

**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y  
EDUCACIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**



**TESIS**

**Juegos para las habilidades motrices en estudiantes del 1° de secundaria I.E.**

**N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca.**

Presentada para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación, Especialidad de Educación Física.

**Investigador(es):**

Bach. Granda Garcia Edom

Bach. Aldaz Flores Wilson Yasser

**Asesor:**

Mg. Granados Barreto Juan Carlos

**Lambayeque-Perú**

**2026**

**Juegos para las habilidades motrices en estudiantes del 1° de secundaria I.E.  
N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca.**

ii

Tesis presentada para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación,  
Especialidad de Educación Física.



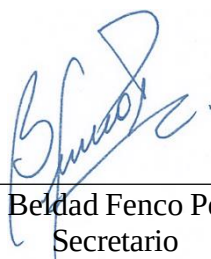
Bach. Granda Garcia Edom  
Investigador



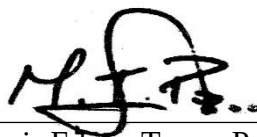
Bach. Aldaz Flores Wilson Yasser  
Investigador



Dr. Percy Morante Gamarra  
Presidente



Dra. Beldad Fenco Periche  
Secretario



Dr. Luis Edwin Torres Paz  
Vocal



Mg. Juan Carlos Granados Barreto  
Asesor



**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN**  
**UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**



**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**  
**N° 249-2026**

Siendo las 17:00 horas, del día jueves 05 de marzo 2026 se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet: <https://meet.google.com/yoz-uaez-jyh> por mandato de la Resolución N° 0739-2026-D-FACHSE de fecha 04 de marzo de 2026 que autoriza la sustentación, se reunieron los miembros del Jurado designado según Resolución N° 0245-2024-D-FACHSE de fecha 17 de abril de 2024; Jurado integrado por los siguientes miembros:

|                        |                                       |
|------------------------|---------------------------------------|
| Presidente(a)          | : Dr. Percy Carlos Morante Gamarra    |
| Secretario(a)          | : Dra. Beldad Fenco Periche           |
| Vocal                  | : M. Sc. Luis Edwin Torres Paz        |
| Asesor(a) Metodológico | : M. Sc. Juan Carlos Granados Barreto |
| Asesor(a) Científico   | :                                     |

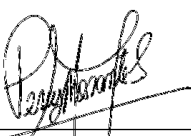


Con la finalidad de evaluar la(el) Tesis titulada(o): JUEGOS PARA LAS HABILIDADES MOTRICES EN ESTUDIANTES DEL 1° DE SECUNDARIA I.E. N° 16940 JOSÉ ANTONIO ENCINAS FRANCO, NAMALLE, CAJAMARCA. Presentada por ALDAZ FLORES WILSON YASSER y GRANDA GARCIA EDOM para obtener el Título profesional de Licenciado(a) en Educación, especialidad de Educación Física.

Leída la resolución de autorización, se inicia el acto de sustentación, al término del cual y de conformidad con el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) y el Reglamento de Grados y Títulos de la UNPRG (Res. N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio de 2023), los miembros del jurado realizaron la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al/los sustentante(s), quien(es) respondió(eron) las interrogantes planteadas.

Dada la deliberación correspondiente por parte del jurado, se sucedió la valoración, **obteniendo el calificativo de 16 en la escala vigesimal, que equivale a la mención de Bueno**.

Siendo las 17:55 horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

  
Dr. Percy Carlos Morante Gamarra  
PRESIDENTE(A)

  
Dra. Beldad Fenco Periche  
SECRETARIO(A)

  
M. Sc. Luis Edwin Torres Paz  
VOCAL

**OBSERVACIONES:** Debido a cruce de horarios de uno de los miembros del jurado, la sustentación se desarrolló a las 17:00 horas del mismo día y por el mismo enlace.

## CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, Juan Carlos Granados Barreto, usuario revisor de la tesis titulada **Juegos para las habilidades motrices en estudiantes del 1° de secundaria I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca**. Cuyos autores son, Granda Garcia Edon, identificado con DNI N° 47218950 y Aldaz Flores Wilson Yasser, identificado con DNI N° 43979688; declaro que la evaluación realizada por el Programa informático **SOFTWARE TURNITIN**, ha arrojado un porcentaje de similitud de 18 %, verificable en el Resumen de Reporte automatizado de similitudes que se acompaña.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas dentro del porcentaje de similitud permitido no constituyen plagio, y que el documento cumple con la integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecidas en los protocolos respectivos.

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.

Lambayeque, 3 de setiembre del 2025



---

Mg. JUAN CARLOS GRANADOS BARRETO

DNI:40600973

ASESOR

## Reporte de similitud

Juegos para las habilidades motrices en estudiantes del 1° de secundaria I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca

### INFORME DE ORIGINALIDAD

|                     |                     |               |                         |
|---------------------|---------------------|---------------|-------------------------|
| 18%                 | 18%                 | 3%            | 9%                      |
| INDICE DE SIMILITUD | FUENTES DE INTERNET | PUBLICACIONES | TRABAJOS DEL ESTUDIANTE |

### FUENTES PRIMARIAS

|    |                                                                           |     |
|----|---------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1  | repositorio.unprg.edu.pe                                                  | 12% |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 2  | repositoriodigital.ucsc.cl                                                | 1%  |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 3  | uvadoc.uva.es                                                             | 1%  |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 4  | Submitted to Universidad Cesar Vallejo                                    | 1%  |
|    | Trabajo del estudiante                                                    |     |
| 5  | www.coursehero.com                                                        | <1% |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 6  | Submitted to Instituto de educación superior pedagógico publico Tayabamba | <1% |
|    | Trabajo del estudiante                                                    |     |
| 7  | repositorio.unsch.edu.pe                                                  | <1% |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 8  | repositorio.utn.edu.ec                                                    | <1% |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 9  | archive.org                                                               | <1% |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 10 | hdl.handle.net                                                            | <1% |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |
| 11 | mydokument.com                                                            |     |
|    | Fuente de Internet                                                        |     |



Mg. JUAN CARLOS GRANADOS BARRETO  
DNI:40600973  
ASESOR



Mg. JUAN CARLOS GRANADOS BARRETO  
DNI N° 40600973  
ASESOR

## **DEDICATORIA**

A nuestros padres y profesores, mentores del área de educación física, quienes encendieron en nosotros la pasión por el movimiento, la salud y la pedagogía. Dedicamos este logro a los futuros estudiantes y atletas que se cruzaron en nuestro camino, guiando sus cuerpos y mentes con la misma dedicación con la que fuimos formados.

Edom y Wilson Yasser

## AGRADECIMIENTO

A nuestros padres y amigos por su apoyo en los momentos de mayor exigencia. A nuestros profesores, por transmitirnos que educar a través del cuerpo es transformar vidas.

Un agradecimiento especial a la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo de la Facultad de Educación, Especialidad Educación Física, por prepararnos para este reto y guiarnos con paciencia profesional, a los niños y jóvenes de la institución educativa N°16940 “José Antonuio Encinas Franco” quienes con su apoyo dieron sentido a esta investigación.

