



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE  
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

EJERCICIOS DE FÚTBOL PARA MEJORAR EL  
APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN  
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°  
30001-108 DEL DISTRITO DE PANGOA, 2020

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTOR

GUTIERREZ MAHUANCA, DAVID JACOB

ORCID: 0000-0003-4581-3534

ASESOR

SALOME CONDORI, EUGENIO

ORCID: 0000-0001-6920-6662

SATIPO-PERÚ

2020

## **2. Equipo de trabajo**

### **AUTOR**

**GUTIERREZ MAHUANCA, DAVID JACOB**

**ORCID: 0000-0003-4581-3534**

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado, Satipo,  
Perú

### **ASESOR**

**SALOME CONDORI EUGENIO**

**ORCID: 0000-0001-6920-6662**

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de pedagogía y  
humanidades, Escuela Profesional de Educación, Satipo, Perú

### **JURADO**

**ALTAMIRANO CARHUAS SALVADOR**

**ORCID:0000-0002-7664-7586**

**CAMARENA AGUILAR ELIZABETH**

**ORCID: 0000-0002-0130-7085**

**VALENZUELA RAMIREZ GUISSENIA GABRIELA**

**ORCID: 0000-0003-3821-4293**

### **3. Hoja de firma del jurado**

---

Mgtr. ALTAMIRANO CARHUAS SALVADOR

PRESIDENTE

---

Mgtr. CAMARENA AGUILAR ELIZABETH

MIEMBRO

---

Mgtr. VALENZUELA RAMIREZ GUISSANIA GABRIELA

MIEMBRO

#### **4. Hoja de agradecimiento**

Agradezco la Institución a mi comunidad por permitirme realizar la investigación en la Institución Educativa.

El autor

## **Dedicatoria**

Dedicado especialmente a mi esposa a mis hijos, a mis estudiantes por todo el apoyo moral para lograr el deseo más anhelado por mi persona el título profesional.

El autor

## 5. Resumen

El trabajo de investigación titulado: Ejercicios de fútbol para mejorar el aprendizaje de la educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa, 2020 planteado un diseño de pre-experimental de tipo aplicada con una muestra de 22 estudiantes con muestreo no probabilístico con el método general científico, y los modos de proceder adecuado, generando la base de datos en el programa excel versión 13 y el procesamiento de los mismos en el programa SPSS versión 24 Teniendo como Objetivo general: Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020. Se llegó a las siguientes conclusiones. El valor de  $\alpha$  bilateral fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna.

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 17 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 5 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 77.27% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

*Palabras claves: Educación física, calentamiento corporal, resistencia y juego de fútbol.*

## **Abstract**

The research work entitled: Soccer exercises to improve the learning of physical education in students of the Educational Institution No. 30001-108 of the district of Pangoa, 2020 raised a pre-experimental design of applied type with a sample of 22 students with non-probabilistic sampling with the general scientific method, and the appropriate ways of proceeding, generating the database in the excel version 13 program and processing them in the SPSS version 24 program Having as a general objective: To determine the influence of exercises of soccer in the learning of physical education in students of the Educational Institution N ° 30001-108 of the district of Pangoa - 2020. The following conclusions were reached. The value of bilateral  $\alpha$  was lower than the  $\alpha$  of the research in the Wilcoxon test, in accordance with the decision criteria this result led us to reject the null hypothesis and therefore be able to accept the alternate hypothesis.

In the Wilcoxon rank test, we sought to determine the number of students who were influenced or not by the treatment, being able to show that 17 students were positively influenced, in the same way 5 students did not present a significant change after the application of the treatment and there was no student who had obtained negative results after the application of the treatment, this led us to conclude that 77.27% of the students of the Educational Institution were positively benefited by the application of soccer exercises.

*Keywords: Physical education, body warming, endurance and soccer game.*

## 6. Contenido

|  |      |
|--|------|
| 1. Título.....   | i    |
| 3. Hoja de firma del jurado .....  | iii  |
| 4. Hoja de agradecimiento .....  | iv   |
| 5. Resumen .....   | vi   |
| 6. Contenido .....   | viii |
| 7. Índice de gráficos y tablas .....   | x    |
| I. Introducción .....  | 12   |
| II. Revisión de la literatura.....   | 15   |
| 2.1. Antecedentes .....  | 15   |
| 2.1.1. Antecedentes internacionales .....  | 15   |
| 2.1.2. Antecedentes nacionales .....   | 19   |
| 2.2. Bases teóricas de la investigación.....   | 24   |
| 2.2.1. Bases de ejercicios de fútbol .....   | 24   |
| 2.2.2. Bases teóricas educación física .....   | 29   |
| 2.3. Justificación .....   | 39   |
| III. Hipótesis.....  | 41   |
| IV. Metodología .....  | 42   |
| 4.1. Diseño de la investigación .....  | 42   |
| 4.2. Población y muestra .....   | 43   |
| 4.3. Definición y operacionalización de variables ejercicios de futbol para el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa-2020 ..... | 47   |
| 4.4. Técnicas e instrumentos.....  | 49   |
| a. Técnicas.....   | 49   |
| b. Instrumentos.....   | 49   |
| 4.5. Plan de análisis .....  | 52   |
| 4.6. Matriz de consistencia de ejercicios de futbol para el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa-2020.....                     | 54   |
| 4.7. Principios éticos.....  | 56   |
| V. Resultados .....  | 58   |
| 5.1. Resultado.....  | 58   |

|  |    |
|--|----|
| 5.2. Análisis de resultado .....         | 75 |
| VI. Conclusiones y recomendaciones ..... | 81 |
| 6.1. Conclusiones .....                  | 81 |
| 6.2. Recomendaciones .....               | 84 |
| VII. Referencias bibliográficas .....    | 85 |
| ANEXOS .....                             | 91 |

**7. Índice de gráficos y tablas**

**Índice de gráficos**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Figura N° 1: Dimensiones Calentamiento corporal.....</b> | <b>60</b> |
| <b>Figura N° 2: Dimensión Resistencia.....</b>              | <b>61</b> |
| <b>Figura N° 3: Dimensión Juego de futbol.....</b>          | <b>63</b> |
| <b>Figura N° 4: Variable Educación física .....</b>         | <b>65</b> |

## Índice de tablas

|  |    |
|--|----|
| <b>Tabla N° 1: Población de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.</b> ..... | 44 |
| <b>Tabla N° 2: muestra de la Institución Educativa N°30001-108 del distrito de Pangoa – 2020</b> .....     | 46 |
| <b>Tabla N° 3: Dimensión calentamiento corporal</b> .....  | 59 |
| <b>Tabla N° 4: Dimensión resistencia</b> .....   | 61 |
| <b>Tabla N° 5: Dimensión juego de futbol</b> .....   | 62 |
| <b>Tabla N° 6: Variable educación física</b> .....   | 64 |

## **I. Introducción**

El Ministerio de educación a través del currículo nacional hace un esfuerzo en cuanto a la educación nacional, es decir en la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de todos los niveles para su desarrollo de su vida posterior, como un documento de carácter oficial donde contiene las columnas básicas del desarrollo de la educación peruana, es un documento de carácter orientador oficial que sirvió al país de manera contundente en desarrollo de los cursos y con toda naturaleza la consolidación de nuestros profesionales con nivel de conocimientos de alto nivel.

En tal sentido la labor científica en el nivel de educación primaria se desarrolló con el título: Ejercicios de fútbol para mejorar el aprendizaje de la educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa, 2020 donde se utilizó las técnicas o ejercicios del deporte rey que es el fútbol para aprovechar el talento de muchos estudiantes que quieren aprender la educación física, pero con una técnica diferente que es los ejercicios de futbol o sea, como los jugadores profesionales se forman y practican el futbol a nivel profesional que por naturaleza mucha gente lo lleva en las entrañas en el corazón brindando una gran felicidad a todos cuanto le guste el futbol.

La educación física es u área donde se tiene que mantener la coordinación motora gruesa en su conjunto, además es que la educación física tiene que mantener mente y cuerpo sano, es un área donde el estudiante goza de la diversión, movimiento, oxigena el cerebro.

Desarrollar el área de educación física primero es el calentamiento de cuerpo de manera adecuada, buscando la adaptación del cuerpo al trabajo ya realizado, del mismo modo realizando las actividades a fin de lograr la resistencia del cuerpo ya adaptado al desarrollo de los ejercicios desplazamientos, de brazos constantemente también la práctica del juego de futbol de manera sistematizada demostrando la disciplina y la técnica del futbol.

Trabajo de dar respuestas a planteado el problema ¿Cuál es la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020?

La universidad Los ángeles de Chimbote proporcionó un esquema de trabajo para elaborar la investigación científica y un código de ética el año 2019 a fin de cumplir con las reglas de investigación.

Dentro de los niveles de investigación se trabajó en el nivel de investigación experimental con un diseño pre-experimental donde los resultados servirán como un modelo a seguir trabajando en la enseñanza de la educación física ya que se trabajó con una estrategia que gusta a mayoría de los estudiantes.

