

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”  
FORMACIÓN INICIAL DOCENTE  
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**TESIS**

Diseño de carreras de velocidad para mejorar la coordinación en los estudiantes de la Institución Educativa Parque Industrial-Pichari, 2022

**INFORME FINAL PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL  
DE PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**AUTOR:**

Bando Soto, Yomar Cristian

**ORCID:** <http://orcid.org/0009-0000-6295-7586>

**ASESOR:**

Prof. María Trinidad Rivera Cruz

**ORCID:** <http://orcid.org/0009-0001-0973-3265>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Innovaciones pedagógicas

**HUANTA-PERÚ**

**2024**



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR  
PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
HUANTA

## ACTA DE SUSTENTACIÓN

En la ciudad de Huanta, siendo las 4:00 pm. del día 11 del mes de NOVIEMBRE del año 2024, reunidos el sustentante de la especialidad de EDUCACION FISICA, Miembros del Jurado Examinador y público en general en el auditorio de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, se dio inicio con la Ceremonia de Sustentación del Informe Final del Trabajo de Investigación Educativa, en mérito a la R.D. N° 0936-2024-EESPP "JSCO"/D.G.-HTA. (Autorización de fecha y hora) y R.D. N° 0937-2024-EESPP "JSCO"/D.G.-HTA. (Designación de Jurados) :

### TITULO :

DISEÑO DE CARRERAS DE VELOCIDAD PARA MEJORAR LA COORDINACION EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PARQUE INDUSTRIAL - PICHARI, 2022

HORA DE INICIO : 4:00 pm.

### SUSTENTANTES :

- BANDO SOTO, Yomar Cristian

### JURADOS :

Presidente : 

Dr.	Mg.
-----	-----

WALTER MARIANO DRE VILLAR

Secretario : 

Dr.	Mg.
-----	-----

WILBER ANTONIO REYES BRUNO

Vocal : 

Dr.	Mg.
-----	-----

EDGAR HECTOR VALENZUELA ABULAR

### SITUACIÓN FINAL:

- BANDO SOTO, Yomar Cristian

HORA DE TÉRMINO: \_\_\_\_\_

LUGAR Y FECHA : HUANTA, 11 DE NOVIEMBRE DEL 2024

### OBSERVACIONES :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



[Signature]  
Presidente



[Signature]  
Secretario



[Signature]  
Vocal



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

## ÁREA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

### CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

N° 000030-2025-AVO-EESPP "JSCO"HTA

El responsable del Área de Verificación de Originalidad:

Hace constar:

La Tesis titulada "**DISEÑO DE CARRERAS DE VELOCIDAD PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARQUE INDUSTRIAL-PICHARI, 2022**" presentado por el egresado **Bando Soto, Yomar Cristian** del programa de Estudios de Educación Física Intercultural Bilingüe del ha sido sometido, en su versión final, a **VALIDACIÓN DE ORIGINALIDAD EN MEDIOS AUTORIZADOS POR LA INSTITUCIÓN**, siendo este de un **20%** de índice de similitud obteniendo como resultado **APROBADO AL LÍMITE PERMITIDO** en el Reglamento de Grados y Títulos de la institución, lo que **GARANTIZA SU ORIGINALIDAD E INTEGRIDAD ACADÉMICA**. Así mismo se adjunta los reportes del mismo en el siguiente link: [https://drive.google.com/drive/folders/1k\\_I5ixlwD24FvZF2yYilOfh7vF0YIW5d?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1k_I5ixlwD24FvZF2yYilOfh7vF0YIW5d?usp=drive_link)  
Por lo que, el Trabajo de Investigación cumple con la solvencia académica de acuerdo a las normas institucionales de la Escuela de Educación.

Se expide la presente a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente.

Huanta, 20 de marzo de 2025



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
HUANTA  
Prof. José Luis Peces Pinco  
Área de Verificación de Originalidad



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
HUANTA  
DIRECCIÓN GENERAL  
Dr. Walter Mariano José Villar  
DIRECTOR GENERAL

Archivo  
JLPP/AVO  
jvm/Sec. Acad.

# Validación Josaco

## 60 Yomar Cristian Bando Soto T Rev 2.2

- 014 Yomar Cristian Bando Soto T
- Validaciones JSCO 2025
- Enterprise-Escuela de Educacion Superior Pedagogica Publica Jose Salvador Cavero Ovalle

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3189407812

Fecha de entrega

20 mar 2025, 5:08 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

20 mar 2025, 5:11 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

60\_Yomar\_Cristian\_Bando\_Soto\_T\_Rev\_2.2.docx

Tamaño de archivo

134.9 KB

35 Páginas

8852 Palabras

48.731 Caracteres




## 20% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

### Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Quoted Text
- ▶ Cited Text
- ▶ Small Matches (less than 25 words)

### Top Sources

- 20%  Internet sources
- 1%  Publications
- 7%  Submitted works (Student Papers)

### Integrity Flags

#### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

### Top Sources

- 20% Internet sources
- 1% Publications
- 7% Submitted works (Student Papers)

### Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	apirepositorio.unh.edu.pe	4%
2	Internet	repositorio.uap.edu.pe	3%
3	Internet	dspace.unl.edu.ec	2%
4	Internet	repositorio.unsch.edu.pe	2%
5	Internet	core.ac.uk	2%
6	Internet	repositorio.uchile.cl	2%
7	Internet	repositorio.ug.edu.ec	2%
8	Internet	dspace.unitru.edu.pe	<1%
9	Internet	alicia.concytec.gob.pe	<1%
10	Internet	repositorio.uladech.edu.pe	<1%
11	Internet	www.scribd.com	<1%

12	Internet	es.slideshare.net	<1%
13	Internet	repositorio.upla.edu.pe	<1%
14	Internet	docplayer.es	<1%
15	Internet	www.coursehero.com	<1%
16	Internet	tesis.ipn.mx	<1%
17	Internet	digi.usac.edu.gt	<1%

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”  
FORMACIÓN INICIAL DOCENTE  
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**TESIS**

Diseño de carreras de velocidad para mejorar la coordinación en los estudiantes de la Institución Educativa Parque Industrial-Pichari, 2022

**Informe Final para obtener el Título Profesional de Profesor de Educación Física**

**AUTOR:**

Bando Soto, Yomar Cristian

**ORCID:** <http://orcid.org/0009-0000-6295-7586>

**ASESOR:**

Prof. María Trinidad Rivera Cruz

**ORCID:** <http://orcid.org/0009-0001-0973-3265>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**


Innovaciones pedagógicas

**HUANTA-PERÚ  
2024**



.....

Dr. Walter Mariano Arce Villar  
Presidente



.....

Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo  
Secretario académico



.....

Prof. Edhgar Héctor Valencia Aguilar  
Vocal

A mis padres y hermanos por su amor  
y paciencia en el logro de mis  
objetivos.

Yomar.

## **AGRADECIMIENTO**

Mi reconocimiento a la casa de formación de docentes de la escuela de educación superior pedagógico pública “José Salvador Cavero Ovalle” de Huanta con sede en Sivia, la segunda casa en formarme y brindarme la oportunidad en mi formación profesional como docente en educación física.

A mis maestros y maestras por su valioso tiempo y dedicación, personalmente los considero como los forjadores de nuestra patria, cada uno de ellos aportaron en mi formación académica y en todas ellas siempre me inculcaron valores y principios que me orientaron en mi formación, como un docente intercultural, que ama su cultura y su identidad como principio básico humano; además de enseñarme con el ejemplo a ser una buena persona, buena profesional, una docente socio comunitaria que forje la transformación de nuestra patria.

A la plana jerárquica, docente, administrativa, padres de familia de la institución educativa pública “Parque Industrial” de Pichari, y de manera muy especial a los estudiantes que han sido materia humana para este proceso investigativo, donde se pudo aplicar estrategias innovadoras y lograr de esa manera aprendizajes significativos en el desarrollo de la coordinación de manera adecuada en los estudiantes, mediante las pruebas de velocidad.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del jurado examinador, ante ustedes pongo en consideración el presente trabajo de Investigación titulado: “Diseño de carreras de velocidad para mejorar la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” - Pichari, 2022”, con la intención de fortalecer mis capacidades pre profesionales en mi práctica pedagógica y el manejo adecuado de las estrategias con las pruebas de velocidad para mejorar la coordinación. En cumplimiento del reglamento general de investigación y titulación de la Escuela de Educación Superior Pedagógico Publica “José Salvador Cavero Ovalle se presenta dicha tesis para obtener el título profesional de profesora en educación física.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTENCIDAD

Yo, Yomar Cristian Bando Soto con DNI N° 74558572, egresado del Programa de Estudios de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle” de Huanta, autor del trabajo de Investigación titulada: “Diseño de carreras de velocidad para mejorar la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” - Pichari, 2022”, Ley del Procedimiento Administrativo General y demás normas conexas, declaro Bajo Juramento lo siguiente:

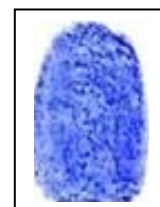
1. El Trabajo de Investigación es de mi autoría.
2. He respetado las normas técnicas para la formulación de trabajo académico; por lo tanto, el trabajo no ha sido plagiado en ninguna de sus partes.
3. Los datos presentados, así como los resultados, son reales y no han sido falseados total o parcialmente. Consiguientemente, dichos resultados constituirán un aporte a la realidad investigada.
4. En caso de detectarse fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (presentar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las sanciones que la Ley dispone.

Si, el presente trabajo de investigación fuese aprobado para su publicación en una revista institucional u otro documento de difusión, autorizo a la Escuela, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga esta casa superior de estudios.

Huanta, 02 de febrero de 2025.



Yomar Cristian Bando Soto  
DNI N° 74558572



## ÍNDICE GENERAL

PÁGINA DE JURADOS .....	ii
DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
PRESENTACIÓN .....	v
DECLARACIÓN JURADA DE AUTENCIDAD .....	vi
ÍNDICE GENERAL .....	vii
ÍNDICE GENERAL .....	vii
ÍNDICE DE ANEXOS .....	x
ÍNDICE DE TABLAS .....	xi
ÍNDICE DE FIGURAS .....	xii
RESUMEN .....	xiii
ABSTRAC .....	xiv
INTRODUCCIÓN .....	xv

### CAPÍTULO I

#### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del Problema.....	17
1.2 Formulación del Problema .....	18
1.2.1 Problema General .....	18
1.2.2 Problemas Específicos.....	18
1.3 Objetivos de la Investigación .....	19
1.3.1 Objetivo General .....	19
1.3.2 Objetivos Específicos .....	19
1.4 Justificación de la Investigación.....	20
1.4.1 Justificación por Conveniencia.....	20
1.4.2 Justificación por Relevancia Social.....	20
1.4.3 Justificación por Implicancias Practicas.....	20
1.4.4 Justificación por Valor Teórico .....	20
1.4.5 Justificación por Utilidad Metodológica .....	21

### CAPÍTULO II

#### MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1 Antecedentes del Problema .....	22
2.1.1 A Nivel Internacional .....	22
2.1.2 A Nivel Nacional.....	23
2.1.3 A Nivel Regional.....	25

2.2	Bases Teóricas .....	26
2.2.1	Enfoque Socio Constructivista .....	26
2.2.2	Enseñanza Socio Constructiva .....	26
2.2.3	Aprendizaje Socio Constructiva .....	26
2.2.4	Evaluación Socio Constructiva.....	26
2.2.5	Área de Psicomotricidad.....	27
2.2.6	Enfoque de Corporeidad.....	27
2.2.7	Aprendizaje del Atletismo.....	27
2.2.8	Metodología:.....	28
2.2.9	Metodología:.....	29
2.2.10	Metodología:.....	29
2.2.11	Factores que Intervienen en la Coordinación .....	30
2.2.12	Tipos de Coordinación .....	30
2.2.13	Tipos de Velocidad.....	31
2.3	Definición de Términos Básicos .....	31
2.4	Hipótesis de la Investigación.....	32
2.4.1	Hipótesis General .....	32
2.4.2	Hipótesis Específicas.....	32
2.5	Operacionalización de variables.....	33
2.6	Matriz de Operacionalización de Variables .....	35

### CAPÍTULO III

#### METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1	Enfoque de Investigación .....	36
3.2	Tipo y Nivel de Estudio.....	36
3.3	Nivel de investigación experimental .....	37
3.4	Método de Estudio.....	37
3.4.1	Método Teórico de la Investigación.....	37
3.4.2	Métodos Empíricos Fundamentales .....	38
3.5	Población y Muestra .....	39
3.5.1	Población .....	39
3.5.2	Muestra .....	39
3.6	Técnicas de Muestreo .....	39
3.7	Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.....	39
3.8	Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos. ....	41

### CAPÍTULO IV

#### DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1	Análisis de Información .....	42
-----	-------------------------------	----

4.1.1	Descripción de Resultados de la Variable 1 .....	42
4.2	Prueba de Hipótesis .....	45
4.2.1	Prueba de Hipótesis General .....	45
	CONCLUSIONES .....	47
	RECOMENDACIONES.....	48
	FUENTES DE REFERENCIA.....	49
	ANEXO .....	51

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 RD de Aprobación del Proyecto de Investigación.....	52
Anexo 2 Resolución directoral de fecha de sustentación .....	54
Anexo 3 Resolución directoral de jurados de sustentación .....	56
Anexo 4 Matriz de consistencia de investigación experimental. ....	58
Anexo 5 Matriz de operacionalización de variables.....	59
Anexo 6 Matriz instrumental.....	60
Anexo 7 Instrumento de recolección de datos.....	61
Anexo 8 Validación de instrumentos, juicio de expertos. ....	62
Anexo 9 Prueba de confiabilidad .....	65
Anexo 10 Prueba Pre test .....	66
Anexo 11 Prueba Pre test .....	68
Anexo 12 Material experimental .....	70
Anexo 13 Autorización de ejecución y cartas de consentimiento informado .....	108
Anexo 14 Evidencias fotografías.....	112

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Niveles de la Variable: La coordinación .....	42
Tabla 2 Niveles de la Niveles de la Dimensión 1: Coordinación dinámica general .....	43
Tabla 3 Niveles de la Dimensión 2: coordinación óculo-manual.....	44
Tabla 4 Niveles de la Dimensión 3: coordinación segmentaria .....	44

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Niveles de la Variable 1: La coordinación.....	42
Figura 2 Niveles de la Niveles de la Dimensión 2: Coordinación óculo manual.....	43
Figura 3 Niveles de la Dimensión 3: coordinación segmentaria.....	44

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado “Diseño de carreras de velocidad para mejorar la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” - Pichari, 2022”. Cuyo problema es ¿De qué manera influye las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari?, el objetivo general consistió en: Determinar la influencia de las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari. La hipótesis planteada fue: Las pruebas de velocidad influyen significativamente en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari. El tipo de investigación es aplicada, cuyo diseño es pre experimental con un solo grupo, los métodos utilizados fueron el científico, experimental, inductivo- deductivo y el estadístico. La muestra estuvo conformada por 25 estudiantes del sexto grado de educación primaria, el instrumento utilizado fue la ficha de observación para la pre y post test. Finalmente se arribó a la siguiente conclusión: Se determinó la influencia de las pruebas de velocidad a través del adecuado diseño y aplicación de la propuesta pedagógica experimental en la mejora de la coordinación de los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari, por lo tanto, fueron mejorando la coordinación en forma gradual, según se fue desarrollando las sesiones de aprendizaje.

**Palabras Clave:** Diseño-pruebas-velocidad-coordinación

## ABSTRAC

The present research work titled “Design of speed races to improve coordination in students of the educational institution “Parque Industrial” - Pichari, 2022”. Whose problem is: How do speed tests influence the improvement of coordination in the students of the primary educational institution “Parque Industrial” of Pichari? The general objective was: Determine the influence of speed tests on the improvement of coordination in the students of the primary educational institution “Parque Industrial” of Pichari. The hypothesis proposed was: Speed tests significantly influence the improvement of coordination in the students of the educational institution “Parque Industrial” of Pichari. The type of research is applied, whose design is pre-experimental with a single group, the methods used were scientific, experimental, inductive-deductive and statistical. The sample was made up of 25 students from the sixth grade of primary education, the instrument used was the observation sheet for the pre and post test. Finally, the following conclusion was reached: The influence of speed tests was determined through the adequate design and application of the experimental pedagogical proposal in improving the coordination of the students of the primary educational institution “Parque Industrial” of Pichari, Therefore, they gradually improved coordination, as the learning sessions developed.

**Keywords:** Design-testing-speed-coordination.

## INTRODUCCIÓN

Se presenta un trabajo de investigación titulado “Diseño de carreras de velocidad para mejorar la coordinación en los estudiantes de la institución educativa ‘Parque Industrial’ - Pichari, 2022”, que busca obtener el título profesional de profesor en educación física. La investigación surge ante la problemática observada en diversas instituciones educativas donde se evidencia que no se desarrolla adecuadamente la coordinación en los estudiantes, lo cual limita su desarrollo integral. Esta investigación busca mejorar tales aspectos tanto en lo deportivo como en lo personal, considerando que la formación en la infancia es crucial para el desarrollo del carácter y la personalidad.