Edom y Wilson Yasser

## INDICE

|                                            |                                  |
|--------------------------------------------|----------------------------------|
| CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD | iv                               |
| REPORTE AUTOMATIZADO DE SIMILITUD          |                                  |
| v                                          |                                  |
| RECIBO DIGITAL                             | vii                              |
| DEDICATORIA                                | viii                             |
| AGRADECIMIENTO                             | ix                               |
| RESUMEN                                    | xv                               |
| ABSTRAC                                    | xvi                              |
| INTRODUCCIÓN                               | 17                               |
| 1.                                         | Capítulo I. Diseño Teórico       |
| 1.1. Antecedentes de la investigación      | 20                               |
| 1.2. Base teórica                          | 20                               |
| 1.2.1. Fundamentos teóricos del juego      | 22                               |
| a. Habilidades motrices                    | 22                               |
| 1.2.2. Definiciones conceptuales           | 25                               |
| 1.2.2.1 Juegos motores                     | 25                               |
| 1.2.2.2. Habilidades motrices              | 25                               |
| 1.3. Operacionalización de variables       | 25                               |
| 2.                                         | Capítulo II: Diseño metodológico |
| 2.1. Tipo de investigación                 | 27                               |
| 2.2. Diseño de investigación               | 27                               |

|        |                                                         |    |
|--------|---------------------------------------------------------|----|
|        |                                                         | 14 |
|        |                                                         | xi |
| 2.3.   | Población, muestra y muestreo                           |    |
| 2.3.1. | Población                                               | 27 |
| 2.3.2. | Muestra                                                 | 29 |
| 2.3.3. | Muestreo                                                | 29 |
| 2.4.   | Técnicas, instrumentos, equipos de recolección de datos | 29 |
| 2.4.1. | Técnicas                                                | 29 |
| 2.4.2. | Instrumentos                                            | 29 |
| 2.4.3. | Ficha técnica                                           | 29 |
| 2.4.4. | <b>¡Error! Marcador no definido.</b>                    | 30 |
| 2.4.5. | Aspectos éticos de l investigación                      | 30 |
| 3.     | <b>¡Error! Marcador no definido.</b>                    |    |
| 3.1.   | 35                                                      |    |
| 4.     |                                                         | 36 |
| 5.     |                                                         | 39 |
| 6.     |                                                         | 44 |
| 7.     |                                                         | 45 |
| 8.     |                                                         | 46 |
| 9.     |                                                         | 47 |
| 10.    |                                                         | 48 |
| 11.    |                                                         | 49 |

**ÍNDICE DE TABLAS**

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabla 1</b> Estudiantes de 1° a 5° año I.E N°16490                    | 28 |
| <b>Tabla 2</b> Estudiantes de 1° año I.E N°16490                         | 28 |
| <b>Tabla 3</b> Nivel de desarrollo habilidades motrices                  | 31 |
| <b>Tabla 4</b> Prueba de Wilcoxon para establecer efecto PE Dimensión CF | 32 |

**INDICE DE FIGURAS**

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| <b>Figura 1</b> Diseño de investigación | 26 |
|-----------------------------------------|----|

## RESUMEN

Los juegos motrices son actividades físicas que estimulan el desarrollo físico y cognitivo de los estudiantes, permitiéndoles interactuar con el entorno. Son fundamentales para el control corporal y la socialización consolidan las habilidades motoras básicas y las transforman en habilidades específicas mediante actividades deportivas y cooperativas. Ayudan a perfeccionar la coordinación, el equilibrio y la toma de decisiones en situaciones complejas, mientras fomentan el trabajo en equipo, la estrategia y el respeto por las reglas. El estudio presenta una investigación donde se logró determinar la problemática de un sector de los estudiantes del 1° de secundaria de la Institución Educativa. N° 16940 “José Antonio Encinas Franco”, de Namballe, Cajamarca. El objetivo del estudio estuvo centrado en Elaborar un conjunto de juegos para desarrollar habilidades motrices en los estudiantes del 1° grado I.E. N° 16940 “José Antonio Encinas Franco”, San Ignacio, Cajamarca, como parte del proceso se aplicó un instrumento para determinar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices de los estudiantes, lo cual evidenciaron estado regular. El estudio es de tipo diagnóstico propositivo, se utilizaron diversas técnicas investigativas como la observación, para procesar datos elementos estadísticos, con énfasis en generar el análisis de los resultados. En las conclusiones del estudio se afirma que el desarrollo motriz de los estudiantes del grupo de estudio, se asocia significativamente a una necesidad de fortalecimiento de sus habilidades físicas; en niveles regulares a nivel de habilidades motrices, por lo tanto, afirmamos que los aprendizajes motrices deben enrutarse considerando elementos vivenciales como el juego,

**Palabras clave:** actividad lúdica, habilidades motrices, aprendizaje, motricidad.

## **ABSTRACT**

Motor games are physical activities that stimulate students' physical and cognitive development, enabling them to interact with their environment. They are fundamental for body control and socialization; they consolidate basic motor skills and transform them into specific skills through sports and cooperative activities. They help refine coordination, balance, and decision-making in complex situations, while fostering teamwork, strategy, and respect for rules. This study presents research that identified specific issues affecting a group of first-year secondary students at Educational Institution No. 16940 "José Antonio Encinas Franco" in Namballe, Cajamarca. The study's objective was to design a set of games to develop motor skills among these first-year students; as part of the process, an assessment tool was used to determine their motor skill development level, revealing a "fair" or average status. The study is diagnostic and proposal-oriented, employing research techniques such as observation and statistical data processing, with a focus on analyzing the results. The study concludes that the motor development of the student group is significantly linked to a need to strengthen their physical skills—which were found to be at an average level—and therefore asserts that motor learning should be guided by experiential elements such as play.

**Keywords:** recreational activity, motor skills, learning, motor function.

## INTRODUCCIÓN

Las actuales tendencias del comportamiento humano, son producto de la imponente utilidad de la tecnología, escenarios que han convertido a los seres vivos, en sedentarios, con muy poco interés por la práctica de las actividades motoras (Sardá, 2021).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), indica que el ser humano requiere mantener su cuerpo en movimiento para generar insumos bioquímicos y fisiológicos que necesita para estar en un estado de salud óptimo; en este contexto, la actividad física, entendida como cualquier acción realizada por los sistemas óseo y muscular del cuerpo humano capaz de producir un consumo categórico de energía, es de vital importancia; debido, en primer lugar, a su valiosa contribución con el bienestar general de las personas; además, Perea-Caballero et al. (2019) afirma que estas prácticas motoras permiten equilibrar las dimensiones corporales, fisiológicas y emocionales de los ejecutores de estas actividades, conllevándoles a un estado de salud favorable y libre de dolencias.

El logro de estos equilibrios se debe a la adopción de comportamientos saludables; a los cuales, actualmente, niños, adolescentes y jóvenes se rehúsan. Cao et al. (2022) sostiene que la adopción de estilos de vida saludable, entendidos estos como, un sistema de comportamientos adoptados por las personas para su bienestar físico, social y emocional, repercute en su desarrollo etario y sienta las bases para una adultez saludable; es por ello que, tener una dieta adecuada acompañada de itinerarios motores que impida la adopción del sedentarismo; así como, el aprovechamiento de espacios adecuados y pertinentes para dormir, son trascendentes para lograr el equilibrio que se requiere para una vida saludable.

En este contexto, el área de Educación física representa una gran oportunidad para generar en los estudiantes espacios de actividad motora; a través de esta área los escolares están motivados a realizar acciones físicas que no solo repercuten en su bienestar corporal, sino que, lo ponen en contacto con su entorno social y sus respuestas emocionales; desde

esta perspectiva, esta disciplina curricular contribuye al desarrollo de prácticas integradoras basadas en lo motor.