Los objetivos propuestos a lograr son los siguientes. Tendiendo como objetivo general: Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020 continuando con los específicos.

Determinar la influencia ejercicios de futbol de calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Determinar la influencia de ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Trabajando la labor científica en una población de 37 estudiantes del nivel de educación primaria del primero al sexto grado y una muestra de 22 estudiantes de 4to-5to y 6to grado de la Institución Educativa ya indicada líneas arriba, labor científica que se justificó porque es importante que los estudiantes tuvieron que saber la coordinación motora gruesa y tiene que mantener sano mente y cuerpo.

## **II. Revisión de la literatura**

### **2.1. Antecedentes**

#### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Revisando los trabajos de investigación previa a nivel internacional y nacional se llegó a materializar los siguientes trabajos.

Sánchez & Silva (2014) en su trabajo de investigación *Actividades físicas recreativas dirigidas a disminuir la agresividad caso nivel primario*. Realizado en la Universidad de Carabobo Venezuela. Para obtener el título de Licenciada en la Enseñanza de Educación Física, Deporte y Recreación. Plantearon el objetivo general: Diseñar actividades físicas recreativas dirigidas a disminuir los efectos de la agresividad en los niños de sexto grado en la Institución Educativa Hermanos Gaspar del Municipio Guigue del Estado de Carabobo. El tipo de investigación fue descriptivo y considero como variable Actividades físicas recreativas dirigidas a disminuir la agresividad, contó con una población y muestra 33 estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Hermanos Gaspar del Municipio Guigue del Estado de Carabobo. La técnica utilizada fue la observación y el instrumento para recojo de datos cuestionario, los autores llegaron a las siguientes conclusiones: La agresividad en los escolares se vio disminuida por intermedio de la aplicación de las actividades física recreativas. Las conductas positivas mejoraron de manera significativa por su dedicación a actividades físicas recreativas. Las actividades física

recreativa favoreció en que el escolar se mantenga más activo, con mayor dedicación sin mostrar agresividad frente a sus pares.

Núñez (2015) en su trabajo investigación *Estudio de la satisfacción de la imagen corporal en educación primaria. Relaciones con actividad física y el nivel de condición física de los escolares* Realizado en la Universidad de Málaga España. Para obtener el Grado de Doctor en Educación. Planteo el siguiente objetivo: Estudiar cómo varía la satisfacción corporal y la percepción de la imagen corporal según la edad y sexo en el alumnado de tercer ciclo de Educación Primaria. El tipo de investigación fue descriptivo, con diseño correlacional, teniendo como variable independiente Estudio de la satisfacción de la imagen corporal y el dependiente nivel de condición física de los escolares, contando con una población y muestra 33 estudiantes del nivel primaria, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento para recojo de datos cuestionario. El autor llego a las siguientes conclusiones: En relación a la imagen corporal de los escolares no existe relación con la edad ni el sexo. En relación a la insatisfacción corporal los escolares de las edades de 11 a 12 años presentan mayor insatisfacción corporal.

Yugcha (2015) en su trabajo investigación *La educación física y su influencia en la calidad de vida de los niños de quinto a séptimo año de educación general básica de la escuela Eugenio Espejo Diez de agosto de la Parroquia Guaytacama, Cantón Latacunga año lectivo 2013-2014*

Realizado en la Universidad Técnica de Cotopaxi del Ecuador. Para obtener el Título de licenciada en Ciencias de la Educación mención en cultura física. Planteo el siguiente objetivo: Implementar una guía que promueva a los niños de la escuela “Eugenio Espejo Diez de agosto” a ejecutar actividad física, para regenerar un estilo de vida. El tipo de investigación fue descriptivo, teniendo como variable La educación física y su influencia en la calidad de vida, contando con una población y muestra 168 personas donde 150 escolares, 18 maestros, 1 profesor de educación física y una directora de la escuela “Eugenio Espejo Diez de agosto”, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento para recojo de datos cuestionario. La autora llego a las siguientes conclusiones: El 85% de la población en estudio manifiestan que educación física es semejante a deporte. Los escolares en su tiempo libre realizan actividades lúdicas que favorecen la calidad de vida. Los entrevistados afirman la práctica de deporte favorece la formación integral y su desenvolvimiento en una sociedad.

Cueva (2015) en su trabajo investigación *Estudio de la aplicación del proceso de enseñanza y aprendizaje del futbol a los niños de 8 a 12 años del club de futbol de la escuela Particular Liceo Internacional Eton School, Quito 2015*. Realizado en la Universidad Central del Ecuador del país de Ecuador. Para obtener el Título de licenciado en Ciencias de la Educación mención Educación Física. Planteo el siguiente objetivo: Diagnosticar la influencia de la deficiente aplicación de un proceso de enseñanza y aprendizaje del futbol en los niños de 8 a 12 años del club de

futbol de la escuela Particular Liceo Internacional Eton School, Quito 2015. La investigación según su orientación fue aplicada, con diseño investigación de campo de tipo cuantitativo, teniendo como variable independiente enseñanza y aprendizaje y la variable dependiente club de futbol, contando con una población 108 personas compuesta por autoridades, docentes, padres de familia y niños de 8 a 12 años de edad de la Escuela Particular Liceo Internacional Eton School y la muestra de estudio formo 48 estudiantes del club de futbol, 2 autoridades, 10 docentes y 48 padres de familia, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento para recojo de datos cuestionario. El autor llego a las siguientes conclusiones: Las personas sujetas a estudio afirmaron que el futbol es importante para mejorar la educación de los niños. El 100% de las personas encuestadas afirman que los niños deben de aprender los fundamentos del futbol para mejorar sus conocimientos. Se identificó que existió una deficiente enseñanza y aprendizaje del futbol de manera tecnicada ya que se realiza de forma empírica.

Steven & Montañez & Núñez & Montero (2014) en su trabajo investigación *El futbol y el juego pre deportivo una medida para el desarrollo de las habilidades básicas motrices (carrera, salto)*. Realizado en la Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá. Colombia. Para obtener el Título de licenciatura en Educación Física, Recreación y deporte. Planteo el siguiente objetivo: Mejorar las habilidades básicas motrices de salto y la carrera por medio de un diseño metodológico aplicado a la categoría pre infantil de la escuela de futbol Leeds capital. La

investigación tuvo la metodología cualitativa con enfoque fenomenológico de nivel descriptivo, teniendo como variable el juego pre deportivo una medida para el desarrollo de las habilidades básicas motrices, contando con una población y muestra 15 niños de las edades de 9 a 10 años, 5 entrenadores, la técnica utilizada fue la entrevista, observación y el instrumento para recojo de datos fichas de entrevista y observación. Los autores llegaron a las siguientes conclusiones: Los niños asistentes se apropiaron de habilidades donde se evidencio en la mejor fluidez de salto, carrera. Los juegos pre deportivos fueron una herramienta eficiente para el desarrollo de habilidades básicas motrices en el futbol. Los juegos de futbol y los pre deportivos son medios para del proceso de desarrollo de las habilidades básicas motrices permitiendo tener mejores resultados.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Crisóstomo & Vargas (2015) en su trabajo investigación *Diagnóstico de la habilidad motora en los niños de 8 años de edad de la selva y sierra central*. Realizado en la Universidad Nacional del Centro del Perú. Para optar el Título profesional de Licenciado en Educación en la Especialidad: Educación Física y Psicomotricidad. Plantearon el siguiente objetivo general: Conocer el nivel de la habilidad motora en los niños de 8 años de edad de la selva y sierra central. El tipo de investigación fue nivel descriptivo con diseño descriptivo simple y el método científico, teniendo como variable habilidad motora en los niños de 8 años de edad. Considero

una población de estudio 400 niños y niñas de 8 años de edad de la sierra 113 de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui y 86 escolares de la Institución Educativa N° 3109 Ricardo Menéndez Menéndez, de la selva central 114 de la Institución Educativa N° 30637 Pangoa y 86 de la Institución Educativa N° 30636 San Ramón. La muestra conformo 100 escolares de 8 años de la selva y sierra elegida por su representatividad en la región. La técnica utilizada fue la observación y el instrumento de recojo de datos ficha de observación. Las autoras llegaron a las siguientes conclusiones: Existe una diferencia significativa en los niveles de habilidades motoras entre los niños de la selva central con un nivel más bajo en relación a los de la sierra. Los escolares de la selva central lograron en un 39% niveles bueno en las habilidades motoras y el 31% logro el nivel muy bueno. En relación a la dimensión potencia el 69% de los escolares de la sierra lograron sobresalir en estas habilidades motoras. En el sentido rítmico los escolares en un 59% los niños de la selva central sobresalieron en relación a los niños de la sierra.

