000
Intensidad de la actividad física	0.190	161	0.000	0.921	161	0.000
Frecuencia de la actividad física	0.106	161	0.000	0.950	161	0.000
Duración de la actividad física	0.096	161	0.001	0.967	161	0.001
Actividad física	0.090	161	0.003	0.967	161	0.001

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota: Base de datos de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos

Descripción

La tabla 2 muestra la distribución de datos correspondientes a las variables y las dimensiones. Se observa que la muestra está constituida por 161 integrantes. De acuerdo con ello, para tal distribución se tomó en cuenta la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Así mismo, se observa que los datos tanto a nivel de las dimensiones como de las variables tienen un p-valor < 0.05 . En consecuencia, se deduce que éstos tienen una distribución normal, lo que nos indica utilizar la Correlación de Pearson a efectos de determinar la relación entre las variables y éstas con las dimensiones.

Nivel de coordinación motriz y la actividad física

Tabla 2

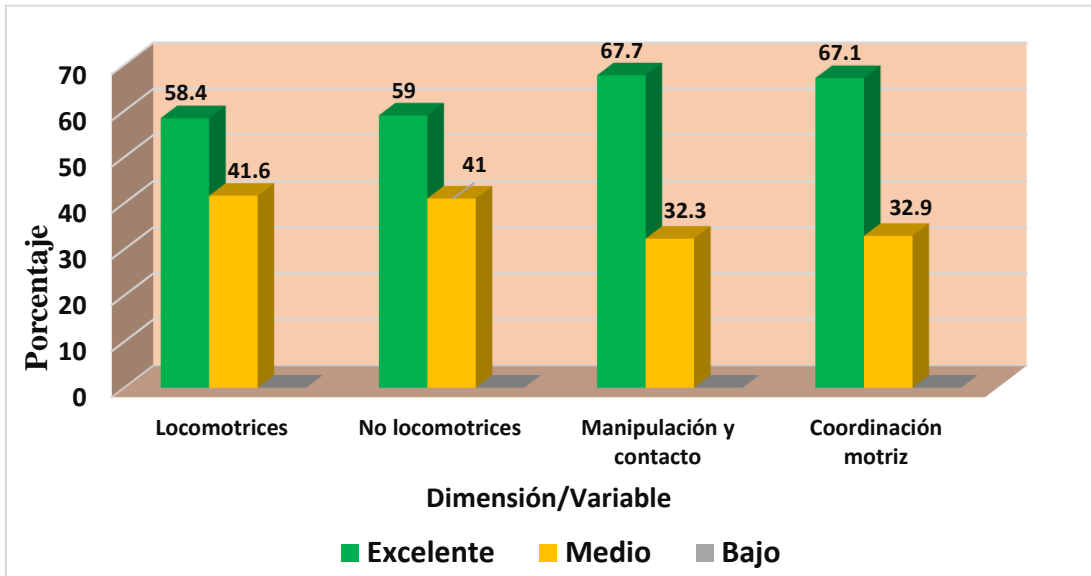
“Nivel de coordinación motriz por dimensión y variable en estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”

Nivel	Dimensiones						Coordinación motriz	
	Habilidades motrices básicas Locomotrices		Habilidades motrices básicas No locomotrices		Habilidades motrices básicas de Manipulación y contacto			
	f	%	f	%	f	%	F	%
Excelente	94	58.4	95	59	109	67.7	108	67.1
Medio	67	41.6	66	41	52	32.3	53	32.9
Bajo	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	161	100	161	100	161	100	161	100

Nota: Base de datos de la aplicación del cuestionario de coordinación motriz

Gráfico 3

Nivel de coordinación motriz por dimensión y variable



Nota: Tabla 1

Descripción

La tabla 1 muestra el nivel de coordinación motriz por dimensión y variable. Así, el 98% de estudiantes tiene un nivel excelente y el 41,6% un nivel bueno de habilidades motrices básicas locomotrices. Así mismo, el 59% muestra un nivel excelente y el 41% un nivel bueno de habilidades motrices básicas no locomotrices. En tanto, el 67,7% de estudiantes tiene un nivel excelente y el 32,3% un nivel bueno de habilidades motrices básicas de manipulación y contacto. Además, en relación a la variable, el 67,1% de estudiantes muestra un nivel excelente y el 32,9% un nivel bueno de coordinación motriz.

Tabla 3

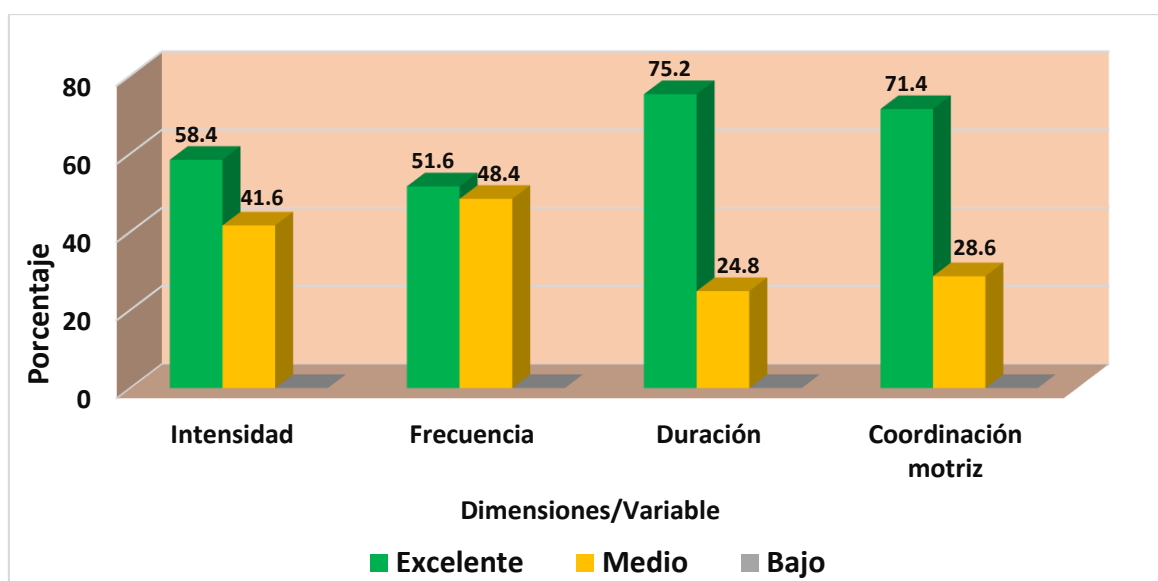
“Nivel de actividad física por dimensión y variable en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”

