



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE**

**Informe final del trabajo de Integración Curricular previo a la
obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad
Física y Deporte**

TEMA:

**EL APRENDIZAJE BASADO EN COMPETENCIAS EN EL
DESARROLLO DE LAS HABILIDADES COORDINATIVAS EN
ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA**

AUTOR: PILLAJO CUYANGUILLO EDMUNDO JAVIER

TUTOR: PSI.CL. MAYORGA ORTIZ DIEGO JAVIER, M.Sc

Ambato – Ecuador

2023

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **PSI.CL. MAYORGA ORTIZ DIEGO JAVIER, M.Sc**, con **cédula de ciudadanía C.C 1804142923** en calidad de Tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **“EL APRENDIZAJE BASADO EN COMPETENCIAS EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES COORDINATIVAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”** desarrollado por el estudiante **PILLAJO CUYANGUILLO EDMUNDO JAVIER**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

.....

PSI.CL. MAYORGA ORTIZ DIEGO JAVIER, M.Sc
C.C. 1804142923

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **“EL APRENDIZAJE BASADO EN COMPETENCIAS EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES COORDINATIVAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”**, quién basado en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.



.....
PILLAJO CUYANGUILLO EDMUNDO JAVIER
C.C. 1804924106

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“EL APRENDIZAJE BASADO EN COMPETENCIAS EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES COORDINATIVAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA”**, presentado por el señor **PILLAJO CUYANGUILLO EDMUNDO JAVIER**, estudiante de la **Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

COMISIÓN CALIFICADORA

.....

LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG.
C.C. 1803378072
Miembro de Comisión Calificadora

.....

LIC. VILLALBA GARZÓN GABRIELA ALEXANDRA, MG.
C.C. 1803471570
Miembro de Comisión Calificadora

DEDICATORIA

El presente trabajo se lo dedico primeramente a Dios por todas las bendiciones entregadas a mi persona y ser mi guía durante mis años universitarios.

A mi querido padre Ramon Pillajo, a mi madre María Cuyanguillo y mis hermanos por confiar siempre en mí y enseñarme que el valor del esfuerzo diario nos permite cosechar buenos resultados.

A mi inolvidable y amada abuelita que desde el cielo derrama sus bendiciones sobre mí y que en cada paso dado en mi vida universitaria he sentido su presencia y me ha permitido seguir adelante.

A mi familia, amigos y personas que de una u otra manera impulsaron mis ganas de continuar con mi carrera universitaria a ustedes le dedico mi todo mi esfuerzo, y siempre agradecido por estar presente con sus consejos que me sirvieron de mucha motivación.

Edmundo Javier Pillajo Cuyanguillo

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por tantos milagros que ha hecho en mi vida, por blindarme salud, sabiduría y perseverancia para no rendirme a pesar de los obstáculos que se presentaron durante mis estudios siendo el motor para finalizarlos.

A mi familia por ser el apoyo incondicional en momentos más difíciles de mi vida permitiéndome nunca caminar solo y motivarme a continuar sin rendirme hasta cumplir con éxito mi carrera.

Ala Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato por blindármela oportunidad de estudiar una carrera y de manera especial Asus docentes quienes impartieron sus conocimientos me manera desinteresada formándome como estudiante y como persona para la vida.

A mi tutor PSI.CL. Mayorga Ortiz Diego Javier, M.Sc por su guía paciencia y conocimientos los cuales permitieron cumplir de manera clara concreta mi trabajo de titulación.

Y por último quiero agradecer a mis amigos y compañeros en mi camino universitario por su apoyo el cual de una u otra manera represento una motivación para cumplir mi sueño universitario.

Edmundo Javier Pillajo Cuyanguillo

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO.....	vi
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT.....	xii
CAPÍTULO 1	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1. Antecedentes de la investigación.....	1
1.2 Objetivos	28
Objetivo General	28
Objetivos EspecíficoS	28
CAPÍTULO II	29
METODOLOGÍA	29
2.1 Materiales.....	29
2.2 Métodos.....	30
CAPÍTULO III.....	33

RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	33
3.1 Análisis y discusión de los resultados.....	33
3.2 Verificación de hipótesis.....	38
CAPÍTULO IV.....	40
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	40
4.1 Conclusiones.....	40
4.2 Recomendaciones.....	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	42
ANEXOS.....	51
Anexo 1.....	51
Anexo 2.....	61

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Recursos Materiales	29
Tabla 2 Recursos Económicos	30
Tabla 3 Caracterización de la muestra de estudio	31
Tabla 4 Baremos de categorización en niveles de desarrollo de habilidades coordinativas.	32
Tabla 5 Resultados por pruebas de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo PRE intervención.	33
Tabla 6 puntajes por tipos de coordinación motriz test 3JS y general de habilidades coordinativas en la muestra de estudio PRE intervención.	34
Tabla 7 Niveles de desarrollo de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo PRE intervención	34
Tabla 8 Resultados por pruebas de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo POST intervención.....	35
Tabla 9 puntajes por tipos de coordinación motriz test 3JS y general de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo POST intervención.....	35
Tabla 10 Niveles de desarrollo de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo POST intervención.....	36
Tabla 11 Resultados de la diferencia de puntajes por pruebas y tipos de coordinación motriz como base de las habilidades coordinativas en la muestra de estudio entre los periodos POST Y PRE intervención.	37
Tabla 12 Análisis cruzado de niveles de desarrollo de las habilidades coordinativas entre los periodos PRE y POST intervención en la muestra de estudio.....	38
Tabla 13 Análisis estadístico de verificación de las hipótesis de estudio	39

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Intervención 1	61
Gráfico 2 Intervención 2	61
Gráfico 3 Intervención 3	62
Gráfico 4 Intervención 4	62
Gráfico 5 Intervención 5	63
Gráfico 6 Intervención 6	63

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

**TEMA: EL APRENDIZAJE BASADO EN COMPETENCIAS EN EL
DESARROLLO DE LAS HABILIDADES COORDINATIVAS EN
ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA**

AUTOR: PILLAJO CUYANGUILLO EDMUNDO JAVIER

TUTOR: PSI.CL. MAYORGA ORTIZ DIEGO JAVIER, M.Sc

RESUMEN EJECUTIVO

En el presente trabajo investigativo se determinó que el aprendizaje basado en competencias a través de la enseñanza pedagógica los alumnos de la unidad educativa “Hispano América” son los principales protagonistas puesto que los ayudó a la adquisición de habilidades y nuevos conocimientos. El aprendizaje basado en competencias incidió en el desarrollo de las habilidades coordinativas dentro de las clases de educación física en escolares de educación general básica media. Por tal motivo, la investigación realizada tiene gran importancia, porque permitió observar como los estudiantes desarrollan sus habilidades escolares a través del aprendizaje basado en competencia, donde se analizó ciertos ejercicios que sirven para el desarrollo del aprendizaje los cuales mejoró las destrezas de coordinación enfocándose en el fortalecimiento y crecimiento pleno del estudiante. La presente investigación se basó en un enfoque cuantitativo, ya que se desarrolló con un diseño pre experimental, de alcance explicativo, por su forma de obtención de datos de campo con corte longitudinal. La muestra que se utilizó en el trabajo de investigación es de carácter no probalístico por conveniencia, la metodología utilizada en este estudio corresponde al diseño pre experimental, la población la conformó 34 estudiantes entre hombres y mujeres con una edad de 10 a 11 años del séptimo año paralelo “C”. El instrumento que se aplicó para el desarrollo de la investigación fue el test denominado “3js”.

Palabras Clave: Habilidades, problema, capacidades, educación, conocimiento.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

**THEME: EL APRENDIZAJE BASADO EN COMPETENCIAS EN EL
DESARROLLO DE LAS HABILIDADES COORDINATIVAS EN
ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA**

AUTHOR: PILLAJO CUYANGUILLO EDMUNDO JAVIER

TUTOR: PSI.CL. MAYORGA ORTIZ DIEGO JAVIER, M.Sc

ABSTRACT

In the present investigative work, it was determined that competency-based learning through pedagogical teaching, the students of the "Hispano América" educational unit are the main protagonists since it helped them to acquire skills and new knowledge. Competence-based learning affected the development of coordination skills within physical education classes in middle school general education students. For this reason, the research carried out is of great importance, because it allowed us to observe how students develop their school skills through competence-based learning, where certain exercises that serve to develop learning were analyzed, which improved coordination skills focusing on the strengthening and full growth of the student. The present investigation was based on a quantitative approach, since it was developed with a pre-experimental design, of explanatory scope, due to its way of obtaining field data with longitudinal cut. The sample that was used in the research work is of a non-probability nature for convenience, the methodology used in this study corresponds to the pre-experimental design, the population was made up of 34 students between men and women with an age of 10 to 11 years of seventh grade. parallel year "C". The instrument that was applied for the development of the investigation was the test called "3js".

Keywords: Skills, problems, abilities, education, knowledge.

CAPÍTULO 1

MARCO TEÓRICO

1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Los antecedentes investigativos hallados luego de una revisión bibliográfica en la biblioteca de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Técnica de Ambato y en fuentes externas, se detallan a continuación en orden cronológico para determinar el alcance del tema, a lo largo del tiempo. Los estudios más relevantes acerca de “El aprendizaje basado en competencias en el desarrollo de habilidades coordinativas en escolares de educación básica media” son:

En el estudio realizado por Montenegro (2017) indicó:

En su estudio titulado “El aprendizaje basado en Competencias: una propuesta de Aplicación” menciona que se obtienen mejores resultados aplicando un enfoque pedagógico basado en competencias ya que es más flexible y dota de un modelo integral que transforme la metodología de enseñanza aprendizaje, por lo que, propone un enfoque pedagógico basado en competencias. Además, en el estudio se añade que el Aprendizaje Basado en Competencias o ABC persigue la innovación y un diseño de estrategias para la adquisición de conocimientos autónoma y centrada en el estudiante. El propósito de la investigación mencionada anteriormente fue dar una descripción de las actividades realizadas antes y después de la aplicación del ABC, así como, conocer los resultados generados en los estudiantes de educación básica. Como conclusión se obtuvo que el desempeño académico de los estudiantes fue mayor a cuando no trabajan con el ABC, ya que se automatizó los procesos, al desarrollar competencias vinculadas a la realidad actual.

Según Lizitza y Sheepshanks (2019). En el artículo titulado “Educación por Competencias: cambió de paradigma del modelo de enseñanza-aprendizaje”

Manifestó que la transformación pedagógica de las últimas décadas, los avances tecnológicos acelerados y varios cambios en muchas áreas del conocimiento han llevado a una redefinición de los métodos de enseñanza. En donde, los modelos tradicionales centrados en el liderazgo docente deben ser reformulados en relación con las “competencias” que los estudiantes necesitan para enfrentar nuevos desafíos académicos. El propósito del estudio fue analizar el cambio de paradigma del modelo ABC y los nuevos desafíos de la educación. La metodología aplicada tuvo un enfoque cualitativo y modalidad bibliográfica, ya que, se revisó las definiciones sobre el Aprendizaje Basado en Competencias y se realizó un recorrido de los principales antecedentes acerca de la evaluación de competencias. Como conclusión se obtuvo que el ABC abre varios cambios y desafíos que permiten reflexionar sobre los procesos de aprendizaje y enseñanza hacia una formación más integral.

Monsalve (2020) en su investigación “Capacidades coordinativas de los estudiantes entre los 9 y 10 años de edad del municipio de Floridablanca, Santander Colegio Metropolitano del Sur Sede Floricce” expuso que:

Hoy en día la evolución de los problemas de coordinación conduce a una disminución de la actividad física y afectaciones en la salud, ya que, afectan al desenvolvimiento de los estudiantes en las actividades cotidianas. Sumado a ello, existe un malestar psicológico y social provocado por una deficiente percepción motora y procesamiento de la percepción visual o cinestésica. Las capacidades coordinativas son un componente que condicionan la mayoría de las actividades de la vida, puesto que, son habilidades involucradas con el aprendizaje motor y un elemento fundamental en el rendimiento deportivo. Se concluyó que los estudiantes tienen un bajo nivel de desarrollo que dificulta el aprendizaje de técnicas y tácticas del deporte, por lo que, aplicar un test motor complejo es fundamental para posteriormente fortalecer las habilidades que presentan deficiencias.