El sujeto por naturaleza, busca mediante el juego desarrollarse, comunicarse y trasladar su energía superflua en acciones de orden motriz diversas. La escuela se considera el espacio más idóneo para este desarrollo, en tanto el sistema de contenidos que adopta, está en relación a varios componentes, como la cultura física, los deportes, pero también en las relaciones del desempeño motriz, desde la formación de habilidades motrices básicas, siendo esta última el referente de análisis de su desarrollo en los estudiantes que forman parte del estudio.

La Institución Educativa N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca, es una entidad pública de gestión directa que imparte educación en el nivel secundario, las prácticas en el área de educación física, no se están desarrollando con la debida importancia en el desarrollo físico de los escolares; además, no se practican hábitos de vida saludable, alimentación saludable y más aún no se toma en serio las rutinas físico – corporales en beneficio de su salud.

Considerando la realidad, se plantea juegos para mejorar las habilidades motrices de los estudiantes del grupo de estudio. Ante ello se plantea la interrogante: ¿De qué manera los juegos inciden en el desarrollo de habilidades motrices en estudiantes del 1° de secundaria I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca?

La realización de esta investigación es importante, porque enfatiza en el desarrollo oportuno de las habilidades motoras, las cuales están asociadas a la motricidad humana. En su aspecto práctico, trasciende en cuanto a su representación, en la mejora significativa del área de educación física en el marco de formación integral de la enseñanza básica regular; además de capacitar a los escolares en la concientización corpórea. En el ámbito teórico, aporta una importante indagación teórico científica acerca del objeto de estudio.

Además, en su aspecto metodológico, representa un aporte sustancial en lo científico, a partir de la operacionalización del objeto de estudio que permitió proponer instrumentos válidos y confiables para medir su incidencia en un determinado contexto educativo.

Los objetivos de la investigación, quedaron determinados de la siguiente manera: el objetivo general: Elaborar un conjunto de juegos para desarrollar habilidades motrices en los estudiantes del 1° grado I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco, San Ignacio, Cajamarca. Los objetivos específicos son: Conocer el nivel de desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes del 1° grado I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco. Fundamentar una propuesta de juegos para el desarrollo de habilidades motrices. Diseñar una propuesta con base en los juegos para promover el desarrollo de habilidades motrices.

La investigación realizada presenta la siguiente estructura: Diseño teórico, que contiene sus bases referenciales, teóricas y conceptuales; El diseño metodológico, expone la metodología empleada en el estudio; Los resultados, que se corresponde sus hallazgos; La discusión de resultados, que ofrece la argumentación de los hallazgos; La propuesta, considerada el aporte o innovación en el estudio; Conclusiones, que contienen las ideas fuerza del estudio en relación con sus hallazgos. y las Recomendaciones.

## Capítulo I: Diseño Teórico

### 1.1. Antecedentes de la investigación.

#### 1.1.1. A nivel internacional

Rodríguez (2021). Desarrolla un estudio investigativo, al cual titulan: Las habilidades motrices básicas en la educación física: *las recepciones y los lanzamientos*.

La ilustración visual y auditiva, suele ser parte de un proceso de aprendizaje en torno a logro de saberes disciplinares, es decir lo que se genera a partir de elementos básicos y fundamentales de las habilidades motrices, pero también el componente de la enseñanza, es decir de la labor del docente, en la generación de aprendizajes contextualizados y de índole didáctica, es decir se generan condiciones de uso de metodologías activas y participativas.

El proyecto investigativo, se enfocó en el desarrollo de habilidades de lanzamiento y recepción, estas enfatizan posibilidades de adecuación en lo motriz con vinculación de lo visual, se asume desde esta perspectiva una innovación, que aporte del conocimiento científico, y la praxis de lo desde lo viso-motriz, por ello se generó un análisis de apoyo en la práctica del proceso de enseñanza aprendizaje.

Es necesario también, considerar que estos procesos afirman la proyección del trabajo docente en una línea del desarrollo psicomotriz del estudiante, y se asume el ideario de las bases de la biomecánica del movimiento corporal, ya que se establecen algunas formas de trabajo que abarcan el desarrollo de lo didáctico, desde donde se afirma el rol preponderante del docente y su vinculación con el estudiante, en la construcción de sus saberes doctrinales, ejes de desarrollo educativo y que la formación enfoque lo cognitivo y relación a lo motriz.

López (2023). Se enfocan en un estudio de investigación sobre la base de la motricidad humana, titulan su trabajo: *Desarrollo de la coordinación a través del aprendizaje de los malabares*. En el desarrollo de este Trabajo de Fin de Grado se trata de desarrollar una propuesta didáctica enfocada en el aprendizaje de los malabares de una manera progresiva para desarrollar así la coordinación del alumnado.

El estudio enfoca como es que desde la actividad cinética “los malabares”, son consideradas una herramienta en la consolidación de aprendizajes motrices, aunados a las bases del desarrollo del ser humano, este sujeto de estudio, que logra potenciar sus saberes a partir de generar posibilidades de movimiento corporal y enfatizar formas de adquirir habilidades y destrezas motoras básicas para generar aprendizajes certeros en motricidad.

Tanto habilidades como destrezas, pueden generar diversas formas de aprendizajes motrices, pero necesitan consolidar elementos de base en la construcción de movimientos vinculantes a las disciplinas deportivas de base.

### **1.1.2. A nivel nacional**

Martín (2023) desarrolló un estudio centrado en el análisis de las capacidades humanas en el ámbito motor, titulado *El desarrollo de las habilidades motrices manipulativas en el segundo ciclo de educación primaria. Lanzamientos y recepciones*. La investigación presenta el diseño de un proyecto educativo orientado al fortalecimiento de las habilidades motrices manipulativas en estudiantes de tercer grado de Educación Primaria, tomando como eje los lanzamientos y las recepciones como contenidos prioritarios del área de Educación Física. El trabajo se sustenta en una propuesta didáctica contextualizada, aplicada durante el periodo de prácticas en centros educativos, y se plantea como un modelo referencial de enseñanza para la intervención pedagógica en el desarrollo motor.

Desde una perspectiva analítica, el estudio contribuye a la comprensión del aprendizaje de las habilidades manipulativas al integrar la planificación didáctica con las características del contexto escolar. No obstante, su alcance se orienta principalmente a la descripción y aplicación de la propuesta educativa, sin profundizar en procesos de evaluación sistemática del rendimiento motriz ni en el análisis de los efectos del aprendizaje a mediano plazo, aspectos que resultan relevantes para investigaciones posteriores como la presente.

Manrique (2020) realizó una investigación enmarcada en el estudio de la motricidad y su relación con el desarrollo de competencias humanas, con el objetivo de determinar los efectos de un programa de habilidades motrices en el aprendizaje del pase en el fútbol en niños de 8 años de la Institución Educativa “José Carlos Mariátegui” de Huancayo. El estudio se sustentó en un enfoque experimental, utilizando un diseño preexperimental con un solo grupo, aplicándose a una población de 179 estudiantes, de la cual se seleccionó una muestra de 30 niños.

## 1.2. Bases Teóricas

### *1.2.1. Bases científicas del juego*

Viciano y Conde (2002) definen el juego como “un medio de expresión y comunicación de primer orden, de desarrollo motor, cognitivo, afectivo, sexual, y socializador por excelencia”. Para estos autores, el juego es un elemento clave para el desarrollo de las potencialidades afectivas, sensorio-motrices, cognitivas, relacionales y sociales del niño.

Carmona y Villanueva (2006) el juego es “un modo de interactuar con la realidad, determinado por los factores internos (actitud del propio jugador ante la realidad) de quien juega con una actividad intrínsecamente placentera, y no por los factores externos de la realidad externa”.