Nivel	Dimensiones						Coordinación motriz	
	Intensidad		Frecuencia		Duración		F	%
	f	%	f	%	f	%		
Excelente	94	58.4	83	51.6	121	75.2	115	71.4
Medio	67	41.6	78	48.4	40	24.8	46	28.6
Bajo	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	161	100	161	100	161	100	161	100

Nota: Base de datos de la aplicación del cuestionario de coordinación motriz

Gráfico 3

Nivel de coordinación motriz por dimensión y variable en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021



Nota: Tabla 4

Descripción

En la tabla 4 muestra el nivel de actividad física a nivel de dimensión y variable, predominando los niveles excelente y medio. Así, para la dimensión intensidad de la actividad el 58,4% de estudiantes tiene un nivel excelente y el 41,6% un nivel medio. En tanto que para la dimensión frecuencia de la actividad física, el 51,6% tiene un nivel

excelente y el 48,4 un nivel medio. Así mismo, para la dimensión duración el 75,2% muestra un nivel excelente y el 24,8% muestra un nivel medio. A nivel de variable actividad física, el 71,4% tiene un nivel excelente y el 28,6 un nivel medio.

b. Prueba de hipótesis

Relación entre variables

Tabla 4

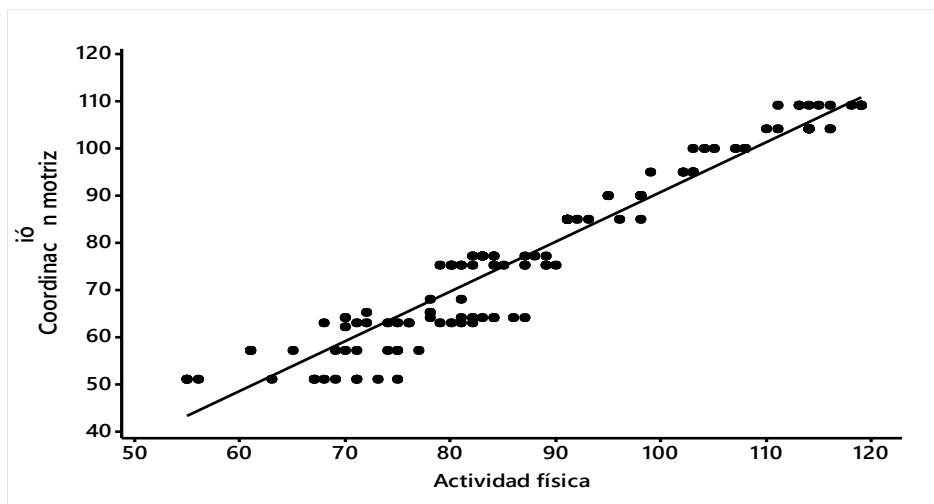
“Relación entre las variables actividad física y coordinación motriz en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”

		Coordinación motriz	Actividad física
Coordinación motriz	Correlación de Pearson	1	0,968**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N	161	161
Actividad física	Correlación de Pearson	0,968**	1
	Sig. (bilateral)	0.000	
	N	161	161

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Gráfico 4

Dispersión de datos entre las variables actividad física y coordinación motriz en alumnos de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca - 2021



Nota: Tabla 5

Descripción

La tabla 5 muestra la relación entre las variables actividad física y coordinación motriz en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca - 2021. Se observa una correlación positiva muy alta ($r = 0,912$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$) lo que implica que si se fortalece la actividad física en los niños también se fortalecerá la coordinación motriz. Así mismo, la figura 1 muestra la dispersión de datos entre las variables, los cuales siguen una distribución normal en la recta.

Relación entre las dimensiones de la coordinación motriz y la variable actividad física

Tabla 5

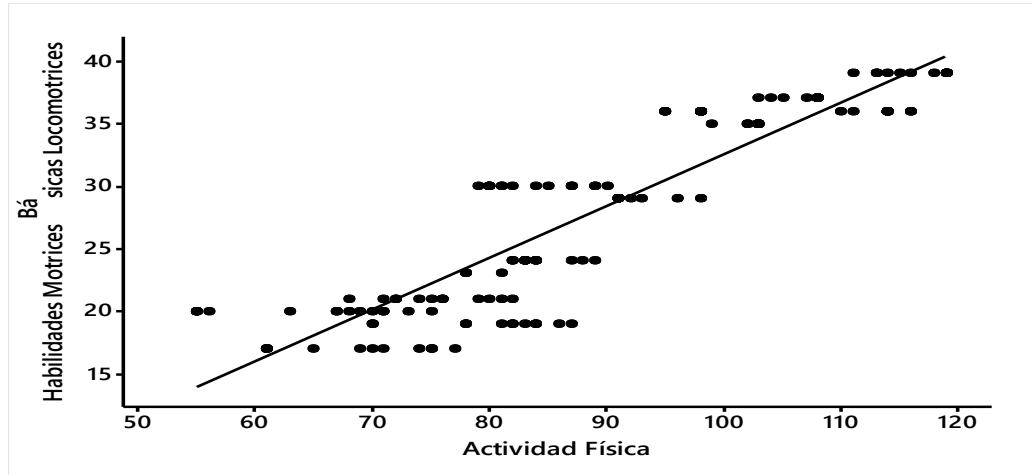
“Relación entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca- 2021”

		Habilidades motrices básicas locomotrices	Actividad física
Habilidades motrices básicas locomotrices	Correlación de Pearson	1	0,912**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N	161	161
Actividad física	Correlación de Pearson	0,912**	1
	Sig. (bilateral)	0.000	
	N	161	161

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Gráfico 5

Dispersión de datos entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca - 2021



Nota: Tabla 6

Descripción

La tabla 6 muestra la relación entre la variable actividad física y la dimensión habilidades motrices básicas locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021. Se observa una correlación positiva muy alta ($r = 9112$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$) lo que implica que si se fortalece la actividad física en los niños también se fortalecerá las habilidades motrices básicas locomotrices. Así mismo, la figura 2 muestra la dispersión de datos para la variable y la dimensión mencionadas, los cuales siguen una distribución normal.