Rivera y Gómez (2020) En el artículo titulado: “Consideraciones teóricas sobre capacidades coordinativas desde las clases de educación física” establecieron que:

Las habilidades coordinativas dependen en primera instancia del sistema nervioso, específicamente, por factores genéticos. Sin embargo, se sostiene que en el transcurso del crecimiento estas se van desarrollando y fortaleciendo en la escuela y en el hogar. Por ello, se planteó como propósito exponer los fundamentos teóricos y metodología que sostiene la concepción del desarrollo de capacidades coordinativas y su implementación dentro de las clases de Educación Física. Como conclusión, se obtuvo que las habilidades coordinativas son la base de la ejecución de los movimientos y del desarrollo de otras habilidades, por lo que, es necesario estimularlas. Además, se debe pensar en entrenar y estimular los movimientos para recuperar la salud y el sistema nervioso central.

Los antecedentes antes mencionados nos permiten observar varios puntos de vista que fortalecen el tema de estudio y avizoran pautas importantes a tener en cuenta para el desarrollo del presente trabajo y profundizar temas que en los proyectos mencionados no se los haya tratado. Como se puede observar los artículos indicados muestran la importancia de mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje buscando siempre el desarrollo integral del estudiante acompañado de la pedagogía que el profesional utiliza.

1.2. Fundamentación teórica

VARIABLE INDEPENDIENTE: APRENDIZAJE BASADO EN COMPETENCIAS

1.2.1. Aprendizaje

El aprendizaje es el proceso de adquirir nuevos conocimientos, habilidades y valores a través de la experiencia, la educación y la educación formal. Puede ser un proceso consciente o inconsciente y puede llevar a un cambio permanente en la forma de pensar o actuar de una persona. El aprendizaje es una parte fundamental del desarrollo humano y es esencial para el éxito en la vida.

Según Cevallos (2017) menciona que el aprendizaje es:

El proceso que permite el desarrollo y la adquisición de habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores mediante la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. En otras palabras, es el proceso a través del cual los estudiantes modifican y adquieren conocimientos y habilidades como fruto de las interacciones con el entorno y factores que se presentan en la vida diaria.

Belando y Montoro (2017) indicaron:

El aprendizaje es un proceso que ocurre a lo largo de toda la vida de una persona quien está en un cambio permanente por medio de una experiencia que ocurre en su vida cotidiana. Por consiguiente, se modifica a través de la práctica como, por ejemplo, mirar a los demás compañeros al momento de que realizan las actividades básicas planteadas por él docente.

Por otro lado, Zapata y Ros (2021) manifestaron que:

El aprendizaje es un cambio de actitud, y cuando la persona aprende, las actitudes eventualmente cambian, a través de nuevos conocimientos o experimentación. Tal como sucede cuando una persona se capacita, cambia su actitud, es decir, sin un cambio de actitud en el sujeto, no hay aprendizaje.

Lizitza y Sheepshanks (2019,) concluyeron que:

En términos prácticos, el aprendizaje es el proceso de adquisición de conocimientos, habilidades, valores y actitudes a través de la enseñanza o la experiencia. Sin embargo, este proceso se puede entender desde diferentes perspectivas, lo que significa que existen diferentes teorías relacionadas con el aprendizaje. Por ejemplo, en el conductismo se describe al aprendizaje como cambios observables en el comportamiento de un sujeto

1.2.2. Tipos de aprendizaje

Los tipos de aprendizaje se refieren a las diferentes formas en que las personas adquieren y procesan información. Por lo tanto, conocer los estilos de aprendizaje de los estudiantes puede ayudar a seleccionar la mejor estrategia para adquirir nuevos conocimientos, habilidades físicas y cognitivas.

De acuerdo con Pérez y Sánchez (2017) el aprendizaje tiene varias tipologías, que a continuación se detallan:

Aprendizaje implícito: Este aprendizaje ocurre accidentalmente, sin que la persona se dé cuenta, y da como resultado un comportamiento automático, como hablar o caminar. De todas las formas de aprender, este se encuentra en primer lugar.

Aprendizaje explícito: es un tipo de aprendizaje que requiere la activación del lóbulo prefrontal del cerebro humano y se caracteriza por ser un conocimiento adquirido de forma intencional y conciencia, es decir, en este caso, el estudiante aprende con intención

Aprendizaje memorístico: es un aprendizaje que hace unos años, fue el más común en la educación y consistía en memorizar información sin comprenderla. Aunque este estilo de aprendizaje ha sido ampliamente criticado, ya que el estudiante adquiere conocimientos a corto plazo y sin ningún tipo de razonamiento

Aprendizaje significativo: es considerado una de las formas más efectivas de aprendizaje. Este implica hacer conexiones entre el conocimiento nuevo y el existente. En otras palabras, es un aprendizaje que se da cuando el alumno utiliza sus conocimientos previos para adquirir nuevos conocimientos, a través de una participación activa.

Aprendizaje colaborativo: es un aprendizaje basado en equipos cuyo objetivo es desarrollar conocimientos y aprender competencias y habilidades sociales. Esta forma de adquisición de conocimientos debe reunir siempre las siguientes características: organización, heterogeneidad y coordinación. (pág. 8)

Otros tipos de aprendizaje, según Ventura (2019) son: El aprendizaje emocional y el aprendizaje experiencial.

El primero hace referencia a un proceso que promueve el desarrollo personal como complemento al desarrollo cognitivo y académico. Su finalidad es el aprendizaje permanente y la mejora del bienestar personal y social. El segundo, en cambio, es un aprendizaje en el que una persona mejora sus conocimientos y desarrolla habilidades, actitudes y valores al experimentar diferentes situaciones y eventos. En otras palabras, ocurre cuando un individuo se involucra en experiencias que son relevantes y útiles para él e incluye acción, observación, reflexión y corrección de errores.

Sin embargo, con el vertiginoso progreso de la sociedad y los avances tecnológicos han surgido nuevos tipos de aprendizaje y entre ellos se encuentra el aprendizaje basado en competencias. Puesto que, hoy en día, es necesario implementar una educación en habilidades y formar estudiantes competentes para un mayor desarrollo profesional a través de la educación (Cabanach, 2020). De esta manera, a continuación, se describe con mayor detalle este tipo de aprendizaje partiendo del término competencia.

1.2.3. Competencias

Wigel y Mulder (2015) manifestaron que:

El concepto de competencia es multidimensional e incluye el saber (datos, conceptos, conocimiento), el hacer que engloba (destrezas, habilidades, métodos de operación), el ser actitudes-valores y el saber estas habilidades interpersonales en los distintos entornos. En otras palabras, la competencia es la capacidad de desempeñarse adecuadamente en un entorno complejo y realista. En donde, esta habilidad busca la integración y activación de conocimientos, competencias, habilidades, actitudes y valores en cualquier contexto. En general, es un conjunto de comportamientos sociales, emocionales y habilidades cognitivas, mentales, sensoriales y motrices que

posibilitan un adecuado funcionamiento, desempeño, actividad o tarea.

Por otro lado, Ramírez (2019) hace referencia a que:

Las competencias vistas desde el campo pedagógico son aquellas capacidades que permiten movilizar diversos recursos cognitivos con el propósito de responder a las diversas situaciones que se presentan en el diario vivir. En otras palabras, las capacidades se refieren a un ser, como lo indica el término competente. Entendiendo que, es una persona que es capaz de transmitir los conocimientos adquiridos al contexto y resolver problemas en situaciones específicas a partir de los nuevos conocimientos. Por lo tanto, una competencia en educación es una cualidad que proporciona autonomía y habilidades necesarias para un adecuado desenvolvimiento en el mundo real.

Asimismo, la competencia se define como un conjunto de habilidades que una persona debe lograr un objetivo específico. En este sentido, una competencia significa comprender la situación a enfrentar y evaluar la posibilidad de resolverla (Wigel y Mulder, 2015).

Es decir, identificar los conocimientos y habilidades que una persona tiene o se encuentran disponibles en el entorno y analizar la combinación más apropiada para cada situación y propósito, tomando una decisión y ejecutando o implementando la combinación elegida. (Citado por Cabrera, 2019).

1.2.4. Tipos de competencias

Meza (2018) manifestó que:

Existen diversas clasificaciones de las competencias y no hay todavía un consenso por parte de los autores. Además, conforme avanza la tecnología y las necesidades de la sociedad, se presentan cada vez más nuevas propuestas, lo que complica llegar a un esquema general. Sin embargo, es posible clasificar las competencias en tres grandes grupos: competencias genéricas, disciplinares

y laborales. Las competencias genéricas constituyen la clave para comprender el mundo. Son concebidas competencias básicas que permiten comprender la realidad real, facilitar el autoaprendizaje, construir relaciones armoniosas y participar efectivamente en la vida social y profesional. No proceden de áreas de conocimiento específicas ni de puestos profesionales, contribuyen a la adquisición de otras competencias y aumentan la empleabilidad. En términos más prácticos, están relacionados con la adquisición de valores morales y de inteligencia emocional que permitirán a los individuos adaptarse a diferentes entornos

Meza (2018) expuso sobre las competencias disciplinares lo siguiente:

Son aquellas capacidades que expresan conocimientos, habilidades y actitudes; y se consideran un requisito mínimo en cada área temática. Incluyen destrezas que todos los estudiantes deben adquirir, independientemente del programa de estudio y progreso académico, así como, habilidades específicas para una profesión u ocupación en particular. Estas competencias tienen un alto grado de especialización, al igual que un curso específico de formación que se suele realizar en carreras técnicas y de educación superior.

Dovala (2021) indicó sobre las competencias que:

Las competencias laborales son aquellas que se relacionan con el campo industrial, es decir, la aplicación de métodos de competencia en aplicaciones específicas de la vida laboral, y competencias que los individuos desarrollan con o sin educación superior formal que solo requieren educación a corto plazo. Estas competencias están orientadas, por un lado, a habilidades técnicas, operativas o de producción, así como, a quienes completan estudios de nivel universitario en disciplinas científicas o técnicas específicas que desarrollan procesos de orden superior como la toma de decisiones, pensamiento crítico y creativo; y resolución de problemas complejos

Por otro lado, Peña (2022), dividió las competencias en dos categorías:

La primera de ellas incluye las competencias genéricas o generales y la segunda se vincula a las competencias específicas. Las competencias genéricas son aquellas habilidades que están incluidas en todas las disciplinas y se relacionan con la formación integral de las personas. En cambio, las específicas son habilidades requeridas para el desarrollo de una actividad en concreto. Aportan al estudiante un conjunto de conocimientos, valores, actitudes y destrezas propios de cada actividad educativa. Además, estas competencias son consideradas como los desempeños que los estudiantes tienen que desplegar en cada una de las actividades para desarrollar con éxito la meta planteada.

1.2.5. Aprendizaje basado en competencias

Sánchez (2020) manifestó que:

El aprendizaje basado en competencias o en sus siglas ABC es un enfoque pedagógico que se enfoca en demostrar los resultados de aprendizaje deseados como el centro del proceso de aprendizaje del estudiante. Básicamente, esto significa que los estudiantes avanzan en el plan de estudio a su propio ritmo y profundidad. En el ABC, el aprendizaje se convierte en un proceso más profundo, una vivencia interior que brinda al alumno experiencias que lo enriquecen y le permiten redescubrir sus habilidades, creatividad, necesidad de exploración e innovación en la práctica.

Por otro lado, Monsalve (2020) señaló sobre el aprendizaje basado en competencias o la educación basada en competencias lo siguiente:

Es un sistema de evaluación de la enseñanza y el aprendizaje. También se describe como educación basada en “habilidades” predefinidas que se enfoca en resultados y rendimiento en el mundo real. En general, un sistema basado en competencias busca desarrollar personas que estén listas para los desafíos

del futuro y brindar a los estudiantes conocimientos y habilidades en varios campos de estudio, en un programa educativo flexible y adaptado a cada alumno.