Este trabajo surge de la situación que se observó en las diversas instituciones educativas donde hice mi practica pre profesional. También se determinó que los educadores no abordan de manera efectiva este crucial elemento de coordinación y, por ende, de desarrollo integral con ellos. También desaprovechan la crucial importancia de su propio desarrollo, desperdiciando momentos sensibles donde se presenta la mayor oportunidad para maximizar los estímulos provenientes de su entorno, por lo tanto, este esfuerzo busca potenciar el crecimiento integral de los estudiantes, tanto a nivel deportivo como personal.

Es crucial recordar que una persona existencia comienza en la infancia, por lo que la formación de su personalidad, identidad, personalidad, biológico, físico, y social, son elementos que deben considerarse cuando se aborda un educación con enfoque integral.

La escuela de educación superior tiene la responsabilidad social de contribuir al mejoramiento de la disciplina de los estudiantes, estableciendo líneas de investigación que incluyan intervenciones educativas con estrategias didácticas bajo un enfoque socio-cognitivo. El objetivo general del estudio es determinar la influencia de las pruebas de

velocidad en la mejora de la coordinación en los alumnos de la primaria “Parque Industrial”.

El informe se estructura en cuatro capítulos:

**Capítulo I:** Se desarrolla el planteamiento del problema, formulación de objetivos, justificación y limitaciones.

**Capítulo II:** Incluye el marco teórico con antecedentes y bases teóricas que sustentan la investigación, así como la formulación de hipótesis y operacionalización de variables.

**Capítulo III:** Plantea la metodología con el tipo de estudio, diseño, población, muestra y análisis de instrumentos de recolección de datos.

**Capítulo IV:** Presenta la propuesta pedagógica con elementos básicos para su aplicación.

Este enfoque integral busca desarrollar actitudes y comportamientos positivos en los estudiantes.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1 Descripción del Problema

A nivel internacional, Ruiz, (2017) menciona que “la coordinación motora se considera una función clave de la capacidad motora, ya que es la que mejor predice las posibilidades de entrenamiento de la actividad física en el futuro”. (p. 75)

En este parecer, resulta interesante destacar la idea de que, para lograr una mejor calidad de vida, pueden ser importantes los programas de prevención basados en la coordinación y el aprendizaje del atletismo, ya que este deporte se considera el más completo a nivel motor.

En este estudio se abordará la mejora de la coordinación a través del atletismo. En el comportamiento infantil, el atletismo se desarrolla en la práctica y sigue una línea evolutiva. Los primeros pasos se desarrollan a medida que el niño progresa en el dominio de su corporeidad con las llamadas actividades de iniciación que son inherentes a los inicios de la vida de un ser humano. A través de estas actividades, el niño domina el entorno y realiza sus posibilidades de acción.

Esta disciplina también prepara a los estudiantes para otras disciplinas, favoreciendo un aumento en las habilidades físicas y estableciendo un cimiento para adquirir ciertos conocimientos. No obstante, siempre considera las necesidades básicas y psicológicas de los estudiantes, así como los criterios metodológicos establecidos por estas disciplinas. El atletismo en ocasiones puede parecer una asignatura aburrida o diferente para los niños, pero una vez que estos participan en las actividades, son capaces de disfrutarlas, modificarlas, transmitir las e incluso incorporarlas a otros ámbitos como

incentivar a sus compañeros o familia, son el mejor vehículo de transmisión para fortalecer su coordinación motriz.

De la misma manera, otro aspecto específico de este estudio es que muchos docentes que laboran en instituciones rurales multigrado no son profesionales en educación física, con el fin de brindar las pautas metodológicas que permitan el desarrollo de la coordinación motriz en sus estudiantes, ya que las estrategias para trabajar en esta especialidad son ignoradas por desconocimiento.

Luego de analizar la sociedad en la que vivimos y en especial mi centro de práctica, me parece buena idea introducir el atletismo como una estrategia para el desarrollo de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari, ya que posibilita la opción de mejorar la coordinación y así incluso practicarlas con sus compañeros y desde la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari.

## **1.2 Formulación del Problema**

El planteamiento del problema del trabajo es el momento donde se toma en cuenta los ítems de forma correcta la idea de investigación.

Un correcto planteamiento del problema exige la definición del campo de estudio, definiendo de manera precisa los elementos dentro de los cuales se desarrollará el trabajo de investigación.

Debemos encontrar el mínimo a nuestro problema de investigación para esclarecer las preguntas como ¿El qué y el para qué? La pregunta de investigación debe expresar descripción, asociación o intervención (Buendía y Hernández, 1998).

### **1.2.1 Problema General**

¿De qué manera influye las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari?

### **1.2.2 Problemas Específicos**

¿De qué manera influye las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari?

¿De qué manera influye las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación óculo-manual en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari?

¿De qué manera influye las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación segmentaria en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari?

### **1.3 Objetivos de la Investigación**

Según Álvarez, C. (1997)

El objetivo es la aspiración, el propósito, el resultado a alcanzar, el para qué se desarrolla la investigación, que presupone el objeto transformado, la situación propia del problema superado, como resultado del conocimiento del objeto de estudio que se investiga en el Proceso de Investigación Científica.(p 167)

Teniendo esta cita acerca del objetivo en la investigación, se detalla el objetivo general de la siguiente manera:

#### ***1.3.1 Objetivo General***

Determinar la influencia de las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari.

#### ***1.3.2 Objetivos Específicos***

Determinar la influencia de las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari.

Determinar la influencia de las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación óculo-manual en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari.

Determinar la influencia de las pruebas de velocidad en la mejora de la coordinación segmentaria en los estudiantes de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari.

## **1.4 Justificación de la Investigación**

### ***1.4.1 Justificación por Conveniencia***

Se cree que proporcionar al niño un entorno adecuado y estimulante promoverá el desarrollo de habilidades de aprendizaje. Con base en esta realidad, el presente trabajo será pertinente realizarlo, ya que a través de la implementación de actividades de atletismo se potenciarán diferentes habilidades dinámicas, óculo manuales y segmentarias, lo que garantizará un aprendizaje significativo basado libremente en las vivencias del estudiante.

### ***1.4.2 Justificación por Relevancia Social***

El trabajo de investigación ayudara en la mejora de la coordinación en varios aspectos de los estudiantes de esta institución educativa ya que mientras son pequeños, ellos tienen esa flexibilidad, movimiento, lateralidad aun flexible y con condiciones de mejorar, así mismo esta investigación tendrá resultados en el ámbito social ya que gracias a la actividad temprana del desarrollo de la coordinación en un futuro serán personas que manejan de la mejor forma sus emociones y conducirán mejor su propia vida.

### ***1.4.3 Justificación por Implicancias Prácticas***

La investigación que se realizará será relevante debido a que hay una necesidad de problema grande con los estudiantes de la institución educativa mencionada , para eso como docente observo en mi practica pedagógica y decido hacer este proyecto de investigación dando a futuro así un resultado de mejora de la coordinación en estos estudiantes, para ello como estrategia tengo la práctica de actividades del atletismo que me ayudaran en mis sesiones de clases a poder desarrollar diferentes habilidades de movimiento con los estudiantes.

### ***1.4.4 Justificación por Valor Teórico***

El atletismo en la mejora de la coordinación tiene muchos valores teóricos ya que en la vida se ve, grandes profesionales ,gracias a obtención de mejoras de las habilidades de desarrollo de la coordinación en estudiantes para ello los autores diversos como Garner que habla en sus inteligencias múltiples que esta la inteligencia kinestésica relacionado a los movimientos coordinados y descoordinados que hacen o realizan las personas, tiene semejanza a ello, es por ello que en la institución educativa al cual quiero lograr esta mejora de la coordinación utilizando actividades referidas al atletismo como estrategia en uso de su mejora.

#### ***1.4.5 Justificación por Utilidad Metodológica***

La importancia de la utilidad metodológica en este proyecto es que serán beneficiados los estudiantes de esta institución educativa primaria, al obtener mejoras de las diferentes formas de coordinación que uno pueda tener, en ello el movimiento, la flexibilidad, y habilidad motriz ayudan con la adecuación de obtener un esquema corporal adecuado.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

#### 2.1 Antecedentes del Problema

Según Hernández, Fernández y Baptista (2010) es necesario conocer los antecedentes (estudios, investigaciones y trabajos previos), sobre todo si no se es experto en el tema o materia que vamos a tratar o estudiar, afirmando:

Conocer lo que se ha hecho con respecto a un tema ayuda a: No investigar sobre algún tema que ya se haya estudiado a fondo a estructurar más formalmente la idea de investigación a Seleccionar la perspectiva principal desde la cual se abordará la idea de investigación (p. 28).

##### 2.1.1 A Nivel Internacional

Sánchez y Duque (2020) elaboraron la tesis denominada: Programa de entrenamiento e iniciación programa en el ejercicio de deporte, dirigido a niños de 8 a 12 años de edad de la I.E Abraham Reyes, con el objetivo de obtener el grado de bachiller. El estudio fue experimental utilizando un programa programado, basado en el juego, con el propósito de fomentar la práctica de deporte en niños de 8 a 12 años de edad de la I.E Abraham Reyes, se determinó que las chicas son las más propensas a participar en el programa, evidenciando que perciben el programa como una oportunidad para practicar deporte que favorece su personalidad y el físico como crecimiento, adquiriendo otros valores adicionales que les beneficiarán en la cotidianidad. También funciona como una distracción frente a otros riesgos que la infancia puede acarrear en la actualidad.

Herrera, S. (2013) en su tesis titulada: Gimnasia artística para el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en niños de 5 a 6 años de Guayaquil. Esta investigación trata sobre la gimnasia artística como un deporte que permite a los niños desarrollar la

psicomotricidad gruesa con coordinación espacial, flexibilidad, concentración y tenacidad. El docente de educación inicial debe tener conocimientos básicos de gimnasia artística para incentivar la práctica de esta actividad que además ayuda al niño a tener un mejor desarrollo cognitivo y socialización escolar. El marco teórico consta de teorías: pedagógicas, psicológicas, filosóficas, sociológicas y jurídicas que sustentan científicamente el tema de este estudio. La investigación es de tipo factible bajo la modalidad de investigación de campo, aplicada a la población de la Escuela Fiscal Mixta Matutina Leonardo R. Aulestia, donde se determinó una muestra no probabilística para la aplicación de la encuesta, tanto a autoridades, docentes y estudiantes; Los resultados fueron representados estadísticamente en tablas y gráficos, con su respectivo análisis para cada pregunta de la encuesta, estableciéndose que es necesario desarrollar e implementar la propuesta de guía de ejercicios para docentes.

Maureira, D. (2018) en su tesis titulada: La psicomotricidad y el pre-ballet: aportes metodológicos a la enseñanza-aprendizaje de niños y niñas entre 3 y 5 años de Chile. La presente investigación busca generar aportes a la enseñanza-aprendizaje de la Técnica Académica, específicamente al Pre-Ballet. A partir de los contenidos de la motricidad y psicomotricidad, como también desde un análisis del rol del profesor como formador de personas autónomas desde temprana edad. Es por esto que, desde el sustento teórico, y a partir del material obtenido de la investigación teórica y práctica, se compone una guía de ejercicios basada en los contenidos de la Psicomotricidad, dejando así, un registro escrito y visual de dicha guía la cual será de utilidad para los profesionales interesados. Es a partir del sustento teórico que se generan aportes al Pre-Ballet, ya que la investigación le da una base teórica y además expone diversos ejercicios pertinentes a la edad del desarrollo, para que así los profesores que se enfrentan a estos desafíos tengan un lugar desde donde guiar sin adelantarse a los procesos motrices de los infantes.

### ***2.1.2 A Nivel Nacional***

Phillipps (2019) desarrolló la tesis denominada: Actividad física y su relación con la coordinación motora gruesa en estudiantes del quinto ciclo del nivel primario de la I.E. 1149 Sagrado Corazón de Jesús Cercado Lima-UGEL Lima Metropolitana- 2016, para obtener el grado de Bachiller, el estudio fue de tipo correlacional, con una población conformada por 108 escolares, de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, el objetivo fue determinar la relación entre las variables: actividad física y coordinación motora gruesa ante estudiantes del quinto ciclo del nivel primario de la institución

educativa N° 1149 “Sagrado Corazón de Jesús” del Cercado de Lima y se concluyó que, de acuerdo a la confrontación de los aspectos teóricos con los resultados estadísticos, se observa que existe correlación significativa entre las variables: actividad física y coordinación motora gruesa. Asimismo, se concluye que debemos tener presente que la coordinación motora gruesa necesita ser trabajada desde una etapa de edad temprana debidamente indicada por autores e investigadores que han escrito sobre el desarrollo motor.

García, E. (2018) en su tesis titulada: Juegos tradicionales y motricidad gruesa en estudiantes de educación Inicial de la IESPP “AMM” – Celendín. El presente trabajo de investigación científica tiene como propósito determinar los efectos de la propuesta de juegos tradicionales en el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes de tres años de educación Inicial de la Institución Educativa de aplicación IESPP “Aristides Merino Merino” de la provincia de Celendín. Para ello se trabajará con una muestra de 22 estudiantes de tres años de educación Inicial de la Institución Educativa de aplicación IESPP “Aristides Merino Merino” de la provincia de Celendín-2018. El tipo de investigación es experimental aplicada y el diseño de investigación adoptado es el diseño pre experimental de un solo grupo con pre y post test, donde se utilizará como técnicas de recolección de datos la observación, instrumentos a utilizar fichas de observación y test y a su vez se empleará el método inductivo deductivo. En los resultados a través de la propuesta de juegos tradicionales se evaluará y analizará el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en los estudiantes de tres años de la institución educativa IESPP “Aristides Merino Merino” de la provincia de Celendín

Morante, D. (2019) en su tesis titulada: El juego como estrategia de aprendizaje en el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en los niños de 3 años de la Institución Educativa Fátima de Falconieri del distrito de Nuevo Chimbote, 2017. Según el currículo nacional la psicomotricidad es el movimiento donde se fomenta la iniciativa de destrezas en situaciones cotidianas. El desarrollo motor grueso del cuerpo, donde se tiene que ejercitar su coordinación en sus movimientos corporales, destrezas y sus funciones motoras finas y gruesas. La presente investigación titulada “El juego como estrategia de aprendizaje en la psicomotricidad gruesa en niños de 3 años de la institución educativa Fátima de Falconieri del distrito de Nuevo Chimbote, 2018. La metodología de investigación tuvo un diseño pre experimental con una muestra de 18 estudiantes. Los resultados obtenidos en el pre test fueron que el 28% de estudiantes se encuentran en el

nivel inicio y el 72% en el nivel proceso. Así mismo, observamos que el nivel de significancia es de 0.000; siendo menor a 0.05 ( $p < 0.05$ ), se logró alcanzar un 100% en el post test, al aplicar el juego como estrategia de aprendizaje se pudo mejorar la psicomotricidad gruesa en niños de 3 años. Con los resultados obtenidos se concluye y se afirma la hipótesis sobre la aplicación del juego como estrategia de aprendizaje ayudó a mejorar significativamente la psicomotricidad gruesa.

### **2.1.3 A Nivel Regional**

Cárdenas y Ayala. (2014) en su tesis titulado: Manifestaciones del esquema corporal en la etapa infantil de las instituciones educativas María Parado de Bellido y María Auxiliadora del distrito de Ayacucho, 2013. El presente trabajo consta de cinco capítulos: el capítulo I trata y expone el planteamiento del problema, la identificación y descripción del mismo; así mismo, los objetivos sobre los cuales se basa la investigación. El capítulo II, alude a la psicomotricidad, y está enfocado al esquema corporal, así mismo las etapas de configuración del mismo. En el capítulo III se trata el sistema de hipótesis, operacionalización de la variable. IV Trata sobre en enfoque, tipo, método, diseño, población y muestra de la investigación, así como la técnica e instrumento que se utiliza. En el capítulo V, trata sobre el análisis y el resultado de la investigación.

Alfaro y Valdivia. (2018) en su tesis titulada: Aplicación del programa de motricidad básica para el desarrollo de la sensopercepción motora en niños de 5 años de la I.E.I. N° 401 MX-P Niño Jesús de Qarhuapampa Tambo – La Mar 2017. La presente investigación se realizó en la I.E.I. N° 401 Mx-P “Niño Jesús de Qarhuapampa” Tambo-La Mar 2017”, teniendo como problema el bajo desarrollo en la percepción sensomotora; es decir táctil, auditiva y visual en niños de 5 años, teniendo como objetivo verificar y/o determinar los efectos que produce la aplicación del programa de motricidad básica en una población y muestra de niños y niñas de la institución educativa antes mencionada. La investigación está enmarcada en un enfoque cuantitativo de tipo experimental, diseño pre-experimental. Para el proceso de evaluación se utilizaron las fichas de observación y la lista de cotejo como técnicas e instrumentos respectivamente. Concluimos señalando que, de acuerdo a los resultados obtenidos en lo que respecta a la percepción visual, táctil y auditiva, la mayoría de los niños y niñas se encuentran en un nivel regular, esto con respecto al pre-test. Mientras tanto, luego de aplicar el programa de motricidad básica, el resultado del post-test con respecto a la percepción táctil y auditiva.