Tabla 6

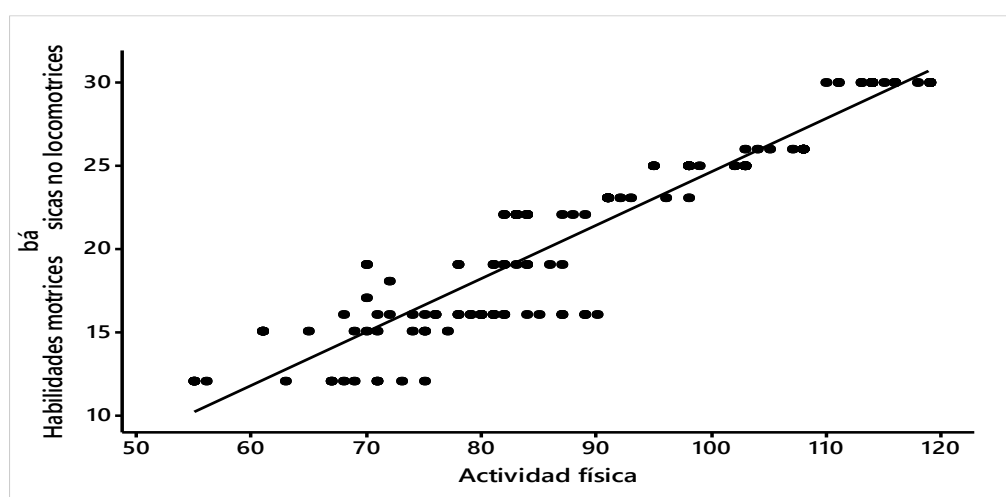
“Relación entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca - 2021”

		Habilidades motrices básicas no locomotrices	Actividad física
Habilidades motrices básicas no locomotrices	Correlación de Pearson	1	0,942**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N	161	161
Actividad física	Correlación de Pearson	0,942**	1
	Sig. (bilateral)	0.000	
	N	161	161

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Gráfico 6

Dispersión de datos entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca - 2021



Nota: Tabla 6

Descripción

La tabla 6 muestra la relación entre la variable actividad física y la dimensión habilidades motrices básicas no locomotrices en los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca - 2021. Se observa una correlación positiva muy alta ($r = 0,912$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$) lo que implica que si se fortalece la actividad física en los niños también se fortalecerá las habilidades motrices básicas no locomotrices. Además, la figura 3 muestra la dispersión de datos para la variable y la dimensión mencionadas, los cuales siguen una distribución normal.

Tabla 7

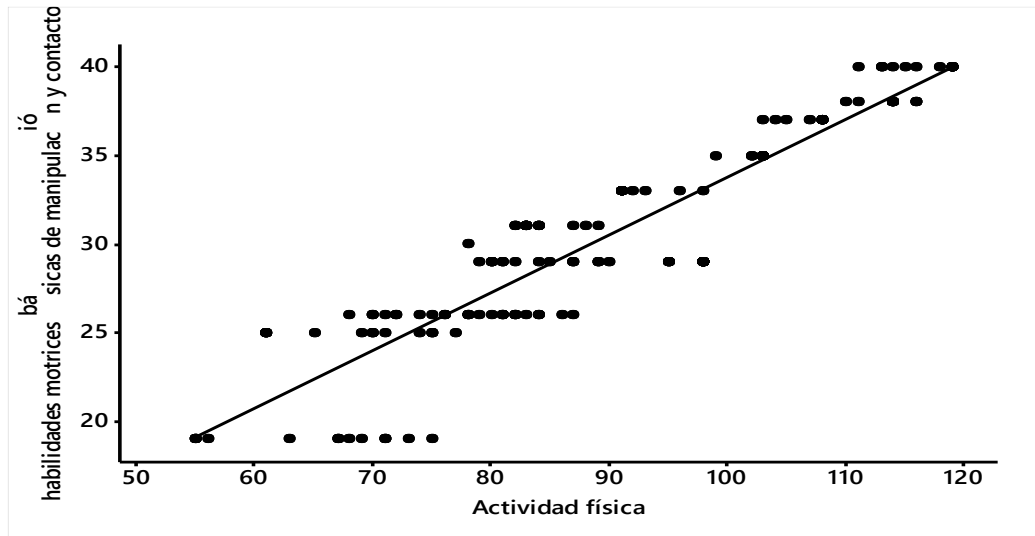
“Relación entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas de manipulación y contacto en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. Dos de mayo, Cajamarca - 2021”

		Habilidades motrices básicas de manipulación y contacto	Actividad física
Habilidades motrices básicas de manipulación y contacto	Correlación de Pearson	1	0,927**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N	161	161
Actividad física	Correlación de Pearson	0,927**	1
	Sig. (bilateral)	0.000	
	N	161	161

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Gráfico 7

Dispersión de datos entre la variable actividad física y las habilidades motrices básicas de manipulación y contacto en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca – 2021



Nota:
Tabla 7

Descripción

La tabla 7 muestra la relación entre las variables actividad física y la dimensión habilidades motrices básicas de manipulación y contacto con los estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca - 2021. Se observa una correlación positiva muy alta ($r = 927$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$) lo que implica que si se incrementa la actividad física en los niños también se incrementarán sus habilidades motrices básicas de manipulación y contacto. Además, la figura 4 muestra la dispersión de datos para la variable y la dimensión mencionadas, los cuales siguen una distribución normal.