Quispe (2013) en su trabajo investigación *Programa de juego motor para desarrollar la velocidad en alumnos del segundo grado de primaria del Colegio "Andino" de Huancayo*. Realizado en la Universidad Nacional del Centro del Perú. Para optar el Título profesional de Licenciado en Educación en la Especialidad: Educación Física y Psicomotricidad. Planteo el siguiente objetivo: Determinar la influencia del programa de juego motor para desarrollar la velocidad en alumnos del segundo grado

de primaria del Colegio “Andino” de Huancayo. El tipo de investigación fue aplicada con diseño pre experimenta la variable independiente fue juego motor y la variable dependiente desarrollar la velocidad Considero una población y muestra 35 estudiantes del colegio Andino del segundo grado de primaria. La técnica utilizada fue la observación y el instrumento de recojo de datos test de velocidad. El autor llevo a las siguientes conclusiones: El 50% de los escolares que participaron en las pruebas de velocidad obtuvieron puntajes mayores a 5.08 m /s. Después de la aplicación de las pruebas motor la velocidad mejoro de manera significativa en los escolares. Los juegos motores influyen significativamente en la mejora de la velocidad en los escolares.

Osorio (2015) en su trabajo investigación *La habilidad motora de los niños y niñas de ocho años de edad de la Institución Educativa “Mariscal Castilla” del Tambo Huancayo*. Realizado en la Universidad Nacional del Centro del Perú. Para optar el Título profesional de Licenciado en Pedagogía y humanidades, especialidad: Educación física. Planteo el siguiente objetivo: Identificar el nivel de habilidad motora de los niños y niñas de ocho años de edad de la Institución Educativa “Mariscal Castilla” el Tambo. Huancayo. El tipo de investigación fue de nivel descriptivo con método general científico, teniendo como variable habilidad motora de los niños. Considero una población 73 niños de 8 años de la Institución Educativa “Mariscal Castilla” y muestra todos los estudiantes de 8 años de edad seleccionados por muestreo no probabilístico intencional. La técnica

utilizada fue la observación y el instrumento de recojo de datos test de habilidad motora velocidad. La autora llegó a las siguientes conclusiones: los escolares sometidos a estudio sobresalen en habilidades de pruebas de sentido cenestésicos con 24,44%. En la prueba de lateralidad el 53,34% de los escolares realizan con una ejecución correcta. El 44,44% de los escolares ejecutan correctamente la prueba de coordinación.

Cacñahuaray & Mancco (2013) en su trabajo investigación *Los juegos motores y su relación con el aprendizaje en el área de Educación Física en los estudiantes del 3° grado de Educación Primaria de la Institución Educativa Experimental N° 1278 UGEL 06, La Molina, 2012*. Realizado en la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle del Perú. Para optar el Título de Licenciado en Educación. Planteo el siguiente objetivo: Establecer la relación que existe entre el juego motor y su relación con el aprendizaje en el área de educación física en los estudiantes del 3° grado de Educación primaria de la Institución Educativa Experimental N° 1278 UGEL 06, La Molina, 2012. El tipo de investigación fue aplicada con diseño correlacional, la variable independiente juegos motores y la variable dependiente Educación física. Considero una población 97 estudiantes del 3° de primaria de la Institución Educativa Estatal N° 1278 y la muestra 30 estudiantes de la misma Institución Educativa, la técnica utilizada fue la entrevista y el instrumento para recojo de datos cuestionario estructurado, fichas bibliográficas, fichas textuales. Los autores llegaron a las conclusiones: Los juegos motores

tiene una relación significativa con el aprendizaje del área de educación física por los escolares. Los juegos motores permitieron en los escolares la mejora de los aprendizajes y los procesos cognitivos. Los juegos motores favorecieron el aprendizaje de las actividades procedimentales en el área de educación física.

Laura & Paitan (2018) en su trabajo investigación *Diagnóstico de creatividad motriz en estudiantes de sexto grado "D" de primaria de la Institución Educativa Javier Heraud N° 31583- El Tambo*. Realizado en la Universidad Nacional del Centro del Perú. Para optar el Título profesional de Licenciada en Educación E.A.P.: Educación física y Psicomotricidad. Plantearon el siguiente objetivo: Diagnosticar el nivel de creatividad motriz en estudiantes de sexto grado "D" de primaria de la Institución Educativa Javier Heraud N° 31583- El Tambo. El tipo de investigación fue de nivel descriptivo básica con método general científico, teniendo como variable Diagnóstico de creatividad motriz en estudiantes. Considero una población censal 20 estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Javier Heraud N° 31593 niños de 8 años de la Institución Educativa "Mariscal Castilla. La técnica utilizada fue la observación y el instrumento de recojo de datos test de creatividad motriz. Las autoras llegaron a las siguientes conclusiones: En el nivel de creatividad motriz los escolares lograron su ubicaron en el nivel bueno el 35%, el 55% en el nivel regular y el 10% están ubicados en el nivel deficiente. En relación a la dimensión fluidez motriz el 65% de los escolares lograron el nivel regular y solo el

25% el nivel bueno. En relación al género los varones lograron el 62.5% en creatividad motriz en relación a las niñas en 50%.

## **2.2. Bases teóricas de la investigación**

### **2.2.1. Bases de ejercicios de fútbol**

Perú Ministerio de Educación (2016). Plantea:

Dentro de la competencia interactúa a través de sus habilidades socio motriz. Las actividades físicas con juegos como saltos, deporte, actividades pre deportivas, giros, desplazamientos con o sin objetos que el estudiante realiza le conllevan a tener una postura correcta, interacción social, convivencia, empatía, integración al grupo, asertividad, pertenencia al grupo, aplicación de estrategias tácticas, logro de objetivos, tener una vida saludable, mantener hábitos personales e higiene y guarda una relación con la alimentación y el ambiente y ser proactivo. A si mismo vincula las capacidades: Se relaciona utilizando sus habilidades socio motriz; donde el estudiante actúa de manera asertiva en las prácticas lúdicas y deportivas experimentando el placer, respeto, cumpliendo normas, resolviendo conflictos y con sentido de pertenencia al grupo. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego: Utiliza recursos personales y las potencialidades de cada miembro del equipo aplicando las reglas en la colaboración y cooperación de cada miembro del equipo. (p. 70).

Gilles (2002) Sostiene:

Los principios para la preparación de la educación física son: Primero; la preparación de base; el futbol exige una preparación física de velocidad donde el jugador debe de ejecutar carreras cortas y largas como una preparación para evitar la fatiga. Segundo; La inversión de las pirámides, tiene relación con el fortalecimiento de los músculos, donde el jugador debe enfrentarse a esfuerzos repetitivos de cargas. Tercero, el calentamiento muscular basado en ejercicios físico de fuerza, concentración. La preparación física debe permitir la mejora en forma eficaz los saltos, lanzamiento más rápido, fuerza explosiva, velocidad para mantener las condiciones para un mejor rendimiento en el deporte. (pp. 14-15).

Orts (s.f) Refiere:

El juego es la mejor forma de aprender, jugar es la gran alegría en la infancia donde el niño desarrolla de una manera activa el comportamiento afectivo, mental y es a través de la competitividad se adapta al entorno social. El futbol ante todo es juego y debe presentarse como un juego donde el niño debe aceptar como un juego de cooperación y es un excelente medio de desarrollo físico, psicomotor, mental. (pp. 1-2).

Orts (s.f) Sostiene:

Las técnicas de base para el juego de futbol en las edades de 9 a 10 años son: organización básica del futbol, formar en velocidad, reacción,

coordinación, juegos de entrenamiento. Partidos reducidos bajo el control de tiempo, alternancia de ejercicios, buscar grupos o equipos equilibrados. Las características del niño: debe de tener gran memoria visual, coordinación mejorada, resistencia, velocidad y fuerza, espíritu, sentido colectivo, capacidad de discusión y confianza en sí mismo. El rol del educador: Líder efectivo y técnico, capacidad de organización y comunicación, demostración, ejecución y corrección, debe de tener conocimientos generales de fútbol. (p.3).

Orts (s.f) Plantea:

La función pedagógica del entrenador- educador es: Transmitir conocimientos y valores, para lo cual debe de conocer al niño y tener en consideración sus capacidades y edad. Debe de garantizar el desarrollo en el ámbito deportivo capacitando al niño en el dominio del escenario, manejo de pelota, superar temores, errores, tomar la iniciativa, asumir riesgos y ser creativo en el juego. El niño debe de aprender a jugar jugando bajo la misión confiada del educador permitiéndole corregir errores, darle confianza, superar temores poner en movimiento su creatividad y divertirse. (p.5).

Perú Ministerio de Educación (2007) refiere:

Ejercicios de aplicación para una actividad deportiva son: Ejercicios de movilidad muscular; rotación de cuello hacia la izquierda, derecha, giro de

hombros izquierda derecha, subir y bajar brazos y giro de muñecas, mover caderas y girar, flexionar rodillas, miembros inferiores. Ejercicios con desplazamiento de coordinación; carreras suaves hacia adelante atrás y con cambios de dirección. Ejercicios de estiramiento; adoptar una posición manteniéndose en un tiempo de 10s a 30s sin que sienta dolor. Ejercicios de desarrollo muscular del tronco, brazos, y piernas con abdominales, flexión de brazos y piernas y ejercicios de fuerza y velocidad con saltos, carreras. (p12).