Garaigordobil y Fagoaga (2006), el juego es “una actividad vital e indispensable para el desarrollo humano”, ya que contribuye de forma relevante al desarrollo integral del niño durante su infancia. El juego es una necesidad vital, porque el niño necesita acción, manejar objetos, relacionarse con otros niños, y esto precisamente es lo que hace en el juego.

Para estos autores, el juego infantil subyacente en los programas de juego cooperativo se define desde siete parámetros o características: placer, libertad, proceso, acción, ficción, seriedad y esfuerzo. El juego se puede definir como una actividad placentera, libre y espontánea que se realiza con el fin de disfrutar, y ayuda al niño a conocerse a sí mismo, a relacionarse con los demás y a comprender el mundo que le rodea.

#### a.Habilidades motrices.

La enseñanza comprensiva del deporte surge como una respuesta a los modelos tradicionales centrados exclusivamente en la adquisición fragmentada de habilidades técnicas, proponiendo una aproximación que integra el aprendizaje motor dentro de contextos reales de juego. En esta línea, Knapp (1981) ya advertía la necesidad de situar el aprendizaje en escenarios significativos, priorizando la comprensión de la acción motriz por encima de la repetición aislada de destrezas. Desde esta perspectiva, la enseñanza del deporte incorpora una mayor implicación cognitiva, evidenciada en propuestas que plantean una progresión que articula técnica y táctica de manera funcional.

En este sentido, Bayer (1985), desde una tradición pedagógica alternativa a la enseñanza técnica exhaustiva, plantea que el aprendizaje deportivo debe orientarse hacia la comprensión de las estructuras y de la lógica interna del deporte, más que a la mera automatización de gestos técnicos. Este enfoque propone iniciar la enseñanza a partir de situaciones globales y perceptivas, permitiendo que el dominio técnico emerja progresivamente y se consolide en función de su aplicación táctica. No obstante, aun cuando

se promueve una aproximación más global, muchas propuestas continúan tomando la técnica como punto de partida implícito del proceso de enseñanza.

Las reflexiones de Piaget (2001), aunque centradas en el aprendizaje de la lectura, resultan transferibles al ámbito del aprendizaje motor y deportivo.

El autor plantea la disyuntiva entre un método analítico, que avanza desde los elementos simples hacia estructuras complejas, y un método global, que propone un recorrido inverso, partiendo de la totalidad para luego descomponerla. Si bien Piaget no establece una postura definitiva, se evidencia una inclinación hacia enfoques globales o mixtos, en tanto favorecen una comprensión significativa del aprendizaje.

Desde el campo específico del aprendizaje motor, Whiting (1969) amplía esta discusión al proponer diferentes formas de enseñanza en los deportes que implican el uso de un móvil. El autor distingue tres procedimientos didácticos principales. El primero se basa en la experimentación libre, donde el aprendiz interactúa con diversos implementos y situaciones, priorizando la diversidad de experiencias motrices por encima de la adquisición de habilidades específicas, siendo el docente quien orienta el aprendizaje mediante la retroalimentación. Este enfoque resulta especialmente pertinente en etapas iniciales del aprendizaje.

El segundo procedimiento responde a un modelo analítico-progresivo, en el cual el deporte se descompone en destrezas y situaciones tácticas que se practican de forma aislada, incrementando gradualmente su complejidad hasta alcanzar la situación real de juego. En contraste, el tercer procedimiento adopta un enfoque global, introduciendo al aprendiz directamente en el juego, de modo que las destrezas se desarrollan en el propio contexto de la práctica, sin recurrir necesariamente a ejercicios descontextualizados.

El análisis comparativo de estos enfoques permite evidenciar que la enseñanza de la técnica y la táctica en los deportes colectivos varía en función de la concepción pedagógica adoptada. En este marco, se distinguen propuestas centradas en la iniciación deportiva y otras

orientadas al desarrollo de habilidades psicomotrices, lo que pone de manifiesto la necesidad de enfoques didácticos que integren de manera equilibrada los componentes técnicos, tácticos y cognitivos del aprendizaje deportivo.

### 1.2.2. Definiciones conceptuales.

1.2.2.1. Juegos motores. Tipo de juego que produce en el niño movilización del sistema locomotor, predomina el movimiento, la manipulación y exploración motora. La relación vinculante con el cuerpo y el espacio determinan la creciente maduración de movimientos, la coordinación motriz que se desprende de la actividad cinética a partir de este tipo de juego, exige un esfuerzo psicomotor para una verdadera educación motriz, el cual incide en la mejora de la aptitud física.

1.2.2.2. Habilidades motrices. Se constituye en actividades de carácter psicomotriz, está determinado por el proceso de adquisición de habilidades motoras básicas el cual son adquiridas por la ejercitación psicomotriz y la maduración motora del individuo. Estas habilidades permiten el desenvolvimiento del deportista o estudiante en actividades de orden psicomotriz, que son una vía en la práctica del deporte formativo.

### 1.3 Operacionalización de variables.

| Variable                            | Dimensiones    | Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Escala                      |
|-------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>Variable 1</b><br>Juegos motores | Juegos motores | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Organización de los componentes del PEA considerando como eje los juegos</li> <li>▪ Planificación del proceso didáctico.</li> <li>▪ Desarrollo innovador del proceso de enseñanza aprendizaje (nivel de contenido).</li> <li>▪ Evaluación del proceso en el plano intervención didáctica.</li> </ul> | Siempre<br>A veces<br>Nunca |

|                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                         |
|------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <p><b>Variable 2</b></p> <p>Habilidades motrices</p> | <p>Habilidades motrices</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Estructuración segmentaria corporal.</li> <li>▪ Desarrollo espacial en acciones de movimiento variadas.</li> <li>▪ Acciones motrices con desplazamientos caminando y a paso ligero.</li> <li>▪ Desarrollo de actividades de saltabilidad.</li> <li>▪ Desarrollo de actividades de lanzamiento</li> </ul> | <p>Bueno</p> <p>Regular</p> <p>Malo</p> |
|------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|

## Capítulo II: Diseño Metodológico

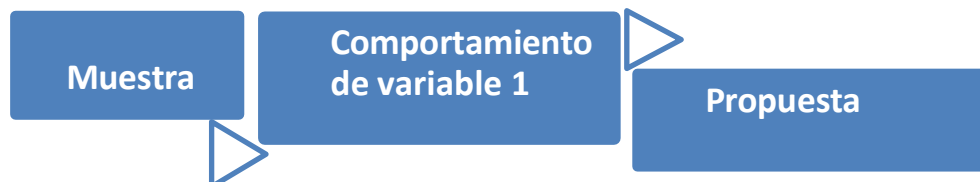
### 2.1. Tipo de investigación.

(Hernández, Fernández, & Baptistas, 2014) esta indagación será básica pues pretendió, analizar y actualizar el comportamiento científico-teórico de las variables estudiadas; asimismo, fue una investigación de enfoque cuantitativa; pues, hizo una interpretación numérico-estadístico del comportamiento de las variables en el contexto donde se investigan; en ese sentido, debido a que no se realizó manipulación alguna del comportamiento de las variables, el estudio tuvo un diseño no experimental. Según su propósito esta investigación adoptará un nivel descriptivo –propositivo.

### 2.2. Diseño de contrastación de hipótesis o procedimiento a seguir en la investigación.

Figura 1

*Diseño de investigación*



**Nota.** Esquema grafico de la investigación

M: Muestra de estudio

O1: Comportamiento observado de la variable 1

P: Propuesta

### 2.3. Población, muestra y muestreo.

#### 2.3.1. Población.

La constituye el total de los estudiantes de la I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca, para este caso se considera la población estudiantil en su totalidad como referencia de toda la población.