IV. RESULTADOS

La investigación buscó dar respuesta a la interrogante de nuestro problema general sobre la relación entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año de secundaria. Debido a ello y luego de la aplicación de los instrumentos y la recopilación de datos, procedemos a discutir los resultados más importantes a los que llegamos, es así por ejemplo que pudimos conocer que diversos investigadores entre ellos Roa et al. (2019), señalan que las habilidades motrices básicas, ven dificultado su desarrollo en aquellos de 3 a 5 años que no van a guarderías, y otra área de déficit es la baja actividad requerida para estas, en los pequeños que participan en itinerarios educativos no institucionales. Ante esa situación los resultados que encontramos refieren que en el nivel de coordinación motriz los estudiantes presentan altos porcentajes a nivel locomotriz, no locomotriz, manipulación y contacto y coordinación motriz. Esto según lo observado. Así también podemos apreciar en el trabajo de Meza y Alejandro (2018), cuyos resultados demuestran que el nivel de actividad física se asoció con una coordinación motora moderada ($p < 0,05$). Así también, el 61,4% presentaba niveles positivos de actividades físicas, el 35,2% coordinación motora moderada y el 33,3% coordinación motora alta, pudiendo concluir en que “la actividad física activa guarda relación con la moderada coordinación motriz, asimismo el sexo masculino predomina en ambas variables”. Estos resultados apoyan a los resultados que encontramos en cuanto a que el 98% de estudiantes tiene un nivel excelente y el 41,6% un nivel bueno de habilidades motrices básicas locomotrices. Otra investigación por parte de Arévalo y Arévalo (2019), Teniendo en cuenta la experiencia de actividades deportivas aplicadas (recomendado), fortalece y desarrolla el aprendizaje psicomotor en los alumnos del grupo de intervención en la práctica de la disciplina fútbol movimiento, demostrando una mejora del 85% en el dominio de los elementos técnicos, en niveles buenos y muy buenos. En tal sentido en esta investigación se encontró la relación significativa entre las variables actividad física y coordinación motriz en estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca - 2021. Es así que según resultados podemos señalar que se observa una correlación positiva muy alta ($r = 968$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$) lo que implica que si se fortalece la actividad física en los niños también se fortalecerá la coordinación motriz.

V. CONCLUSIONES

De la investigación realizada concluimos: que el nivel de coordinación motriz por dimensión y variable en los estudiantes de segundo año de secundaria se tiene que el 67.1% de estudiantes muestran una coordinación motriz en excelente, mientras que el 32.9% están en un nivel medio y ningún estudiante se encuentra en el nivel bajo. Mientras que en actividad física el 71.4% de estudiantes se encuentra en nivel excelente, 28.6% nivel medio y ninguno en nivel bajo. La tabla 5 muestra la relación entre las variables actividad física y coordinación motriz en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021. Se observa una correlación positiva muy alta ($r = 968$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$).

Por lo tanto, tras analizar los datos estadísticamente se puede llegar a concluir que la actividad física guarda relación directa con la destreza motriz; debido a eso, se considera a la hipótesis planteada como válida para la población de estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021.

VI. RECOMENDACIONES

Este estudio deja las condiciones adecuadas para invitar a otros investigadores a retomar el estudio de las variables tomadas, sin embargo, creemos conveniente utilizar una cantidad mayor de muestra con la finalidad de resultados más representativos. También considero que sería importante incluir otras instituciones educativas del sector público y privado, al igual que considerar a un número mayor de población a fin de establecer políticas de prácticas saludables de actividades físicas.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arévalo y Arévalo (2019). *Actividades motrices de educación física, para el aprendizaje de la conducción del balón y el pase con el pie en el fútbol en estudiantes del 5º grado de educación primaria de la I.E. Fe Y Alegría N°79 Cutervo – Cajamarca.*
- Bernal C. A. (2010). *Metodología de la Investigación*. Tercera edición. Editorial Pearson Educación de Colombia Ltda.
- Bertrand, R. (s.f.). *La teoría de las inteligencias múltiples de Gardner*.
<https://psicologiaymente.net/inteligencia/teoria-inteligencias-multiples-gardner>
- Blanes, A. (s.f.). *La teoría de las inteligencias múltiples*.
http://bioinformatica.uab.cat/base/documents/genetica_gen/portfolio/La%20teor%C3%ADa%20de%20las%20Inteligencias%20m%C3%BAltiples%202016_5_25P23_3_27.pdf
- Burgos & Rugel (2017). *Estrategia didáctica para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en educación física del subnivel básico elemental*. Ecuador
- Camacho, L. (2012). *El juego cooperativo como promotor de habilidades sociales en niñas de 5 años* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica Del Perú, Lima.
- Díaz Lucea, (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. España.
- Gil, Contreras y Gómez (). *Las Habilidades y Destrezas Motrices en la Educación Física Escolar Animada*. España. <https://www.redalyc.org/pdf/800/80004706.pdf>
- Franco, F. (2005). *El desarrollo de habilidades motrices básicas en educación inicial* (Tesis de pregrado). Universidad De Los Andes, Mérida.
<http://bdigital.ula.ve/pdf/pdfpregrado/2/TDE-2006-07-18T12:40:57Z-172/Publico/francofreddy.pdf>
- Gastiaburú, G. (2012). *Programa “juego, coopero y aprendo” para el desarrollo psicomotor de niños de 3 años de una I.E. del Callao* (Tesis de maestría). Universidad San Ignacio De Loyola, Lima; Perú.

http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1194/1/2012_Gastiabur%20A_Programa%20-Juego,%20coopero%20y%20aprendo-%20para%20el%20desarrollo%20psicomotor%20de%20ni%C3%B1os%20de%202012a%20de%20una%20IE%20del%20Callao.pdf

Hernández, R.; Fernández, Carlos & Baptista Pilar, L. (2006). *Metodología de la Investigación*. Abril. Iztapalapa. México, p 839.