Dovala, (2021) indicó que:

El aprendizaje basado en competencias asegura que los estudiantes sean capaces de trasladar el conocimiento a la realidad que los rodea, que aprendan de forma práctica los contenidos teóricos que son convenientes y útiles en todos los ámbitos. Es decir, el ABC es un modelo de aprendizaje que prioriza el desarrollo de competencias que se consideran necesarias para un adecuado desenvolviendo en la sociedad actual. En este modelo, lo principal es el resultado de aprendizaje, ya que, este refleja aquellas competencias obtenidas durante el proceso de enseñanza que son útiles en la práctica diaria.

1.2.6. Importancia del ABC

De acuerdo con Aguilera (2017) la importancia del enfoque basado en competencias radica en que:

Este intenta mejorar la coordinación en el aprendizaje de los estudiantes y por ello, es crucial las decisiones tomadas de forma conjunta y con responsabilidad de las autoridades y actores educativos. En este sentido, el proceso de enseñanza aprendizaje requiere de una perspectiva diferente, ya que, hoy en día, es importante no solo si el alumno ha aprendido el contenido de cada materia, sino también cómo y cuándo se utiliza ese contenido para resolver un problema real o mejorar la situación. Así pues, el aprendizaje basado en competencias permite el desarrollo de habilidades cognitivas superiores como el análisis, el pensamiento crítico, la creatividad, el juicio científico, etc., así como el desarrollo de aspectos emocionales como los valores, las actitudes, las relaciones, la comunicación, el liderazgo, el compromiso.

Por otro lado, Jiménez (2017) sostiene que:

En el sistema educativo es importante desarrollar competencias en los estudiantes para que puedan comprender el mundo e influir en él, así como entrar en armonía con los que los rodean, trazar su proyecto de vida, saber dónde y cómo buscar información y actuar en base al conocimiento. Es decir, el desarrollo de habilidades debe ayudar a los estudiantes crecer como personas e integralmente. Por ello, debe entenderse que las competencias no se adquieren de forma mecánica o repetida.

Como lo menciona el autor el aprendizaje basado en competencia permite el desarrollo de las habilidades motrices tomando en cuenta que los estudiantes aprenden a resolver sus problemas, Sánchez (2020) expuso que: “Desarrollar competencias significa aprender a través de situaciones cotidianas vividas fuera de la escuela, que le permitirán comprender y resolver las dificultades cotidianas y convertirse en un ciudadano competente”

1.2.7. Características del ABC

Sampaolessi (2021) manifestó que:

El modelo de aprendizaje basado en competencias se caracteriza por tener un contenido y práctica situacional, es decir, lo decisivo no es el contenido en sí mismo como concepto, sino las habilidades para aplicarlo y, sobre todo, la posibilidad de trasladarlo a otros ámbitos y necesidades. Otra característica es la gradualidad, el conocimiento hace alusión a que el aprendizaje debe construirse sobre ejes circulares que los fortalezcan y aumenten su profundidad nivel tras nivel. El modularidad del aprendizaje es otra cualidad que permite dividir cada pieza de conocimiento en unidades más pequeñas que luego se combinan (modulan) con otras unidades para lograr una mayor complejidad. Asimismo, está centrado en los estudiantes, es decir, en cuáles son sus necesidades, preocupaciones, cómo es el ambiente de aprendizaje y qué favorece o no el proceso formativo.

De modo similar, Aguilera (2017) se refiere a que:

El aprendizaje basado en competencias se caracteriza por desarrollar conocimientos centrados no solo en el contenido de la materia, ya que se utiliza recursos que imiten la vida real. El análisis y resolución de problemas es otra cualidad, puesto que los estudiantes los solucionan de manera integral, colaborativa o en equipo. También, está apoyado en el trabajo individual del docente con cada alumno, entendiendo que el estudiante aprende hoy quedará obsoleto mañana. Sin embargo, las habilidades generales no se vuelven obsoletas, se desarrollan y crecen, sobre todo si se aprenden en un ambiente de libertad.

El aprendizaje basado en competencia se define como un enfoque pedagógico en el cual el aprendizaje se centra en el desarrollo de habilidades y conocimientos prácticos para lograr una tarea o resolver un problema específico, Dovala (2021) manifestó que “Por ello, estas habilidades deben desarrollarse para formar procesos de aprendizaje significativos y útiles”

1.2.8. Finalidad del ABC

Guijosa (2018) recalcó que la finalidad del aprendizaje basado en competencias es:

Desarrollar personas que estén listas para los desafíos futuros. Además, de brindar a los estudiantes conocimientos y habilidades en diversas materias y campos de estudio en un programa educativo flexible que se adapte a cada estudiante. Por ello, las competencias que el estudiantado necesita aprender tienen objetivos de aprendizaje claros y medibles. En este modelo educativo, los estudiantes reciben apoyo oportuno y diferenciado relacionado con sus necesidades individuales de aprendizaje. En otras palabras, el ABC tiene como propósito que los estudiantes dominen una amplia gama de competencias que les permitan aprender y desaprender a lo largo de la vida, así como desarrollar la capacidad de adaptarse a situaciones cambiantes.

De modo similar, Ledo y Perea (2019) manifestaron que:

El fin general del aprendizaje basado en competencias es garantizar que los estudiantes adquieran los conocimientos y las habilidades que se consideran necesarios para tener éxito en la escuela, la educación superior, las carreras y la edad adulta. Cuando los estudiantes no cumplen con los estándares de aprendizaje esperados, a menudo reciben tutoría, tiempo de práctica y apoyo académico adicional para ayudarlos a lograr la competencia o cumplir con los estándares esperados. Por lo tanto, el ABC busca dar las mismas oportunidades a todos los estudiantes de aprender las habilidades que necesitan para convertirse en adultos exitosos.

1.2.9. Beneficios del aprendizaje basado en competencias

Desarrollar competencias estratégicas en el contexto socioeconómico actual no solo influye en las dimensiones del trabajo de los individuos, sino que también permite el desarrollo holístico y humano.

Aguilera (2017) explicó que: “Algunos de los beneficios específicos de este modelo de formación son: la comprensión significativa de los contenidos, aumento de la motivación por aprender, adquisición constructiva de conocimientos y su aplicación práctica, reflexión crítica y conciencia del proceso de aprendizaje”.

Lizitza y Sheepshanks (2019) en su artículo concluyeron que:

Las competencias están relacionadas con el desarrollo y fortalecimiento de habilidades blandas. Sus objetivos están alineados con el desarrollo sostenible, la igualdad, la inclusión, los derechos humanos y otros. Por lo que, es altamente adaptable, al permitir evaluar a los estudiantes con base en su nivel de adquisición de habilidades utilizando una combinación única de recursos, en lugar de un plan de estudios homogéneo que excluye los diversos estilos de aprendizaje.

Sánchez (2020) mencionó sobre el aprendizaje basado en competencias que:

No solo tiene aportes en el ámbito escolar, sino también en el laboral y social. Específicamente, los beneficios se desglosan con relación a 3 ítems. El primero se enfoca en las “necesidades de la sociedad y del mundo laboral”, en donde, el ABC permite vincular la formación y el aprendizaje de los estudiantes con el campo laboral, respondiendo a los requerimientos sociales y del sector manufacturero que se están en constante transformación. Otro ítem es el “aprendizajes previos”, aquí el programa basado en competencias contribuye a que los estudiantes utilicen el conocimiento previo fuera del aula para acelerar el proceso educativo. Por último, la flexibilidad y accesibilidad es un ítem en el cual el modelo ABC se enfoca en el aprendizaje en lugar de las horas dedicadas a completar los créditos, es decir, su principal aporte es un currículo en el que los estudiantes no están obligados a seguir términos de contenido de forma estricta.

De forma general, Sampaollesi (2021) mencionó que los beneficios del ABC son:

La conciencia de las carencias sociales y de la competitividad del mundo laboral, autonomía en la resolución de problemas mediante la aplicación de conocimientos previos adquiridos en la escuela e incremento en el desempeño académico. De hecho, este modelo educativo permite trasladar las habilidades adquiridas a lo largo de la formación al campo profesional. En este sentido, el aprendizaje basado en competencias permite un desarrollo integral que incluye los cuatro saberes que son: saber ser, saber hacer, saber y el saber estar.

1.2.10. Rol docente en el ABC

Aguilera (2017) expuso sobre el Rol de docente en el ABC que:

En la actualidad, la sociedad se encuentra en un proceso de reorganización que va desde la etapa industrial a la sociedad del conocimiento. La celeridad de la tecnología, la globalización y los tratados de libre comercio sellaron el inicio

del siglo XXI y con él cambio en la educación. Hoy los docentes tienen la responsabilidad de renovar la forma de enseñanza, en donde, se dotó a los estudiantes elementos necesarios para vivir y enfrentarse a la competitividad de la sociedad. Bajo este contexto.

Adicionalmente Álvarez (2019) manifestó que:

El rol docente en el aprendizaje basado en competencias debe cambiar la forma en la que se diseñan las actividades, estrategias y programas, ya que, se requiere estudiantes competentes y no solo personas llenas de información. En esencia, el ABC impulsa a los educadores a renovar las metodologías que se utilizan en el proceso formativo y que están muy arraigadas a la práctica docente y no han sido actualizadas.

Por otro lado, Campos (2019) expuso que:

La educación por competencias el docente tiene el rol de explorar los principales temas de la situación, utilizar el contenido de la materia, ser consciente de las habilidades a mejorar; y luego ser capaz de llevar a cabo el proceso de aprendizaje con los estudiantes. De modo que, se puedan construir nuevos conocimientos sobre los existentes, a partir de las habilidades, contenidos y problemáticas actuales. Además, el educador tiene la responsabilidad de emplear estrategias adecuadas en la práctica para que los estudiantes logren “aprender” y fortalecer las competencias.

Asimismo, (Sampaollesi, 2021). expuso que:

En el aprendizaje basado en competencias los docentes actúan como facilitadores y deben organizar lecciones en función de la construcción de habilidades. También, es importante que el docente desarrolle estrategias para abordar la enseñanza y diseñe actividades que modelen situaciones similares a la vida real, de modo que el conocimiento pueda ser transferido a diferentes escenarios. En este sentido, los educadores son los generadores y diseñadores de tareas o situaciones

de aprendizaje innovadoras y complejas que implican desafíos cognitivos para que los estudiantes comprendan, apliquen, transfieran, generen y transformen conocimientos, que a su vez inciden en su entorno.

Can (2021) concluyó que: “Así pues, el rol docente en el ABC incluye una formación estratégica, que exige la construcción, deconstrucción y reconstrucción de las tareas educativas”

VARIABLE DEPENDIENTE: HABILIDADES COORDINATIVAS

1.2.11. Coordinación

Villa (2017) sobre la coordinación expuso que;

La coordinación se puede definir como la capacidad de realizar movimientos de manera eficiente, precisa, rápida y ordenada. En otras palabras, es una habilidad que permite a los seres humanos mover todos los músculos involucrados en una acción en sincronía para ejecutar el ejercicio de la manera más adecuada. De hecho, es una habilidad complementaria que ayuda a los atletas realizar movimientos ordenados, es decir, la coordinación es un complemento de las habilidades físicas básicas que traducen los movimientos motores en gestos.

Llorente (2018) indicó sobre la coordinación que “Con ellas, prácticamente se puede hacer cualquier tipo de ejercicio: rápido, de resistencia y movimientos con objetos pesados “fuerza”, entre otros”

Rivera (2019) mencionó que:

La coordinación es una la acción combinada del sistema nervioso central y los músculos esqueléticos para desarrollar movimientos planificados. Es una cualidad sinérgica que permite concertar la acción de diferentes grupos musculares en una serie de movimientos con la máxima eficacia y economía. En concreto, es una aptitud física, que facilita a una persona la realización de una acción consciente, lo que conduce a su integración progresiva, así como, un

aprendizaje que mueve de manera óptima diferentes grupos musculares, pero mediante la ejecución de una serie de movimientos

Por otro lado, Monsalve (2020) señaló que:

La coordinación es la cualidad de secuenciar, sincronizar y coordinar todas las fuerzas internas de una persona y armonizarlas con las fuerzas externas para una resolución oportuna de una actividad motora. En pocas palabras, es la capacidad de sincronizar los músculos del cuerpo con lo que vemos, escuchamos y hacemos, para que los movimientos se realicen sin problemas.