**Tabla 1**

*Estudiantes de 1° a 5° año de secundaria, Institución Educativa N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe.*

| Grado        | Sección  | Subtotal  |
|--------------|----------|-----------|
| 1°           | Única    | 20        |
| 2°           | Única    | 20        |
| 3°           | Única    | 19        |
| 4°           | Única    | 16        |
| 5°           | Única    | 16        |
| <b>TOTAL</b> | <b>5</b> | <b>91</b> |

**Nota:** Información tomada de la nómina de matrícula 2025 I.E N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe.

### 2.3.2. Muestra.

La muestra lo integran 20 educandos de la I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe, Cajamarca. En este caso son los estudiantes que conforman el grupo de estudio, a quien se aplicó el instrumento de investigación.

**Tabla 2**

*Estudiantes de 1° año de secundaria, Institución Educativa N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe.*

| Grado        | Sección  | Subtotal  |
|--------------|----------|-----------|
| 1°           | Única    | 20        |
| <b>TOTAL</b> | <b>1</b> | <b>20</b> |

**Nota:** Información tomada de la nómina de matrícula 2025 I.E N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe.

### 2.3.3. Muestreo.

El muestreo empleado en el estudio correspondió al muestreo por conveniencia, toda vez que es un método de muestreo no probabilístico en el que los investigadores seleccionaron a los participantes por ser sujetos disponibles y estar en el lugar y momento adecuados. Según Hernández-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista-Lucio (2014), "Las muestras no probabilísticas, también llamadas muestras dirigidas, suponen un procedimiento de selección orientado por las características de la investigación, más que por un proceso

con base en la fórmula de probabilidad [...] La única ventaja de una muestra de este tipo — desde la perspectiva de nuestro diseño— es su utilidad para determinados diseños de estudio que requieren no tanto una representatividad de elementos de una población, sino una cuidadosa y controlada elección de casos con ciertas características especificadas previamente en el planteamiento del problema".

#### 2.4. Técnicas, instrumentos, equipos y materiales de recolección de datos.

##### 2.4.1. Técnicas: Observación

Es una técnica que parte de poder determinar la realidad fáctica y extraer los datos para la muestra de estudio, son elementos funcionales que se consideran en el proceso del estudio, y son de uso práctico y contextualizado.

Para nuestro caso se utilizó, como un medio de alcances y generadoras de espacios de verificación de los estados de la realidad fáctica o contextual.

##### 2.4.2. Instrumentos: Test

Sánchez, & Mejía (2018), sostienen que los test es un instrumento idóneo para otorgar rigor científico a la investigación, pues es capaz de cuantificar el comportamiento de una o más variables; de ahí que se ha seleccionado este recurso para recoger la información de la muestra.

##### 2.4.3. Ficha técnica de test

| FICHA TÉCNICA                   |                                                                                                                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre original del instrumento | Test de condición física                                                                                                          |
| Autores                         | Granda García Edom-Aldaz Flores Wilson Yasser                                                                                     |
| Objetivo                        | Conocer el nivel de desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes del 1° grado I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco. |
| Forma de administración         | Individual                                                                                                                        |
| Número de ítems                 | 5                                                                                                                                 |
| Calificación                    | Bueno, Regular, Malo                                                                                                              |
| Baremación                      | Inadecuadas (15-25)                                                                                                               |

|               |                                                                                                  |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | Medianamente adecuadas (26-35)                                                                   |
|               | Adecuadas (36-45)                                                                                |
| Confiabilidad | Según el test de fiabilidad ( $\alpha$ Cronbach) este instrumento ostenta 77,8% de confiabilidad |

#### *2.4.4. Equipos y materiales*

Los equipos y materiales empleados en el estudio de investigación fueron los siguientes:

Equipos: Laptop, impresora, fotocopidora, proyector multimedia

Materiales: Conos, aros de plástico, balones, silbato, plataforma, discos.

#### *2.4.5. Aspectos éticos de la investigación*

Las acciones éticas del estudio consideran los siguientes aspectos:

- Consentimiento informado al director y estudiantes de 1° grado de la Institución Educativa N° 16940 José Antonio Encinas Franco, Namballe.
- La confidencialidad de la información obtenida durante el proceso de investigación.
- Integridad en la recopilación y presentación de datos del estudio.
- Cumplimiento de normativas ética de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo e internacionales.

### Capítulo III: Resultados

#### 3.1.Resultados

**Tabla 3**

*Nivel de desarrollo de habilidades motrices*

| Dimensión Habilidades motrices |                                               |
|--------------------------------|-----------------------------------------------|
| Nivel                          | Estado del desarrollo motriz a nivel de logro |
| Bueno                          | 2.8                                           |
| Regular                        | 97.2                                          |
| Malo                           | 0.0                                           |
| Total                          | 100.0                                         |

*Nota.* Distribución porcentual del nivel de habilidades motrices alcanzado por los estudiantes del grupo de estudio

#### Interpretación

La tabla muestra los resultados de nivel de desarrollo o estado de habilidades motrices, lo cual se muestra en la tabla, la predominancia en regular con un 97.2% de desarrollo, mientras que solo un 2.8% se encuentra en nivel de bueno, respecto a lo evaluado.

| Nivel        | Frecuencia absoluta (f) | Porcentaje (%) |
|--------------|-------------------------|----------------|
| Bueno        | 1                       | 5,0%           |
| Regular      | 19                      | 95,0%          |
| Malo         | 0                       | 0,0%           |
| <b>Total</b> | <b>20</b>               | <b>100%</b>    |

**Nota.** Distribución porcentual del estado de desarrollo de habilidades motrices.

La Tabla 3 presenta la distribución del nivel de desarrollo motriz de los estudiantes del grupo de estudio, se observa que el 95,0% de los estudiantes (19 de 20) se ubicaron en el nivel regular, mientras que el 5,0% (1 estudiante) se encontró en un nivel bueno. Ningún estudiante registró un desarrollo adecuado o total de sus habilidades motrices (0,0%).

Este resultado evidencia de manera contundente una situación de necesidad respecto al estado de desarrollo de sus habilidades motrices de la población estudiada. La alta prevalencia de un nivel inadecuado sugiere una deficiencia estructural en el desarrollo de las capacidades motrices básicas, particularmente podemos manifestar que este estado se asocia a la falta de actividad física regular, hábitos sedentarios.

Desde una perspectiva pedagógica, este diagnóstico inicial justifica plenamente la necesidad de intervenir mediante actividades lúdico-motriz, ya que el déficit evidenciado compromete no solo el rendimiento motriz, y su desarrollo integral de los estudiantes.

Tabla 4

*Prueba de Wilcoxon para establecer el efecto de las PE en la dimensión CF*

| Pruebas | N  | Media | Z      | Sig.  |
|---------|----|-------|--------|-------|
| Test    | 20 | 8.50  | -5,249 | 0,000 |

*Nota. Prueba no paramétrica (Wilcoxon) aplicada sobre la data de la dimensión habilidades motrices en los estudiantes del grupo de estudio.*

Según lo observado en la tabla 4 las medias en la etapa de diagnóstico (8,50) y; además, se observa que el valor de p(sig.) calculado es 0,000; lo que demuestra que esta media es significativa; por lo tanto, se desestima la hipótesis nula; con lo que se permite afirmar que, los juegos mejoran las Habilidades Motoras en la muestra de estudio

| Prueba      | N  | Rango promedio | Suma de rangos | Z      | Sig. (bilateral) |
|-------------|----|----------------|----------------|--------|------------------|
| Diagnóstico | 20 | 10,5           | 210,0          | -5,249 | 0,000            |

**Nota.** Prueba no paramétrica de Wilcoxon aplicada para contrastar los resultados de sobre habilidades motrices.

La Tabla 4 muestra los resultados del análisis inferencial aplicado mediante la prueba no paramétrica de Wilcoxon para rangos con signo, la cual permite contrastar estadísticamente los puntajes obtenidos en desarrollo de habilidades motrices.