Las Habilidades y Destrezas Motrices en la Educación Física Escolar (s.f.). Habilidades motrices básicas y específicas.
<http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/Habilidades.pdf>

Meza & Alejandro (2018). *Relación entre el nivel de actividad física y la coordinación motriz en niños de primaria de la Institución Educativa Privada América - Ate, 2018.* Perú

MINSA (2015). *Módulo Educativo: Promoción de la Actividad Física Para la Salud:*
<http://www.minsa.gob.pe/bvsminsa.asp>

MINEDU (2017). *Lineamientos para la organización y funcionamiento pedagógico de espacios educativos de educación básica regular.* Perú.

Organización Mundial de la Salud (OMS). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud.* Consultado el 12 de diciembre de 2016, en:
<http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>

Ortiz, D. (2014). *La actividad física y su incidencia en el desarrollo de las habilidades y destrezas de los niños/as de educación inicial del centro infantil “Los Girasoles” de la Parroquia Atahualpa de la Ciudad de Ambato* (Tesis de pregrado). Universidad Técnica De Ambato, Ecuador.
<http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/8852/1/FCHE-CFS-353.pdf>

Roa, Hernández y Valero (2019). *Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa educa a tu hijo.* Cuba

Suárez, J. (2015). *Ejercicios físicos para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños/as de 9 años en la escuela de educación básica “Ballenita”, Cantón Santa*

Elena, Provincia de Santa Elena, periodo lectivo 2014 – 2015 (Tesis de pregrado).
Universidad Estatal Península De Santa Elena, La Libertad, Ecuador.
<http://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/3638/1/UPSE-TEF-2015-0058.pdf>

Valero, A.; Gómez, M.; Gavala, J.; Ruiz, F. y García, M. (2007). *¿Por qué no se realiza actividad físico-deportiva en el tiempo libre? Motivos y correlatos sociodemográficos.* Retos. [Dialnet-PorQueNoSeRealizaActividadFisicodeportivaEnElTiemp-2368049.pdf](http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2368049)

Villegas, F. y Ortín, V. (junio de 2010). *Desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices básicas a través de juegos atléticos de ejecución simple.* efdeportes.com.
<http://www.efdeportes.com/efd145/habilidades-motrices-basicas-a-traves-de-juegos-atleticos.htm>

ANEXOS

Anexo 1: Instrumentos de medición

CUESTIONARIO DE COORDINACIÓN MOTRIZ

El instrumento está conformado por cuatro dimensiones: Habilidades motrices básicas locomotrices (8 ítems), Habilidades motrices básicas no locomotrices (6 ítems) y habilidades motrices básicas de manipulación y (8 ítems), en total, cuenta con 22 ítems, estableciendo que se medirá mediante la escala siguiente:

Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4

Instrucciones: Estimado docente se solicita que de acuerdo con el trabajo y actividades desarrolladas durante las sesiones de aprendizaje complete el siguiente cuestionario.

DATOS INFORMATIVOS:

GRADO: SECCIÓN: FECHA:

.....

INSTRUCCIÓN:

N°	DIMENSIÓN / ÍTEMS	VALORACIÓN			
		4	3	2	1
DIMENSIÓN HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS LOCOMOTRICES					
1	Interactúa de manera asertiva con los demás en la práctica lúdica y deportiva.				
2	Respeto las normas de juego, liderazgo, tolerancia, actitud proactiva, la resolución de conflictos				

	interpersonales en actividades lúdicas y deportivas				
3	Participa en los juegos tradicionales y/o populares, deportivos con entusiasmo				
4	Crea juegos y actividades que se ajusten a las necesidades y posibilidades del grupo				
5	Forma pares de distinto género y a compañeros con desarrollo diferente, con una actitud crítica ante todo tipo de discriminación en actividades lúdicas y deportivas				
6	Establece junto a sus pares soluciones estratégicas incorporando elementos técnicos y tácticos en juegos y deportes				
7	Incorpora las reglas en todas las actividades lúdicas y deportivas demostrando el juego limpio				
8	Utiliza indumentaria adecuada en las prácticas lúdicas y deportivas				
SUB TOTAL DIMENSIÓN					
DIMENSIÓN HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS NO LOCOMOTRICES					
9	Realiza correctamente el voleo a su compañero				
10	Hace sus saques directo al objetivo previsto				
11	Lanza pelotas a distancias determinadas				
12	Escribe correctamente en la computadora				

13	Encaja correctamente la llave dentro de una cerradura				
14	Controla móviles al lanzar, golpear, recepcionar teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los otros con coordinación				
SUB TOTAL DIMENSIÓN					
DIMENSIÓN HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE MANIPULACIÓN Y CONTACTO					
15	Lanza objetos de diferentes formas y tamaños con una o ambas manos				
16	Golpea un objeto, utilizando diferentes partes del cuerpo				
17	Golpea un globo con la mano hacia un aro				
18	Lanza un balón con una sola mano, vertical hacia arriba				
19	Mantiene un balón con ambas manos delante del cuerpo				
20	Lanza un balón de una mano a la otra (el balón pasa por encima de la cabeza)				
21	Mantiene un balón entre las piernas separadas de forma cruzada				
22	Coge una pelota lanzada por uno de sus compañeros				
SUB TOTAL DIMENSIÓN					
TOTAL VARIABLE					

ESCALA PARA MEDIR LA ACTIVIDAD FÍSICA

Este instrumento está conformado por tres dimensiones: Intensidad de la actividad física (8 ítems), Frecuencia de la actividad física (8 ítems) y Duración de la actividad física (8 ítems), en suma, cuenta con 24 ítems, estableciendo que se medirá mediante la escala siguiente:

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

ESCALA PARA MEDIR LA ACTIVIDAD FÍSICA

INSTRUCCIONES: Estimado estudiante, se te presenta una serie de ítems de diverso tipo, para su solución debes analizar previamente cada pregunta y las alternativas propuestas, una de las cuales es la correcta, agradezco responder con la mayor veracidad posible, ya que la información será anónima y confidencial