Villalobos & Puelles (s. f) plantea:

Para la participación en el deporte el estudiante tiene que prepararse de una manera consiente en: Preparación física; es la adquisición de habilidades técnico – táctico, que son la adquisición de condiciones motrices con ejercicios físico de calentamientos, flexibilidad, resistencia, coordinación para una mejor aptitud física. Preparación técnico- táctico: Que es el dominio del proceso del entrenamiento deportivo con un óptimo mando de movimientos, los principios técnicos tácticas ofensivos y defensivos y las técnicas adquiridas durante el entrenamiento. Las técnicas: es el modo de ejecutar determinados movimientos, sin esfuerzo, con mucha soltura, con habilidad, destreza e interés. (pp. 31-32).

Bennassar, M. et al. (2013) Refiere:

El surgimiento del movimiento deportivo, se inició con el trabajo multilateral respetando la forma natural de expresarse de los niños a través de los juegos y el desarrollo evolutivo. Y cita (Thomas Arnold; 1795-1842) donde surge el movimiento deportivo en Gran Bretaña, y se produce una auténtica revolución que se dispersa por todo el mundo al introducir el deporte en los centros educativos, buscando valores positivos y formativos del deporte, establece una estrecha relación entre el alumno y profesor. Así mismo cita a (Pierre de Coubertin; 1863. 1937) quién restaura los juegos olímpicos y defendiendo la práctica deportiva en el marco escolar. (p. 11).

Bennassar, M. et al. (2013) Puntualiza:

Las cualidades condicionales, permiten la realización de diversas actividades y se tiene: Cualidades básicas, que intervienen en todas las actividades físicas como la fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad. Cualidades complementarias: deben estar presentes en cualquier actividad física pero no de manera indispensable y se encuentra la coordinación, el equilibrio. Cualidades derivadas: Son complementos en el desarrollo de cualquier actividad deportiva como la agilidad, potencia.(p. 460).

Meneses, Cárdenas (2008) Sostienen:

La palabra más hablada a nivel del mundo es el futbol, durante décadas está centrado en comprender la relación entre futbol- identidad, futbol-

ritual, futbol-socialización, futbol creador de imaginarios colectivos. Diverso analíticos miran al futbol desde un eje sociocultural y cita a (Villena; 2003) pretende buscar la dimensión social del futbol como un fenómeno de industria de consumo cultural y su relación entre futbol-política, nacionalismo, y homogenización cultural de industria. (Ramírez; 2003) el futbol es un espacio privilegiado para observar relaciones, contraposiciones e identidades. Según (Bayce; 2003) permite observar relaciones representaciones colectivas macro sociales. Para (Ferreiro: 2003) el futbol es un complejo laboratorio para comprender un complejo ritual entre los hinchas. (p. 104).

Molano, & Molano (2015) sostiene:

El futbol es un medio de identidad, reconocimiento, socialización donde a través del futbol la pasión y la diversión están juntos. Además, las lesiones deportivas pasan a un segundo plano donde no se toma en cuenta en relación a la diversión. Tiene un séquito de jugadores sin distinción de edades, es la más practicada y tiene gran reconocimiento en la sociedad. (p. 29).

### **2.2.2. Bases teóricas educación física**

Perú, Ministerio de Educación (2010) Tiene una íntima relación con el cuerpo y su capacidad de acción, reacción y expresión a través de los

movimientos del individuo en busca del desarrollo intencional del correcto desarrollo y funcionamiento de su estructura corporal motriz, donde inciden en la formación de su personalidad ayudándole a realizarse física e intelectualmente, en todas sus posibilidades como persona permitiéndole la formación en autonomía, aceptación de sí mismo, enriquecimiento a partir de sus propias vivencias y ajuste emocional.

Serrabona, Andueza & Sancho (2004)

Calentamiento corporal: implica todos los ejercicios de activación vascular, muscular, movimiento corporal que tiene el propósito de buscar la adaptación del organismo al esfuerzo físico, activar el correcto funcionamiento de órganos y evitar lesiones posteriores.

Suarez (s.f) Resistencia: Es la realización de actividades de elevación de piernas, flexión, desplazamiento boca arriba, brazos, sentadillas, marchas.

Suarez (s.f) Juego de futbol: Es el deporte más popular que favorece el bienestar emocional, físico y demostrar la cooperación, disciplina, técnica.

Villalobos & Puelles (s. f) definen:

La educación física es definida como la ciencia que se encarga de las relaciones del cuerpo, sus funciones y el desarrollo natural progresivo y sistemático de las facultades motrices, que deben estar en movimiento a través de actividades físicas, deporte, recreación para un desarrollo correcto y saludable. (p. 10).

Villalobos & Puelles (s. f) refieren:

Los medios de la educación física son: Ejercicios; que son movimientos coordinados y específicos repetitivos que se ejecutan para conseguir táctica, capacidades físicas, buscar perfeccionamiento y desarrollo y se tiene: Ejercicios de cualidades físicas con resistencia, flexibilidad, velocidad, potencia, en fuerza, velocidad, resistencia con carreras, multisaltos para mejorar la potencia, flexibilidad para desarrollar y dominar las técnicas y tácticas. Ejercicios correctivos, para corregir posturas. Ejercicios de prevención, de terapia y reguladores como: caminar en bicicletas y otros dirigidos por un especialista. Ejercicios para la calidad de vida; estiramientos, camping, masajes, respiración.

Deporte: la palabra deporte viene de “depuerto” “deportar” que eran términos para denominar actividades físicas y la diversión. El deporte es una actividad física que satisface la necesidad de movimiento, da satisfacción, permite el desarrollo de habilidades cognitivas, motoras, da satisfacciones personales, colectivas y su aplicación está en base a leyes, normas y reglamentos convirtiéndose en un medio educativo.

Los juegos: Son actividades lúdicas recreativas que preparan al niño y niña para la vida; esta actividad debe de ser voluntaria, donde le brinde satisfacción, ayude al desarrollo de sus capacidades cognitivas, motrices.(ppp.18-19- 20).

Baena (s.f) Refiere:

En las concepciones de la educación física existe diversas doctrinas filosóficas, donde destacan: el pragmatismo, que está centrado su pedagogía en el estudiante y sus necesidades, en la que se interesa en las experiencias adquiridas y el profesor como un técnico que resuelve los problemas. El realismo; donde su propósito específico es que el estudiante mejore su competitividad, desenvolvimiento proporcionándole formación necesaria, donde el profesor educa acorde el mundo real convirtiéndose en un trasmisor de conocimientos. En el nivel primaria la enseñanza de la educación física se lleva a cabo en base a los movimientos corporales beneficiando la autonomía con fundamento en el conocimiento y aceptación de sí mismo a través del enriquecimiento de sus propias vivencias. (pp. 2-3).

Baena (s.f) Plantea:

La concepción de la educación física según los autores (Visuete; 1992) refiere la educación física es un proceso aglutinador de saberes científicos que inciden sobre un aspecto importante de la condición humana, donde la aplicación metodológica es susceptible a modificar capacidades. (Cagigal; 1968) describe la epistemología de la educación física: La multidisciplinariedad; tiene relación con el estudio de los problemas reales para su enseñanza. La especificidad; Las ciencias del deporte tiene su

propio métodos y bien específicos para cada actividad que le permite resolver cada realidad. (pp. 3-4).

Baena (s.f) sostiene:

La evolución de la educación física según las épocas históricas: La prehistoria; el hombre estaba obligado a la realización de ejercicios físico para sobrevivir, cazar, luchar, defenderse, mantener su territorio y mantenerse con una agilidad muscular y física. En la edad antigua: en el periodo preclásico; las diferentes culturas Mesopotamia y egipcias ostentaban como prioridad hacer ejercicios físicos con fines de supervivencia, lograron transmitir a la perfección reglas de entrenamientos. Periodo clásico (Grecia) hicieron grandiosos aportes en gimnasia para mantener el buen estado corporal. (Roma) buscaban una relación en la gimnasia entre la armonía física y el desarrollo mental y era un pasatiempo, una forma de embellecer el cuerpo. Ya en el siglo XIX y principios del XX a través de los sistemas educativos surge los planteamientos de la importancia de la educación en el cuerpo y comienza el proceso de sistematización de los ejercicios, aparecen las escuelas o corrientes, gimnasias. (pp. 5-6).

Perú Ministerio de Educación (2010) Plantea:

La persona es el objetivo primordial de la educación física, la persona en su unidad y globalidad donde se concreta en su corporeidad y motricidad y está orientada a la educación locomotor corporal y aprendizaje

cognitivos y socioemocionales en situaciones reales dentro de una dinámica integradora. Cita a (Contreras, O.) Sostiene. La educación física se opera a través de expresiones de percepciones y sentimiento consientes voluntariamente de la persona. La persona en la educación física pone en acción movimientos motrices, conocimientos, habilidades, relación social, intención, manifestación observable, cualidades, pretensiones, deseos, aspiraciones, interés donde moviliza todas sus manifestaciones y capacidades externas e internas. (pp. 9-10).