Los resultados indican una diferencia estadísticamente significativa entre las mediciones afectadas con un valor de  $Z = -5,249$  y un nivel de significancia bilateral de  $p = 0,000$ . Este valor es menor al umbral convencional de  $\alpha = 0,05$ , lo que permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, confirmando así que los juegos motores puede ser una alternativa para el mejoramiento de las habilidades motrices de los estudiantes.

Este hallazgo respalda empíricamente la eficacia de la estrategia didáctica propuesta, y permite afirmar con evidencia que las actividades lúdicas bien estructuradas no solo generan motivación y participación activa, sino que también inciden significativamente en las dimensiones del desarrollo motriz de los escolares.

Desde un enfoque educativo, este resultado refuerza la necesidad de integrar programas de intervención física sistemática en la malla curricular, reconociendo el valor pedagógico del juego como herramienta formativa que contribuye al cumplimiento de los objetivos del área de Educación Física y a la motricidad humana.

#### **Capítulo IV: Discusión de Resultados.**

Este capítulo, presenta la argumentación de contraste entre los hallazgos del estudio y el marco referencial y teórico citado.

Los resultados obtenidos en esta investigación confirman la eficacia de los juegos motores como herramienta didáctica para el desarrollo de las habilidades motrices en estudiantes del primer grado de secundaria. La mejora significativa en los niveles de condición física observados en la muestra, validada mediante la prueba estadística de Wilcoxon ( $p = 0,000$ ), pone en evidencia una relación directa entre la aplicación sistemática de actividades lúdicas y el fortalecimiento de la capacidad motriz de los escolares.

Este hallazgo guarda coherencia con lo señalado por Viciano y Conde (2002), quienes consideran el juego como un medio privilegiado para el desarrollo motor, afectivo y social del niño. Asimismo, Garaigordobil y Fagoaga (2006) sostienen que el juego, más que una actividad recreativa, es una necesidad vital para el desarrollo humano integral. En esa línea, el presente estudio aporta al campo de la Educación Física al demostrar, con evidencia empírica, que los juegos estructurados con objetivos motrices precisos generan un impacto medible y positivo en la condición física escolar, especialmente cuando se orientan a capacidades como resistencia aeróbica, velocidad y coordinación.

Cabe destacar que los datos también permiten generalizar la utilidad pedagógica del juego como estrategia de intervención frente a contextos de desinterés o inactividad física, como es el caso de la institución educativa estudiada. La observación inicial mostró un 95% de estudiantes con niveles inadecuados de condición física; sin embargo, tras la aplicación de la propuesta, se evidencia un cambio sustantivo, confirmando que el abordaje lúdico no solo es motivacional, sino funcional y pedagógicamente efectivo.

En términos de contrastación, los resultados coinciden con el estudio de Manrique (2020), quien demuestra que un programa de habilidades motrices incide de forma positiva en el aprendizaje técnico de gestos deportivos. También se encuentran alineados con la

propuesta de Martín (2023), quien resalta la importancia de incorporar juegos manipulativos y cooperativos como método de enseñanza progresiva en el segundo ciclo de educación primaria. La presente investigación, sin embargo, avanza más allá al aplicar y validar empíricamente una propuesta de juegos adaptada al primer grado de secundaria, lo que representa un aporte original al campo metodológico.

No obstante, es necesario reconocer ciertas limitaciones. El tamaño reducido de la muestra ( $n=20$ ) limita la posibilidad de extrapolar los resultados a otras poblaciones escolares de forma inmediata. Asimismo, el instrumento utilizado, si bien cuenta con una confiabilidad aceptable ( $\alpha = 0.778$ ), podría enriquecerse mediante una validación más exhaustiva de contenido a través del juicio de expertos, lo cual se prevé incorporar en futuras réplicas del estudio. No se reportan, además, diferencias significativas por sexo o edad, aspecto que podría representar una línea de investigación adicional.

Desde una perspectiva teórica, el trabajo ratifica el principio que postulan Bayer (1985) y Whiting (1969): la enseñanza del deporte y la formación motriz deben iniciarse en contextos globales y significativos, donde el juego no es solo un medio, sino un fin formativo en sí mismo. A su vez, desde la práctica docente, los resultados permiten sustentar la implementación de programas basados en juegos motores como parte de una propuesta didáctica replicable y escalable en el marco de la Educación Básica Regular.

La propuesta concreta desarrollada –un conjunto de juegos motores diseñados según las dimensiones de la motricidad básica (desplazamientos, coordinación, resistencia y control corporal)– ha sido aplicada, observada y validada empíricamente. Se presenta no solo como un recurso curricular, sino como un modelo de intervención pedagógica adaptable a distintas realidades educativas con problemáticas similares. Su impacto positivo se refleja en el aumento del rendimiento físico escolar, en la motivación para la práctica de actividad física, y en la sensibilización del valor del juego como estrategia de desarrollo integral.

En términos de significación práctica, esta propuesta trasciende el aula de Educación Física: constituye una herramienta preventiva frente al sedentarismo, promueve estilos de vida saludables, y fortalece la dimensión psicosocial del estudiante mediante dinámicas cooperativas y participativas. Esto la convierte en una alternativa viable para mejorar la calidad de la educación pública, especialmente en zonas rurales donde el acceso a recursos formales para el desarrollo motor suele ser limitado.

Finalmente, la validación estadística de los resultados ( $p < 0.05$ ), junto con la alta aceptación y participación por parte de los estudiantes, constituyen las principales pruebas que respaldan las conclusiones del estudio. Se puede afirmar con certeza que la propuesta tiene fundamento teórico, consistencia metodológica, aplicabilidad práctica y potencial de replicabilidad en otros contextos educativos, cumpliendo así con el objetivo central de la investigación y aportando una solución real y pertinente al problema diagnosticado.

## Capítulo V: Propuesta.

### 1. Título

El juego motor como estrategia pedagógica para el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas y coordinativas en estudiantes de primer grado de educación secundaria.

### 2. Justificación y Fundamentación Teórica

La propuesta de investigación se basa en autores clave del desarrollo motor, bajo tres pilares: Según el modelo de fases del desarrollo motor de David Gallahue, los estudiantes de esta edad se encuentran en la transición de la fase de habilidades motrices específicas a la de habilidades especializadas. El juego es el vehículo perfecto para pulir la técnica sin la presión de la hipercompetitividad deportiva. Según Wallon y Piaget: En la pubertad, el cerebro debe "recalibrar" el mapa corporal debido al crecimiento acelerado de las extremidades. Los juegos que desafían el equilibrio y la coordinación óculo-segmentaria ayudan a acelerar este proceso de adaptación. De su parte Vygotsky, plantea que a los 12 años, la validación social de los pares es vital. El juego colectivo reduce la ansiedad que provoca el ejercicio físico formal, fomentando la autoeficacia y la inclusión.