N°	DIMENSIONES / ÍTEMS	VALORACIÓN				
		5	4	3	2	1
DIMENSIÓN INTENSIDAD DE LA ACTIVIDAD FÍSICA						
1	Corres durante 30 minutos 5 veces por semana					
2	Corres 50 metros sin detenerse					
3	Te desplazas rebotando balón de básquet					
4	Conduces el balón de básquet en zigzag					
5	Conduces el balón de futbol con el pie					

6	Te desplazas lanzando y recibiendo el balón					
7	Bailas durante 10 minutos con ritmos rápidos.					
8	Subes y bajas 3 gradas (6 repeticiones con intervalos de 30 segundos)					
SUB TOTAL DIMENSIÓN						
DIMENSIÓN FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA						
9	Barres el patio de manera adecuada					
10	Barres el aula de su grado.					
11	Riegas las plantas con un balde					
12	Realizas caminatas por 20' 3 veces a la semana					
13	Caminas transportando objeto					
14	Lavas su plato después de almorzar					
15	Bailas cuando escucha música con ritmos lentos.					
16	Caminas al sonido de la pandereta					
SUB TOTAL DIMENSIÓN						
DIMENSIÓN DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA						

17	Pintas un dibujo sentado en una silla.					
18	Armas rompecabezas sentado					
19	Ayudas a cortar verduras para preparar ensalada					
20	Descansas después de almorzar.					
21	Ves televisión por más de una hora					
22	Te desplazas a su casa en vehículo.					
23	Permaneces quieto cuando escucha música					
24	Te sientas y no participa del juego en el recreo					

Anexo 02 Ficha Técnica

Nombre original del instrumento:	Cuestionario de coordinación motriz
Autor	Derian Hugo Bernal Santos Adaptado por Luis Silva Vega
Año:	2021

Objetivo del instrumento:	Determinar la relación que existe entre la actividad física y la coordinación motriz en estudiantes del VI ciclo del nivel secundario.																	
Usuarios:	Estudiantes del nivel secundario																	
Forma de administración o modo de aplicación:	Los docentes se encargarán de completar el cuestionario y responder en base a la observación que realizan en sus aulas.																	
Validez: (Presentar la constancia de validación de expertos)	<table border="1" data-bbox="619 719 1474 1003"> <thead> <tr> <th data-bbox="619 719 999 801">EXPERTOS</th> <th data-bbox="999 719 1185 801">RESUMEN DE VALORACION</th> <th data-bbox="1185 719 1474 801">OPINION DE APLICABILIDAD</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="619 801 999 860">Gamarra Patricia Chirinos Olga</td> <td data-bbox="999 801 1185 860">90</td> <td data-bbox="1185 801 1474 860">Procede su aplicación</td> </tr> <tr> <td data-bbox="619 860 999 916"></td> <td data-bbox="999 860 1185 916">90</td> <td data-bbox="1185 860 1474 916">Procede su aplicación</td> </tr> <tr> <td data-bbox="619 916 999 972"></td> <td data-bbox="999 916 1185 972">95</td> <td data-bbox="1185 916 1474 972">Procede su aplicación</td> </tr> <tr> <td data-bbox="619 972 999 1003">TOTAL</td> <td data-bbox="999 972 1185 1003">82 %</td> <td data-bbox="1185 972 1474 1003">Es aplicable</td> </tr> </tbody> </table> <p data-bbox="619 1061 1501 1151">Su respectiva constancia lo encontramos en las páginas siguientes.</p>			EXPERTOS	RESUMEN DE VALORACION	OPINION DE APLICABILIDAD	Gamarra Patricia Chirinos Olga	90	Procede su aplicación		90	Procede su aplicación		95	Procede su aplicación	TOTAL	82 %	Es aplicable
EXPERTOS	RESUMEN DE VALORACION	OPINION DE APLICABILIDAD																
Gamarra Patricia Chirinos Olga	90	Procede su aplicación																
	90	Procede su aplicación																
	95	Procede su aplicación																
TOTAL	82 %	Es aplicable																
Confiable: (Presentar los resultados estadísticos)	En la tabla 6 se observa la relación entre las variables actividad física y la dimensión habilidades motrices básicas locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021. Se observa una correlación positiva muy alta ($r = 9112$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$) lo que implica que si se fortalece la actividad física en los niños también se fortalecerá la habilidades motrices básicas locomotrices.																	

Nombre original del instrumento:	Escala para medir la actividad física																	
Autor	Cirilo Juan Cabello Rivadeneyra Adaptado por Luis Silva Vega																	
Año:	2022																	
Objetivo del instrumento:	Determinar la relación que existe entre la actividad física y la coordinación motriz en estudiantes del VI ciclo del nivel secundario.																	
Usuarios:	Estudiantes del nivel secundario																	
Forma de administración o modo de aplicación:	Los estudiantes se encargarán de completar el cuestionario y responder acorde a las actividades que realizan.																	
Validez: (Presentar la constancia de validación de expertos)	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>RESU LTADO DE VALORACION</th> <th>OPINION DE APLICABILIDAD</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Gamarra Chirinos Olga</td> <td>90</td> <td>Procede su aplicación</td> </tr> <tr> <td>Patricia</td> <td>90</td> <td>Procede su aplicación</td> </tr> <tr> <td></td> <td>95</td> <td>Procede su aplicación</td> </tr> <tr> <td>TOTAL</td> <td>82 %</td> <td>Es aplicable</td> </tr> </tbody> </table> <p>Su respectiva constancia lo encontramos en las páginas siguientes.</p>				RESU LTADO DE VALORACION	OPINION DE APLICABILIDAD	Gamarra Chirinos Olga	90	Procede su aplicación	Patricia	90	Procede su aplicación		95	Procede su aplicación	TOTAL	82 %	Es aplicable
	RESU LTADO DE VALORACION	OPINION DE APLICABILIDAD																
Gamarra Chirinos Olga	90	Procede su aplicación																
Patricia	90	Procede su aplicación																
	95	Procede su aplicación																
TOTAL	82 %	Es aplicable																
Confiabilidad: (Presentar los resultados estadísticos)	En la tabla 6 se observa la relación entre las variables actividad física y la dimensión habilidades motrices básicas locomotrices en estudiantes de segundo año de secundaria de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021. Se observa una correlación positiva muy alta ($r = 9112$) estadísticamente significativa ($p < 0,01$) lo que implica que si se fortalece la actividad física en los niños también se fortalecerá la habilidades motrices básicas locomotrices.																	