1.2.12. Componentes de la coordinación

Llorente (2018) manifestó que existen siete componentes que contienen coordinación, los cuales, deben desarrollarse de forma simultánea y alternada para asegurar su aprendizaje, estimulación, desarrollo y optimización. Además, estos componentes a su vez forman tres grupos prácticos: educación motora, dominio motor, acondicionamiento y rehabilitación (reacondicionamiento) motora.

- 1. Capacidad de reacción:** son acciones motoras realizadas rápidamente en respuesta a señales sonoras o visuales.
- 2. Capacidad de orientación:** es el control de la posición del cuerpo y el correspondiente cambio en las representaciones del espacio, los objetos y los individuos, equipos deportivos, equipos de gimnasia, juegos de pelota, etc.
- 3. Capacidad de cambio:** es la adaptación del cuerpo a una nueva situación que le permite seguir realizando una tarea.
- 4. Capacidad de equilibrio:** es la capacidad de apoyar y restaurar la rigidez del cuerpo durante o después del ejercicio.
- 5. Capacidad de ritmo:** es la voluntad de escuchar y observar o reaccionar ante la meta del atleta; para realizar múltiples movimientos con precisión.
- 6. Capacidad de acoplamiento:** es el movimiento coordinado de diferentes partes

del cuerpo para una acción eficiente.

7. **Capacidad de diferenciación:** es la cualidad de movimientos precisos y económicos diseñados para cada parte del cuerpo en un cambio técnico global. (pág. 2)

Por otra parte, Caminero (2018) manifestó que “la coordinación es una cualidad multifactorial, por lo que sus componentes son variados y potencialmente confusos. Sin embargo, se destacan como los más importantes a: la fuerza, equilibrio, agilidad, concentración, visión periférica y control”.

Asimismo, García (2019) afirmó que:

A estos se incluyen: la facilidad de ideación, que es una capacidad que permite recordar y ejecutar los pasos de una acción; la facilidad de dejar fluir al movimiento, que está relacionado con la libertad en la ejecución; y, por último, la facilidad de dominio del tono muscular, el cual, está íntimamente relacionado con los movimientos voluntarios, postura y manejo de cada parte del cuerpo.

1.2.13. Factores que intervienen en la coordinación

Según, Palacios (2017) indicó:

El movimiento coordinado y efectivo es difícil de lograr debido a varios factores que afectan la coordinación tales como: la velocidad de ejecución, la genética, la condición física, la elasticidad de músculos, duración de los ejercicios, entre otros. Por ello, la coordinación tiene una influencia decisiva en las habilidades y técnicas específicas que luego aparecen en el mundo escolar e influyen en la calidad del proceso de aprendizaje. Así pues, esta capacidad motriz es una cualidad neuromuscular que está íntimamente relacionada con el aprendizaje, en donde su factor más influyente es la genética, ya que está determinada el control de los músculos y el sistema nervioso.

Por otro lado, Monsalve (2020) manifestó que:

Existen tres grupos de factores que intervienen en la coordinación que son: sensoriales, mecánicos y otros factores. Los primeros incluyen a los órganos del

oído, vista y propioceptivos. Los segundos, integran la masa corporal, altura del centro de gravedad, el tamaño de la base en donde se va a realizar el movimiento, etc. Asimismo, la motivación, autoconfianza, capacidad de concentración y el aprendizaje son factores que inciden en la coordinación, aunque estos son externos a problemas genéticos.

Según, Haro (2020) otros factores que intervienen en la coordinación también son

El nivel de capacidad física y el número de segmentos corporales, puesto que, en cualquier ejercicio, se requiere de fuerza y flexibilidad; y, por otro lado, entre más partes del cuerpo se encuentren implicadas, mayor es la complejidad para coordinar los movimientos. Además, el desarrollo del sistema nervioso y la velocidad se suman a estos factores, ya que, implican problemas en la ejecución y precisión, si estos no se han madurado adecuadamente o si los movimientos son demasiado rápidos.

1.2.14. Tipos de coordinación

De acuerdo con, Ulcuango (2021) explicó que: “Existen varios tipos de coordinación. Los más relevantes son: la coordinación intermuscular e intramuscular, coordinación fina y gruesa, coordinación óculo-pédica y óculo manual”.

Coordinación intermuscular

Rubio (2020) sobre la coordinación intermuscular expuso que:

La coordinación intermuscular es la capacidad general para activar diferentes músculos durante la actividad física. No se limita a la contracción de un músculo específico, sino también a la contracción de varios músculos que se activan sincrónicamente para realizar acciones motoras más o menos complejas, por lo que, se denomina intermuscular, es decir, entre músculos. Un ejemplo de coordinación intermuscular es cuando se golpea una pelota de golf, donde diferentes grupos musculares tienen que coordinarse entre sí durante esta acción

Coordinación intramuscular

La coordinación intramuscular es la capacidad de los músculos para contraerse cuando reciben órdenes del sistema nervioso central a través de los nervios periféricos.

Carvajal, (2019) explicó: “Las células musculares, llamadas miocitos, contienen filamentos de actina y miosina en su interior, que se activan cuando el músculo recibe un impulso eléctrico, lo que hace que la célula muscular se contraiga, lo que permite que el músculo funcione biomecánicamente”.

Coordinación fina

La coordinación fina se refiere a la capacidad del cuerpo para realizar movimientos precisos y controlados con las manos y los dedos. Un ejemplo de esto es tejer y escribir.

Ulcuango (2021) indicó que: “La coordinación fina es la sincronización motora que permiten realizar movimientos muy precisos que involucran músculos finos. Esta coordinación se basa en el desarrollo de habilidades motoras para coordinar movimientos musculares ligeros, pequeños y altamente controlados”.

Coordinación gruesa

Romero (2021) manifestó que: “La coordinación gruesa es un tipo de sincronización motora que permite movimientos musculares muy precisos, pero también tareas motoras que involucran grandes áreas biomecánicas del cuerpo. Se puede observar este tipo de coordinación en movimientos que no requieren demasiada precisión”.

Coordinación óculo-pédica

Según, Ulcuango (2021) indicó que:

La coordinación óculo-pédica es un patrón de coordinación segmentaria que implica el uso de ojos-pies para sincronizar la visión con la parte pédica. Este tipo de coordinación permite controlar correctamente los pies en función de lo que percibimos visualmente. Un ejemplo clásico es cómo se usa los pies cuando se juega fútbol.

Coordinación óculo manual

Maza (2021) explicó que:

La coordinación óculo manual es conocida también como coordinación ojo-mano o visomotora, que es un tipo de coordinación segmentaria en la que la motricidad implica el uso de las manos para lograr la sincronización entre lo visual y lo manual. Tal coordinación permite controlar las manos en relación con lo que se está mirando.

1.2.15. Habilidades coordinativas

Palacios (2017) afirmó que:

En educación física, las habilidades coordinativas son aquellas capacidades corporales o motrices del cuerpo humano que tienen que ver con el control y la gestión de los movimientos, como son la coordinación, la agilidad y el equilibrio. Son destrezas que se realiza de forma consciente, con objetivos específicos en función de determinadas capacidades físicas de la persona y su entrenamiento diario con el entorno que les rodea. Además,

Lozada y Torres (2017) indicaron que: “Las habilidades coordinativas son prácticamente aquellas capacidades que cumplen con las tres funciones básicas: aprendizaje de la motricidad, en la vida en general y en el alto rendimiento deportivo”.

Pérez y Merino (2019) expusieron que:

Las habilidades de coordinación son destrezas que permiten a una persona desarrollar movimientos con precisión y eficiencia. En términos más prácticos, consisten en la capacidad de coordinar acciones de un conjunto de ejercicios para realizar adecuadamente una tarea motriz. Se relacionan principalmente con la práctica motora secuencial para lograr un objetivo, se basan en la percepción y/o acción, y son adecuados para regular el proceso y la dirección del movimiento. En general, las habilidades motoras o de coordinación están interconectadas y funcionan solo a través de sus unidades, porque cuando una persona realiza una

actividad motora, la persona debe poder aplicar un conjunto de habilidades para desempeñarse a un alto nivel.

Las habilidades coordinativas son un requisito psicomotor universal para los atletas y tiene la función de regular los movimientos motores. Para Carvajal (2019) “Dependen en gran parte de la capacidad del sistema nervioso central y periférico para control y orden de las acciones. Además, estas destrezas son necesarias para que las personas actúen con rapidez, precisión y se adapten a las condiciones ambientales”

Según Ulcuango (2021), “definen de forma general como destrezas físicas complementarias que permiten realizar y combinar diferentes movimientos con el objetivo de lograr una condición técnica óptima, teniendo en cuenta la precisión y eficiencia del movimiento durante el ejercicio”.

Por otra parte, Muñoz y Solana (2021) manifestaron que:

Las habilidades de coordinación son también habilidades neuromusculares que precisan de varios componentes sensoriales y de partes del cuerpo. Debido a que, los procesos neuromusculares, proporcionan control y regulan la actividad motora. En concreto, están relacionadas con la realización de cualquier actividad motriz que requiera precisión y aportan a los deportistas e individuos, las condiciones necesarias para alcanzar un alto rendimiento.

1.2.16. Características de las habilidades coordinativas

De acuerdo con, Caminero (2018) las habilidades coordinativas son parte de las llamadas capacidades físicas:

El estado del organismo, que suele estar asociado al desarrollo de una determinada acción o actividad. Se caracterizan por: un entrenamiento de la coordinación ordenado, multilateral y polivalente, así como, la eficiencia y calidad en el trabajo. En estas habilidades intervienen capacidades intermedias y especiales que permite el desarrollo del aprendizaje motor. En general, las habilidades de coordinación se caracterizan por la sincronización en los movimientos, es decir, permite que los músculos estén coordinados para una mejor adaptabilidad de los movimientos.

Asimismo, Villa (2017) expresó que:

La habilidad coordinativa es la capacidad de los músculos esqueléticos del cuerpo para sincronizar sus trayectorias y movimientos para realizar gestos técnicos. Como tal, se caracteriza por complementar las capacidades puramente físicas a nivel del sistema nervioso, lo que permite la sincronización óptima de los componentes individuales del sistema motor para ejecutar funciones físicas complejas.

Sumado a ello, Haro (2020) manifestó que:

Las habilidades de coordinación se encuentran caracterizadas por la armonía que produce entre el cerebro, la médula espinal, los nervios periféricos, los músculos y los huesos. En términos prácticos, estas características permiten regular el tono muscular y efectuar movimientos finos y precisos, perfectamente sincronizados.

1.2.17. Importancia de las habilidades coordinativas

Carvajal (2019) manifestó que las habilidades coordinativas son importantes porque:

Ayudan a la fijación, desarrollo y regulación de la actividad motora. También, son fundamentales ya que incluyen tres áreas básicas de aplicación: la vida diaria, el aprendizaje motor y el rendimiento. Asimismo, son consideradas un requisito previo para el rendimiento y la locomoción, ya que, prepara a los sujetos para realizar determinadas actividades tanto en el deporte como en la cotidianidad.

Por su parte, García (2019) afirmó que las habilidades coordinativas o capacidades de coordinación son importantes, puesto que,

Ayudan a lograr un movimiento ordenado y dirigido. Mejora las habilidades físicas básicas, ayuda al cuerpo a trabajar en conjunto y permite la correcta ejecución técnica de un ejercicio o rutina. Así pues, la capacidad coordinativa es una de las habilidades físicas de las personas y es la característica básica de cualquier ser humano involucrado en deportes.