Perú Ministerio de Educación (2010) propone:

La enseñanza y aprendizaje de la educación física constituye un proceso con características especiales.

El estudiante es un ente dinámico, único donde interviene varios factores como: Su desarrollo y crecimiento humano, la herencia, la influencia del medio y los ejercicios físicos. La enseñanza y aprendizaje de la educación física constituye un proceso con características especiales que puede contribuir en el aumento de estatura, masa corporal, el desarrollo motor; tiene una relación con el crecimiento y maduración de la persona en todo las etapas de su vida, el hombre está en movimiento de acuerdo a las percepciones y actividades que realiza y le beneficia en su coordinación, salud, el aprendizaje motor beneficia en la capacidad de reacción, equilibrio del cuerpo, imagen corporal, coordinación y mejoramiento de las condiciones físicas del estudiante. (pp. 54-55).

Ministerio de Educación (2007) Sostiene:

Según el componente físico motriz, las personas, los escolares poseen diferentes estructuras corporales de tipo atlético, delgadas, obsesas, con sobrepeso y en el proceso de educación física se cansan, otros son ágiles. Es decir cada persona tiene una condición física o motriz que están condicionadas la fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad, el cual con las actividades físicas bien establecidas en su práctica pueden mejorar para lograr un mejor rendimiento y la salud física y mental de las personas.(p. 5).

Perú Ministerio de Educación (2007) Plantea:

El calentamiento físico corporal es un conjunto de actividades que se realiza para calentar el cuerpo y poder realizar esfuerzo físico más intenso, para que logre alcanzar un máximo rendimiento. En el proceso de calentamiento se tiene que considerar las fases como: Fase general; ejecuta actividades de movimiento, desplazamiento, movilidad articular, coordinación, velocidad, estiramiento. Fase específica: ejecuta ejercicios aplicados a una actividad específica a un deporte. El calentamiento tiene un propósito evitar lesiones musculares y articulares, el sistema cardiovascular, respiratorio entra en funcionamiento acelerado y debe estar preparado para esa acción. Prepara al cuerpo para esfuerzos de máxima intensidad. (p. 10).

Perú Ministerio de Educación (2019) Plantea:

En el área de educación física el enfoque que sustenta es, el enfoque de la corporeidad, que entiende al cuerpo más allá de su realidad biológica que implica hacer pensar, sentir, saber comunicar y querer, donde el escolar se desenvuelve a lo largo de su interés, necesidad guiándolo para la formación autónoma y formación de una imagen personal e identidad personal, una vida saludable con la práctica de actividades físicas. (p. 111).

Perú Ministerio de Educación (2019) Plantea:

Dentro de la competencia se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad en educación física, el estudiante en el nivel primaria comprende y toma conciencia de su interrelación en el espacio y el tiempo y la interacción con las personas de su entorno, que le contribuirá en la formación de su autoestima y la construcción de su identidad, a través de las prácticas de actividades físicas como el juego, deporte, donde es capaz de expresar sus emociones, sentimientos, posturas, interés, mejorara su coordinación y comprender su cuerpo.(p. 111).

Perú Ministerio de Educación (2019) Sostiene:

La competencia asume una vida saludable en el área de educación física, el estudiante toma conciencia reflexiva sobre su bienestar, buscando mejoras para su condición física, practicando actividades con posturas corporales adecuadas y una alimentación saludable e higiene corporal exhaustiva, y esto supone una planificación de rutinas y pongan en acción de acuerdo a sus necesidades y recursos disponibles. (p. 115).

Perú Ministerio de Educación (2019) Plantea:

Dentro del estándar de aprendizaje de la competencia se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad en el IV ciclo el escolar comprende cómo usar su cuerpo explorando la alternancia de sus lados corporales teniendo en cuenta la utilidad, posición, espacio, tiempo, en diferentes acciones motrices. El estudiante se orienta espacialmente en relación a sí mismo y otros puntos de referencia. Se expresa corporalmente a través de ritmos, gestos, y movimientos como un recurso de comunicación.... En el estándar de la competencia asume una vida saludable, en el IV ciclo el escolar logra diferenciar los alimentos que le favorecerán en su correcta alimentación, logra prevenir los riesgos relacionados a las posturas e higiene personal, calcula su fuerza, resistencia, velocidad y practica actividades lúdicas, deportivas. Incorpora el autocuidado relacionando con los ritmos y actividades físicas y horas de descanso para un correcto funcionamiento de su cuerpo. (pp. 112- 116).

Bennassar, M. et al. (2013) Refiere:

La educación física en el siglo XXI, su principal característica es la inclusión en los programas educativos de todo el mundo, como un elemento fundamental del desarrollo integral de los estudiantes, y cita a (Gagigal, J.M.) dice la educación física es sobre todo educación. Es así en este milenio la formación de la persona íntegra busca su formación psicomotora, fomenta la calidad de vida mediante prácticas deportivas, calidad de alimentación para la exigencia que exige la sociedad, su personalidad. (p.12).

Bennassar, M. et al. (2013) Sostiene:

La psicología del aprendizaje y del deporte, desde su inicio la psicología ha sido una ciencia preocupada por el aprendizaje, donde aborda desde diversas perspectivas teóricas y para comprender de qué manera se aprende se debe tener en cuenta ciertas condiciones: Que se establezca el aprendizaje: esto quiere decir que debe de tener la capacidad de reacción sensorial de todos los sentidos. En el mundo del deporte todos los sentidos reaccionan frente a los cambios de fuerza, tensión, dirección. Las condiciones básicas para que este se desarrolle: interviene la percepción y el entendimiento. La finalidad u objetivo del proceso de aprendizaje: se tiene que adaptar el organismo humano a tres dimensiones psicobiológica, psicofísica y psicosocial. ( pp. 69-70).

### **Base teórica de aprendizaje**

Tellez (2002) (Mendoza, M.E. citado por Tellez, A 2002), establece que aprender es cambiar la conducta al decir gracias a la versatilidad de la mente para el procedimiento de cambios transformativos, al igual que mostrar varios tipos de adaptación, por ejemplo, aprender mediante la técnica que consiste en ejecutar una tarea de motor programada trabajando con la relación de actualizaciones. Lo que lleva a cabo la responsabilidad de ahorrar datos, otro que es el aprendizaje definitivo, se adaptará deliberadamente al lenguaje, ya que puede pronunciar rápidamente cómo se logró el aprendizaje.

### **2.3. Justificación**

La investigación científica se justifica por el estudio de descubrir nuevos conocimientos con respecto al aprendizaje de la educación física, una nueva manera de enseñar el área indicada para que los estudiantes puedan desarrollarse de manera integral con los conocimientos coordinación motora gruesa y desarrollo de los principios y técnicas deportivas.

La investigación también se justifica por tener un vacío en el modo de preparar a los estudiantes cuando van a representar en los juegos inter-escolares y representación en los juegos florales.

La investigación se justifica porque es tan importante llevar a cabo la investigación porque tendrá una gran relevancia en el aprendizaje de los

estudiantes en área de educación física por utilizar una buena estrategia de enseñanza.

Investigación que será desarrollada para que los estudiantes al nivel de primaria desarrollen con una buena técnica o estrategias de aprendizaje el área y que tendrá una preponderancia a nivel de comunidad y provincia asimismo para que puedan aplicar la estrategia planteada y lograr los maestros lo planificado en sus proyectos y sesiones de clases planteadas para el año escolar.

### **III. Hipótesis**

#### **Hipótesis general**

Influye significativamente los ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020.

#### **Hipótesis específico**

Influye significativamente los ejercicios de futbol en calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Influye significativamente los ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Influye significativamente los ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

#### **IV. Metodología**

Tamayo y Tamayo (2003) la carencia de aplicación inmediata, esta forma de investigación busca el progreso científico, y su importancia reside en que presenta amplias generalizaciones y niveles de abstracciones con miras a formulaciones hipotéticas de posible aplicación posterior. Persigue igual, mente el desarrollo de una teoría o teorías basadas en principios y leyes.

La investigación fundamental es un proceso formal y sistemático de coordinar el método científico de análisis y generalización con las fases deductivas e inductivas del razonamiento.

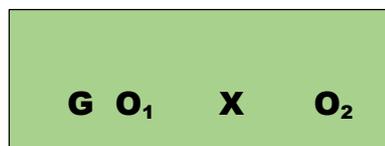
A la investigación aplicada se le denomina también activa o dinámica, y se encuentra íntimamente ligada a la anterior, ya que depende de sus descubrimientos y aportes teóricos. Busca confrontar la teoría con la realidad.

Es el estudio y aplicación de la investigación a problemas concretos, en circunstancias y características concretas. Esta forma de investigación se dirige a su aplicación inmediata y no al desarrollo de teorías. (p.37).