Anexo 03: Matriz de operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTO
Variable 1: Actividad física	Conducta positiva protectora y promotora de la salud, conveniente y necesaria para el desarrollo armonioso y equilibrado del ser humano. (Marín, 2010, pág. 156)	Acciones tendientes a mantener el cuerpo sano y con la energía suficiente para realizar sus actividades.	Intensidad de la actividad física	Constituido por el tiempo y frecuencia de realización de las actividades físicas	1,2,3,4,5,6,7,8	Cuestionario
			Frecuencia de la actividad física	Actividades que realiza el estudiante en su desenvolvimiento diario en la escuela y en su hogar	9,10,11,12,13,14,15,16.	
			Duración de la actividad física	Representado por espacio de tiempo entre el descanso y actividad.	17,18,19,20,21,22,23,24.	
Variable 2: Destreza motriz	Son movimientos manipulativos que usualmente definen las actividades locales del cuerpo, tales como las destrezas manuales y verbales de manera que los movimientos precisos y detallados pueden ser guiados para realizar operaciones controladas y de estímulos muy exigentes. (Blázquez, 2006, pág. 47)	Conjunto de acciones que contribuyen al desarrollo equilibrado y armónico del cuerpo y permiten el desplazamiento adecuado del individuo.	Habilidades motrices básicas locomotrices	Representado por las actividades de traslación y desplazamiento.	1,2,3,4,5,6,7,8	Cuestionario de coordinación motriz
			Habilidades motrices básicas no locomotrices	Se tiene en cuenta los movimientos realizados en el mismo lugar o espacio en que se encuentra el sujeto sin trasladarse.	9,10,11,12,13, 14,15,16	
			Habilidades motrices básicas de manipulación y contacto	Representado por movimientos realizados con las manos, coger empujar, agarrar.	17,18,19,20,21,22,23,24	

Anexo 03 Validez y fiabilidad de instrumentos

INSTRUCTIVO PARA LOS JUECES

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del instrumento de investigación que le mostramos, indique de acuerdo a su criterio y su experiencia profesional el puntaje de que si la pregunta permite capturar las variables de investigación del formato.

En la evaluación de cada ítem, utilice la siguiente escala:

RANGO	SIGNIFICADO
1	Descriptor no adecuado y debe ser eliminado
2	Descriptor adecuado, pero debe ser modificado
3	Descriptor adecuado

Los rangos de la escala propuesta deben ser utilizados teniendo en consideración los siguientes criterios:

- ❖ Vocabulario adecuado al nivel académico de los entrevistados
 - ❖ Claridad en la redacción
 - ❖ Matriz de Consistencia Lógica y Metodológica.

Recomendaciones:

.....
.....
.....
.....

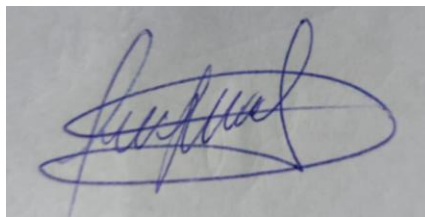
Por su generosa colaboración

Gracias

JUEZ 01

Apellidos y nombres	Fiestas Sempertegui José Luis
Grado Académico	Doctor
Mención	En educación Superior

Firma y sello



DNI N° 18166888

VALIDEZ DE JUICIO DE
EXPERTOS

INSTRUCTIVO PARA LOS
JUECES

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del instrumento de investigación que le mostramos, indique de acuerdo a su criterio y su experiencia profesional el puntaje de que si la pregunta permite capturar las variables de investigación del formato.

En la evaluación de cada ítem, utilice la siguiente escala:

RANGO	SIGNIFICADO
1	Descriptor no adecuado y debe ser eliminado
2	Descriptor adecuado, pero debe ser modificado
3	Descriptor adecuado

Los rangos de la escala propuesta deben ser utilizados teniendo en consideración los siguientes criterios:

- ❖ Vocabulario adecuado al nivel académico de los entrevistados
 - ❖ Claridad en la redacción
 - ❖ Matriz de Consistencia Lógica y Metodológica.

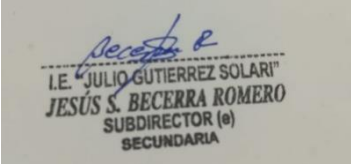
Recomendaciones:

.....
.....

Por su generosa colaboración

Gracias

JUEZ 02

Apellidos y nombres	Becerra Romero Jesús Samuel
Grado Académico	Doctor
Mención	Psicología
Firma y sello	

VALIDEZ DE JUICIO DE
EXPERTOS

INSTRUCTIVO PARA LOS
JUECES

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del instrumento de investigación que le mostramos, indique de acuerdo a su criterio y su experiencia profesional el puntaje de que si la pregunta permite capturar las variables de investigación del formato.

En la evaluación de cada ítem, utilice la siguiente escala:

RANGO	SIGNIFICADO
1	Descriptor no adecuado y debe ser eliminado
2	Descriptor adecuado, pero debe ser modificado
3	Descriptor adecuado

Los rangos de la escala propuesta deben ser utilizados teniendo en consideración los siguientes criterios:

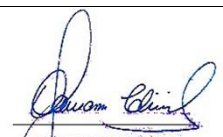
- ❖ Vocabulario adecuado al nivel académico de los entrevistados
- ❖ Claridad en la redacción
- ❖ Matriz de Consistencia Lógica y Metodológica.

Recomendaciones:

.....
.....