Moreno (2020) expuso que: “Además, complementa otras habilidades como la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad: ayuda al cuerpo a trabajar en conjunto, moverse de manera más eficiente y mejora el equilibrio postural y de movimiento”

Clasificación de las habilidades coordinativas

Moreno (2020) expuso que la clasificación ayuda a identificar áreas débiles ya desarrollar y mejorar habilidades coordinativas específicas y que:

Las habilidades coordinativas se clasifican en tres grandes grupos que son: generales o básicas (adaptación y cambio motriz, regulación de los movimientos), especiales (orientación, equilibrio, ritmo, reacción, anticipación, diferenciación, coordinación) y complejas (aprendizaje motor y complejidad)

Habilidades coordinativas generales o básicas

Las habilidades coordinativas generales o capacidades básicas son aquellas que permiten controlar y coordinar los movimientos del cuerpo y que son necesarias para la realización de tareas y actividades físicas simples y complejas.

Aguirre (2017) expone que:

Las habilidades coordinativas básicas son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación y dirección de los movimientos, con un fin determinado y que se desarrollan en función de ciertas capacidades físicas de la persona y su enfrentamiento cotidiano con el medio que la rodea.

Adaptación y cambio motriz: se desarrolla cuando el cuerpo es capaz de adaptarse a las condiciones de entrenamiento y cuando surgen nuevas situaciones, debe cambiar y adaptarse nuevamente, por lo que se define como: la capacidad del cuerpo de adaptarse para realizar movimientos en diferentes situaciones y condiciones.

Regulación de los movimientos: se manifiesta en la comprensión y aplicación del movimiento por parte del individuo. Es el momento en el que la persona debe realizarlo con mayor amplitud y velocidad, ya que es necesario para otras habilidades de coordinación, sin las cuales no puede desarrollarse ni moverse. (pág. 2)

Habilidades coordinativas especiales

De acuerdo con, Matos (2018) las habilidades coordinativas especiales incluyen a la orientación, equilibrio, ritmo, reacción, diferenciación y coordinación:

Orientación: se define como la capacidad que tiene el ser humano cuando es capaz durante la ejecución de los ejercicios de mantener una orientación de la situación que ocurre y de los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo, en dependencia de la actividad. Es decir, esta capacidad se pone de manifiesto cuando el individuo percibe lo que sucede a su alrededor y regula sus acciones para cumplir el objetivo propuesto.

Equilibrio: es aquella capacidad que tiene un individuo para mantener el cuerpo en varias posiciones que asume o que resulta del movimiento. Es cualquier movimiento que cause un cambio en el centro de gravedad del cuerpo.

Ritmo: no es más que la capacidad del cuerpo para alternar la tensión y expansión muscular de manera suave.

Reacción: es la respuesta del cuerpo a un estímulo visual, sonoro o táctil. Es la capacidad de una persona para predecir el propósito de una acción.

Diferenciación: es la capacidad de una persona para analizar y distinguir las características de cada movimiento, cuando una persona observa y analiza una acción o movimiento, percibe y evalúa sus características tiempo y espacio, grado muscular y tensión que necesita para ejecutar la práctica.

Coordinación: es la capacidad de una persona para combinar diferentes actividades en una estructura. Esta habilidad está estrechamente relacionada con otras habilidades de coordinación y es un producto importante de los cambios típicos en el desarrollo humano durante la niñez, la adolescencia, la edad adulta y la vejez. (pág. 2)

Las habilidades coordinativas especiales se refieren a la combinación de movimientos complejos y precisos que requieren la coordinación entre diferentes partes del cuerpo y los sentidos.

Habilidades coordinativas complejas

Matos (2018) indicó que las habilidades coordinativas complejas son cualidades que garantizan el desarrollo de las capacidades físicas y aprendizaje motor. Se dividen en:

Agilidad: es la capacidad de una persona para resolver rápidamente tareas motoras. En el desarrollo ágil, existen relaciones con otras competencias y la coordinación existente entre ellas. Esta capacidad se desarrolla en el sistema de energía anaeróbico y requiere una intensidad de alta velocidad durante el movimiento

Aprendizaje motor: es la capacidad humana de aprender nuevas técnicas de movimiento motor en el menor tiempo posible y depende principalmente de las características individuales de cada sujeto, así como, de la dirección del proceso de aprendizaje (pág. 4).

1.2.18. Beneficios del entrenamiento de habilidades coordinativas en la educación

El entrenamiento de habilidades coordinativas en la educación se refiere al proceso de desarrollo y mejora de la coordinación corporal y los movimientos a través de actividades y ejercicios específicos. Este tipo de entrenamiento se enfoca en mejorar la eficiencia y la precisión de los movimientos, así como en desarrollar una mayor conciencia corporal. Es un componente importante de la educación física y se considera esencial para el desarrollo general de los niños y jóvenes.

Según Beltrán (2018) señaló que:

En el entrenamiento de habilidades coordinativas ayuda mantener un equilibrio emocional, ya que los estudiantes canalizan sus impulsos a través de él. También, permite interactuar con otros niños a través de juegos en grupo. Los estudiantes aprenden a controlar y ser conscientes de sus movimientos corporales, proporcionan orientación espacial y temporal, control postural y coordinación. Asimismo, desarrolla la creatividad, promueve el aprendizaje y mejora el enfoque, la concentración y la memoria, aumenta la autoestima y ayuda a desarrollar su personalidad. En general, contribuyen a que el estudiante tenga satisfacción en la infancia y un desarrollo físico integral para la práctica de cualquier deporte.

Otros beneficios que proporcionan el entrenamiento de las habilidades coordinativas son: mejora en la coordinación de movimientos, ya que promueve la capacidad de respuesta a las fallas. También, ayuda a incrementar el rendimiento del ejercicio, puesto que, no solo se brinda la ventaja de un entrenamiento de fuerza óptimo, sino que además previene lesiones.

Carvajal (2019) indicó que:.

El fortalecimiento neuromuscular y el aumento de la estabilidad del cuerpo son otras de las bondades. La estabilidad del núcleo central del cuerpo es fundamental para del desempeño diario y deportivo. De igual manera, estas habilidades aportan al equilibrio dinámico, pues mejora la fuerza de los músculos que se desea mantener estables durante el movimiento y permite aumentar su conciencia corporal, conocida como propiocepción.

1.2 OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- ✓ Determinar la incidencia del aprendizaje basado en competencias en el desarrollo de las habilidades coordinativas dentro de las clases de educación física en escolares de educación general básica media.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Diagnosticar el nivel inicial de la habilidad coordinativa en escolares de educación general básica media.
- ✓ Evaluar el nivel de desarrollo de la habilidad coordinativa posterior a la aplicación del aprendizaje basado en competencias dentro de la clase de educación física en escolares de educación general básica media.
- ✓ Analizar la diferencia entre el nivel inicial del desarrollo de la habilidad coordinativa y posterior a una intervención basado en el aprendizaje tomando en cuenta la competencia dentro de la clase de educación física en escolares de educación general básica media.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 MATERIALES

Recursos Institucionales

En el presente proyecto de investigación se ha tomado como recursos institucionales a la Universidad Técnica de Ambato y a la Unidad Educativa “Hispano América” en la institución se procedió a recopilar la información necesaria para el desarrollo del presente trabajo de titulación.

Los materiales a utilizar en la investigación son los siguientes:

Tabla 1

Recursos Materiales.

Recursos Materiales
Una pelota de tenis
Una pelota de baloncesto
Una pelota de futbol
Conos
Silbato
Canchas deportivas
Cronometro
Vallas
Esferos

Recursos Humanos

- **TUTOR: PSI.CL. MAYORGA ORTIZ DIEGO JAVIER, M.SC**
- **AUTOR: PILLAJO CUYANGUILLO EDMUNDO JAVIER**
- **Estudiantes, Docentes de la unidad educativa “Hispano América”**

Recursos Económicos

Tabla 2

Recursos Económicos

N °	Detalle	Rubro
1	Internet	25
2	Computadora	600
3	Transporte Publico	100
4	Impresiones	25
TOTAL		750

2.2 MÉTODOS

Diseño de la investigación

En el presente trabajo de investigación presenta un enfoque cuantitativo, por su finalidad aplicada con un diseño Preexperimental, el tipo de investigación es bibliográfica documental y de campo, tiene un alcance explicativo, por su forma de obtención de datos de campo con corte longitudinal. El desarrollo de su fundamentación teórica será de método sintético-analítico, su desarrollo es práctico de método hipotético-deductivo y para determinar los resultados obtenidos se aplicará un método descriptivo.

Población y muestra de estudio

Población: 34 estudiantes escolares.

Muestra de estudio: Para la selección de la muestra de estudio se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia, determinando a los estudiantes del séptimo año paralelo “C” de la Unidad Educativa Hispano América de la ciudad de Ambato, conformados por un total de 34 estudiantes.

Características de la muestra de estudio, los cuales se presentan a continuación:

Tabla 3
Caracterización de la muestra de estudio

Variable	Masculino (n=15 – 44,1 %)		Femenino (n=19 – 55,9%)		P	Total (n=34 – 100%)	
	M	±DS	M	±DS		M	±DS
Edad (años)	10,93	0,26	10,95	0,23	0,865*	10,94	0,24
Peso (kg)	37,64	10,22	38,17	8,71	0,664*	37,94	9,26
Estatura (m)	1,40	0,09	1,39	0,06	0,691*	1,40	0,07

Nota: Diferencias significativas en un nivel de $P > 0,05$ (*), tabla elaborada por el autor

En el proceso de caracterización de la muestra de estudio con relación a la variable del sexo se determinó, que en su mayoría siendo integrantes del sexo femenino es mayor en un 11,8% ante el grupo masculino, en relación de la edad del grupo femenino presenta un valor medio superior en 0,02 años superior al sexo masculino, y a su vez con respecto al peso el grupo femenino tiene un valor medio superior 0,53 (kg) sobre el sexo masculino, no obstante, en la variable de la estatura, sexo masculino presento un valor medio superior en 0,01 cm sobre el grupo femenino.

En todas las variables que caracteriza la muestra de estudio no presentan diferencias significativas en un nivel de $P > 0,05$ (*).

Técnicas e instrumentos

La técnica que se aplicará para el desarrollo de la investigación es la encuesta y como instrumento el test denominado “3JS”

El test es validado por (Gámez Gómez, 2022) en el tema de investigación “Diferencias de las capacidades físico-coordinativas en niños de 6 a 12 años.”

Este test consta de 7 pruebas coordinativas, las mismas que están clasificadas en 3 de habilidad coordinativas y 4 de coordinación de control de objetos.

Se construyeron baremos específicos Con el objetivo de categorizar a la muestra de estudio en niveles de desarrollo de habilidades coordinativas, tomando como referencia el puntaje mínimo y máximo a obtener por prueba (1 – 4), el total de pruebas (7) y puntaje máximo (28), de igual manera los percentiles 20, 40, 60 y 80 para establecer 5 niveles de categorización:

Tabla 4

Baremos de categorización en niveles de desarrollo de habilidades coordinativas.

Niveles	Mínimo	Máximo
Muy bajo	7	11
Bajo	12	15
Regular	16	20
Alto	21	24
Muy alto	25	28

Hipótesis de estudio

Se plantearon las siguientes hipótesis:

H0: El aprendizaje basado en competencias **NO INCIDEN** en el desarrollo de las habilidades coordinativas en escolares de Educación General Básica Media.

H1: El aprendizaje basado en competencias **INCIDEN** en el desarrollo de las habilidades coordinativas en escolares de Educación General Básica Media.

Análisis estadístico de los resultados

El análisis estadístico de los resultados de la investigación se realizó a través de la aplicación del software SPSS versión 25. Realizando un análisis descriptivo de las variables cuantitativas y un análisis de frecuencias y porcentajes de las variables cualitativas. Además, se realizó un análisis de normalidad a través de la prueba de Shapiro-Wilk para muestras inferiores a 50 datos, determinando en el proceso de caracterización de la muestra de estudio, la aplicación de las pruebas no paramétrica de U de Mann-Whitney y la paramétrica de T-Student en ambos casos para muestras independientes. En la verificación de las hipótesis de estudio se aplicó la prueba no paramétrica para muestras relacionadas de Wilcoxon.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Los resultados obtenidos en el proceso de la investigación se obtuvieron de la aplicación de los diferentes instrumentos para dar cumplimiento a los objetivos de la investigación.