Aguilar, J. (2012) en su tesis titulada: Desarrollo de la competencia motriz en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial N°320 San Miguelito de Arcángel – Ayacucho, 2011. La presente investigación “Desarrollo de la Competencia Motriz en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial N°320 San Miguelito de Arcángel- Ayacucho, 2011”, se desarrolló en el distrito de Ayacucho, en niños y niñas de cinco años de Educación Inicial. Las razones por las cuales se decidió indagar sobre esta problemática, es que la competencia motriz no se desarrolla como un contenido formativo, menos como acciones prácticas con sentido evolutivo, sino como procesos independientes y sin sentido para el niño y la niña. Otras razones son que, en muchas instituciones educativas de Educación Inicial, la competencia motriz no se desarrolla de forma sistemática y significativa; más bien, se observa un conjunto de actividades desorganizadas con una programación curricular centrada en contenidos psicomotores y no desde una perspectiva sociológica y contextual.

## **2.2 Bases Teóricas**

### ***2.2.1 Enfoque Socio Constructivista***

La construcción del conocimiento del niño o niña en enfoque socio constructivista no está relacionado tan solo con el conocimiento intelectual, más aún está relacionado con el aprender del entorno en donde se encuentra situado.

### ***2.2.2 Enseñanza Socio Constructiva***

La enseñanza de manera socio constructivista señala que el autor de su propia adquisición de sus conocimientos es el mismo estudiante, en ello desde una mirada pedagógica uno de los pilares en esta enseñanza es adecuado utilizar el andamiaje.

### ***2.2.3 Aprendizaje Socio Constructiva***

El aprendizaje está en la forma investigar del estudiante, de los demás y su cultura que lleva en la sociedad en que se encuentren, estableciendo aprendizajes como consecuencia de su desarrollo y en relación con sus semejantes.

### ***2.2.4 Evaluación Socio Constructiva***

Se evalúa en todo el momento de su proceso de aprendizaje y enseñanza obtenida, en ello siempre se discute la reflexión y transformación del cambio obtenido en sus aprendizajes.

### **2.2.5 Área de Psicomotricidad**

Esta área es fundamental en este proyecto de investigación, ya que aborda y se relaciona con el tema de investigación relacionado con la psicomotricidad ya que se enfoca en el movimiento corporal del cuerpo del niño o de una persona de manera saludable.

### **2.2.6 Enfoque de Corporeidad**

Con este enfoque el niño podrá modelar o incluso perfeccionar diversos movimientos corporales del cuerpo que él pueda realizar en su vida diaria, al momento de realizar diferentes acciones, así mismo el enfoque de corporeidad esta impuesta en el niño desde que nace como el gateo, la manipulación de objetos, vueltas, todo en bien que el niño o niña se vea feliz, contento con una alegría en el rostro que con este enfoque se quiere llegar a un esquema corporal adecuado.

### **2.2.7 Aprendizaje del Atletismo**

Definición: Es una forma de aprender los deportes con carácter de iniciación, teniendo en cuenta la base del atletismo para todo el proceso. Peraza (2018)

El atletismo es uno de los pocos deportes que se realiza universalmente, considerado como el deporte más antiguo del rey, es la base de la mayoría de los deportes, consiste en un conjunto de destrezas y habilidades básicas derivadas del movimiento humano natural, como correr, saltar y lanzando.

A pesar de que necesita vinculación con juegos y deporte físico, está estrechamente vinculado a las actividades sobre capacidades físicas y motoras. Dividido en cinco áreas principales: running de corta distancia, running de larga distancia, pruebas y multipruebas con eventos, este deporte es interesante si se considera desde un enfoque educativo. Los atletas siguen un riguroso modelo, ajustado a la metodología sistematizada.

En las actividades de carreras, las diferentes técnicas en el movimiento, relacionadas con las carreras son amplias, como consecuencia de una mayor o menor velocidad producida por situaciones del movimiento como el paso y la cadencia en los brazos, así como la extensión de la zancada de la pierna.

Los elementos y técnicas son diferentes en las carreras, por lo que la integración de su aplicación es necesaria y agilizada constantemente.

### **2.2.8 Metodología:**

Ofrecer una comprensión integral de a diversa trayectoria laboral, a pesar de la similitud de muchos de los actos realizados en diversas rutas de carrera, es esencial que los estudiantes comprendan las particularidades de cada una., esta diversidad les permitirá, dentro del marco de la comprensión general, expresar el núcleo de las diferencias relacionadas con el tipo de trayectoria laboral en cuestión.

Este segmento del método de enseñanza, que incluye la misma diversidad, dedica la mayor parte de su tiempo a la ejecución de movimiento. No obstante, es imprescindible entender la distinción entre ambos pues implican distintos principios en su ejecución. En diversas clases de fuerzas operan en distintos métodos. En consecuencia, poseen la habilidad de dirigir desplazamientos en una dirección recta,

Instruye a tomar y realizar los primeros pasos siendo un componente técnico, el que debe ser inculcado junto con los primeros pasos ya que es un componente de la primera implementación de la disciplina, reaccionando a la secuencia de producción y evitando cambios bruscos que pueden provocar lesiones musculares.

Se debe realizar con diversos métodos para terminar la actividad de la carrera, las formas de terminar las velocidades son normales, pecho y hombros, pero todo está en la etapa de clasificación, la llegada no tiene por qué hacerse durante la fase de vuelo ya que provoca posibles accidentes y esto conllevaría incluso a una descalificación.

Estas secuencias están perfectamente entrelazadas. Cada una contribuye, a mayor o menor grado, a las repercusiones de la actividad física, aunque cada una demanda tareas específicas y un tiempo determinado deben ser dotadas de los recursos necesarios para su práctica y adecuación.

El control, a pesar de que esta secuencia se detalla en la última etapa del proceso de enseñanza, estas acciones deben ser precedidas por otras, el seguimiento a estos elementos garantiza la incorporación de habilidades, el tiempo requerido para cada una, y la descripción del avance individual en los distintos ejercicios. A pesar de que la secuencia de estos factores abarca tanto vertical como horizontal, es crucial recordar que la técnica variara dependiendo de la actividad.

### **2.2.9 Metodología:**

Saltar de una forma diferente a la de un concepto general. La importancia de los saltos en general es igual a la que se muestra en las carreras planas en todas las presentadas por el COI.

Enséñale a él como levantarse del suelo. Luego del salto, durante la etapa técnica de lanzamiento, se pueden obtener los valores de la primera presentación y el ángulo de vuelo, estos elementos determinan la longitud de a salto, esta etapa es de gran relevancia en estas formas. Similar, aunque de menor relevancia, esta última etapa no afecta la altura ni la longitud del salto, sino que solo contribuye a conservar el equilibrio corporal tras el vuelo.

### **2.2.10 Metodología:**

Dar una concepción amplia de la carga separada en la actividad, esto permitirá la diversidad para utilizar cada actividad de una manera más exacta y precisa.

Dirigir el último esfuerzo hacia sus tres posiciones: de frente, lado, en este contexto, se debe enfocar en el uso del sistema para aprovechar la potencial energía presente en la forma que respalda la ejecución, con el fin de lograr un esfuerzo más intenso y eficaz.

Puede realizarse en tres formas: con giro, deslizar y carrera normal, dependiendo de la manera en que se realiza, el primero equivale a materiales de lanzamiento; el segundo a munición; y el último a jabalina.

El mejoramiento de la técnica: en estas disciplinas demandan un equilibrio entre física fuerza, física fuerza y muscular flexión, todo ello manteniendo un enfoque puramente físico. Por lo tanto, junto con la preparación física, los equipos técnicos requeridos para realizar lo que correspondiente a los grados alcanzados deben ser suficientes.

Evaluación y control. Aunque evaluación y prevención poseen una relevancia pedagógica parecida en otros campos, el monitoreo de cumplimiento con criterios técnicos se extiende a estas acciones.

### **Importancia de la actividad de coordinación**

Un movimiento está cohesionado cuando se cumplen los estándares de consistencia, economía, precisión y eficacia.

Conociendo esto, podemos afirmar con certeza que la coordinación es algo que influye en el cerebro-motor, pero también interviene el cerebelo, que es el órgano que controla toda la información sensorial y la coordina y organiza con los estímulos que emite la parte pensante del ser humano, la actividad combinada que se realiza dará como resultado que la motricidad fina necesaria para una buena coordinación sea permanente en los infantes de forma constante en su crecimiento.

### ***2.2.11 Factores que Intervienen en la Coordinación***

Según Wetto (2017), manifiesta que "la correcta coordinación se basará en el nivel de entrenamiento, genética, edad, balance, grado de física capacidad y aprendizaje, muscular flexibilidad, y la condición mental del individuo." (p. 92).

La complejidad de la coordinación se determinará por la velocidad de ejecución, variaciones en la dirección, duración del ejercicio, variables del movimiento, altura del centro de gravitación, condiciones naturales, las condiciones externas.

### ***2.2.12 Tipos de Coordinación***

Los tipos de coordinación se dará en función de la realidad y vivencias de los infantes, asimismo, del conocimiento de los tutores o quienes hagan sus veces para desarrollar la coordinación en la primera infancia.

Por ello, se puede mencionar que existen estos tipos de coordinación:

La coordinación trabajada.

La coordinación natural.

La coordinación sin actividad alguna.

**Coordinación Dinámica General:** Para este caso específico, los movimientos simultáneos involucran músculos de todo (o casi todo) el cuerpo, lo que es fundamental para lograr la correcta alineación entre contención y relajación muscular para lograr el objetivo que se tiene en cuenta realizar.

Coordinación óculo podal: también llamada coordinación pie-ojo, es donde intervienen las piernas y su relación con lo que ve el ojo, un claro ejemplo de esta actividad es la coordinación en el fútbol.

El atletismo: es un conjunto de eventos que se celebran como competencias entre individuos o equipos, generalmente de carácter amateur, en escenarios cerrados o exterior. Los elementos básicos de la disciplina incluyen carreras y actividades al aire

libre. Las corridas, que representan la mayoría de los eventos deportivos, varían desde los 50 m en una pista plana hasta el maratón, que abarca 41 km (26 mi). Usualmente, eventos deportivos se realizan en un estadio o en un campo de juego construido alrededor del gramado, normalmente, la pista es de 400 metros de longitud y de forma oval, con dos segmentos rectos y dos curvados.

### ***2.2.13 Tipos de Velocidad***

Se presentan diversos eventos que evalúan a los atletas' velocidad y potencia. Estos son solo algunos de los tipos más habituales en el ámbito deportivo. Todos poseen características y desafíos propios, pero todos ponen énfasis en rapidez, técnica y resistencia para lograr tiempos veloces y superar a los competidores:

Carrera de 100 metros. Este es uno de los acontecimientos más emblemáticos en el ámbito de la pista y el campo, los atletas corren de manera recta durante 100 metros desde a posición de abajo, este evento demanda impresionantes explosiones y una técnica sofisticada y técnica adecuada para lograr tiempos cortos de velocidad. Carrera de 200 metros. Al igual que el de 100 metros, este evento añade una curva extra a la pista de 200 metros desde a posición de inicio y deben afrontar el curve con rapidez y eficacia.

400-metro de longitud. Este es un examen de velocidad y resistencia. Los deportistas realizan un recorrido completo por el circuito, lo que equivale a 400 meters. Es necesario un equilibrio entre pure rapidez y cardiovascular resistencia para mantener un ritmo acelerado a lo largo de la distancia.

Carrera de 4x100 metros. En esta competencia, equipos de cuatro corredores corren alternando, finalizando a distancia total de 400 metros, el atleta corre 100 metros y entrega a bastón al siguiente atleta en una zona de transición. Este examen fusiona rapidez y destreza para eficazmente entregar el bastón.

## **2.3 Definición de Términos Básicos**

**Coordinación:** “Es una capacidad motora amplia que reconoce una gran cantidad de movimientos con precisión y armonía”. Muñoz (2009, p. 2)

**Aprendizaje del Atletismo:** “Es una forma de conducir al inicio de deportes con carácter formativo, teniendo como sugerencia la implementación del atletismo”. Peraza (2018, p. 21)

**Movimiento:** Es hacer que un cuerpo abandone la zona que ocupa y vaya a ocupar otra. Pérez (2014, p. 22)

**Deporte:** “Es una situación de conducción competencia controlada y establecida”. Parlebas (1988, p. 33)

**Habilidad:** “Es el dominio de los métodos y pueden ser sensibles o prácticos.” Álvarez (1990, p. 53)

**Secuencia:** “Es una serie de elementos o hechos que se vinculan entre sí. Gardey” (2016, p. 11)

**Nivel:** “Es realizado para afirmar que el cambio de altura que se puede realizar en una superficie perfectamente horizontal. González” (2014, p. 122)

**Ejecución:** “Es el proceso mediante el cual se implementa la estructura de planificación de acuerdo con los resultados obtenidos”. Matos (2005, p. 5)

**Equilibrio:** “Es la capacidad de mantener el cuerpo en una posición erguida gracias a movimientos compensados que involucran habilidades motoras de manera global y fina”. López (2004, p. 24)

## 2.4 Hipótesis de la Investigación

Según Ñaupá (2018) afirma que las hipótesis: “Es una proposición tentativa que pretende ser la respuesta a un problema expresando su solución o explicándolo” (p. 175).

Asimismo, las hipótesis son predicciones o suposiciones que realiza el investigador con el propósito de obtener resultados a las interrogantes realizadas durante el planteamiento del problema y se orienta a través de la realización de sesiones de clases durante la investigación educativa.

### 2.4.1 Hipótesis General

Las pruebas de velocidad influyen significativamente en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari.

### 2.4.2 Hipótesis Específicas

Las pruebas de velocidad influyen en la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari.

Las pruebas de velocidad influyen en la mejora de la coordinación mano-ojo en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari.

Las pruebas de velocidad influyen en la mejora de la coordinación segmentaria en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari.

## 2.5 Operacionalización de variables

**Variable Independiente:** Carreras de velocidad

**Definición Conceptual.** (Ballesteros, 2008, p.38), “Es una actividad física integrada por acciones naturales como la carrera, el salto y el lanzamiento, realiza por el hombre bajo una u otra forma, desde el origen de la especie”.

**Definición Operacional:** El atletismo y las diferentes actividades se aplicarán en las diferentes sesiones de aprendizaje con los estudiantes de manera individual, colectiva y grupal, para ello se utilizarán materiales para cada actividad planificada.

**Dimensiones.**

- Pruebas de 80 metros
- Pruebas de 100 metros
- Pruebas de 200 metros

**Variable Dependiente:** La coordinación

**Definición Conceptual.** Vásquez, (2006) La coordinación se puede definir como la capacidad de realizar movimientos de forma precisa, rápida y ordenada de forma eficiente. En otras palabras, la coordinación permite que todos los músculos involucrados en una acción se muevan de manera coordinada para realizarla de la forma más adaptable posibles, a pesar de que las habilidades motoras y de movimiento implican numerosas zonas de la zona frontal del cerebro, la principal estructura encargada de la coordinación es el cerebro, la mala coordinación puede impedir que vivimos nuestras cotidianidades de manera normal.

**Definición Operacional.** Se evidenciará a través del uso de los instrumentos y técnicas aplicadas a los estudiantes sobre la participación que se realizará con las distintas actividades del atletismo, así se medirá por medio de una prueba de pre test y pos test sobre la coordinación.

Según la escala de medición de en sus dimensiones:

- Inicio = C

- En proceso = B
- Logro = A.
- Logro Destacado=AD

### *Dimensiones*

- Coordinación dinámica general
- Coordinación óculo-manual
- Coordinación segmentaria

## 2.6 Matriz de Operacionalización de Variables

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medicion
Variable Independiente: Carreras de velocidad	(Ballesteros, 2008, p.38), “Es una actividad física integrada por acciones naturales como la carrera, el salto y el lanzamiento, realiza por el hombre bajo una u otra forma, desde el origen de la especie”.	El atletismo y las diferentes actividades se aplicarán en las diferentes sesiones de aprendizaje con los estudiantes de manera individual, colectiva y grupal, para ello se utilizarán materiales para cada actividad planificada.	Pruebas de 80 metros Pruebas de 100 metros Pruebas de 200 metros	Carrera de velocidad	<b>Nominal</b> No Aplica
Variable Dependiente: La coordinación	Vásquez, (2006) La coordinación se define como la habilidad de realizar acciones de manera precisa, rápida y eficaz. En otras palabras, la coordinación nos permite mover todos los músculos involucrados en una acción de manera coordinada para realizarla de la manera más adecuada posible. A pesar de que las habilidades motoras y de movimiento implican numerosas zonas frontales del cerebro, la principal estructura encargada de la coordinación es el cerebro. La mala coordinación puede impedir que vivimos nuestras cotidianidades de manera normal.	Se evidenciará a través del uso de los instrumentos y técnicas aplicadas a los estudiantes sobre la participación que se realizará con las distintas actividades del atletismo, así se medirá por medio de una prueba de pre test y pos test sobre la coordinación. -Según la escala de medición de en sus dimensiones: Inicio = C En proceso = B Logro = A. Logro Destacado=AD	Coordinación dinámica general Coordinación óculo-manual Coordinación segmentaria	Todos los movimientos. Desplazamientos, giros y salto. Mecanismo perceptivo. Lanzamientos y recepciones Conexiones nerviosas. La motricidad fina y el afianzamiento de la lateralidad	<b>Ordinal</b> AD=Logro Destacado - 4 A =Logro -3 B=En proceso-2 C=Inicio -1

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 Enfoque de Investigación**

Caballero (2014) señala que en la investigación cuantitativa predomina la cantidad y su manejo estadístico matemático, y los informantes tienen igual valor. Este tipo de estudios se orientan a verificar o comprobar deductivamente las proposiciones planteadas en la investigación, es decir, mediante la construcción de hipótesis basadas en la relación de variables para posteriormente someterlas a medición, logrando así su confirmación o refutación. (p.67)

Caballero (2014) señala que la investigación está dominada por la cuantía y su manejo con números, y los informantes poseen un valor equivalente. Este tipo de investigación se enfoca en deducciones para corroborar o refutar las teorías propuestas en el estudio, es decir, mediante la formulación de hipótesis basadas en la relación entre variables y posteriormente susceptibles a medida, para lograr así su confirmación o refutación. (página 67)

#### **3.2 Tipo y Nivel de Estudio**

Por la naturaleza del proceso, este trabajo forma parte de un tipo de investigación aplicada porque busca mejorar y solucionar los problemas que existen dentro de la sociedad, cuyo enfoque es cuantitativo ya que tendremos resultados estadísticos de la investigación.