##### **4.1.Diseño de la investigación**

Tamayo y Tamayo (2003) el autor propuso el énfasis comparativo se aplica al análisis de las variables manejadas por el investigador en condiciones comparativas. La investigación científica investigaciones diferentes, o en

grupos experimental y de control de una misma investigación. Bien podemos decir que el énfasis comparativo se puede aplicar a todos los tipos de estudios investigativos siempre y cuando el investigador vea los factores que propicien algún tipo de comparación. El en el presente caso se utilizará el diseño pre-experimental. (p. 56).



DONDE

G = Grupo de estudio

O<sub>1</sub> = Medición del pre test

O<sub>2</sub> = Medición de post test

X = Aplicación o manipulación la variable independiente

#### **4.2.Población y muestra**

##### **a. Población**

Tamayo y Tamayo (2003) El autor manifiesta que es la totalidad de un fenómeno de estudio, incluye la totalidad de unidades de análisis o entidades de población que integran dicho fenómeno y que debe cuantificarse para un determinado estudio integrando conjunto N° de

entidades que participan de una determinada característica al completo de las unidades se le denomina población por constituir la totalidad del fenómeno adscrito un estudio o investigación. Universo también llamado cuando para un estudio se toma la totalidad de la población y, por ello, no es necesario realizar un muestreo para el estudio o investigación que se proyecta. El presente trabajo de investigación contó con una población total de 37 estudiantes del primero al sexto grado de la Institución Educativa N°30001-108 del distrito de Pangoa – 2020. (p.176).

**Tabla N° 1: Población de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.**

| ESTUDIANTES DE<br>I.E. N° 30001-108 | SEXO |   | TOTAL DE<br>ESTUDIANTES |
|-------------------------------------|------|---|-------------------------|
|                                     | H    | M |                         |
| 1er grado                           | 2    | 5 | 7                       |
| 2do grado                           | 2    | 3 | 5                       |
| 3er grado                           | 1    | 2 | 3                       |
| 4to grado                           | 4    | 2 | 6                       |
| 5to grado                           | 6    | 2 | 8                       |
| 6 to grado                          | 5    | 3 | 8                       |
| Total de población                  |      |   | 37                      |

**Fuente: Actas Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.**

## **b. Muestreo**

### **Muestreo no probabilístico por conveniencia**

Tamayo y Tamayo (2003) Se le da igualmente el nombre de sesgado; en él, el investigador selecciona los elementos que a su juicio son representativos, lo cual exige al investigador un conocimiento previo de

la población que se investiga para poder determinar cuáles son las categorías o elementos que se pueden considerar como tipo representativo del fenómeno que se estudia. Se trabajó con el muestreo no probabilístico a criterio del investigador (p.170).

### **c. Muestra**

Tamayo y Tamayo (2003) Muestra es a partir de la población cuantificada para una investigación se determina la muestra, cuando no es posible medir cada una de las entidades de población; esta muestra, se considera, es representativa de la población. La muestra descansa en el principio de que las partes representan el todo y por tanto refleja las características que definen la población de la cual fue extraída, lo cual nos indica que es representativa. Es decir, que para hacer una generalización exacta de una población es necesaria una muestra totalmente representativa y, por lo tanto, la validez de la generalización depende de la validez y tamaño de la muestra.

Lo que siempre preocupa al investigador es el tamaño de la muestra, el cual está determinado por el nivel de precisión requerido por el error de muestreo aceptable o dispuesto a tolerar. Generalmente se recomienda a quienes no tienen suficientes conocimientos estadísticos recurrir a un especialista para que les determine la muestra, pues de otra forma se pueden introducir deformaciones en la investigación.

Lo que todo investigador debe conocer para solicitar ayuda en la elaboración de su muestra es el grado de homogeneidad y heterogeneidad de la población, pues a poblaciones homogéneas corresponden muestras pequeñas y a poblaciones heterogéneas corresponden muestras de mayor tamaño. La presente investigación cuenta con una muestra de estudio de 22 estudiantes del 4to- 5to y 6to grado de la Institución Educativa N° N°30001-108 del distrito de Pangoa – 2020. (p.171).

**Tabla N° 2: muestra de la Institución Educativa N°30001-108 del distrito de Pangoa – 2020**

| ESTUDIANTES DE<br>I.E. N° ° 30001-108 | SEXO |   | TOTAL DE<br>ESTUDIANTES |
|---------------------------------------|------|---|-------------------------|
|                                       | H    | M |                         |
| 4to grado                             | 4    | 2 | 6                       |
| 5to grado                             | 6    | 2 | 8                       |
| 6 to grado                            | 5    | 3 | 8                       |
| Total de población                    |      |   | 22                      |

**Fuente: Actas de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020**

**4.3. Definición y operacionalización de variables ejercicios de futbol para el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa-2020.**

| <b>Variables</b>            | <b>Definición conceptual</b>  | <b>Definición operacional</b>  | <b>Dimensiones</b>   | <b>Indicadores</b>   | <b>Escala de mediciones</b> |
|-----------------------------|---|--|--|--|-----------------------------|
| <b>EJERCICIOS DE FÚTBOL</b> | Es una actividad de trabajo físico, es necesario el adiestramiento en la velocidad, fuerza explosiva, desmarque, movimientos motrices coordinados, donde debe de ejecutar ejercicios de posición, concentración, rapidez donde el jugador debe de concentrar toda su energía para un correcto desplazamiento, debe realizar trabajos con multisalto verticales y ejercicios de encadenamientos aeróbicos, multiformes para que pueda lograr una mejor resistencia y capacidad para mejorar los parámetros establecidos en el deporte<br><b>Gilles, C.(2002)La preparación física en el futbol (pp.75-76).</b> | Los estudiantes participaran, ejecutaran ejercicios de resistencia física, marcaciones, velocidad, desplazamientos y defensa del equipo en actividades deportivas involucrándose de manera activa en juegos de deportes respetando y cumpliendo las normas establecidas.   |  | <b>Ejecuta</b> las actividades de resistencia física, marcaciones y defensa del equipo   |                             |
|                             |   | Los estudiantes participaran en actividades de multisaltos, actividades deportivas donde demostraran y crearan oportunidades de complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades de vencer al oponente respetando las normas de convivencia y el compañerismo |  | <b>Demuestra</b> y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades. |                             |
|                             |   | Los estudiantes proponen juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros en ejercicios de desplazamientos, encadenamientos aeróbicos, resistencia por su propio interés y deseo de participación  |  | <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros  |                             |
| <b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>     | Tiene una íntima relación con el cuerpo y su capacidad de acción, reacción y expresión a través de los movimientos del individuo en busca del desarrollo intencional del correcto desarrollo y funcionamiento de sus estructura corporal motriz, donde inciden en la formación de su personalidad   | Generar situaciones donde los estudiantes tengan oportunidad de proponer y participar activamente en ejercicios de calentamiento que involucre movimientos corporales, marchas, flexiones de esfuerzo físico, buscando la adaptación del organismo a los esfuerzos físicos.  | <b>Calentamiento corporal:</b> implica todos los ejercicios de activación vascular, muscular, movimiento corporal que tiene el propósito de buscar la adaptación del organismo al esfuerzo físico, activar el correcto | <b>Propone</b> y participa activamente en ejercicios de calentamiento que involucre movimientos corporales de esfuerzo físico.     | Intervalar                  |

|  |  |   |  |   |  |
|--|--|---|--|---|--|
|  | <p>ayudándole a realizarse física e intelectualmente, en todas sus posibilidades como persona permitiéndole la formación en autonomía, aceptación de sí mismo, enriquecimiento a partir de sus propias vivencias y ajuste emocional.</p> <p><b>Ministerio de Educación (2010)</b><br/><i>Orientaciones para el trabajo pedagógico área de educación física (p. 9).</i></p> |   | <p>funcionamiento de órganos y evitar lesiones posteriores.</p> <p><b>Serrabona, M. &amp; Andueza, J.A. &amp; Sancho, R. (2004)</b> <i>1001 ejercicios y juegos de calentamiento (p. 17)</i></p>   |   |  |
|  |  | <p>Los estudiantes conjuntamente con sus compañeros organizaran y participaran en ejercicios de resistencia con actividades de elevación de piernas, flexión, desplazamiento boca arriba, flexión de brazos, sentadillas, saltos, marchas en pequeños, medianos y grandes grupos, buscando sentido de pertenencia al grupo para participar en un campeonato deportivo</p> | <p><b>Resistencia:</b> Es la realización de actividades de elevación de piernas, flexión, desplazamiento boca arriba, brazos, sentadillas, marchas.</p> <p><b>Suarez, E (s.f)</b> <i>Ejercicios calentamiento, fuerza, resistencia velocidad y recuperación de la actividad física</i></p> | <p><b>Organiza</b> a sus compañeros para su participación en ejercicios de resistencia buscando un sentido de pertenencia al grupo en las actividades</p> |  |
|  |  | <p>Los estudiantes se involucraran en actividades de juegos deportivos de futbol, establecerán las bases y cumplan buscando que todos sus compañeros sean partícipes y cumplan un rol con un sentido solidario y de cooperación</p>   | <p><b>Juego de futbol:</b> Es el deporte más popular que favorece el bienestar emocional, físico y demostrar la cooperación, disciplina, técnica.</p> <p>Ochoa, A. (2008) <i>Futbol el juego de todos.</i> (P.6)</p>   | <p><b>Participa</b> en actividades de futbol con un sentido solidario y de cooperación</p>  |  |

#### **4.4. Técnicas e instrumentos**

##### **a. Técnicas**

Tamayo y Tamayo (2003) (Lundberg citado por Tamayo Tamayo) Muestra que la conexión entre el sujeto y el ítem es la investigación básica de la técnica lógica. Debido al tema, el especialista debe contar con una hipótesis y una estrategia lógica adecuada, de modo que los sistemas de examen tengan la dirección correcta. En relación con el objeto de estudio, la sustancia de la investigación de campo es que la información obtenida es exacta, es decir, coherencia objetiva y obvia de la técnica. En el presente trabajo de investigación, se utilizó la estrategia de observación, donde una prueba inicial que precede a la mejora o el tratamiento de prueba se aplica después de que el tratamiento se regula, por último, una prueba se aplica después de la aplicación de ensayo referenciada. (p.61).