Resultados por objetivos:

Resultados del Diagnóstico del nivel inicial de las habilidades coordinativas en escolares de educación general básica media.

Los resultados del diagnóstico del nivel de las habilidades coordinativas se obtuvieron aplicando el test 3JS el cual permitió valorar las diferentes pruebas propuestas:

Tabla 5

Resultados por pruebas de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo PRE intervención.

Pruebas de coordinación motriz	de N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Salto vertical	34	1	4	2,32	±0,81
Giro longitudinal		1	3	2,00	±0,49
Lanzamiento precisión		1	4	2,47	±0,83
Golpe precisión		2	4	3,24	±0,74
Carrera		1	4	1,74	±0,90
Bote		1	3	1,53	±0,75
Conducción		1	3	1,65	±0,69

Después de la valoración para el diagnóstico del nivel inicial de habilidades coordinativas se pudo análisis los resultados obtenidos por pruebas valoradas con mayor puntaje medio fueron el golpe con precisión, lanzamiento con precisión, salto vertical y giro longitudinal. Por otra parte, las pruebas con menor puntaje medio fueron el bote, conducción y carrera.

En referencia a los resultados obtenidos por las pruebas del test 3JS, se calculó los puntajes por tipos de coordinación de (locomotriz y de control de objetos) como base del desarrollo de las habilidades coordinativas:

Tabla 6

Puntajes por tipos de coordinación motriz test 3JS y general de habilidades coordinativas en la muestra de estudio PRE intervención.

Habilidades coordinativas	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Coordinación locomotriz		3	9	6,06	±1,61
Coordinación control de objetos	34	4	12	7,77	±2,13
Coordinación motriz base de las habilidades coordinativas		7	20	13,82	±3,29

Tomando como base el puntaje general de las habilidades coordinativas, se diagnosticó el nivel de coordinación motriz a través de la categorización respectiva, tomando como referencia los baremos específicos contruidos para su efecto.

Tabla 7

Niveles de desarrollo de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo PRE intervención.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	8	23,5%
Bajo	13	38,2%
Regular	13	38,2%
Total	34	100,0

De acuerdo al cálculo de las habilidades coordinativas basadas en los baremos, en el periodo PRE intervención el mayor porcentaje de la muestra de estudio se distribuyo en dos grupos con igualdad de porcentaje en el nivel “bajo” y “regular” y un grupo inferior con un nivel “muy bajo”.

Resultados de la evaluación del nivel de desarrollo de las habilidades coordinativas posterior a la aplicación del aprendizaje basado en competencias dentro de la clase de educación física en escolares de educación general básica media.

Posterior a la aplicación de la propuesta de intervención basado en el aprendizaje basado en competencia se evaluó el nivel de desarrollo de las habilidades coordinativas bajo las mismas condiciones con el periodo POST intervención, para lo cual se obtuvieron los resultados de las pruebas del test 3JS:

Tabla 8

Resultados por pruebas de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo POST intervención.

Pruebas de coordinación motriz	de N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Salto vertical	34	3	4	3,47	±0,51
Giro longitudinal		2	4	3,09	±0,45
Lanzamiento precisión		2	4	3,44	±0,56
Golpe precisión		2	4	3,24	±0,74
Carrera		2	4	3,06	±0,78
Bote		2	4	3,15	±0,66
Conducción		2	4	3,18	±0,67

Posterior a la aplicación de la propuesta de intervención se obtuvo valores medios superiores en las pruebas de salto vertical, lanzamiento con precisión y Golpe precisión mientras existieron valores medios menores en las pruebas de Conducción, Bote, giro longitudinal y carrera.

Los puntajes de cada prueba evaluada permitieron calcular los puntajes por tipos de coordinación de (locomoción y de control de objetos) como base del desarrollo de las habilidades coordinativas para este periodo POST intervención presentada en la muestra de estudio:

Tabla 9

Puntajes por tipos de coordinación motriz test 3JS y general de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo POST intervención.

Habilidades coordinativas	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Coordinación locomotriz		7	12	9,62	±1,21
Coordinación control de objetos	34	9	16	13	±1,87
Coordinación motriz base de las habilidades coordinativas		16	27	22,62	±2,87

En base al puntaje general de la coordinación motriz como base de las habilidades coordinativas para este periodo de estudio, se evaluó el nivel de coordinación motriz a través de la categorización respectiva tomando como referencia los baremos específicos construidos para su efecto.

Tabla 10

Niveles de desarrollo de habilidades coordinativas en la muestra de estudio periodo POST intervención.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Regular	7	20,6%
Alto	16	47,1%
Muy alto	11	32,4%
Total	34	100,0

En este periodo de estudio posterior a la aplicación de la propuesta de intervención se evidenció que el mayor porcentaje de las habilidades coordinativas se encontraba en un nivel alto, un porcentaje inferior de 11 integrante en un nivel muy alto y 7 en un nivel regular.

Resultados de análisis de la diferencia entre los niveles inicial de las habilidades coordinativas y posterior a una intervención enfocada al aprendizaje basado en competencia dentro de la clase de educación física en escolares de educación general básica media.

El análisis de la diferencia entre niveles inicial de las habilidades coordinativas y posterior la intervención realizada, en primer lugar, aplicando una resta aritmética de los puntajes obtenidos por pruebas del test 3JS entre los periodos POST y PRE intervención.

Tabla 11

Resultados de la diferencia de puntajes por pruebas y tipos de coordinación motriz como base de las habilidades coordinativas en la muestra de estudio entre los periodos POST y PRE intervención.

Habilidades coordinativas	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Coordinación locomotriz		2	6	3,56	±0,99
Coordinación control de objetos	34	2	9	5,24	±1,56
Coordinación motriz base de las habilidades coordinativas		5	13	8,79	±2,06

En el análisis de la diferencia decreció entre los puntajes obtenidos en el periodo POST Y PRE intervención se determinó una existencia de valores positivos que evidencian una mejora en el periodo POST intervención.

De igual manera, se aplicó un análisis cruzado entre los niveles de desarrollo de las habilidades coordinativas de los diferentes periodos en la muestra de estudio, con el objetivo de evidenciar posibles modificaciones entre de niveles posterior a la implementación de la propuesta de intervención:

Tabla 12

Análisis cruzado de niveles de desarrollo de las habilidades coordinativas entre los periodos PRE y POST intervención en la muestra de estudio.

Nivel de coordinación motriz PRE intervención	de Nivel de coordinación motriz POST intervención			Total
	Regular	Alto	Muy alto	
Muy bajo	4	4	0	8
Bajo	3	7	3	13
Regular	0	5	8	13
Total	7	16	11	34

Mediante el análisis de la tabla cruzada entre los niveles alcanzados en los periodos POST y PRE intervención se evidenció que, en un nivel muy bajo PRE intervención se encontraban 8 integrantes en la muestra de estudio los cuales posterior a la intervención, y 4 modificaron positivamente a un nivel “regular” y 4 positivamente a un nivel “alto”. En un nivel bajo PRE intervención se encontraron 13 integrantes de la muestra de estudio los cuales en el periodo POST intervención modificaron positivamente 3 a un nivel regular, 7 a un nivel “alto” y 3 a un nivel “muy alto” y en un nivel regular PRE intervención estuvieron de igual manera 13 los cuales en el POST intervención modificaron 5 a un nivel “alto” y 8 a un nivel “muy alto”.

3.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

El proceso de análisis estadístico para la verificación de las hipótesis de investigación, se realizó en base a la normalidad de los datos obtenidos, la cual determino la aplicación de la prueba no paramétrica para datos anormales de muestras relacionadas de Wilcoxon, con el objetivo de determinar la existencia de diferencias significativas entre los resultados por periodos de estudio.

Tabla 13*Análisis estadístico de verificación de las hipótesis de estudio.*

Habilidades coordinativas	N	PRE		POST		Diferencia		p
		intervención		intervención				
		M	±DS	M	±DS	M	±DS	
Coordinación locomotriz		6,06	1,61	9,62	1,21	3,56	0,99	0,000*
Coordinación de control de objetos	34	7,77	2,13	13	1,87	5,24	1,56	0,000*
Coordinación motriz base de las habilidades coordinativas		13,82	3,29	22,62	2,87	8,79	2,06	0,000*

Nota. Análisis descriptivo de valores medios (M), desviaciones estándares (\pm DS) y diferencias significativas en un nivel de $P \leq 0,05$

Los valores de significación obtenidos, se encontraron en un nivel de $P \leq 0,05$, lo que determina la existencia de diferencias significativas entre los resultados de los periodos PRE y POST intervención, lo cual permitió aceptar la hipótesis alternativa de estudio:

H1: El aprendizaje basado en competencias INCIDE en el desarrollo de las habilidades coordinativas en escolares de Educación General Básica Media.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 CONCLUSIONES

En base a los resultados alcanzados en el estudio obtenidos en el desarrollo de la investigación se concluyó lo siguiente:

- Se diagnosticó el nivel inicial de la habilidad coordinativa motriz en escolares de educación general básica media, en la pre intervención mantenían niveles homogéneos en grado bajo y regular, pues en los movimientos que realizaban los estudiantes no mostraban control de la coordinación reflejado en la falta de capacidad de realizar ejercicios básicos como el movimiento coordinado de piernas y brazos. Estos resultados obtenidos permitió planificar actividades acordes a sus necesidades.
- Se evaluó el nivel de desarrollo de las habilidades coordinativas posterior a la aplicación de los juegos de coordinación y se evidenció una mejora por cuanto mostró mayores niveles de desempeño en alto y muy alto, pues al realizar actividades conforme a la educación por competencias como son: el role playing, el mismo que sirve para un aprendizaje activo y con el que se fomentó el trabajo en equipo, permitió además que los estudiantes tengan una mejoría en su coordinación, habilidades y destrezas motrices al realizar movimientos mucho más sincronizados y ordenados. Demostrando mejor coordinación en la post intervención.
- Se analizó la diferencia entre los niveles inicial de las habilidades coordinativas y posterior a la intervención del aprendizaje basado en competencias logrando un desarrollo integral en lo referente a coordinación de movimientos, el interés por parte de los estudiantes a las actividades planteadas demostrando la importancia de este aprendizaje dentro de las clases de educación física. Por lo que es importante aplicar el aprendizaje basado en competencias ya que el mismo permite mejorar no solo en los aspectos motrices y coordinativos sino también en

la parte psicosocial, cognitiva y motriz brindando a los estudiantes un mejor estilo de vida.

4.2 RECOMENDACIONES

Basándose a los resultados y conclusiones planteados se sugiere las siguientes recomendaciones:

- Realizar una evaluación al principio del año lectivo para valorar e identificar las problemáticas del grupo de trabajo y poder establecer el nivel de habilidades coordinativas que poseen los estudiantes y con ello realizar la planificación adecuada para su mejoría.
- Es importante implementar el uso de actividades basadas en la educación por competencias para mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes y dotar al maestro de herramientas que le permitan brindar un ambiente adecuado para desarrollar su plan de clases de manera eficiente.
- Es importante fomentar juegos cooperativos con el afán de incentivar el compañerismo, la imaginación y por ende el interés durante el desarrollo de la clase de educación física, además incluir juegos relacionados a la coordinación como la manipulación de objetos e imitación de movimientos con los cuales se fomenta el desarrollo de la creatividad y coordinación motora.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilera, A. (2017). *La importancia del enfoque por competencias en el sistema educativo*. Obtenido de <https://eservicioseducativos.com/blo/la-importancia-del-enfoque-por-competencias-en-el-sistema-educativo/>
- Aguirre Lora, M. E. (2001). *Enseñar con textos e imágenes. Una de las aportaciones de Juan Amós Comenio*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/155/15503101.pdf>
- Aguirre, O. (2017). *Las capacidades coordinativas y su influencia en la ejecución de los lanzamientos del baloncesto*. Universidad Técnica de Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.e/handle/123456789/6922>
- Alcoba González, J. (2013). Organización de los métodos de enseñanza en función de las finalidades educativas: El alineamiento . *Profesorado* . , 241-255.
- Alvarez C., A., & Orellano E., E. (1979). *Revista Latinoamericana de Psicología. Desarrollo de las funciones básicas para el aprendizaje de la lectoescritura según la teoría de Piaget.*, 249-259.
- Álvarez, M. M. (2019). Perfil del docente en el enfoque basado en competencias. *Revista Electrónica Educare*, 42-58. Obtenido de [file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/Dialnet-PerfilDeocenteEnElEnfoqueBasadoEnCompetencias-3683582%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/Dialnet-PerfilDeocenteEnElEnfoqueBasadoEnCompetencias-3683582%20(1).pdf)
- Andes, U. d. (2003). Formación de docentes en el uso de recursos didácticos para construir conceptos. Iniciar con pequeñas metas . *educere*, 100-106.
- Aponte, H. (2014). *LA MEMORIA Y SU RELACIÓN CON EL DIBUJO EN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS*. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/144/TL%20EI%20Ei%20H83%202014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arteaga Maria, J. R. (2015). ESTRATEGIA DIDÁCTICA:. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 73-94.