El trabajo de investigación pertenece al nivel experimental porque su contenido incluye la manipulación de variables con el fin de descubrir y explicar cómo y por qué ocurre una situación o evento en particular.

El estudio fue parte de una investigación descriptiva. Para ello, Hernández, Fernández y Baptista (2003) señalan que “los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, características y perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sujeto de análisis” (p. 117).

### **3.3 Nivel de investigación experimental**

Según el escritor (Fidias G. Arias (2012)), establece: una investigación experimental es un procedimiento que implica sometimiento de un objeto o conjunto de individuos a determinadas condiciones o tratamientos (variable independiente), con el objetivo de monitorear las reacciones o efectos que se producen (variable dependiente) (página 34).

### **3.4 Método de Estudio**

El paso de investigación se empleará para la búsqueda de la datos y métodos para la construcción del conocimiento, entre ellos lo siguiente.

#### ***3.4.1 Método Teórico de la Investigación***

Hernández, Sampieri (2008) señala que un Marco Teórico es “un compendio escrito de artículos, libros y otros documentos que describen el estado pasado y actual del conocimiento sobre el problema en estudio. Nos ayuda a documentar cómo nuestra investigación agrega valor a la literatura existente” (p.74).

**Método General.** Para este estudio, se utilizará el método experimental ya que este intencionalmente supervisa la variable experimental en un entorno adecuado para observar y confirmar las variaciones y efectos generados por dicha variable.

**Método Científico.** Es científico porque aplica técnicas que permiten comprobar hechos investigativos y obtener posibles soluciones al problema.

**Método Descriptivo.** Este método dará una visión de predominantes situaciones y actitudes a través de una detallada descripción de las actividades realizadas para potenciar la parte motora, estimulación en los niños. Este proceso se llevará a cabo mediante una cuidadosa recolección de datos, que contribuirá a la creación de investigaciones basadas en juegos tradicionales.

### 3.4.2 *Métodos Empíricos Fundamentales*

**La investigación como Método Empírico de Investigación.** Se denota mediante la observación, medición y experimentación del trabajo realizado para ello consta de saber la realidad que quiere uno conocer.

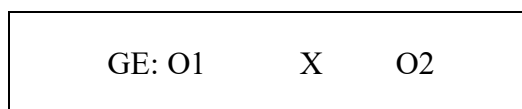
**Experimentación Pedagógica.** Es una forma metodológica teórica en el que se preguntan los fines y objetivos, los propósitos normativos, los esquemas metodológicos y estratégicos, así como también los soportes epistemológicos de una determinada concepción educativa.

**Método Experimental.** Esta metodología implica examinar posibles vínculos entre causas y efectos mediante la comparación de los resultados del pre-test con los resultados del post-test, usando las variables del trabajo.

**Método Estadístico.** Es una secuencia de procedimientos para el manejo de datos cuantitativos, y así hacer la comparación entre ellos y obtener las conclusiones correspondientes.

**Diseños de Investigación.** Hernández y Otros (2002) Sostienen que los diseños no experimentales se pueden definirse como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, se trata de investigación donde no hacemos variar en forma intencional las variables independientes. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural. (p. 267).

En tal sentido el presente trabajo de investigación tiene un diseño pre experimental cuyo esquema es el siguiente:



Donde:

**GE** : es el grupo experimental

**O1** : es el pre test

**X** : es la variable experimental

**O2** : es el post test

### **3.5 Población y Muestra**

#### **3.5.1 Población**

Según Hernández y Baptista, (2010, p.174), “Las poblaciones deben situarse claramente en torno a sus características de contenido, de lugar y en el tiempo”.

En el caso del presente trabajo de investigación, la población estará constituida por 150 estudiantes matriculados en el presente año en la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari.

Según los datos proporcionados por la dirección de dicha institución. La población es un dato importante para conocer la cantidad de estudiantes con que cuenta la institución y así asemejarnos con la cantidad de estudiantes a trabajar esta investigación.

#### **3.5.2 Muestra**

Azañero (2016) indica que, “es una parte representativa de la población del cual se recolectan los datos, es decir es un subconjunto de la población” (p. 122).

El trabajo de investigación contará con 25 estudiantes del sexto grado “A” del nivel primario de la institución educativa primaria “Parque Industrial” de Pichari ,2023.

La muestra dentro del trabajo de investigación es la parte específica y central con la que trabajaremos y así mismo obtendremos los resultados correspondientes.

### **3.6 Técnicas de Muestreo**

“(…) la elección entre la muestra probabilística y una no probabilística se determina con base en los objetivos del estudio, el esquema de la investigación y el alcance de sus contribuciones” (Sampieri, Fernández y Baptista, 1991: 209).

Se elige que técnicas va utilizar para la muestra la investigadora, así mismo con la que se ejecutara el proyecto.

El presente trabajo de investigación pertenece a una muestra no probabilística porque su selección ha sido de manera conveniente para el investigador.

### **3.7 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.**

Los instrumentos vienen a ser los medios o recursos elaborados o elegidos por el investigador y se aplica para recopilar información en la muestra.

Técnicas	Instrumentos
<p><b>La Observación:</b> Velásquez (2007) menciona que, “Se caracteriza porque en la guía se precisa cada uno de los detalles de las variables e indicadores a observar. (p.162). Torres, (2015), menciona que, “Es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis.</p>	<p><b>Ficha de Observación:</b> Va constar de preguntas donde sus alternativas serán observadas por la calificación de AD-A-B-C. En el pre test y pos test cuando realizamos a los estudiantes.</p>

**Observación:** es un elemento fundamental de todo proceso investigativo; en ella se apoya el investigador para obtener el mayor número de datos. Gran parte del acervo de conocimientos que constituye la ciencia ha sido lograda mediante la observación, existen dos clases de observación: la Observación no científica y la observación científica.

La observación en la investigación se utilizará a través de instrumentos donde se recogerá las informaciones correspondientes.

La diferencia básica entre una y otra está en la intencionalidad: observar científicamente significa observar con un objetivo claro, definido y preciso: el investigador sabe qué es lo que desea observar y para qué quiere hacerlo, lo cual implica que debe preparar cuidadosamente la observación. Observar no científicamente significa observar sin intención, sin objetivo definido y, por tanto, sin preparación previa”.

**Validación del Instrumento:** Según Hernández (2003) “Se hará la validez a través de un juicio de expertos que validaran los instrumentos, mediante un proceso con el programa de SPSS”(p118). La validez se refiere al grado en que el instrumento mide la variable realmente para demostrar la validez del instrumento de esta investigación que realizo la prueba piloto.

**Confiabilidad del Instrumento:** Se utilizará el alfa de Cronbach obteniendo un resultado mínimo de 0.6 y si es menos de esta cifra el instrumento estaría mal.

Para para poder obtener las alfas de Cronbach se tiene una formula general, de acuerdo a lo establecido por Hernández (2003).

En lo que respecta, a la confiabilidad de un instrumento de medición de datos, esta se da, cuando un instrumento se aplica repetidas veces, al mismo sujeto u objeto de

investigación, por lo cual, se deben obtener resultados iguales o parecidos dentro de un rango razonable, es decir, que no se perciban distorsiones, que puedan imputarse a defectos que sean del instrumento mismo. Se puede manifestar, que según Hernández (1991).

*Pilotaje:* Esta prueba piloto se da a ejecutar a un grupo ajeno a la muestra que el resultado se procesara con el programa de SPSS. Sin embargo, un estudio piloto también puede ser la prueba previa o “probar” de un instrumento de investigación en particular. (Baker 1994).

### **3.8 Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos.**

Para procesar los datos recolectados se empleará la Estadística Descriptiva e Inferencial. El método de análisis a usar es el método cuantitativo porque se procesa datos numéricos. Esto quiere decir, describen, grafican, analizan, comparan, relacionan y resumen datos recolectados con los instrumentos cuantitativos (Vara: 2010; 387) Los datos recolectados en la investigación serán analizados haciendo uso de la estadística descriptiva, para la tabulación de los datos se tendrá como soporte el programa Excel y para el análisis de los datos el Software SPSS (Programa de estadística para ciencias sociales).

## CAPÍTULO IV

### DISCUSIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1 Análisis de Información

##### 4.1.1 Descripción de Resultados de la Variable 1

En la presente tabla se muestra el consolidado del nivel de la variable 1 de la coordinación, el cual se resumen en la siguiente tabla:

**Tabla 1**

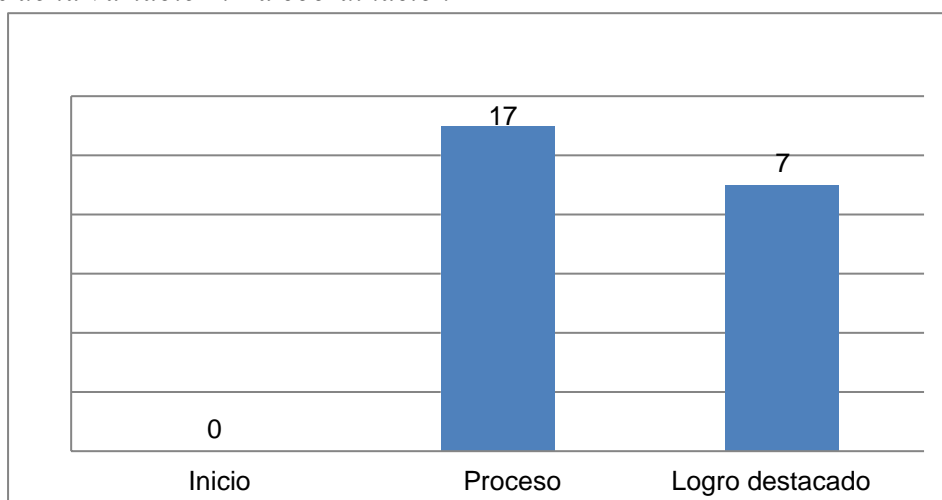
*Niveles de la Variable: La coordinación*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
C-En inicio	0	0.00
B-Proceso	17	68.00
A-Logro esperado	7	32.00
Total	24	100.00

**Fuente:** base de datos del investigador.

**Figura 1**

*Niveles de la Variable 1: La coordinación*



**Fuente:** tabla 1.

De la tabla y figura 1 se puede apreciar que en la variable 1 la coordinación dinámica general aplicado a los 24 estudiantes de la Institución Educativa “Parque Industrial”, de Pichari, se tiene que 17 estudiantes que representa el 68% estuvieron en el nivel PROCESO, luego 7 estudiantes que representa el 32% estuvieron en el Logro Esperado; y ningún estudiante estuvo en el nivel INICIO.

Veamos ahora las dimensiones de la variable la coordinación.

**Tabla 2**

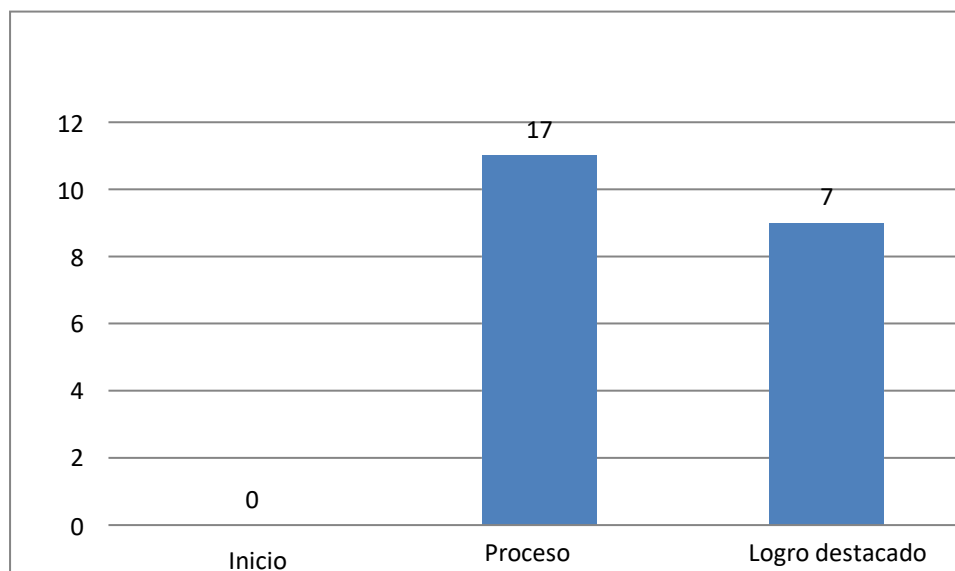
*Niveles de la Niveles de la Dimensión 1: Coordinación dinámica general*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
C-En inicio	0	0.00
B-Proceso	17	68.00
A-Logro esperado	7	32.00
Total	24	100.00

**Fuente:** base de datos del investigador.

**Figura 2**

*Niveles de la Niveles de la Dimensión 2: Coordinación óculo manual*

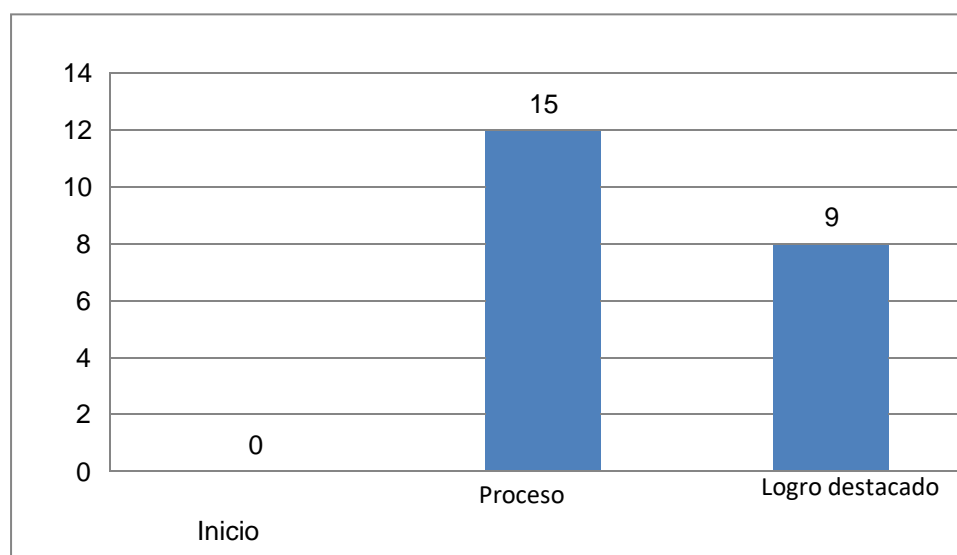


**Fuente:** tabla 2.

De la tabla y figura 2 se puede apreciar que en la dimensión 2 denominando Coordinación óculo manual aplicado a los 24 estudiantes de la Institución Educativa “Parque Industrial”, de Pichari, se tiene que 17 estudiantes que representa el 68% estuvieron en el nivel PROCESO, luego 7 estudiantes que representa el 32% estuvieron en el nivel Logro esperado; y ningún estudiante estuvo en el nivel INICIO. Veamos ahora la siguiente dimensión.

**Tabla 3***Niveles de la Dimensión 2: coordinación óculo-manual*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
C-En inicio	0	0.00
B-Proceso	15	64.00
A-Logro esperado	9	36.00
Total	24	100.00

**Fuente:** base de datos del investigador.**Figura 3***Niveles de la Dimensión 3: coordinación segmentaria***Fuente:** tabla 3.

De la tabla y figura 3 se puede apreciar que en la dimensión 3 denominando coordinación segmentaria aplicado a los 24 estudiantes de la Institución Educativa “Parque Industrial”, de Pichari, se tiene que 15 estudiantes que representa el 64% estuvieron en el nivel PROCESO, luego 9 estudiantes que representa el 36% estuvieron en el nivel logro destacado; y ningún estudiante estuvo en el nivel INICIO. Veamos ahora la siguiente dimensión.