##### **b. Instrumentos**

Tamayo y Tamayo (2003) El escritor informa que el instrumento permite organizar y agrupar la información aconsejada, incluidas nuestras percepciones y reacciones, fomentando posteriormente la composición del archivo.

En este trabajo de examen, se utilizó el instrumento de prueba previa y posterior a la prueba, donde dependía de 15 reactivos, una prueba antes de aplicar el refuerzo o el tratamiento de prueba después de que se controlara

el tratamiento, finalmente se aplica una prueba después de la aplicación mencionada anteriormente. Prueba. (p.61).

### **Variables**

Variable independiente : Ejercicios de fútbol

Variable dependiente : Educación física

### **Confiabilidad de Instrumento**

El instrumento presente pretende evaluar el aprendizaje de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020 considerando los ejercicios de futbol como estrategia y un instrumento que consiste en una pre-test y un pos-test Estructurada basada en la estructura de las dos variables con 15 por cada dimensión.

Norma de aplicación.

Se constituyen los reactivos conforme a la variable con respecto a los temas planteados con su respectiva puntuación.

Para la aplicación de los instrumentos se solicita responder con toda claridad de acuerdo a las variables o de acuerdo a los temas planteados.

Regla de puntuación.

La elección de esta estructura se basa en sus ventajas con relación a otros posibles instrumentos de medición, está constituida por 15 reactivos que

se agrupan en forma general de acuerdo a la variable dependiente y de acuerdo a las dimensiones, todo esto según la operacionalización de variables y su valoración es: puntaje menor 1 punto y puntaje mayor 3 puntos.

Para el procesamiento de los datos se busca la consistencia que permitió depurar los datos innecesarios o falsos, proporcionados por algunos que fueron encuestados.

La clasificación de la información la primera etapa del trabajo de investigación que se ha efectuado con el objetivo de buscar grupos de datos por medio de la distribución de frecuencias de la variable dependiente.

Para calcular los datos se hizo de manera manual agrupando los reactivos según la variable dependiente y según sus dimensiones. Luego de la tabulación se ha hecho el uso del programa SPSS para efectos de confirmación de las hipótesis.

Confiabilidad de prueba

La prueba se aplica en una muestra de 22 estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Con el objetivo de hallar la confiabilidad de consistencia interna del instrumento para ello usamos el paquete estadístico SPSS versión 24 hallándose mediante el Alfa de Cronbach.

| <b>Estadísticas de fiabilidad</b> |                |
|-----------------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach                  | N de elementos |
| ,808                              | 2              |

#### **4.5. Plan de análisis**

La Metodología: utilizada en la presente investigación fue cuantitativa, aplicada

Problema general: ¿Cuál es la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020?

Objetivo general: Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020.

Es un examen aplicado, sobre la base de que el procedimiento de uso del maniquí se utilizó para lograr el lenguaje oral para aplicarlos en el camino hacia la adquisición de información y disposiciones en la descendencia del nivel subyacente. Se compara con el tipo de investigación cuantitativa y nivel exploratorio con estructura previa a la prueba.

En la solicitud principal se ha considerado descubrir los factores, en ese punto la definición de los problemas, el detalle de los objetivos, la definición de las teorías, en ese punto proponer la operacionalización de los factores, la red de consistencia, expandir, planificar la elaboración de

instrumentos para el surtido de información, a Una vez que se obtiene la información, se la llevará a una preparación de información para obtener los resultados por separado, a la luz de las provisiones arregladas.

#### 4.6. Matriz de consistencia de ejercicios de futbol para el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa

##### N° 30001-108 del distrito de Pangoa-2020.

| PROBLEMA GENERAL  | OBJETIVO GENERAL  | HIPÓTESIS GENERAL  | VARIABLES   | METODOLOGÍA   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
|---|---|--|---|---|---|-------------------------|--|-------------------------|---|---|-----------|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|---|---|---|------------|---|---|---|--------------------|--|--|----|
| ¿Cuál es la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020? | Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020. | H1. Influye significativamente los ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020. | <b>VARIABLE INDEPENDIENTE</b><br><br>EJERCICIOS DE FUTBOL | Tipo de Investigación: Aplicada<br>Según su finalidad: Aplicada.<br>Según su carácter: Experimental<br>Según su alcance temporal: Transversal<br>Según la orientación que asume: Orientada a la aplicación<br>Diseño de la investigación: Pre - experimental  |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
|   |   |  |   | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <math>G \quad O_1 \quad X \quad O_2</math> </div> <p>Donde:<br/>G = Grupo de estudio<br/>O<sub>1</sub> = medición del pre test<br/>O<sub>2</sub> = medición del post test<br/>X = Aplicación o manipulación la variable independiente.</p>   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| PROBLEMA ESPECÍFICO   | OBJETIVOS ESPECÍFICOS   | HIPÓTESIS ESPECÍFICAS  | VARIABLE DEPENDIENTE                                      | POBLACIÓN   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 1. ¿Cuál es la influencia de ejercicios de futbol en calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020?          | 1. Determinar la influencia de ejercicios de futbol de calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.          | H1.-Influye significativamente los ejercicios de futbol en calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.             | EDUCACIÓN FÍSICA  | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">ESTUDIANTES DE LA I. E. I. N° 30001 – 108</th> <th colspan="2">SEXO</th> <th rowspan="2">N° DE ESTUDIANTES ANTES</th> </tr> <tr> <th>H</th> <th>M</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1er grado</td> <td>2</td> <td>5</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>2do grado</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>3er grado</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4to grado</td> <td>4</td> <td>2</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>5to grado</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td>6 to grado</td> <td>5</td> <td>3</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Total de población</td> <td>37</td> </tr> </tbody> </table> | ESTUDIANTES DE LA I. E. I. N° 30001 – 108 | SEXO                    |  | N° DE ESTUDIANTES ANTES | H | M | 1er grado | 2 | 5 | 7 | 2do grado | 2 | 3 | 5 | 3er grado | 1 | 2 | 3 | 4to grado | 4 | 2 | 6 | 5to grado | 6 | 2 | 8 | 6 to grado | 5 | 3 | 8 | Total de población |  |  | 37 |
| ESTUDIANTES DE LA I. E. I. N° 30001 – 108   | SEXO  |  |   |   |   | N° DE ESTUDIANTES ANTES |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
|   | H   | M  |   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 1er grado   | 2   | 5  | 7   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 2do grado   | 2   | 3  | 5   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 3er grado   | 1   | 2  | 3   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 4to grado   | 4   | 2  | 6   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 5to grado   | 6   | 2  | 8   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 6 to grado  | 5   | 3  | 8   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| Total de población  |   |  | 37  |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 2. ¿Cuál es la influencia de ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020?                     | 2. Determinar la influencia de ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.                     | H2.- Influye significativamente los ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.                       |   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |
| 3. ¿Cuál es la influencia de ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108   | 3. Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la  | H3.-Influye significativamente los   |   |   |   |                         |  |                         |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                    |  |  |    |

| del distrito de Pangoa – 2020?         | Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020. | ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020. |                   | MUESTRA | <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">ESTUDIANTES DE LA I.E. I. N° 30001-108</th> <th colspan="2">SEXO</th> <th rowspan="2">N° DE ESTUDIANTES</th> </tr> <tr> <th>H</th> <th>M</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4to grado</td> <td>4</td> <td>2</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>5to grado</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td>6 to grado</td> <td>5</td> <td>3</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Total de muestra</td> <td>22</td> </tr> </tbody> </table> | ESTUDIANTES DE LA I.E. I. N° 30001-108 | SEXO |  | N° DE ESTUDIANTES | H | M | 4to grado | 4 | 2 | 6 | 5to grado | 6 | 2 | 8 | 6 to grado | 5 | 3 | 8 | Total de muestra |  |  | 22 |  |
|--|---|---|-------------------|---------|---|--|------|--|-------------------|---|---|-----------|---|---|---|-----------|---|---|---|------------|---|---|---|------------------|--|--|----|--|
| ESTUDIANTES DE LA I.E. I. N° 30001-108 | SEXO  |   | N° DE ESTUDIANTES |         |   |  |      |  |                   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                  |  |  |    |  |
|  | H   | M   |                   |         |   |  |      |  |                   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                  |  |  |    |  |
| 4to grado                              | 4   | 2   | 6                 |         |   |  |      |  |                   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                  |  |  |    |  |
| 5to grado                              | 6   | 2   | 8                 |         |   |  |      |  |                   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                  |  |  |    |  |
| 6 to grado                             | 5   | 3   | 8                 |         |   |  |      |  |                   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                  |  |  |    |  |
| Total de muestra                       |   |   | 22                |         |   |  |      |  |                   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |            |   |   |   |                  |  |  |    |  |

#### 4.7.Principios éticos

Uladech (2016)

Seguro de los individuos: el individuo en cualquier examen es el fin y no los métodos, por lo que necesitan cierto nivel de seguridad, que se resolverá por el peligro que provocan y la probabilidad de obtener una ventaja.