- Ballesteros, S. (1999). MEMORIA HUMANA: INVESTIGACIÓN Y TEORÍA. *Psicothema*, 705-723.
- Belando y Montoro. (2017). Aprendizaje a lo largo de la vida. Concepto. *Revista Iberoamericana de Educación*, 23-34. Obtenido de <https://rieoei.org/historico/documentos/rie75a11.pdf>
- Beltrán, P. (2018). *Actividad Física y Salud. Guía para padres y madres*. Obtenido de <https://www.sanidad.gob.es/ciudadanoproteccionSalud/adolescencia/beneficios.htm>
- Benalcázar Francis Ortizv, T. B. (2018). *INNOVA Research Journal*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6777230.pdf>
- Cabanach, R. G. (2020). *Teorías y tipos de aprendizaje*. Obtenido de <https://www.campuseducacion.com/blog/rursos/articulos-campuseducacion/teorias-y-tipos-de-aprendizaje/>
- Cabrera, G. O. (2019). *Competencias*. Obtenido de <https://docplayer.es/96369357-Competencia-la-competencia-se-define-como-la-facultad-que-tiene-una-persona-de-combinar-un-conjunto-de-capacidades-a-fin-de-lograr-un-proposito.html>
- Caminero, F. L. (2018). Marco teórico sobre la coordinación motriz. *Revista digital deportes*, 1-13. Obtenido de <https://www.efdeportes.jom/efd93/coord.htm>
- Campos, E. D. (2019). Rol del docente bajo el enfoque por competencias. *Universidad de Costa Rica*, 1-26. Obtenido de <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/333875006.pdf>
- Can, Y. E. (2021). *Educación basada en competencias, rol del docente*. Obtenido de <https://es.slideshare.net/RTINUCHERNANDEZ/educbasada-en-competencias-1-rol-del-docente-2-54067927>
- Carvajal, E. (2019). *Bailoterapia en la capacidad coordinativas*. Universidad Técnica de Ambato. Obtenido de

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/12345678/25666/1/MAR%20EUGENIA%20CARVAJAL%20RUBIO%200501783609.pdf>

Castellanos Jackelin, S. M. (2015). *Formación de la actividad gráfica en pre-escolares: aportes desde la neuropsicología*. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Maria_Jimena_Sarmiento_Bolanos/publication/307750478_FORMACION_DE_LA_ACTIVIDAD_GRAFICA_EN_PRE-ESCOLARES_APORTES_DESDE_LA_NEUROPSICOLOGIA_HISTORICO-CULTURAL/links/5988dae145851560584f9301/FORMACION-DE-LA-ACTIVIDAD-GRAFI

Cevallos, K. P. (2017). *Actividades lúdica en el aprendizaje de los estudiantes de cuarto grado*. Universidad Técnica de Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/26163/1/1804407748%20Karina%20Patricia%20Bustamante%20Cevallos.pdf>

Collelledemont, E. (2010). La memoria visual de la escuela. *Educatio Siglo XXI*, 133-156.

Dovala, J. M. (2021). Metodología de la educación basada en competencias. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1-23. Obtenido de [file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/2940-Texto%20del%20art%C3%ADculo-924-1-10-20180207%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/2940-Texto%20del%20art%C3%ADculo-924-1-10-20180207%20(3).pdf)

Fernández Ruiz, J. A. (2002). Fundamentos y metodología de la maquetación digital. 91.

Fernandez, A. (2006). Género y canción infantil. *scielo*, parr 6. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422006000200003

Gámez Gómez, M. F. (2022). Diferencias de las capacidades físico-coordinativas en niños de 6 a 12 años. *JPEHM*, 3.

- García, M. (2019). *Coordinación y Equilibrio: Qué son y su Importancia para el Deporte*. Obtenido de <https://trotadores.com/podcast/habilidades-coordinativas-para-el-running/>
- González y Tirados. (2019). *Competencias Genéricas. Centro de Estudios para el Perfeccionamiento de la*. Obtenido de <https://rieoei.org/historico/documentosrie47a09.pdf>
- González, B. (2013). Procesos cognitivos: De la prescripción curricular. *Revista de* , 49-67.
- Guijosa, C. (2018). *El objetivo de la educación basada en competencias*. Obtenido de <https://observatorio.tec.mx/edu-news/el-objetivo-de-la-educacion-basada-en-competencias/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20los%20especialistas%20del%20re porte,la%20medida%20de%20cada%20alumno.>
- Haro, E. (2020). *La coordinación*. Universidad Autónoma de Puebla. Obtenido de <https://repositorioinstitucional.ap.mx/handle/20.500.12371/2272>
- Jiménez, M. d. (2017). *La importancia del aprendizaje por competencias*. Universidad Pedagógica Nacional. Obtenido de <http://200.23.113.51/pf/30915.pdf>
- Lamas, M. (2000). Diferencia de sexo, genero y diferencia sexual. *Redalyc*, 2. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/351/35101807.pdf>
- Laudadío, M. J., & Da Dalt, E. (2014). Estudio de los estilos de enseñanza y estilos de aprendizaje en la universidad. *Educación y Educadores*, pp. 483-498.
- Ledo y Perea. (2019). Educación basada en competenciasaría Josefina Vidal Ledo. *Educ Med Super*, 1-12. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412016000100018
- Leñero, M. (2009). *Equidad de género y prevención de la violencia en preescolar*. Mexico: ISBN. Obtenido de <https://www.uv.mx/rmipe/files/2016/08/Equidad-de-genero-y-prevencion-de-la-violencia-en-preescolar.pdf>

- Lizitza y Sheepshanks. (2019). Educación por Competencias: cambio de paradigma del modelo de enseñanza-aprendizaje. *Revista Argentina de Educación Superior*, 1-19. Obtenido de http://www.revistaraes.net/revisas/raes20_art6.pdf
- Llorente, A. (2018). *La coordinación*. Obtenido de <https://blogdejosefranciscolauracordoba.files.wordpress.com/2009/06/gtb06-cordinacion-segmentaria-power-point.pdf>
- Lozada y Sánchez. (2019). *Las capacidades coordinativas en los fundamentos técnicos del baloncesto en los estudiantes de octavo año de educación básica*. Universidad Técnica de Ambato. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/18803/1/Tesis%20JAMB.pdf>
- Lozada y Torres. (2017). *Las capacidades coordinativas en los fundamentos técnicos del baloncesto en los estudiantes de octavo año de educación básica de la Unidad Educativa "Rosa Zarate" del cantón Quero provincia de Tungurahua*. Univesidad Técnica de Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/1456789/26708>
- Lucas, F. M. (2015). *La utilización de los materiales como estrategia de aprendizaje sensorial infantil*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/310/31045568042.pdf>
- Matos, O. (2018). *Clasificación y características de las capacidades motrices*. Universidad Ciego de Ávila. Obtenido de <https://www.efdeportes.co/efd61/capac.htm>
- Maza, M. Á. (2021). Revisión conceptual y tipología de la coordinación motriz. *Universidad Nacional Autónoma de Honduras*, 13-21. Obtenido de <https://efdeportes.com/eportes/index.php/EFDeportes/article/view/2047/1241>
- Mera Segovia Carlota Mónica, D. B. (12 de Marzo de 2020). *Neurofunciones en la enseñanza preescolar: importancia en el proceso de enseñanza aprendizaje y la atencion de salud*. Obtenido de <http://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/3369>.

- Merchán Price María Susana, J. H. (2011). Influencia de la percepción visual en el aprendizaje. *Dialnet*, 93-101.
- Meza, E. S. (2018). *Aprendizaje basado en competencias* . Obtenido de <https://es.slideshare.net/EsperanzaSosaMeza1/aprendizaje-basado-en-competencias-abc>
- Monsalve, J. (2020). Capacidades coordinativas de los estudiantes entre los 9 y 10 años de edad del municipio de Floridablanca, Santander Colegio Metropolitano del Sur Sede Floricce. *Universidad de Pamplona*, 1-23. Obtenido de http://repositoriodspace.uipamplona.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12744/1497/1/Monsalve_2017_TG.pdf
- Montenegro, C. A. (2017). “Aprendizaje basado en Competencias: una propuesta de Aplicación”. *Universidad Veracruzana*, 1-15. Obtenido de https://cendic.uco.mx/fieel/2013/ponencias_pdf/17.pdf
- Moreno, A. (2020). Sistema de entrenamiento de capacidades coordinativas. *Universidad Autónoma Nuevo León*, 23-45. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/1803/1/Tesis%20JAMB.pdf>
- Moreno, F. (2015). Función pedagógica de los recursos materiales en educación. *Vivat Academia*, 12-25.
- Moreno, L. F. (2015). *La utilización de los materiales como estrategia de aprendizaje sensorial infantil*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/310/31045568042.pdf>
- Muñoz y Solana. (2021). Importancia del entrenamiento de las capacidades coordinativas. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades*, 1-12. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/64/65423606010.pdf>
- Ortega, I. S., & Ruetti, E. (2014). La memoria del niño en la etapa preescolar. *Anuario de Investigaciones*, 267-276.
- Palacios, J. M. (2017). *Capacidades físicas coordinativas*. Universidad Técnica de Babahoyo. Obtenido de

<http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/9000/2998/T-UTB-FCJSE-CFISICA-000044.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pellicer, P. P. (2017). Estrategias para el desarrollo gráfico y visual en educación infantil . *Universitat Jaume* , 1-86.

Peña, J. J. (2022). Fundamentos Teóricos del Aprendizaje Basado en Competencias para el mejoramiento de los procesos de enseñanza y aprendizaje. *MQRInvestigar*, 278-292. Obtenido de <https://www.investigarmqr.com/ojs/inde.php/mqr/article/view/113/404>

Pérez y Merino. (2019). *Capacidades coordinativas*. Obtenido de <https://definicin.de/capacidades-coordinativas/>

Pérez y Sánchez. (2017). Estrategias de aprendizaje. Definiciones, clasificaciones e instrumentos de medición. *Universidad San Ignacio de Loyola*, 1-14. Obtenido de <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/Dialnet-EstrategiasDeAprendizajeDefinicionesClasificacione-547522.pdf>

Ramírez, D. (2019). *Definición de competencia según autores*. Escuela Normal " Manuel Ávila Camacho". Obtenido de https://issuu.com/drglepreedocs/definiciones_de_competencia

Rivera y Gómez. (2020). Consideraciones teóricas acerca de las capacidades coordinativas desde las clases de Educación Física. *EFdeportes Buenos Aires*, 1-12. Obtenido de <https://efdeportes.com/efd195/capacidades-coordinativas-desde-educacion-fisica.htm>

Rivera, D. M. (2019). *Coordinación en educación física*. Obtenido de <https://www.lifeder.com/coordinacion-en-educacion-fisica/>

Rojas Rodriguez Diana, F. H. (2017). Representaciones graficas de niños y niñas de preescolar, segundo y cuarto grado con y sin necesidades educativas. *Educare*.