**Tabla 4***Niveles de la Dimensión 3: coordinación segmentaria*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
C-En inicio	0	0.00
B-Proceso	8	35.00
A-Logro esperado	16	65.00
Total	24	100.00

**Fuente:** base de datos del investigador.

## 4.2 Prueba de Hipótesis

### 4.2.1 Prueba de Hipótesis General

Para realizar la prueba de hipótesis se hará uso del método hipotético deductivo basado en la teoría de Karl Popper, quien merced a su estudio denominado también el error tipo I, se procede a demostrar la negación de la hipótesis nula y la aceptación de la hipótesis alterna el cual se hará según la estadística inferencial con el T de Student por tratarse de dos variables en escala ordinal, tanto para la hipótesis general como para 3 hipótesis específicas.

#### a) Planteamiento de Hipótesis:

##### *Hipótesis Nula:*

Ho: Las pruebas de velocidad no influyen significativamente en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari.

##### *Hipótesis Alterna:*

H1: Las pruebas de velocidad influyen significativamente en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari.

#### b) Nivel de Significancia o Riesgo:

$$\alpha=0,05.$$

$$gl = 20-1 = 19$$

$$\text{Valor crítico} = 1,96$$

#### c) Decisión Estadística:

Debido a que el p-valor:  $0,000 < 0,010$ ; en consecuencia, se ha rechazado la hipótesis nula (Ho) y se ha acepta la hipótesis alterna (Hi).

#### d) Conclusión Estadística:

Se concluye que la significancia que tiene las pruebas de velocidad en la coordinación en los estudiantes, fue directa media y altamente Análisis

El diseño de carreras de velocidad en la coordinación se refiere a carreras a pie muy cortas y que consisten en correr lo más rápido posible en una distancia determinada. Son pruebas que suelen disputarse en pista cubierta o pista al aire libre. Dentro de esta

modalidad se encuentran las siguientes pruebas que realmente son oficiales a partir de la categoría pre - juvenil como son; 100m 200 y 400 metros lisos.

De acuerdo a los resultados obtenidos en cada uno de los test de las acciones técnicas en la carrera de velocidad secuencia completa, 100 y 200 m, se determina que en el Preest los deportistas obtuvieron una valoración de Logro destacado, mejorando en el promedio del Post Test al 30%; en cambio el 30% en el Pre Test lograron una puntuación de Logro destacado mejorando los resultados en el Post Test al 40%; en el caso de los estudiantes que obtuvieron una valoración de proceso en el Pre Test fue del 40%, bajando este índice en el Post Test al 20%, a diferencia del 5% de los estudiantes que en el Pre Test alcanzaron una puntuación de inicio, en cambio en el Post Test bajó al 0%.

De acuerdo a estos resultados promedios que son del pre y post test, se carreras de velocidad en su secuencia completa, carreras de 100 y 200 mts., planos, se deduce que luego de haber aplicado la propuesta de ejercicios con métodos adecuados a la categoría escolar, los atletas de esta disciplina.

**a) Planteamiento de Hipótesis:**

***Hipótesis Nula:***

Ho: La influencia que tiene las pruebas de velocidad y la coordinación segmentaria no es significativa.

***Hipótesis Alterna:***

H1: La influencia que tiene las pruebas de velocidad y la coordinación segmentaria es significativa.

***Nivel de Significancia o Riesgo:***

$\alpha=0,05$ .

***Decisión Estadística:*** Puesto que p-valor:  $0,000 < 0,010$ ; en consecuencia, se rechaza la hipótesis nula (Ho) y se acepta la hipótesis alterna (Hi).

***Conclusión Estadística:*** Se concluye que la influencia que tiene las pruebas de velocidad y la coordinación segmentaria fue directa media y altamente significativa.

## CONCLUSIONES

1. Se ha establecido que el nivel de influencia que tiene el atletismo en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari.
2. Es positiva media y altamente significativa; es decir aquel estudiante que tiene interés y practica el atletismo, mejora su desarrollo de la coordinación.
3. Se ha determinado que la influencia que tiene las pruebas de velocidad del atletismo y la dimensión coordinación dinámica general en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari es positiva media y altamente significativa.
4. Se ha determinado que la influencia que tiene las pruebas de velocidad del atletismo y la dimensión coordinación óculo-manual en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari es positiva media y altamente significativa.
5. Se ha determinado que la influencia que tiene las pruebas de velocidad del atletismo y la dimensión coordinación segmentaria en los estudiantes de la institución educativa “Parque Industrial” de Pichari es positiva media y altamente significativa.

## RECOMENDACIONES

1. Se debe de considerar la influencia que existe entre el atletismo y el desarrollo de la coordinación en todas las instituciones educativas para poder lograr una buena base deportiva y en lo personal en los estudiantes.
2. Se propone que los directivos de las instituciones educativas puedan implementar y equipar talleres de atletismo para el desarrollo integral del estudiante, por parte del Gobierno Regional de Ayacucho y Cusco y las diferentes UGELs del ámbito de su jurisdicción Ayacucho y Cusco.
3. Conviene dirigir esfuerzos de parte de nuestras autoridades para poner en práctica el taller de atletismo para su desarrollo integral de los estudiantes.
4. Replicar la presente investigación por el mismo tesista u otros en otras universidades y en otras instituciones educativas para fortalecer los resultados.

## FUENTES DE REFERENCIA

- Álvarez, R. (1990). Consideraciones teóricas acerca de las habilidades.
- Arias. (2012). El proyecto de investigación Introducción a la metodología científica Sexta edición. Caracas: Episteme.
- Ávila. (2001). Guía para elaborar la tesis: metodología de la investigación; cómo elaborar la tesis y/o investigación, ejemplos de diseños de tesis y/o investigación. Lima: R.A.
- Cevallos, T. (2015). Programa de Iniciación deportiva en el atletismo para mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje en los alumnos de la Unidad Educativa Machachi, Cantón Mejía, Provincia de Pichincha, durante el año lectivo 2014 - 2015. <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/2242/1/T-UTC-3578.pdf>
- Coila, D. (2019). Estrategia de enseñanza perceptiva para mejorar el gesto técnico de la marcha atlética en atletas infantiles de la liga de atletismo Puno. [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13855/Daniel\\_Coila\\_Panca.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13855/Daniel_Coila_Panca.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Galeano. (2004). Diseño de proyectos en la investigación cualitativa. Medellín: Universidad EAFIT.
- Gardey, A. (2016). Definición de secuencia didáctica. González, S. (2014). Los niveles de conocimiento.
- Hernández, et al. (2010). Metodología de la investigación (5ta. Ed). México: Mc Graw Hill Interamericana.
- Hernández, et al. (2012). Metodología de la Investigación. México.: Mac Graw Hill.
- Hurtado. (1998). Metodología de la investigación Guía para la comprensión holística de la ciencia. Quirón.
- López, A. (2004). Equilibrio: Definición y características. Matos, Y. (2005). Definición de ejecución.
- Mestre, U. y Castro, R. (2002). Programa de superación para la enseñanza del atletismo en el nivel escolar. Buenos Aires.
- Mestre, U. y Castro, R. (2022). Programa de superación para la enseñanza del atletismo en el nivel escolar.

Meza, J. y Alejandro, I. (2019). Relación entre el nivel de actividad física y la coordinación motriz en niños de primaria de la Institución Educativa Privada

# ANEXO

## Anexo 1

### RD de Aprobación del Proyecto de Investigación




*"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"*

Resolución Directoral N° 0518-2024 - EESP.Púb. "JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 06 de mayo del 2024

Visto el expediente N° TM20242042-F y proveído N° 2042;

#### CONSIDERANDO:



Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, departamento de Ayacucho; garantizar la titulación de los alumnos de las diferentes especialidades que se desarrolla en este Centro Superior de Formación Docente con la aprobación de los Proyectos de Investigación Educativa Básica y/o Aplicada, para cumplir con el objetivo fundamental de Formación Profesional en Educación, en los Niveles Inicial, Primaria, Secundaria establecidos por la Ley del Profesorado y los Reglamentos pertinentes;

Que, el Art. 15° del Decreto Supremo N° 19-90-ED. Reglamento de la Ley del Profesorado, indica que la "Investigación y Experimentación Científica y Tecnológica son actividades permanentes del régimen académico de la formación docente y reconoce a la investigación como una dimensión fundamental de su formación y de su quehacer educativo";

Que, de conformidad con el D.S. N° 010-2017-MINEDU, Reglamento de la Ley N° 30512 Ley de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados:

Que, el Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo, Asesor del trabajo de Investigación, renuncia por voluntad propia y a pedido del interesado;

#### SE RESUELVE:

**PRIMERO.- MODIFICAR;** el Artículo PRIMERO, numeral 1) de la Resolución Directoral N° 227-2023-EESP"JSCO"/D.G.-HTA, de fecha 18 de agosto del 2023, en la que se designa al Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo, Asesor del Proyecto titulado: "DISEÑO DE CARRERAS DE VELOCIDAD PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARQUE INDUSTRIAL-PICHARI,2022".



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA**  
**"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"**  
 Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
 Reapertura RM. N° 228-82-ED  
 Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED  
 Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED  
 Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU

**INTEGRANTE:**

- BANDO SOTO, YOMAR

**SEGUNDO.-** Que, por motivos indicados en la parte considerativa se **RESUELVE CAMBIAR** al mencionado docente, por la Prof. **MARIA TRINIDAD RIVERA, CRUZ** como nueva Asesora del proyecto.

**REGISTRESE Y COMUNIQUESE**



**Dr. Walter Mariano Arce Villar**  
 DIRECTOR GENERAL



**SE RESUELVE:**

**DISTRIBUCIÓN:**

- Interesados
- Archivo
- WMAV/D.G.(e)
- prd/sec.

## Anexo 2

### Resolución directoral de fecha de sustentación



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
Reapertura RM. N° 228-82-ED  
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED  
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED  
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU

*"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"*

### Resolución Directoral N.º 0936-2024 - EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 04 de noviembre de 2024



Visto la solicitud presentada por el(la) ex alumno(a) **BANDO SOTO, YOMAR** de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, de la Carrera Profesional de **Educación Física**, para sustentar el Informe Final del Trabajo de Investigación Educativa Básica; denominado: **DISEÑO DE CARRERAS DE VELOCIDAD PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARQUE INDUSTRIAL-PICHARI, 2022**, quien solicita sustentación amparado(a) en el Decreto Supremo N° 010-2017-MINEDU, Reglamento General de los Institutos y Escuelas de Formación Docente Públicos y Privados;

#### CONSIDERANDO:

Lo dispuesto por:

- Ley N° 28044 Ley General de Educación.
- D.S N° 023-2 003-ED, Disposiciones de Emergencia y Reforma en Aplicación de la Ley General de Educación.
- D.S N° 021-2 003 Declaratoria en Emergencia al Sistema Educativo Nacional durante el bienio 2 003- 2 004.
- Ley N° 24029 Ley del Profesorado y su Modificatoria 25212.
- D.S N° 19-90-ED Reglamento de la Ley del Profesorado.
- D.S N° 05-94-ED Reglamento de los Institutos Superiores Pedagógicos con vigencia hasta el 23 de abril del 2001.
- D.S N° 010-2017-MINEDU, Reglamento General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados.

Que, la Dirección de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta ha cumplido con la expedición de la RESOLUCIÓN DIRECTORAL N° 0937-2024-EESP"/JSCO"/D.G-HTA, de fecha 04 de noviembre del 2024, en la que se nombra a los miembros del Jurado Examinador.



**SE RESUELVE:**

**PRIMERO.- AUTORIZAR** la sustentación del Trabajo de Investigación Educativa Básica denominado **DISEÑO DE CARRERAS DE VELOCIDAD PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARQUE INDUSTRIAL-PICHARI, 2022**, presentado por el(la) ex alumno(a) **BANDO SOTO, YOMAR**, de la Carrera Profesional de **Educación Física**, mencionado en los considerandos, ceremonia que se realizará en el Auditorio de la Institución, el **día 11 de noviembre del 2024 a hrs 4:00 p.m.**

**REGISTRESE Y COMUNIQUESE**



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
HUANTA  
**Dr. Yaker Mariano Arce Villa**  
DIRECTOR GENERAL

**DISTRIBUCIÓN**

- Interesados
- Dir. Adm. (01)
- Sec. Acad. (01)
- Archivo (01)
- WMAV/D.G (e)
- prd/sec,

## Anexo 3

### Resolución directoral de jurados de sustentación



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
Reapertura RM. N° 228-82-ED  
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED  
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED  
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU

*"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"*

### Resolución Directoral N.º 0937-2024 - EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 04 de noviembre de 2024

Visto el Expediente N° TM20244410-F de fecha 29 de octubre del 2024 y el Proveído

N° 4410;



#### CONSIDERANDO:

Que, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caverro Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, departamento de Ayacucho; garantizar la titulación de los alumnos de los diferentes programa académicos que se desarrolla en este Centro Superior de Formación Docente con la aprobación de los Proyectos de Investigación Educativa Básica y/o Aplicada, para cumplir con el objetivo fundamental de Formación Profesional en Educación, en los Niveles Inicial, Primaria, Secundaria establecidos por la Ley del Profesorado y los Reglamentos pertinentes;

Que, estando autorizado por la Dirección General y el Decreto Supremo N° 010-2017-MINEDU. Reglamento General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados; señalan que es necesario fomentar la investigación e innovación en los estudiantes y formadores para ofrecer a la sociedad maestras y maestros capaces de producir conocimientos educativos, que contribuyan al mejoramiento continuo de la calidad de la educación.

Que, de conformidad al Artículo 55 del Decreto Supremo N° 010-2017-MINEDU, Reglamento General de los Institutos Superiores y Escuelas de Formación Docentes Públicos y Privados sobre designación de los Miembros del Jurado para la ejecución del acto de sustentación.

#### SE RESUELVE:

**PRIMERO.- NOMINAR;** como Miembros del Jurado Calificador del Trabajo de Investigación Educativa Básica, tal como se detalla a continuación:



**JURADOS:**

PRESIDENTE : Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR  
SECRETARIO : Dr. WILBER ANTONIO REYES ARAUJO  
VOCAL : Prof. EDHGAR HECTOR VALENCIA AGUILAR

**INTEGRANTE:**

BANDO SOTO, YOMAR

**TITULO DEL PROYECTO:**

DISEÑO DE CARRERAS DE VELOCIDAD PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN  
LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARQUE INDUSTRIAL-  
PICHARI, 2022.

**SEGUNDO.- COMUNICAR** al Jurado Calificador e interesado(a), el contenido  
del presente acto resolutivo.

**REGISTRESE Y COMUNIQUESE**



Dr. *Walter Mariano Arce Villa*  
DIRECTOR GENERAL

**DISTRIBUCIÓN:**

Interesados  
Dir. Adm. (01)  
Sec. Acad. (01)  
Archivo (01)

WMAV/D.G. (e)  
prd/sec.

## Anexo 4

### Matriz de consistencia de investigación experimental.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	MARCO TEORICO	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN
<p><b>Problema General:</b></p> <p>¿De qué manera influye el atletismo en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari?</p>	<p><b>Objetivo General:</b></p> <p>Determinar la influencia del atletismo en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p>	<p><b>Antecedentes</b></p> <p>Internacional</p> <p>Nacional</p> <p>Regional</p> <p><b>Bases teóricas</b></p> <p>El atletismo.</p> <p>La coordinación</p> <p><b>Definición de términos básicos.</b></p> <p>Atletismo</p> <p>Coordinación</p> <p>Segmentaria</p> <p>Óculo-manual</p>	<p><b>Hipótesis General:</b></p> <p>El atletismo influye significativamente en la mejora de la coordinación en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p> <p><b>Hipótesis Específicos:</b></p> <p>El atletismo influye significativamente en la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p> <p>El atletismo influye significativamente en la mejora de la coordinación óculo-manual en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p> <p>El atletismo influye significativamente en la mejora de la coordinación segmentaria en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p>	<p><b>Variable independiente:</b></p> <p>El atletismo</p> <p><b>Variable Dependiente:</b></p> <p>La coordinación</p>	<p>Pruebas de velocidad</p> <p>Pruebas de salto</p> <p>Pruebas de lanzamiento</p> <p>Coordinación dinámica general</p> <p>Coordinación óculo-manual</p> <p>Coordinación segmentaria</p>	<p><b>Paradigma:</b> Positivista</p> <p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Tipo:</b> Investigación Educativa Aplicada</p> <p><b>Nivel:</b> Experimental</p> <p><b>Métodos:</b></p> <p>Método Experimental.</p> <p>-Método Deductivo - Inductivo.</p> <p><b>Diseño de investigación:</b> Diseño pre experimental</p> <p><b>GE: O1.... X.... O2</b></p> <p>Donde:</p> <p>GE: es el grupo experimental</p> <p>O<sub>1</sub>: es el pre test</p> <p>X: es la variable experimental</p> <p>O<sub>2</sub>: es el post test</p> <p><b>Población:</b></p> <p>En el caso del presente trabajo de investigación, la población estará constituida por 150 estudiantes matriculados en el presente año en la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari. Según los datos proporcionados por la dirección de dicha Institución.</p> <p>Muestra:</p> <p>El trabajo de investigación contara con 25 estudiantes del sexto grado "A" del nivel primario de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari ,2023</p> <p><b>Técnica de muestreo:</b></p> <p>El presente trabajo de investigación pertenecerá a una muestra no probabilística porque su selección será de manera conveniente para el investigador.</p> <p><b>Técnicas e Instrumentos de investigación</b></p> <p><b>Técnica:</b></p> <p>Observación</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <p>Ficha de observación</p> <p><b>Procesamiento de datos:</b></p> <p>Estadística descriptiva e Inferencial.</p>	
<p><b>Problemas Específicos:</b></p> <p>¿De qué manera influye el atletismo en la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari?</p> <p>¿De qué manera influye el atletismo en la mejora de la coordinación óculo-manual en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari?</p> <p>¿De qué manera influye el atletismo en la mejora de la coordinación segmentaria en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari?</p>	<p><b>Objetivos Específicos:</b></p> <p>Determinar la influencia del atletismo en la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p> <p>Determinar la influencia del atletismo en la mejora de la coordinación óculo-manual en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p> <p>Determinar la influencia del atletismo en la mejora de la coordinación segmentaria en los estudiantes de la institución educativa primaria "Parque Industrial" de Pichari.</p>						