### 3. Objetivos de la Propuesta

**Objetivo General:** Elaborar un conjunto de juegos para desarrollar habilidades motrices (locomotrices, no locomotrices y manipulativas) en estudiantes de 1° grado I.E N° 16940 Jose Antonio Encinas Franco.

#### **Objetivos Específicos:**

- a. Conocer el nivel de desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes de 1° grado I.E N° 16940.
- b. Fundamentar una propuesta de juegos para el desarrollo de habilidades motrices.

c. Diseñar una propuesta con base en los juegos para promover el desarrollo de habilidades motrices.

#### 4. Programa de Intervención: "Cuerpo en Movimiento"

Este programa está diseñado para aplicarse durante 5 semanas (2 sesiones por semana de 45 minutos). A continuación, se detallan 10 actividades clave de la propuesta:

| Nombre del juego              | Habilidad principal                                  | Descripción práctica                                                                                                                                                                                                                   | Recursos                                              |
|-------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1. El Laberinto de Espejos    | Coordinación dinámica general y agilidad             | Se colocan conos y aros por el espacio. En parejas, un estudiante realiza un recorrido esquivando obstáculos y haciendo cambios de ritmo; su compañero debe imitarlo exactamente a un metro de distancia. Al silbato, cambian de rol.  | Conos, aros, cronómetro.                              |
| 2. Ultimate de Precisión      | Manipulación (lanzamiento y recepción)               | Se divide al grupo en equipos de 5. El objetivo es pasarse un disco volador (Frisbee) o pelota de ritmo rápido sin que caiga al suelo. Para anotar un punto, deben encestar el disco dentro de un aro suspendido a 2 metros de altura. | Discos voladores o pelotas, aros colgantes.           |
| 3. El Puente Inestable        | Equilibrio estático/dinámico y control postural      | Se crean líneas en el suelo con bancos suecos o colchonetas. Los estudiantes deben cruzar transportando un balón medicinal o un compañero "herido" (apoyando solo ciertas partes del cuerpo según la consigna).                        | Colchonetas, bancos, balones ligeros.                 |
| 4. Balonmano Táctico a Ciegas | Coordinación óculo-manual y espacio-temporal         | Un juego de pases donde el portador del balón no puede moverse y solo tiene 3 segundos para dar un pase. Dos defensores intentan interceptar, pero solo pueden moverse lateralmente sobre líneas marcadas en el suelo.                 | Balones de goma, cinta adhesiva para marcar el suelo. |
| 5. La Cuadrícula de Escape    | Coordinación dinámica general, velocidad de reacción | Un estudiante (el "perseguidor") y otro (el                                                                                                                                                                                            | Cuadrícula de \$4 \times 4\$ metros con cinta         |

|                                        |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                     |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        | y cambios de dirección.                                                                                 | <p>"escapista") se colocan dentro de la cuadrícula.</p> <p>Un estudiante (el "perseguidor") y otro (el "escapista") se colocan dentro de la cuadrícula. Solo pueden desplazarse saltando en un solo pie o en cuadrupedia (según la fase del programa), moviéndose únicamente por las líneas o dentro de los cuadros.</p> <p>El resto del grupo rodea la cuadrícula y, cada 15 segundos, el docente grita una nueva regla de locomoción (ej. "¡salto bipodal!", "¡desplazamiento lateral!").</p> | (o usando baldosas/aros).                                                                                           |
| 6.Biathlón de Relevos con Obstáculos   | Saltos (monopodal y bipodal), giros y dosificación del esfuerzo.                                        | <p>Los estudiantes salen en parejas en modalidad de relevos.</p> <p>Deben superar el circuito de obstáculos corriendo, saltando las vallas con un solo pie, realizando un giro controlado en la colchoneta y saltando en zigzag dentro de los aros.</p>                                                                                                                                                                                                                                         | Dos carriles paralelos con vallas bajas, colchonetas para rodar (giros sobre el eje longitudinal) y aros en zigzag. |
| 7.El Naufragio del Slackline Terrestre | Equilibrio dinámico, control del core (estabilización central) y reestructuración del esquema corporal. | <p>Los estudiantes, divididos en equipos, deben cruzar la "cuerda floja" de un extremo a otro.</p> <p>Para añadir dificultad al control postural, mientras cruzan deben mantener un balón de baloncesto sobre su cabeza con ambas manos o realizar un pase a un compañero que está fuera de la línea sin perder el equilibrio.</p> <p>Si un estudiante cae de la cuerda, el equipo debe proponer una "penitencia motriz" (ej. mantener el equilibrio en un pie durante</p>                      | Cuerdas gruesas tensadas en el suelo (o bancos suecos invertidos, que ofrecen una superficie muy estrecha).         |

|                                                      |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                      |                                                                                                         | 10 segundos antes de reincorporarse).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                          |
| 8.Las Estatuas de Fuerza                             | Equilibrio estático, fuerza isométrica y control tónico.                                                | <p>Se trabaja en tríos. El estudiante A realiza un pase de precisión al estudiante B (recepción dinámica).</p> <p>El estudiante B debe girar y pasar al estudiante C.</p> <p>El estudiante C, al recibir, debe realizar inmediatamente un lanzamiento de precisión para derribar o encestar en uno de los blancos.</p> <p>Rotan las posiciones rápidamente después de cada tres intentos.</p> | Todo el grupo disperso por la cancha. Cada alumno con un balón ligero o un cono.                                                                         |
| 9.Caza de Precisiones en Cadena                      | Coordinación óculo-manual, fuerza de lanzamiento y cálculo de trayectorias.                             | Se trabaja en tríos. El estudiante A realiza un pase de precisión al estudiante B (recepción dinámica).                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Se colocan varios blancos a diferentes alturas y distancias (aros colgados de las porterías, botes de plástico sobre mesas, zonas pintadas en la pared). |
| 10.Voleibol con Globos Gigantes o Pelotas de Pilates | Coordinación óculo-segmentaria (uso de manos, antebrazos, cabeza y pies) y percepción espacio-temporal. | <p>Las reglas imitan al voleibol, pero al ser el elemento más grande y lento, los estudiantes de 1º de secundaria tienen más tiempo para ajustar su posición corporal y coordinar el golpeo.</p> <p>Se limita a un máximo de 5 toques por equipo antes de pasarla. Se fomenta el uso de diferentes partes del cuerpo para salvar la pelota.</p>                                               | Cancha de voleibol dividida por una red o cuerda a 2 metros de altura. Se juega con una pelota de pilates ligera o un globo gigante de látex.            |

## 5. Metodología y Evaluación

La metodología de trabajo de la propuesta es asegurar que los juegos tengan un componente de estrategia, reto grupal y variabilidad para mantener motivados a los adolescentes.

Para la evaluación de las habilidades motoras se puede utilizar la Batería de Test Motor de Oseretsky (adaptada). Este instrumento evalúa de forma cuantitativa y cualitativa la locomoción (carreras, saltos, galopes) y el control de objetos (lanzar, recibir, batear).

### **Conclusiones**

El desarrollo motriz de los estudiantes del grupo de estudio, se asocia significativamente a una necesidad de este plano; en niveles regulares a nivel de habilidades motrices, por lo tanto, afirmamos que los aprendizajes motrices deben enrutarse considerando elementos vivenciales como el juego,

Las características físico-motrices de los estudiantes, generadas por el comportamiento motriz, delimitan el estado de su desarrollo, se pudo observar falta de coordinación motriz básica y compleja, falta de equilibrio corporal general.