Romero, N. (2021). *Coordinación Física* . Obtenido de <https://www.sport.es/labolsadelcoor/coordinacion-fisica-tipos-y-ejercicios-para-potenciarla/>

- Rubio, N. M. (2020). *Una clasificación de los tipos de coordinación que existen, y cómo afectan al movimiento*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/sald/tipos-coordinacion>
- Sampaollesi, L. (2021). *Modelo de Aprendizaje por Competencias: Conocé la Última Tendencia en Diseño Curricular*. Obtenido de <https://aulia.com.ar/modelo-de-aprendizaje-por-competencias/>
- Sánchez. (2020). Aprendizaje Basado en Competencias: desarrollo e implantación en el ámbito universitario. *REDU*, 19-46. Obtenido de [file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/Dialnet-AprendizajeBasadoEnCompetencias-7476033%20\(10\).pdf](file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/Dialnet-AprendizajeBasadoEnCompetencias-7476033%20(10).pdf)
- Trujillo Nelcy, Torres Akira. (25 de Abril de 2013). La musica y el enfoque de género en niños y niñas. *Revista Cubana de Enfermería*, 29. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192013000100003
- Ulcuango, E. F. (2021). Importancia de las capacidades coordinativas especiales en el tiro a portería de los futbolistas sub-12. *Revista Cognosis*, 1-14. Obtenido de <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/4535/4402>
- Ventura, A. C. (2019). Estilos de aprendizaje y prácticas de enseñanza en la universidad. Un binomio que sustenta la calidad educativa. *Scielo*, 1-13. Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v33e/v33nspea13.pdf>
- Vilatuña Correa, F., Guajala Agila, D., Pulamarín, J. J., & Ortiz Palacios. (2012). Sensación y percepción en la construcción del conocimiento. *Sophia, Colección de Filosofía de la educación* . Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846102006.pdf>
- Villa, C. (2017). Coordinación y equilibrio. *Granada*, 1-16. Obtenido de https://archivos.csif.es/archivos/andaluia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_37/CRISTINA_REDONDO_1.pdf

Wigel y Mulder. (2015). Competencias en el desarrollo de la educación. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/567/56712875007.pdf>

Zapata y Ros. (2021). Teorías y modelos sobre el aprendizaje en entornos conectados y ubicuos. *Revista de Educación*, 2-49. Obtenido de http://eprints.rclis.org/17463//bases_teoricas.pdf

ANEXOS

ANEXO 1

Tabla 14

Plan de clase.

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO				
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS DE LA EDUCACION PEDAGOGIA				
DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE				
Plan semanal				
Juegos de competencia				
Asignatura: Educación Física	Unidad Educativa: "Hispano América"			Hora:
	Dirigido por: Javier Pillajo			Fecha:
	Grado: séptimo Año "C" EGB			Clase: #1
Objetivo: Instruir que los estudiantes se desplacen por espacios libres.	Metodología: Se trabajará siguiendo el proceso pedagógico en marcado en el ciclo de la enseñanza aprendizaje. 1.- Observación. 2.- Ejercitación. 3.- Práctica. 4.- Aplicación.			Materiales: -silbato -conos -canchas deportivas
Partes de la clase	Actividad:	Descripción:	Recursos:	Tiempo:
Parte Inicial	Calentamiento	-Movimiento de rodillas. -Círculos con la cadera. -Skipping o rodillas arriba. -Talones a los glúteos. -Caminando rotando los brazos. -Desplazamiento de forma lateral.	-Silbato -Conos -Cancha Deportivas - 1 silla	10 minutos
Parte Principal	Juego de Carrera de obstáculos	Dividimos a los estudiantes en grupos de 3, nos dirigimos al extremo de la cancha, luego están formados en columnas atrás de los conos cuando suene el silbato los estudiantes deben salir corriendo y hacer slalom y		20 minutos

		al mismo tiempo dar vueltas en los conos en sentido del reloj y sentarse en la silla que se encuentra en el otro lado de la cancha.		
Parte Final	Vuelta a la calma ejercicios de estiramiento.	<ul style="list-style-type: none"> -Mano izquierda al pie derecho. -Mano derecha al pie izquierdo. - Pierna derecha hacia adelante pierna izquierda estirada flexionamos hacia la derecha. - Sujetamos un brazo fuerte con el otro y estiramos la articulación del troco. - Flexionamos el troco a los laterales. 		10 minutos

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS DE LA EDUCACION PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE				
Plan semanal Juegos de competencia				
Asignatura: Educación Física	Unidad Educativa: “Hispano América”			Hora:
	Dirigido por: Javier Pillajo			Fecha:
	Grado: Séptimo Año “C” EGB			Clase: #2
Objetivo: Trabajar el cambio de dirección a través de la voz.	Metodología: Se trabajará siguiendo el proceso pedagógico en marcado en el ciclo de la enseñanza aprendizaje. 1.- Observación. 2.- Ejercitación. 3.- Práctica. 4.- Aplicación.			Materiales: -silbato -conos -canchas deportivas
Partes de la clase	Actividad:	Descripción:	Recursos:	Tiempo:
Parte Inicial	Calentamiento.	Movimiento del cuello (flexión, extensión) -Movimiento de brazos, Cadera y pies. -Elevación de talones. - Rotaciones de rodilla. - Elevaciones de rodilla. - Equilibrio de una pierna. (derecha e izquierda) Movimientos circulares de ambos brazos.	-Silbato -Conos -Cancha Deportivas - venda	10 minutos
Parte Principal	Recoger objetos con los ojos cerrados	Nos dirigimos a cancha. El juego se trata que debe recoger el objeto con los ojos cerrados, Primero los estudiantes hacen grupos de 4 personas, uno del grupo se vendará los ojos y con la ayuda de sus compañeros le ira orientándole hacia el objeto. Para complicar más el juego se agregará algunos objetos para que		20 minutos

		tenga que esquivarlos.		
Parte Final	Vuelta a la calma ejercicios de estiramiento	<ul style="list-style-type: none"> -Sujetamos un brazo fuerte con el otro y estiramos la articulación del troco. - Levantamos un brazo y flexionamos hacia atrás, la mano en el codo estamos todo lo que podemos. - Suaves movimientos de cuello hacia un lado y el otro. - Pierna derecha hacia adelante pierna izquierda estirada flexionamos hacia la derecha. 		10 minutos

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS DE LA EDUCACION PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE				
Plan semanal Juegos de competencia				
Asignatura: Educación Física	Unidad Educativa: “Hispano América”			Hora:
	Dirigido por: Javier Pillajo			Fecha:
	Grado: séptimo Año “C” EGB			Clase: #3
Objetivo: Lograr que todos los estudiantes coordinen con los movimientos que se realiza en ese instante.	Metodología: Se trabajará siguiendo el proceso pedagógico en marcado en el ciclo de la enseñanza aprendizaje. 1.- Observación. 2.- Ejercitación 3.- Práctica. 4.- Aplicación.			Materiales: -silbato -conos -canchas deportivas
Partes de la clase	Actividad:	Descripción:	Recursos:	Tiempo:
Parte Inicial	Calentamiento	elevaciones de talones al glúteo Elevaciones de rodillas al pecho. Rotaciones de tobillo (derecha izquierda) Movimientos circulares de rodilla hacia la derecha e izquierda.	-Silbato -Conos -Cancha Deportivas	10 minutos
Parte Principal	Juego seguir los movimientos del rey.	Nos dirigimos a un lugar con espacio, todos los estudiantes se colocarán en fila, uno detrás del otro. Seleccionamos a un estudiante que realice el papel de “rey” todas las actividades que realice el rey los demás estudiantes tendrán que realizarlo, si salta todos saltan, si pasamos por encima de un		20 minutos

		palo en equilibrio, todos tendrán que hacerlo		
Parte Final	Vuelta a la calma ejercicios de estiramiento.	-Estiramos los pies haciendo zancada. -Flexionamos el troco y tocamos la punta de los pies. -Flexionamos el troco a los laterales. -Mano izquierda al pie derecho. -Mano derecha al pie izquierdo.		10 minutos

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS DE LA EDUCACION PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE				
Plan semanal Juegos de competencia				
Asignatura: Educación Física	Unidad Educativa: “Hispano América”			Hora:
	Dirigido por: Javier Pillajo			Fecha:
	Grado: séptimo Año “C” EGB			Clase: #4
Objetivo: Trabajar la coordinación movimientos y fuerza.	Metodología: Se trabajará siguiendo el proceso pedagógico en marcado en el ciclo de la enseñanza aprendizaje. 1.- Observación. 2.- Ejercitación 3.- Práctica. 4.- Aplicación.			Materiales: -silbato -conos - canchas deportivas
Partes de la clase	Actividad:	Descripción:	Recursos:	Tiempo:
Parte Inicial	Calentamiento	-Movimiento de rodillas. -Talones a los glúteos. -Rotación de los brazos -Desplazamiento de forma lateral. -Rotaciones de tobillo (derecha izquierda). -Movimientos en zic zac.	-Silbato -Conos -Cancha Deportivas	10 minutos
Parte Principal	Trabajo de coordinación.	Se forman equipos en columnas uno de tras del otro y a un metro del primer estudiante se colocan tres obstáculos, los cuales se tendrán que avanzar según la dificultad del obstáculo. A vos del profesor, cada miembro del equipo caminara sorteando obstáculos hasta llegar último, dándose relevos.	-Silbato -Conos -Cancha Deportivas	20 minutos
Parte Final	Vuelta a la calma	- Tomamos pierna derecha hacia atrás del		10 minutos

	ejercicios de estiramiento.	glúteo mantenemos el equilibrio cambiamos de pierna - Flexionamos el troco a los laterales - Cruzamos los pies con la punta de los dedos tomamos los pies -Mano izquierda al pie derecho -Mano derecha al pie izquierdo.		
--	-----------------------------	--	--	--

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS DE LA EDUCACION PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE				
Plan semanal Juegos de competencia				
Asignatura: Educación Física	Unidad Educativa: "Hispano América"			Hora:
	Dirigido por: Javier Pillajo			Fecha:
	Grado: Séptimo Año "C" EGB			Clase: #5
Objetivo: Trabajar la coordinación del tiro en movimiento y velocidad.	Metodología Se trabajará siguiendo el proceso pedagógico en marcado en el ciclo de la enseñanza aprendizaje. 1.- Observación. 2.- Ejercitación 3.- Práctica. 4.- Aplicación.			Materiales: -silbato -conos -canchas deportivas
Partes de la clase	Actividad:	Descripción:	Recursos:	Tiempo:
Parte Inicial	Calentamiento	-Movimiento de rodillas. -Círculos con la cadera. -Skipping o rodillas arriba -Talones a los glúteos. -Rotación de los brazos -Desplazamiento de forma lateral. -Pequeño trote alrededor de la cancha.	-Silbato -Conos -Cancha Deportivas -Pelotas	10 minutos
Parte Principal	Juego de lluvia de pelotas (coordinación).	Primeo nos dirigimos ala canchas deportivas, Se divide a los niños en dos equipos. Un equipo está al estemos de la cancha (con las pelotas) y el otro equipo está del otro lado (sin pelotas). Al momento que el docente de la orden, comenzara a arrojar las pelotas que tiene en su mano los estudiantes deben coger la pelota sin dejar caer (si la pelota cae el estudiante será eliminado del juego), gana el equipo que no deje caer		20 minutos

		la pelota al suelo.		
Parte Final	Vuelta a la calma ejercicios de estiramiento	<ul style="list-style-type: none"> -Pierna derecha hacia adelante pierna izquierda estirada flexionamos hacia la derecha luego cambiamos de pierna y le flexión hacia la izquierda. - Tomamos pierna derecha hacia atrás del glúteo mantenemos el equilibrio cambiamos de pierna. - Cruzamos los pies con la punta de los dedos tomamos los pies. - Nos sentamos y mandar el tronco hacia adelante manteniendo los brazos estirados. - Levantar los brazos y estiramos. 		10 minutos

ANEXO 2

Fotografías de las actividades realizadas

Gráfico 1

Intervención 1



Gráfico 2

Intervención 2



Gráfico 3
Intervención 3



Gráfico 4
Intervención 4



Gráfico 5
Intervención 5



Gráfico 6
Intervención 6