## Anexo 5

### Matriz de operacionalización de variables.

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas	Instrumentos	Escala	Valoración
<b>Variable Independiente</b>  Carreras de velocidad	Pruebas de 80 metros	Realiza en el menor tiempo la velocidad en 80 metros	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades de dirección y ubicación</li> <li>Desarrolla planos y ejes para su desplazamiento</li> <li>Realiza saltos, trepa, gatea, reptar y galopa</li> </ul>	La experimentación	Material experimental	Nominal	1 = No aplica material experimental 2 = Si aplica material experimental
	Pruebas de 100 metros	Realiza en el menor tiempo la velocidad en 100 metros	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades de fuerza</li> <li>Realiza lanzamiento de objetos</li> <li>Desarrolla actividades de velocidad</li> </ul>				
	Pruebas de 200 metros	Realiza en el menor tiempo la velocidad en 200 metros	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades de equilibrio estático</li> <li>Realiza actividades de equilibrio dinámico</li> </ul>				
<b>Variable Dependiente</b>  La coordinación	Coordinación dinámica general	Realiza actividades de movimiento y saltos	Realiza movimientos coordinados Realiza saltos en el aire Realiza zancadas Realiza el traslado de globos Realiza movimientos controlados en velocidad	La observación	Ficha de observación	Ordinal	1= En inicio 2= En proceso 3= Logro previsto
	Coordinación óculo-manual	Realiza actividades de zancadas cortas y amplias	Realiza actividades de zancadas cortas Demuestra coordinación Demuestra adecuación al realizar saltos Realiza movimientos al realizar zancadas amplias				
	Coordinación segmentaria	Realiza actividades de lateralidad	Realiza la recepción de forma lateral Ejecuta actividades lateralmente Identifica los procesos para realizar la recepción de globos Realiza actividades de recepción de globos en pares				

## Anexo 6

### Matriz instrumental

VARIABLES	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS	Nº ITEMS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS	ESCALA	VALORACIÓN
Carreras de velocidad	Pruebas de 80 metros	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza en el menor tiempo la velocidad en 80 metros</li> </ul>	No aplica	No aplica	Observación	Sesiones experimentales	Nominal	Experimento
	Pruebas de 100 metros	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza en el menor tiempo la velocidad en 100 metros</li> </ul>						
	Pruebas de 200 metros	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza en el menor tiempo la velocidad en 200 metros</li> </ul>						
La coordinación	Coordinación dinámica general	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades de movimiento y saltos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza movimientos coordinados</li> <li>Realiza saltos en el aire</li> <li>Realiza zancadas</li> <li>Realiza el traslado de globos</li> <li>Realiza movimientos controlados en velocidad</li> </ul>	1 2 3 4 5	Pre-Test y Post Test	Ficha de observación	Ordinal	Inicio Proceso Logro previsto
	Coordinación óculo-manual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades de zancadas cortas y amplias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades de zancadas cortas</li> <li>Demuestra coordinación</li> <li>Demuestra adecuación al realizar saltos</li> <li>Realiza movimientos al realizar zancadas amplias</li> </ul>	6 7 8 9				
	Coordinación segmentaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades de lateralidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza la recepción de forma lateral</li> <li>Ejecuta actividades lateralmente</li> <li>Identifica los procesos para realizar la recepción de globos</li> <li>Realiza actividades de recepción de globos en pares</li> </ul>	11 12 13				

## Anexo 7

Instrumento de recolección de datos.



### FICHA DE OBSERVACIÓN LA COORDINACIÓN

**Apellidos y nombres del estudiante:**

**Objetivo:** valorar la mejora de la coordinación

**Valoración:** 1) En inicio 2) En proceso 3) Logro previsto

N°	COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL	VALORACIÓN		
		1	2	3
1	Ejecuta actividades generales de coordinación			
2	Realiza movimientos básicos			
3	Mantiene el globo sin dejar caer al piso			
4	Realiza un movimiento natural de marcha			
5	Mantiene un buen tiempo el equilibrio			
6	Ejecuta actividades en forma dinámica amplia			
7	Realiza movimientos controlando su equilibrio			
<b>COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL</b>				
8	Realiza actividades en pares			
9	Muestra confianza al momento actividades en pares			
10	Posee una buena coordinación realizando saltos			
11	Coordina actividades realizando mixtas			
12	Realiza movimientos acordes en salto y amplitud			
13	Realiza el saltos adecuadamente			
<b>COORDINACIÓN SEGMENTARIA</b>				
14	Desarrollan la recepción de globos			
15	Realiza actividades programadas de zancadas			
16	Desarrolla actividades alternas al momento de realizar saltos			
17	Realiza estaciones de equilibrio de manera correcta			
18	Tiene resultados en las actividades programadas			
19	Trabaja en pares			
20	Desarrolla actividades planificadas en equipo			

## Anexo 8

Validación de instrumentos, juicio de expertos.

**TABLA DE EVALUACION DE EXPERTOS**

Apellidos y nombres del experto: Aris Pardo Sulibel

Grado académico: Magister en Educación

Título profesional: Profesora en Educación Primaria

Institución en el que labora: E.E.S.P.P. "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE"

Fecha: .....

Instrumento de evaluación: Ficha de observación

En la presente tabla de evaluación de experto, usted tiene la facultad de evaluar cada uno de los ítems marcando con una (X) en la columnas SI o NO, asimismo, se le exhorta registrar las observaciones en el casillero correspondiente con la finalidad de mejorar la pertinencia del instrumento en evaluación.

Nº	ITEMS	APRECIACION		OBSERVACION
		SI	NO	
<b>DIMENSION: Conducción</b>				
01	Ejecuta controlando el balón	✓		
02	Realiza movimientos con el balón	✓		
03	Mantiene el balón en aire	✓		
04	Tener una buena conducción al momento de regatear pelota	✓		
05	Mantener un buen tiempo el balón	✓		
06	Ejecuta llevando el balón a largo distancia	✓		
07	Realiza los movimientos controlando el balón	✓		
<b>DIEMNSION: Pase</b>				
08	Trabaja los actividades entre dos el pase	✓		
09	Muestra confianza al momento de pasar	✓		
10	Tiene una buena coordinación en el pase	✓		
11	Se adecua en la práctica coordinando sus pases	✓		
12	Hace movimientos al momento de pasar el balón	✓		
13	Ejecuta el pase adecuadamente en las actividades realizadas	✓		
<b>DIMENSION: Recepción</b>				
14	Ejecutan de a dos la recepción	✓		
15	Entrena a lo máximo las actividades de la recepción	✓		
16	Hace acciones al momento de ejecutar la recepción	✓		
17	Realiza un buen manejo en la recepción	✓		
18	Tiene un buen resultado en las actividades	✓		
19	Trabaja de a dos las actividades indicados	✓		
20	Realiza un buen manejo con el balón	✓		

*El instrumento es aplicable para recodictar datos de la muestra*

*Sulibel Aris Pardo*  
Mag. Sulibel Aris Pardo  
10387409

**TABLA DE EVALUACION DE EXPERTOS**

Apellidos y nombres del experto: ERICKA PALOMINO, Arce  
 Grado académico: Magister  
 Título profesional: LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE  
 Institución en el que labora: E.E.S.P.P. "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE"  
 Fecha: 28/12/22

Instrumento de evaluación: Ficha de observación

En la presente tabla de evaluación de experto, usted tiene la facultad de evaluar cada uno de los ítems marcando con una (X) en las columnas SI o NO, asimismo, se le exhorta registrar las observaciones en el casillero correspondiente con la finalidad de mejorar la pertinencia del instrumento en evaluación.

Nº	ITEMS	APRECIACION		OBSERVACION
		SI	NO	
<b>DIMENSION: Conducción</b>				
01	Ejecuta controlando el balón	✓		
02	Realiza movimientos con el balón	✓		
03	Mantiene el balón en aire	✓		
04	Tener una buena conducción al momento de regatear pelota	✓		
05	Mantener un buen tiempo el balón	✓		
06	Ejecuta llevando el balón a largo distancia	✓		
07	Realiza los movimientos controlando el balón	✓		
<b>DIMENSION: Pase</b>				
08	Trabaja las actividades entre dos el pase	✓		
09	Muestra confianza al momento de pasar	✓		
10	Tiene una buena coordinación en el pase	✓		
11	Se adecua en la práctica coordinando sus pases	✓		
12	Hace movimientos al momento de pasar el balón	✓		
13	Ejecuta el pase adecuadamente en las actividades realizadas	✓		
<b>DIMENSION: Recepción</b>				
14	Ejecutan de a dos la recepción	✓		
15	Entrena a lo máximo las actividades de la recepción	✓		
16	Hace acciones al momento de ejecutar la recepción	✓		
17	Realiza un buen manejo en la recepción	✓		
18	Tiene un buen resultado en las actividades	✓		
19	Trabaja de a dos las actividades indicados	✓		
20	Realiza un buen manejo con el balón	✓		

  
 TEL: 80349251

**TABLA DE EVALUACION DE EXPERTOS**

Apellidos y nombres del experto: Rosy Araujo Wilber Antonio  
 Grado académico: Doctor  
 Título profesional: Especializado en Educación  
 Institución en el que labora: E. E. S. P. P. "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE"  
 Fecha: Huacabo, Julio del 2022

Instrumento de evaluación: Ficha de observación

En la presente tabla de evaluación de experto, usted tiene la facultad de evaluar cada uno de los ítems marcando con una (X) en la columnas SI o NO, asimismo, se le exhorta registrar las observaciones en el casillero correspondiente con la finalidad de mejorar la pertinencia del instrumento en evaluación.

Nº	ITEMS	APRECIACION		OBSERVACION
		SI	NO	
<b>DIMENSION: Conducción</b>				
01	Ejecuta controlando el balón	✓		
02	Realiza movimientos con el balón	✓		
03	Mantiene el balón en aire	✓		
04	Tener una buena conducción al momento de regatear pelota	✓		
05	Mantener un buen tiempo el balón	✓		
06	Ejecuta llevando el balón a largo distancia	✓		
07	Realiza los movimientos controlando el balón	✓		
<b>DIEMNSION: Pase</b>				
08	Trabaja los actividades entre dos el pase	✓		
09	Muestra confianza al momento de pasar	✓		
10	Tiene una buena coordinación en el pase	✓		
11	Se adecua en la práctica coordinando sus pases	✓		
12	Hace movimientos al momento de pasar el balón	✓		
13	Ejecuta el pase adecuadamente en las actividades realizadas	✓		
<b>DIMENSION: Recepción</b>				
14	Ejecutan de a dos la recepción	✓		
15	Entrena a lo máximo las actividades de la recepción	✓		
16	Hace acciones al momento de ejecutar la recepción	✓		
17	Realiza un buen manejo en la recepción	✓		
18	Tiene un buen resultado en las actividades	✓		
19	Trabaja de a dos las actividades indicados	✓		
20	Realiza un buen manejo con el balón	✓		

  
28602912

## Anexo 9

### Prueba de confiabilidad

#### Confiabilidad

Es así que para el presente estudio se aplicó la prueba piloto en una cantidad de 10 estudiantes de muestra, además la validez y confiabilidad del instrumento de investigación para el presente trabajo, se estimó a través del alfa de Cronbach que puede ser calculado con la siguiente fórmula:

$$\alpha = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right],$$

**Dónde:**

$S_i^2$  Es la varianza del ítem  $i$

$S_t^2$  Es la varianza de los valores totales observados y es el

$k$  número de preguntas o ítems.

**Tabla 1.**

*Resumen de procesamiento de casos*

		N	%
Casos	Válido	27	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	27	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento

**Tabla 2.**

*Estadística de fiabilidad*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,900	27

**Fuente:** Elaboración propia.

La fiabilidad del instrumento mediante la prueba de Alfa de Cronbach, nuestra variable presenta un valor de 0,900; esto precisa la consistencia interna de la ficha de observación; por lo tanto, dicho instrumento es confiable para poder aplicar en la recolección de datos de la muestra, cuyo objeto de estudio se basa la mejora de la coordinación, el ítem en este instrumento muestra un excelente nivel de confiabilidad





## Anexo 11

### Prueba Pre test

N°	DIMENSIÓN 1				DIMENSIÓN 2				DIMENSIÓN 3				DIMENSIÓN 4				TOTAL
	C1	C2	C3	PUNTAJE	P1	P2	P3	PUNTAJE	CO1	CO2	CO3	PUNTAJE	R1	R2	R3	PUNTAJE	
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3
5	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3
6	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
7	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
8	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
10	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
12	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3
13	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2
14	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2
15	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3

16	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
19	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
20	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
21	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3
22	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3
23	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
24	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
25	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3

Anexo 12

*Material experimental*

**ESCUELA DE EDUCACIÓN PEDAGÓGICA  
PÚBLICA SUPERIOR  
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”  
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**PLAN DE APLICACIÓN**

DISEÑO DE CARRERAS DE VELOCIDAD PARA  
MEJORAR LA COORDINACIÓN EN LOS  
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
PARQUE INDUSTRIAL-PICHARI, 2022

**Proyecto de tesis para obtener el título de  
profesor en Educación Física**

**AUTOR**

**Yomar C.**

**Bando Soto**

**ASESORA**

**Mg. Maria Trinidad Rivera Cruz**

**PICHARI -  
PERÚ  
2023**

## PLAN DE APLICACIÓN

### OBJETIVO PRINCIPAL

Aplicar 12 sesiones de aprendizaje con la estrategia de carreras de velocidad para desarrollar coordinación en los estudiantes del sexto grado "A" de primaria de la Institución Educativa "Parque Industrial" de Pichari 2022

### OBJETIVOS SECUNDARIOS

- Aplicar y evaluar las sesiones de aprendizaje con la estrategia de carreras de velocidad para desarrollar la coordinación en los estudiantes del sexto grado "A" de primaria de la Institución Educativa "Parque Industrial" de Pichari 2022.
- Aplicar y evaluar las sesiones de aprendizaje con la estrategia de carreras de velocidad para desarrollar la coordinación en los estudiantes del sexto grado "A" de primaria de la Institución Educativa "Parque Industrial" de Pichari 2022.
- Aplicar y evaluar las sesiones de aprendizaje con la estrategia de carreras de velocidad para desarrollar la coordinación en los estudiantes del sexto grado "A" de primaria de la Institución Educativa "Parque Industrial" de Pichari 2022.