Por su generosa colaboración. Gracias

JUEZ 03

Apellidos y nombres	Gamarra Chirinos Olga Patricia
Grado Académico	Doctora
Mención	Psicología Infantil
Firma y sello	 D.N.I. N° 17810953 OLGA PATRICIA GAMARRA CHIRINOS

Anexo 04 Base de datos

N°	DIMENSIONES														
	HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS LOCOMOTRICES								Σ	HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS NO LOCOMOTRICES					
	1	2	3	4	5	6	7	8		9	10	11	12	13	14
1	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	3
2	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
3	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
4	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
5	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
6	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
7	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
8	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
9	4	2	2	2	2	2	2	3	20	2	2	2	2	2	2
10	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
11	3	2	2	4	2	3	2	2	20	5	2	3	3	2	2
12	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
13	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
14	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
15	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
16	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
17	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
18	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
19	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
20	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
21	4	2	2	2	2	2	2	3	20	2	2	2	2	2	2
22	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
23	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
24	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
25	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
26	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
27	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5

28	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
29	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
30	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
31	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
32	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
33	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
34	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
35	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
36	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
37	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
38	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
39	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
40	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
41	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
42	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
43	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
44	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
45	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
46	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
47	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
48	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
49	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
50	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
51	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
52	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
53	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
54	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3

55	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
56	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
57	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
58	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
59	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
60	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
61	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
62	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
63	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
64	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
65	5	5	5	5	5	5	2	5	36	5	5	5	5	5	5
66	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
67	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
68	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
69	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
70	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
71	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
72	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
73	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
74	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
75	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
76	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
77	5	5	5	5	5	5	2	5	36	5	5	5	5	5	5
78	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
79	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
80	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
81	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2

82	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
83	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
84	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
85	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
86	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
87	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
88	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
89	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
90	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
91	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
92	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
93	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
94	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
95	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
96	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
97	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
98	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
99	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
100	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
101	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
102	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
103	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
104	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
105	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
106	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
107	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
108	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4

109	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
110	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
111	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
112	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
113	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
114	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
115	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
116	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
117	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
118	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
119	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
120	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
121	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
122	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
123	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
124	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
125	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
126	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
127	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
128	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
129	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
130	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
131	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
132	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
133	4	2	3	2	1	3	4	2	21	3	5	2	3	2	1
134	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
135	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5

136	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
137	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
138	2	3	1	3	3	2	1	4	19	4	3	3	3	3	3
139	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
140	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
141	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
142	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
143	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	2	2	2	2
144	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
145	4	2	3	2	3	3	4	2	23	3	5	2	3	2	1
146	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
147	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
148	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
149	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5
150	2	3	3	3	3	2	3	4	23	4	3	3	3	3	3
151	3	3	3	4	4	3	4	5	29	5	5	3	2	4	4
152	5	4	4	4	4	5	5	5	36	5	4	4	4	4	4
153	4	2	2	2	2	2	3	3	20	2	2	2	2	2	2
154	5	4	5	4	4	5	5	5	37	5	5	4	4	4	4
155	3	2	2	2	2	2	2	2	17	5	2	4	4	4	4
156	5	4	4	4	4	5	5	4	35	4	5	4	4	4	4
157	4	2	3	2	3	3	4	2	23	3	5	2	3	2	1
158	4	3	3	3	3	4	2	2	24	5	5	3	3	3	3
159	5	5	5	5	4	5	5	5	39	5	5	5	5	5	5
160	5	2	5	2	2	5	5	4	30	5	2	2	2	3	2
161	5	5	5	5	5	2	5	4	36	5	5	5	5	5	5

Anexo 05: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLE	DIMENSION	INDICADOR	INSTRUMENTO
PROBLEMA PRINCIPAL ¿Qué relación existe entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de mayo” Cajamarca- 2021	OBJETIVO GENERAL Determinar la relación que existe entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de mayo” Cajamarca- 2021.	HIPOTESIS PRINCIPAL Existe relación significativa entre la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes del segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de mayo” Cajamarca- 2021.	Independiente Actividad física	Intensidad de la actividad física	Constituido por el tiempo y frecuencia de realización de las actividades físicas	ESCALA PARA MEDIR LA ACTIVIDAD FÍSICA
				Frecuencia de la actividad física	Actividades que realiza el estudiante en su desenvolvimiento diario en la escuela y en su hogar	
				Duración de la actividad física	Representado por espacio de tiempo entre el descanso y actividad.	
PROBLEMAS SECUNDARIOS a. ¿Cuál es el nivel de la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021? b. ¿Qué relación existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices de los	OBJETIVOS ESPECÍFICOS a. Conocer el nivel de la actividad física y las destrezas motrices en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021 b. Conocer la relación que existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices de	HIPOTESIS SECUNDARIAS a) El nivel de actividad física y destrezas motrices en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021 es significativo. b) Existe relación significativa entre la actividad física y las habilidades motrices básicas locomotrices de	Dependiente Destrezas motoras	Habilidades motrices básicas locomotrices	Representado por las actividades de traslación y desplazamiento.	CUESTIONA-RIO DE COORDINACIÓN MOTRIZ
				Habilidades motrices básicas no locomotrices	Se tiene en cuenta los movimientos realizados en el mismo lugar o espacio en que se encuentra el sujeto sin trasladarse.	
				Habilidades motrices básicas de manipulación y contacto	Representado por movimientos realizados con las manos, coger empujar, agarrar.	

<p>estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca-2021?</p> <p>c. ¿Qué relación existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021?</p> <p>d. ¿Qué relación existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas de locomoción y contacto en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021</p>	<p>los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021</p> <p>c. Conocer la relación que existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021</p> <p>d. Conocer la relación que existe entre la actividad física y las habilidades motrices básicas de manipulación y contacto en los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021</p>	<p>los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021</p> <p>c) Existe relación significativa entre la actividad física y las habilidades motrices básicas no locomotrices de los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021</p> <p>c) Existe relación significativa entre la actividad física y las habilidades motrices básicas de manipulación y contacto de los estudiantes de segundo año del nivel secundario de la I.E. “Dos de Mayo” Cajamarca- 2021</p>				
---	--	--	--	--	--	--