Lo motriz está en relación a lo cognitivo, es por ello que el reflejo del proceso de enseñanza aprendizaje debe ser el reflejo de desarrollo general, desde lo general a lo particular, es decir debe asociarse a los cambios y proyecciones de uso corporal.

## **Recomendaciones**

A los estudiantes de educación física, deben generar espacios de desarrollo motriz a partir de la actividad lúdica como mecanismo de desarrollo didáctico y metodológico, que incida en el desarrollo fundamental de su motricidad.

Promover espacios de discusión académica a partir del desarrollo motor y de las capacidades orgánicas de los estudiantes en proceso de formación psicomotriz en la educación básica.

Se recomienda implementar procesos de actividad lúdica basados en el desarrollo motriz, que afirme su motricidad y por ende el desarrollo motriz.

## Referencias

- Batalla Flores, A. (2000). *Habilidades motrices*. Barcelona. Inde
- Castañer, M. y Camerino, O. (2006). *Manifestaciones básicas de la motricidad*. Lleida. Universidad de Lleida.
- Castejón O. F.J. (2002). *Expertos y novatos en el proceso de enseñanza aprendizaje y su implicación en la iniciación deportiva*. Piados
- Carmona y Villanueva (2006) *Teorías del juego como recurso educativo*.  
<https://rio.upo.es/xmlui/bitstream/handle/10433/6824/Gallardo-LpezJos-AlbertoGallardo-VzquezPedro.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cratty, B. (1982). *Desarrollo perceptual y motor en los niños*. Barcelona. Piados.
- Collas, S. S. P. (2018). *Habilidades motrices para el logro de los aprendizajes en la Institución Educativa Inicial N° 245 Divino Niño Jesús – Tinco*. (Trabajo académico de Segunda Especialidad). Universidad San Ignacio de Loyola.  
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/aa5efa71-e9f6-4e2c-868b-66c31af15883/content>
- Díaz, L. J. (1999). *La enseñanza y el aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona. Inde
- Devis, J. (2003) *Educación física, deporte y currículo*. España: Edit Visor.
- Gallardo, J. (2018). *Teorías del juego como recurso educativo*. Disponible en:  
[https://www.researchgate.net/publication/324363292\\_TEORIAS\\_DEL\\_JUEGO\\_COMO\\_RECURSO\\_EDUCATIVO](https://www.researchgate.net/publication/324363292_TEORIAS_DEL_JUEGO_COMO_RECURSO_EDUCATIVO). Accedido 02 de marzo 2023
- García, M. A. (2021). *Las habilidades motrices básicas en la educación física: las recepciones y los lanzamientos*. Tesis de grado. Universidad de Valladolid. Disponible en:  
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/45375/TFG-G4777.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Garaigordobil y Fagoaga (2006). *El juego cooperativo para prevenir la violencia en los centros escolares*. Accedido en:  
<https://sede.educacion.gob.es/publiventa/PdfServlet?pdf=VP12153.pdf&area=E>
- Hernández M. J. (1994). *Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: Inde.
- López, P. M. J. (2006). *Características básicas del deporte en la escuela*.  
<http://www.efdeportes.com/efd96/escuela.htm>
- López, L.S. (2023). *Desarrollo de la coordinación a través del aprendizaje de los malabares*.

- (Tesis de grado). Universidad de Valladolid.
- Manrique, A. J. L. (2020). *“Programa de habilidades motrices para el aprendizaje del pase en el fútbol en los niños de 8 años de la Institución Educativa “José Carlos Mariategui” Huancayo”* (Tesis de Licenciatura). Universidad de Huancayo.  
[https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/6165/T010\\_71936688\\_T\\_1.pdf;jsessionid=EB8B17D1DCEB0A195480F9991E92545C?sequence=1](https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/6165/T010_71936688_T_1.pdf;jsessionid=EB8B17D1DCEB0A195480F9991E92545C?sequence=1)
- Martín, T. S. (2023). *El desarrollo de las habilidades motrices manipulativas en el segundo ciclo de educación primaria. Lanzamientos y recepciones*. (Tesis de grado). Universidad de Valladolid.  
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/15935/TFG-L?sequence=1>
- Noguera, M. Á. D. (1998). *Análisis de la enseñanza de la educación física. In Nuevos horizontes en la educación física y el deporte escolar. New perspectives in physical education and school sport* (pp. 87-99). Instituto Andaluz del Deporte.
- Piaget (2001). *La teoría del desarrollo cognitivo de Piaget*.  
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/5844/TFG-B.531.pdf;jsessionid=DE2FF0DCD60CBB44D7DFCA749856C00B?sequence=1>
- Rodríguez, N. K. (2023). *Las habilidades motrices básicas en la educación física: Las recepciones y los lanzamientos*. (Tesis de grado). Universidad de Valladolid.  
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/45375/TFG-G4777.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez Bañuelos, F. (2002). *Didáctica de la Educación Física*. Madrid. Prentice Hall.
- Knapp, (1981). *La habilidad en el deporte*.  
<https://www.iberlibro.com/HABILIDAD-DEPORTE-KNAPP-Barbara-Editorial->
- Viciano y Conde (2002). *El juego como vehículo para la adquisición de los aprendizajes*.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=758544>

### Anexo 1 Ficha técnica de test

| FICHA TÉCNICA                   |                                                                                                                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre original del instrumento | Test de condición física                                                                                                          |
| Autores                         | Granda García Edom-Aldaz Flores Wilson Yasser                                                                                     |
| Objetivo                        | Conocer el nivel de desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes del 1° grado I.E. N° 16940 José Antonio Encinas Franco. |
| Forma de administración         | Individual                                                                                                                        |
| Número de ítems                 | 5                                                                                                                                 |
| Calificación                    | Bueno, Regular, Malo                                                                                                              |
| Baremación                      | Inadecuadas (15-25)<br>Medianamente adecuadas (26-35)<br>Adecuadas (36-45)                                                        |
| Confiabilidad                   | Según el test de fiabilidad ( $\alpha$ Cronbach) este instrumento ostenta 77,8% de confiabilidad                                  |

### Anexo 3 Constancia de aplicación del instrumento en la I.E.

San Ignacio 16 de agosto 2024

Lto.

Director de la I.E: Jorge Luis Garza Peña  
Centro poblado: san pedro

**ASUNTO: SOLICITA AUTORIZACIÓN PARA DESARROLLAR INVESTIGACIÓN EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

**De mi especial consideración.**

Grato es dirigirme a Ud. para expresarle cordial saludo y a la vez, comunicarle que, como estudiante de la Carrera Profesional de Educación Física de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, como parte de nuestra formación profesional, debemos desarrollar una investigación científica en nuestra especialidad y de esta manera cumplir con los requisitos de nuestros estudios profesionales.

En este sentido, conocedores de su apoyo a quienes nos esforzamos por mejorar cada día y aportar con el desarrollo de la educación en general de nuestra localidad; solicito a Ud. en calidad de director de esta prestigiosa institución que dignamente dirige, nos brinde autorización para desarrollar una investigación científica en el área de Educación Física, y de esta manera establecer coordinaciones con el docente de la especialidad, para desarrollar nuestro estudio.

Sin otro particular, me despido de usted, reiterándole las muestras de mi especial consideración, esperando nos brinde una respuesta positiva a nuestra solicitud por ser de justicia.

Atentamente,



**Edom Granda García**  
 Estudiante de Educación Física



**Wilson Yasser Aída Flores**  
 Estudiante de educación física

**Nota:** cualquier información deje mi número telefónico de contacto / electrónico.

/ y correo



### Anexo 3 Panel fotográfico