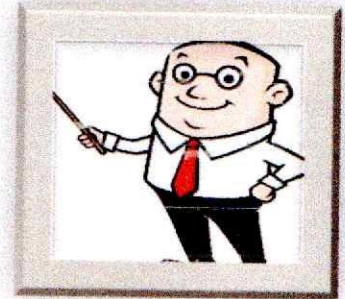
### PLANIFICACIÓN DE LAS SESIONES DEL PLAN DE APLICACIÓN

N°	ACTIVIDADES	FECHA
1	<i>"Demostramos nuestros movimientos y habilidades corriendo"</i>	22-09-2023
2	<i>"Demostramos nuestros movimientos en 80 metros"</i>	21-09-2023
3	<i>"Practicamos a correr 100 metros"</i>	28-09-2023
4	<i>"Practicamos a correr en pares"</i>	12-09-2023
5	<i>"Demostramos nuestras habilidades en la actividad de velocidad pura"</i>	12-10-2023
6	<i>"Demostramos nuestras habilidades en la actividad de sami velocidad"</i>	06-10-2023
7	<i>"Demostramos coordinación al correr"</i>	19-10-2023
8	<i>"Demostramos coordinación a la velocidad"</i>	20-10-2023
9	<i>"Practicamos realizando la coordinación a velocidad en 200 metros"</i>	02 -11-2023
10	<i>"Mejoramos y proponemos actividades de coordinación"</i>	09-11-2023
11	<i>"Practicamos movimientos y habilidades recepcionando el globo con el planta del pie"</i>	17-11-2023
12	<i>"Mejoramos movimientos y habilidades recepcionando el globo con la cabeza"</i>	23-11-2023



SESIÓN DE APRENDIZAJE

"INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA"



II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E." Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6" B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha : 16-10-23

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	<p>Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud</p>	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultada su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

## VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p><b>Respeto a la identidad cultural</b></p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p><b>derecho</b></p>	<p><b>Conciencia de derechos</b></p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p><b>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</b></p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

## V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

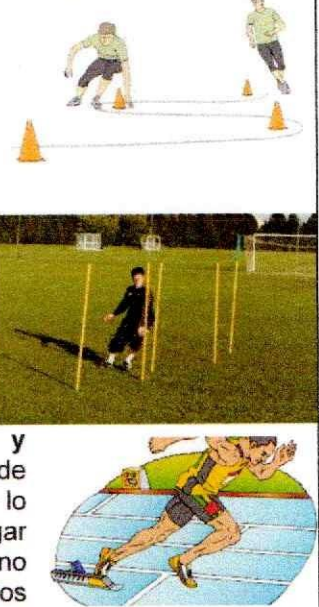
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b></p> <p><b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente.</p> <p>Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos:</p> <p>Levantar la mano para opinar</p> <p>Obedecer al profesor.</p> <p>Respetar las reglas de la actividad</p> <p>Respetar las opiniones de los compañeros.</p> <p><b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.</p> <p>¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?</p> <p>Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b> <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas</p> <p>¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?</p> <p>Recomendaciones a los estudiantes</p> <p>Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>

DIRECTOR/A DE LA I.E

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ

DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA

ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

I.E. PARQUE INDUSTRIAL  
DOCENTE DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
Prof. SAUL INOFUENTE JOVE

DOCENTE PRACTICANTE  
BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN

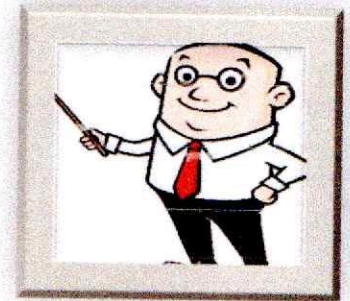


SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E. " Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6" B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha : 16-10-23



**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logros recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.  Práctica con dificultad su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.  Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.  Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.	el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.  (Lista de cotejo)
<b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.  Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía	Los estudiantes reconocen las actividades

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p>Respeto a la identidad cultural</p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p><b>derecho</b></p>	<p>Conciencia de derechos</p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p><b>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</b></p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

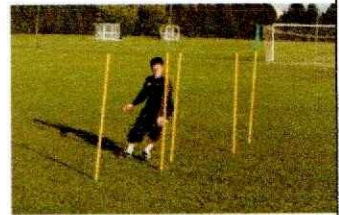
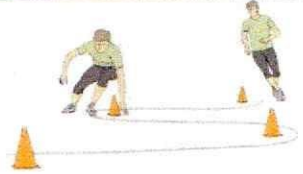
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente. Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos: Levantar la mano para opinar Obedecer al profesor. Respetar las reglas de la actividad Respetar las opiniones de los compañeros. <b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
**"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"**



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>




VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>

  
 DIRECTOR/A DE LA I.E  
**Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ**

  
**I.E. PARQUE INDUSTRIAL**  
  
 DOCENTE DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
**Prof. SAUL INOFUENTE JOVE**

  
 DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
**ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA**

  
 DOCENTE PRACTICANTE  
**BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN**

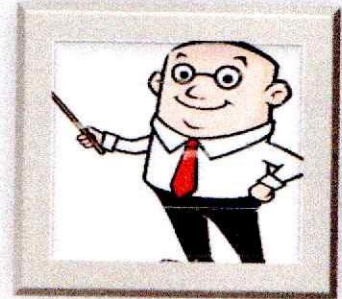


SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E. " Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6° B
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha : 16-10-23



**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultada su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p>Respeto a la identidad cultural</p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p>derecho</p>	<p>Conciencia de derechos</p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

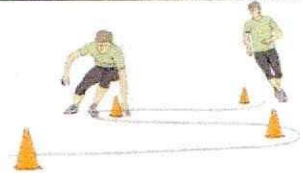
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente. Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos: Levantar la mano para opinar Obedecer al profesor. Respetar las reglas de la actividad Respetar las opiniones de los compañeros. <b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
 "AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto ha otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y contante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas emos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>



DIRECTOR/A DE LA I.E

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ



DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA



I.E. PARQUE INDUSTRIAL

Prof. SAUL INO FUENTE JÓVE  
 DOCENTE DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA



DOCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN



SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E. " Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6° B
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha :16-10-23



**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.  Práctica con dificultad su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.  Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.  Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.	el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.  (Lista de cotejo)
<b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.  Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía	Los estudiantes reconocen las actividades

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p>Respeto a la identidad cultural</p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p>derecho</p>	<p>Conciencia de derechos</p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

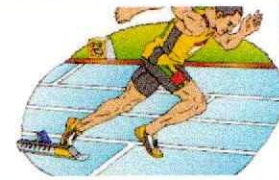
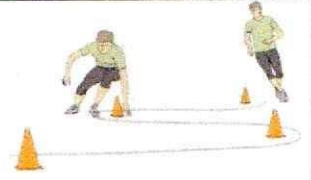
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente. Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos: Levantar la mano para opinar Obedecer al profesor. Respetar las reglas de la actividad Respetar las opiniones de los compañeros. <b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
**"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"**



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace el recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>



DIRECTOR/A DE LA I.E.

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ



I.E. PARQUE INDUSTRIAL

Prof. Saul Inofuente Jove  
 DOCENTE DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
 Prof. SAUL INOFUENTE JOVE



DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA

ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

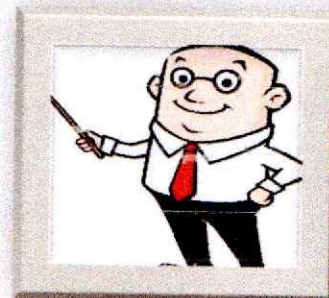


DOCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN



SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”



II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E." Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6° B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha : 16-10-23

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultad su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p><b>Respeto a la identidad cultural</b></p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p><b>derecho</b></p>	<p><b>Conciencia de derechos</b></p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p><b>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</b></p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

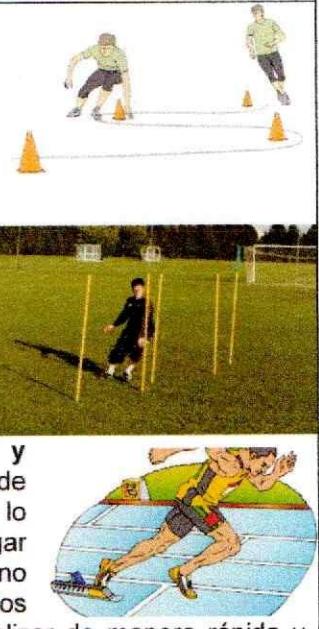
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b></p> <p><b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente.</p> <p>Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos:</p> <p>Levantar la mano para opinar</p> <p>Obedecer al profesor.</p> <p>Respetar las reglas de la actividad</p> <p>Respetar las opiniones de los compañeros.</p> <p><b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
 "AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b> 2 horas</p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b> 20 minutos</p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zes.pri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>



DIRECTOR/A DE LA I.E

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ



DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA



I.E. PARQUE INDUSTRIAL

Prof. Saul Inofuente JÓVE  
 DOCENTE DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
 ASOCIACIÓN FÍSICA  
 Prof. SAUL INOFUENTE JÓVE



DOCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN



SESIÓN DE APRENDIZAJE

"INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA"



II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E." Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6" B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha :16-10-23

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultada su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p>Respeto a la identidad cultural</p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p>derecho</p>	<p>Conciencia de derechos</p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

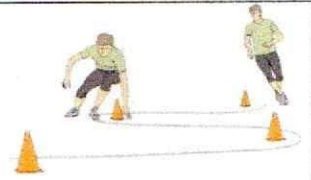
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b></p> <p><b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente.</p> <p>Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos:</p> <p>Levantar la mano para opinar</p> <p>Obedecer al profesor.</p> <p>Respetar las reglas de la actividad</p> <p>Respetar las opiniones de los compañeros.</p> <p><b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
**"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"**



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto ha otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y contante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas emos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>



DIRECTOR/A DE LA I.E

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ



DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

I.E. PARQUE INDUSTRIAL

Prof. Saul Inofuente Jove

DOCENTE DEL AREA DE EDUCACION FISICA  
 Prof. SAUL INOFUENTE JOVE

Prof. SAUL INOFUENTE JOVE

DOCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN

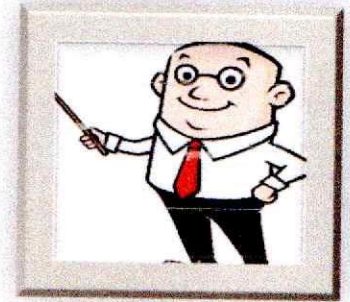


SESIÓN DE APRENDIZAJE

"INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA"

II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E." Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6" B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha : 16-10-23



**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** Los estudiantes de la Institución Educativa Parque Industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de sus cuerpos, además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje, se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logros recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b></p> <p>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	<p>Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud</p>	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultad su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p>Respeto a la identidad cultural</p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p>derecho</p>	<p>Conciencia de derechos</p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

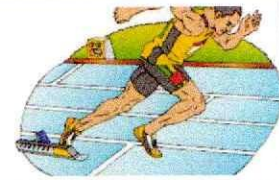
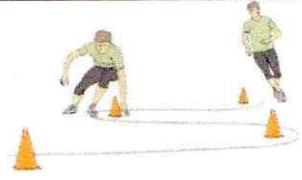
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente. Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos: Levantar la mano para opinar Obedecer al profesor. Respetar las reglas de la actividad Respetar las opiniones de los compañeros. <b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
**"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"**



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace el recode de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades?          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>



DIRECTOR/A DE LA I.E.

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ



DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

I.E. PARQUE INDUSTRIAL

Prof. Saul Inofuente Jové

DOCENTE DEL AREA DE EDUCACION FISICA  
 Prof. SAUL INOFUENTE JOVE

Bando Soto Yomar Cristian

DOCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN

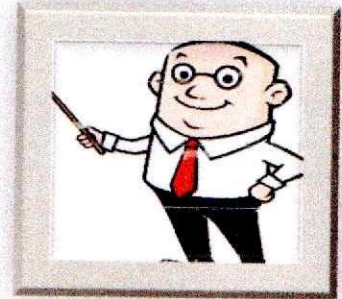


SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E. " Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6° B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha : 16-10-23



**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultada su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p><b>Respeto a la identidad cultural</b></p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p><b>derecho</b></p>	<p><b>Conciencia de derechos</b></p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p><b>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</b></p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

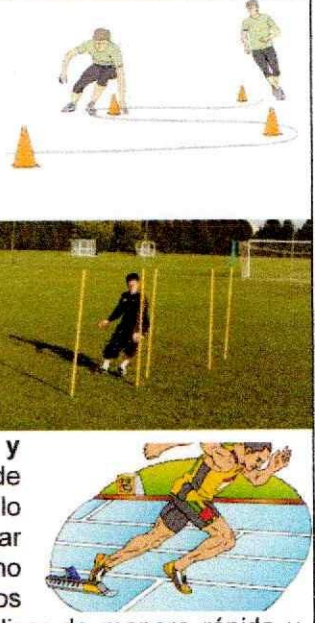
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente. Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos: Levantar la mano para opinar Obedecer al profesor. Respetar las reglas de la actividad Respetar las opiniones de los compañeros. <b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
 "AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zes.pri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>

  
 DIRECTOR/A DE LA I.E.  
 Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ

  
 DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

  
 I.E. PARQUE INDUSTRIAL

  
 Prof. Saul Inofuente Jové  
 DOCENTE DEL ASOCIACION FISICA  
 Prof. SAUL INOFUENTE JÓVE

  
 DCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN

**“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”**



**II. DATOS INFORMATIVOS:**

- |                           |                                 |
|---------------------------|---------------------------------|
| 1.3 Institución Educativa | : I.E. "Parque Industrial" 2023 |
| 1.4 Docente               | : Saul Inofuente Jove           |
| 2.1. Área                 | : Educación Física              |
| 2.2. Grado y sección      | : 6° B                          |
| 2.3. Duración             | : 3 horas                       |
| 2.4. Docente practicante  | : Bando Soto Yomar Cristian     |
| 2.5. Fecha                | : 16-10-23                      |

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** Los estudiantes de la Institución Educativa Parque Industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de sus cuerpos, además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje, se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos el logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b></p> <p>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	<p>Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud</p>	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultad su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p><b>Respeto a la identidad cultural</b></p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p><b>derecho</b></p>	<p><b>Conciencia de derechos</b></p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p><b>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</b></p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

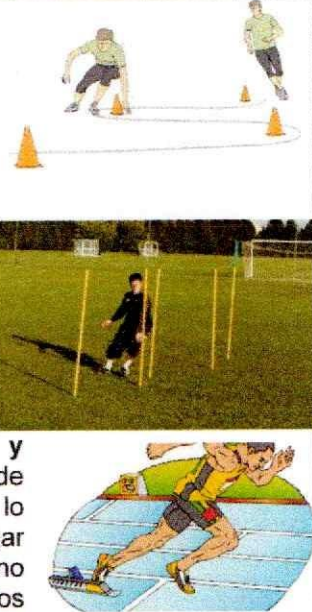
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente. Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos: Levantar la mano para opinar Obedecer al profesor. Respetar las reglas de la actividad Respetar las opiniones de los compañeros. <b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
**"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"**



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto ha otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y contante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas emos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>

  
 DIRECTORA/A DE LA I.E  
**Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ**  
  
 DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
**ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA**

  
**I.E. PARQUE INDUSTRIAL**  
  
 Prof. Saul Inofuente Jove  
 DOCENTE DEL AREA DE EDUCACION FISICA  
**Prof. SAUL INOFUENTE JOVE**  
  
 DCENTE PRACTICANTE  
**BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN**



SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E. "Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6° B
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha : 16-10-23



**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultada su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p><b>Respeto a la identidad cultural</b></p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p><b>derecho</b></p>	<p><b>Conciencia de derechos</b></p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p><b>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</b></p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

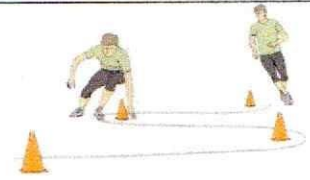
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b></p> <p><b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente.</p> <p>Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos:</p> <p>Levantar la mano para opinar</p> <p>Obedecer al profesor.</p> <p>Respetar las reglas de la actividad</p> <p>Respetar las opiniones de los compañeros.</p> <p><b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
 "AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades?          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>



DIRECTOR/A DE LA I.E

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ



DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

I.E. PARQUE INDUSTRIAL

Prof. Saul Inofuente Jove  
 DOCENTE DEL AREA DE EDUCACION FISICA  
 Prof. SAUL INOFUENTE JOVE



DOCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN



SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”



II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E. " Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6° B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha :16-10-23

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	<p>Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud</p>	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultada su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p>Respeto a la identidad cultural</p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p>derecho</p>	<p>Conciencia de derechos</p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</p>		<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>

#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

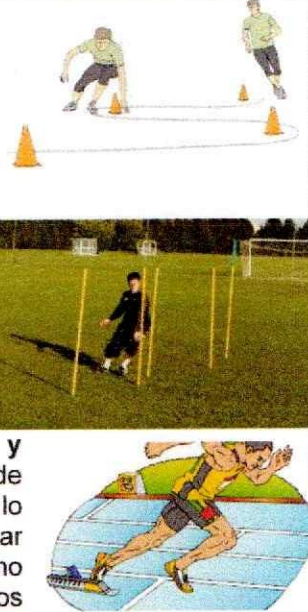
Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente. Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos: Levantar la mano para opinar Obedecer al profesor. Respetar las reglas de la actividad Respetar las opiniones de los compañeros. <b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
 "AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto ha otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y contante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades)          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas emos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>

  
 DIRECTOR/A DE LA I.E  
 Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ

  
 DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

  
 I.E. PARQUE INDUSTRIAL

  
 Prof. Saul Inofuente Jove  
 DOCENTE DEL AREA DE EDUCACION FISICA

  
 DCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN



SESIÓN DE APRENDIZAJE

“INICIOS DE CARRERA DE VELOCIDAD CON SALIDA BAJA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.3 Institución Educativa : I.E. " Parque Industrial" 2023
- 1.4 Docente : Saul Inofuente Jove
- 2.1. Área : Educación Física
- 2.2. Grado y sección : 6° B"
- 2.3. Duración : 3 horas
- 2.4. Docente practicante : Bando Soto Yomar Cristian
- 2.5. Fecha :16-10-23



**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:** : Los estudiantes de la Institución Educativa parque industrial Pichari, presentan algunas dificultades en su coordinación de su cuerpos , además de corregir algunos valores como la disciplina, la perseverancia y el respeto; motivo por el cual se está proponiendo el atletismo por ser una actividad física que permite mejorar siempre las actividades básicas vinculadas al funcionamiento de nuestra actividad diaria; frente a esto nos planteamos las siguientes interrogantes: ¿Cómo puedo mejorar mi postura corporal utilizando la técnica de las carreras, los saltos y los lanzamientos en el atletismo? ¿De qué forma mejora mi disciplina y responsabilidad frente a los ejercicios que planteamos en el atletismo?

En esta Experiencia de Aprendizaje , se va a desarrollar predominantemente la competencia de: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; la cual busca mejorar el control corporal y de los objetos mediante la disciplina y el respeto de las actividades planificadas con los estudiantes; luego de haber consolidado la experiencia de aprendizaje evaluamos los logro recopilando el producto de con una FICHERO DE IMÁGENES REALIZANDO EL MOVIMIENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO la que es reflejada en los movimientos de los estudiantes.

**PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN:** Corremos, saltamos y lanzamos durante las clases de educación física, mejorando nuestras habilidades de coordinación y capacidades físicas que nos sirven para nuestra vida cotidiana.

Competencias del área	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b> Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.</p>	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud	<p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica con dificultada su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica algunas veces su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p> <p>Práctica su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física. Práctica constantemente su higiene, luego de la actividad física con autonomía, a su vez se hidrata durante y después de la actividad física.</p>	<p>el estudiante reconoce las actividades para su bienestar corporal.</p> <p>(Lista de cotejo)</p>
<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p>	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades</p>

<p><b>INTERACTUA A TRAVES DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES</b></p> <p>Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices.</p>	<p>Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno</p>	<p>Realiza con autonomía los movimientos de coordinación a través del atletismo.</p> <p>Conoce con dificultad sus posiciones y las coordinaciones básicas Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza con alguna dificultad.</p> <p>Conoce con autonomía sus posiciones y las coordinaciones básicas y los realiza sin ninguna dificultad.</p>	<p>Los estudiantes reconocen las actividades correctas y los ejercicios que benefician para el buen trabajo de su trabajo en la actividad. (lista de cotejo)</p>
---	--	---	--

Competencias transversales	Desempeño (precisado)	Criterios de evaluación	Evidencias de aprendizaje
<p><b>GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA</b></p>	<p>Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. le permitirán alcanzar o no la tarea.</p>	<p>Crea estrategias para dar solución a un trabajo.</p> <p>Utiliza los recursos a su alcance para lograr su objetivo.</p>	<p>El estudiante logra el trabajo buscando formas y dando solución.</p>

#### VI ENFOQUES TRANSVERSALES PRIORIZADOS

Enfoques transversales	Valores	Acciones observables
<p><b>INTERCULTURAL</b></p>	<p>Respeto a la identidad cultural</p>	<p>Los docentes y estudiantes acogen con respeto a todos, sin menospreciar ni excluir a nadie en razón de su lengua, su manera de hablar, su forma de vestir, sus costumbres o sus creencias.</p>
<p><b>derecho</b></p>	<p>Conciencia de derechos</p>	<p>Los docentes promueven el conocimiento de los Derechos Humanos y la Convención sobre los Derechos del Niño para empoderar a los estudiantes en su ejercicio democrático</p>
<p><b>Enfoque de búsqueda de la excelencia.</b></p>	<p>Se enfatizará a que la/el estudiante realice ejercicios de activación corporal como de relajación antes y después de actividades lúdicas para fomentar y mejorar el cuidado de la salud</p>	

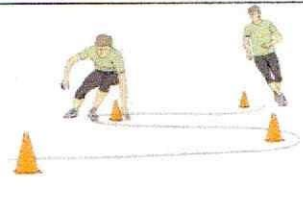


#### V. SECUENCIA METODOLÓGICA PARA EL APRENDIZAJE

Momentos	Actividades/estrategias
<p><b>Inicio</b></p> <p><b>20 minutos</b></p>	<p>Presentación del docente.</p> <p>Se dialoga con los estudiantes mencionando los acuerdos:</p> <p>Levantar la mano para opinar</p> <p>Obedecer al profesor.</p> <p>Respetar las reglas de la actividad</p> <p>Respetar las opiniones de los compañeros.</p> <p><b>Dinámica:</b> reventando zapatos: los estudiantes mencionados tendrán que recorrer llevando una pita sobre los zapatos realizando diversos movimientos con los estudiantes deben correr los estudiantes quienes han sido pisados en la pita ya automáticamente quedaran congelados y el que quede solo con su pita sobre los zapatos son los ganadores.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PARQUE INDUSTRIAL"  
**"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"**



	<p>El docente inicia la sesión con un dialogo motivador, despertando el interés en el alumno, mediante algunas preguntas, se hace él recoge de los saberes previos.          ¿Qué es el atletismo?          ¿Qué pasa si corremos a toda velocidad?          ¿Cómo podemos mejorar en la velocidad y también guiarnos durante las competencias?          Los estudiantes responden a su conocimiento y el docente aclara las ideas.</p>
<p><b>Desarrollo</b>  <b>2 horas</b></p>	<p><b>Carrera en zig – zag:</b> Los estudiantes formados en grupo tienen que realizar la actividad de carreras por lo cual se le da de inicio uno de velocidad de fondo para iniciar el estudiante corre de una manera normal, los trabajos consisten en desarrollar sus habilidades físicas y recorrer la mayor distancia posible desde el lugar de partida.</p> <p><b>Carreras de evolución:</b> los estudiantes son separados por grupos por lo cual en la primera fase de trabajo parten trotando y en la segunda fase aumentan la velocidad de una forma evolutiva y de tal manera en la tercera fase tienen que aumentar su velocidad de una manera más rápida realizando el uso de la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación corporal.</p> <p><b>Carreras por de estaciones realizando saltos y lanzamientos:</b> los estudiantes formados en grupos de estaciones son trasladados los de un punto a otro por lo cual los estudiantes estarán siendo colocados en cada lugar de estación al inicio tendrán que partir uno en uno trasladando una pelota de trapo y pasando los obstáculos de salto y derribando conos los estudiantes deben realizar de manera rápida y constante así se familiarizan de manera constante a la actividad y demuestran sus habilidades físicas respecto a la coordinación corporal.</p>   
<p><b>Cierre</b>  <b>20 minutos</b></p>	<p>El maestro y los alumnos parados en media luna se les hace las siguientes preguntas          ¿Qué partes del cuerpo se ha trabajado en las actividades?          ¿Cómo nos sentimos después de las actividades?          ¿qué dificultades y fortalezas hemos tenido y cómo podemos mejorar?          Recomendaciones a los estudiantes          Siempre cuidar su alimento e ingerir su agua y su fruta también respetar la higiene corporal.</p>

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://blog.zespri.eu/es/ejercicios-de-respiracion-y-relajacion-despues-deporte/>



DIRECTOR/A DE LA I.E

Prof. LUZ NÉRIDA, URBANO MENDEZ



DOCENTE FORMADOR DE PRACTICA  
 ÁNGEL YUNCAJAYO MEDIANA

I.E. PARQUE INDUSTRIAL



Prof. Saul Inofuente Jove  
 DOCENTE DEL AREA DE EDUCACION FISICA  
 ASOCIACION FISICA



DOCENTE PRACTICANTE  
 BANDO SOTO YOMAR CRISTIAN

## Anexo 13

### Autorización de ejecución y cartas de consentimiento informado



Ley Orgánica No. 18727  
Resolución RM No. 223-02-ED  
Adecuación a Instituto DS No. 010-85-ED  
Renovación de Funcionamiento DS No. 08-94-ED  
Escuela de Educación RM No. 287-2020-MINEDU

*"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"*

## CONVENIO INTERINSTITUCIONAL ENTRE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA "JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE" DE HUANTA Y LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 38633/Mx-P "JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI"

### INTRODUCCIÓN

Conste por el presente documento interinstitucional que suscriben la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caveró Ovalle" de Huanta, representado por el Director General, Dr. Walter Mariano Arce Villar con DNI N° 28576395, con domicilio legal en el Jr. Razuhuilca No 624 de la ciudad de Huanta, a quien en adelante se le denomina **Escuela de Educación "JOSACO"**, de otra parte, la Institución Educativa N° 38633/Mx-P "**José Carlos Mariátegui**" con Forma de Atención del MSEIB de Ámbito Urbano con Código Modular N° 1386861, representado por su Director **Ramon Juan CCALLO Quispe**, identificado con DNI N° 24705225, con domicilio institucional en la Av. Mantaro s/n del Distrito de Unión Ashaninka, Mantaro, Provincia de la Convención y región de Cusco, a quien en adelante se le denomina la **Institución Educativa Asociada**, en los términos siguientes:

### PRIMERA CLAUSULA: ANTECEDENTES

La Escuela de Educación "JOSACO" de Huanta, es un centro de educación superior, dedicado a formar profesionales en las Ciencias de la Educación, al perfeccionamiento y especialización docente. Respecto a la Práctica Pre Profesional, esta se realiza en el marco de la Formación Inicial Docente, la que se rige por el Reglamento Interno y Reglamento de Práctica Pre Profesional e Investigación y las normas aprobadas por la DIFOID del Ministerio de Educación. Para la realización de la Práctica Pre Profesional e Investigación de los/las estudiantes, la Escuela de Educación "JOSACO", cuenta con Instituciones Educativas Públicas de Educación Básica Regular que mediante la firma de Convenio de Cooperación Interinstitucional constituyen las **Instituciones Educativas Asociadas** para el desarrollo de la Práctica Pre Profesional e Investigación.

### SEGUNDA CLAUSULA: BASES LEGALES

- Constitución Política del Perú.
- Ley 30512 Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la carrera Pública de sus Docentes.
- Decreto Supremo N° 010-2017-MINEDU, que aprueba el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, en adelante, el Reglamento.
- Resolución Directoral N°0651-2010-ED, aprueba los Lineamientos Nacionales para el desarrollo de la práctica pre-profesional en carrera docentes en Institutos y Escuelas de educación superior públicos y privados.
- Resolución Ministerial N.º 519-2018-MINEDU, que crea el "Modelo de Servicio Educativo Educación Intercultural Bilingüe".



- Resolución Viceministerial N° 252-2019-MINEDU, aprueba el "Diseño Curricular Básico Nacional de la Formación Inicial Docente - Programa de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe" y el "Diseño Curricular Básico Nacional de la Formación Inicial Docente - Programa de Estudios de Educación Primaria Intercultural Bilingüe".
- Resolución Viceministerial N° 097-2022-MINEDU aprueba la norma técnica denominada "Condiciones Básicas de Calidad para el Procedimiento de Licenciamiento de las Escuelas de Educación Superior Pedagógica".
- Proyecto Educativo Institucional de la EESPP "JSCO".
- Reglamento de Práctica Pre Profesional e Investigación 2023.
- Reglamento Interno 2023.
- Plan Anual de Trabajo 2023.

#### **TERCERA CLAUSULA: FINALIDAD:**

La finalidad fundamental de la Práctica Pre Profesional e Investigación es promover formación integral de los futuros docentes que se vienen formando en la **Escuela de Educación "JOSACO"**, la misma que presenta un enfoque global e integrador del futuro educador (a), en sus relaciones teóricas, tecnológicas y operativas con la realidad humana, es por ello que, los/las futuros (as) profesionales de educación están comprometidos con la educación de los/las niños, niñas adolescentes y jóvenes de nuestra provincia de Huanta, de la región Ayacucho y del país en el marco de la Educación Intercultural Bilingüe.

#### **CUARTA CLAUSULA: OBJETIVOS.**

El presente convenio establece la cooperación inter institucional, entre la **Institución Educativa Asociada** y la **Escuela de Educación "JOSACO"**, para la realización de la Práctica Pre Profesional e Investigación, la que contribuyen al logro del perfil profesional de los/las estudiantes de los diferentes programas de estudios de Formación Inicial Docente.

#### **QUINTA CLAUSULA: LA INSTITUCION EDUCATIVA DE PRÁCTICA.**

Es la **Institución Educativa Asociada**, que se caracteriza por la formación integral de sus estudiantes, gracias al trabajo comprometido de sus directivos y docentes, quienes son responsables de las acciones educativas en el marco de las normas emanadas por el Ministerio de Educación.

#### **SEXTA CLAUSULA: FUNCIÓN DE COOPERACIÓN INTERINSTITUCIONAL**

Ambas instituciones, reconocen que pueden hacer labor conjunta y colaborativa a favor de la formación profesional de los/las estudiantes de Formación Inicial Docente contribuyendo en la forja de profesionales de la educación de calidad que aporten al desarrollo de la sociedad.

#### **SÉPTIMA CLAUSULA: PLAZO DE VIGENCIA**

El presente convenio tendrá una duración de 2 años, a partir de la fecha de suscripción, pudiendo ser renovado previa evaluación, como también pueda quedar resuelta a petición escrita de cualquiera de las partes. Si alguna de las partes considera pertinente alguna modificación de este convenio deberá solicitarlo por escrito de manera anticipada.

#### **OCTAVA CLAUSULA: COMPROMISOS**



## LA ESCUELA DE EDUCACIÓN "JOSACO".

Se compromete a:

- 8.1. Coordinar con la Institución Educativa Asociada y establecer lineamientos para el desarrollo de la Práctica e Investigación para los/las estudiantes de Formación Inicial Docente; orientado a que el/la estudiante en formación se sensibilice con la realidad educativa a través de la estrategia de inmersión y ayudantía a partir de actividades pedagógicas y lúdicas con estudiantes de Educación Básica Regular; con la finalidad de consolidar las habilidades docentes, realizando sesiones de aprendizaje reales, así como la aplicación progresiva de los conocimientos propios de su nivel y Programa de Estudios; demostrando espíritu investigativo y reflexivo.
- 8.2. Asignar a los/las estudiantes de formación inicial docente de acuerdo a las edades, grados y secciones según la característica y forma de atención del MSEIB de la Institución Educativa Asociada previo sorteo.
- 8.3. Planificar, organizar, ejecutar, monitorear, acompañar y evaluar la Práctica Pre Profesional e Investigación en concordancia a las normas institucionales y en coordinación con el equipo de gestión y formadores de práctica.
- 8.4. Realizar acciones de capacitación y actualización para los/las docentes a solicitud de la Institución Educativa Asociada.
- 8.5. Estimular con resolución y certificación a los/las Directores (as) y Docentes por su contribución en la asesoría, monitoreo, acompañamiento y evaluación a los/las estudiantes durante el desarrollo de la Práctica Pre Profesional.

## LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ASOCIADA

Se compromete a:

- 8.6. Proporcionar los ambientes adecuados, los servicios básicos, el mobiliario y los materiales necesarios; así como a brindar las condiciones y facilidades que garanticen el normal desarrollo de las actividades educativas a cargo de los/las estudiantes practicantes, teniendo en cuenta la normatividad vigente.
- 8.7. Participar en las reuniones de trabajo que convoque la Escuela de Educación "JOSACO" sobre las normas y el sistema de evaluación de la Práctica Pre Profesional.
- 8.8. Apoyar y brindar la colaboración necesaria para el desarrollo de los trabajos de investigación de los/las estudiantes practicantes, cuyo informe final de investigación se remitirá a la institución educativa.
- 8.9. Facilitar el monitoreo y acompañamiento pedagógico de los/las estudiantes practicantes, a cargo de los docentes formadores de la Escuela de Educación "JOSACO".
- 8.10. Remitir a la Escuela de Educación "JOSACO" el informe final de la Práctica Pre Profesional realizada por los/las estudiantes en la Institución Educativa.
- 8.11. No solicitar ningún tipo de aporte económico y/o donación de objetos a los/las estudiantes practicantes.
- 8.12. Brindar facilidades y oportunidades a los/las estudiantes para desarrollar habilidades en gestión escolar, gestión pedagógica y educación comunitaria.

## NOVENA CLAUDULA: CONDICIONES PARA LA RENOVACIÓN DEL CONVENIO

La renovación del presente convenio será previa evaluación del cumplimiento de los acuerdos.



**DECIMA CLAUSULA: CAUSALES DE RESOLUCIÓN**

Será causal de resolución el incumplimiento de una de las partes.

**DECIMA PRIMERA CLAUSULA: SOLUCIÓN DE CONTROVERSIAS**

Si hubiera controversias, serán canalizadas por los responsables de ambas instituciones.

**DECIMA SEGUNDA CLAUSULA: CALIDEZ DE LAS COMUNICACIONES**

Las comunicaciones serán fluidas entre los representantes de ambas instituciones.

**DECIMA TERCERA CLAUSULA: DOMICILIO DE LAS PARTES**

La Escuela de Educación "JOSACO" Huanta, tiene como domicilio legal el Jr. Razuhuilca No 624 de la ciudad de Huanta, y la Institución Educativa Asociada tiene como domicilio legal el

Los casos no considerados en el presente convenio serán resueltos por la Escuela de Educación "JOSACO" en coordinación con la Institución Educativa Asociada, de manera armoniosa y con respeto al objeto del convenio.

En señal de conformidad, sus autoridades firman dos ejemplares de igual tenor, en la ciudad de Huanta, el día 28 de agosto del año 2023.



Escuela de Educación "JOSACO" Huanta  
DIRECCIÓN GENERAL  
Dr. Walter Mariano Arce Villar  
DIRECTOR GENERAL

Dr. Walter Mariano Arce Villar  
Director General de la EESPP "JSCO"



Escuela de Educación "JOSACO" Huanta  
DIRECCIÓN  
Prof. Ramon Juan Ccallo Quispe  
SUB-DIRECTOR

Prof. Ramon Juan CCALLO Quispe  
Director de la I.E. N° 338633/Mx-P "José Carlos Mariátegui"

## Anexo 14

### *Evidencias fotografías*

#### **Fotografía 1**

*Realizando calentamiento corporal del parte superior e inferior del cuerpo, a si para evitar lesiones y desgarrres durante la actividad ejecutada*



#### **Fotografía 2**

*Dando explicaciones a los estudiantes de 6to grado para ejecutar las actividades sobre la coordinación*



### **Fotografía 3**

*Realizando la coordinación general*



### **Fotografía 4**

*Realizando la coordinación con materiales*