En el campo de la investigación en el que trabajas con individuos, debes considerar el respeto humano, el carácter, la variedad decente, el secreto y la seguridad. Este estándar no solo sugerirá que las personas que son sujetos de investigación se interesen voluntariamente en el examen y tengan datos satisfactorios, sino que también incluirá la consideración plena de sus derechos esenciales, especialmente en el caso de que se encuentren en una circunstancia única.

Filantropía y no perniciosidad.- Se debe garantizar el bienestar de las personas asociadas con los exámenes. En ese sentido, la conducta del científico debe reaccionar a los principios generales que la acompañan: no causar daño, disminuir los impactos antagónicos concebibles y ampliar los beneficios.

Justicia.- El investigador debe ejercer un juicio razonable, ponderable y tomar las precauciones necesarias para asegurarse de que sus sesgos, y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas. Se reconoce que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participan en la investigación derecho a acceder a sus

resultados. El investigador está también obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación

Integridad científica. - La integridad o rectitud deben regir no sólo la actividad científica de un investigador, sino que debe extenderse a sus actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional. La integridad del investigador resulta especialmente relevante cuando, en función de las normas deontológicas de su profesión, se evalúan y declaran daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participan en una investigación. Asimismo, deberá mantenerse la integridad científica al declarar los conflictos de interés que pudieran afectar el curso de un estudio o la comunicación de sus resultados.

Consentimiento informado y expreso.- En toda investigación se debe contar con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; mediante la cual las personas como sujetos investigadores o titular de los datos consienten el uso de la información para los fines específicos establecidos en el proyecto.

## V. Resultados

### 5.1. Resultado

Se darán a conocer los hallazgos descriptivos e inferenciales encontrados antes y después de la aplicación de los ejercicios de fútbol en el aprendizaje de la educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

#### 5.1. Resultados del experimento

Los datos descriptivos que presentamos a continuación son el resultado de la evaluación pre-test y post-test realizado a los estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020. La puntuación obtenida en ambas pruebas fue categorizada en base al siguiente baremo:

Baremo de variables y dimensiones

| Escala     | Variable | Dimensión |
|------------|----------|-----------|
| Deficiente | 15 a 25  | 5 a 8     |
| Bueno      | 26 a 35  | 9 a 12    |
| Muy bueno  | 36 a 45  | 13 a 15   |

**Tabla N° 3: Dimensión calentamiento corporal**

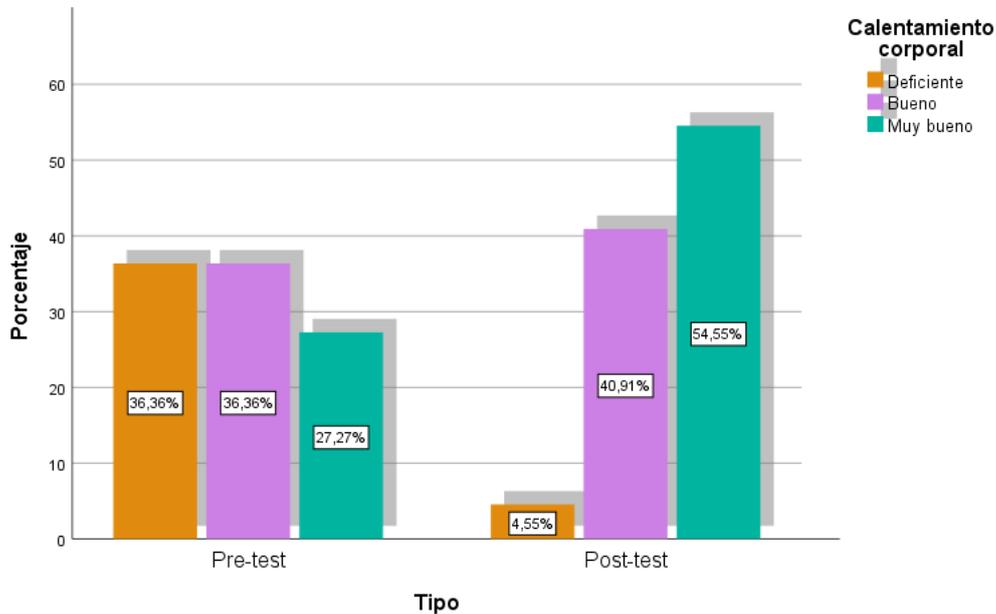
| Categoría  | Pre-test |             | Post-test |             | Diferencia |             |
|------------|----------|-------------|-----------|-------------|------------|-------------|
|            | Recuento | % Alcanzado | Recuento  | % Alcanzado | Recuento   | % Alcanzado |
| Deficiente | 8        | 36,4%       | 1         | 4,5%        | -7         | -31,8%      |
| Bueno      | 8        | 36,4%       | 9         | 40,9%       | 1          | 4,5%        |
| Muy bueno  | 6        | 27,3%       | 12        | 54,5%       | 6          | 27,3%       |
| Total      | 22       | 100,0%      | 22        | 100,0%      | 0          | 0,0%        |

Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108.

**Interpretación:**

En la tabla N° 3 se esquematiza el desempeño de los estudiantes en el calentamiento corporal antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción de 7 estudiantes en el nivel deficiente tras la aplicación del tratamiento y un incremento de 1 y 6 estudiantes en el nivel bueno y muy bueno respectivamente tras la aplicación del tratamiento, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de proponer y participar activamente en los ejercicios de calentamiento de los estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

**Figura N° 1: Dimensiones Calentamiento corporal**



Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108.

**Interpretación:**

En la figura N° 1 se ilustra el desempeño de los estudiantes en el calentamiento corporal antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción del 31.8% de los estudiantes en el nivel deficiente tras la aplicación del tratamiento y un incremento del 4.5% y 27.3% de estudiantes en el nivel bueno y muy bueno respectivamente tras la aplicación del tratamiento, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de proponer y participar activamente en los ejercicios de calentamiento de los estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

**Tabla N° 4: Dimensión resistencia**

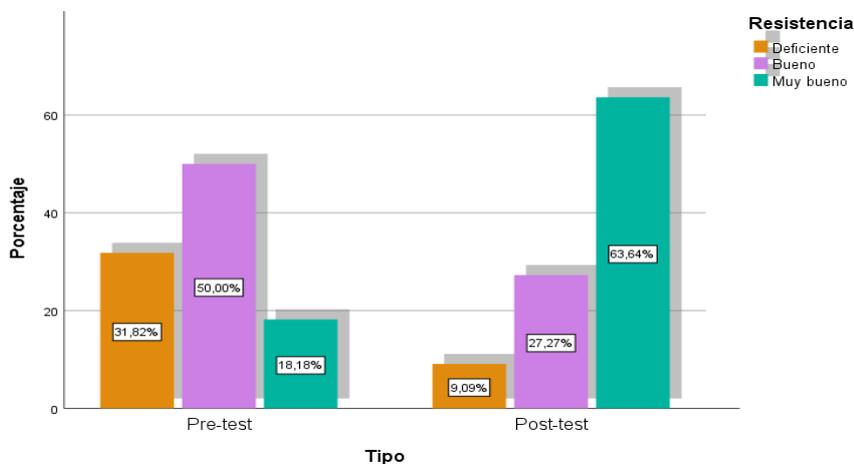
| Categoría  | Pre-test |             | Post-test |             | Diferencia |             |
|------------|----------|-------------|-----------|-------------|------------|-------------|
|            | Recuento | % Alcanzado | Recuento  | % Alcanzado | Recuento   | % Alcanzado |
| Deficiente | 7        | 31,8%       | 2         | 9,1%        | -5         | -22,7%      |
| Bueno      | 11       | 50,0%       | 6         | 27,3%       | -5         | -22,7%      |
| Muy bueno  | 4        | 18,2%       | 14        | 63,6%       | 10         | 45,5%       |
| Total      | 22       | 100,0%      | 22        | 100,0%      | 0          | 0,0%        |

Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108

Interpretación:

En la tabla N° 4 se esquematiza el desempeño de los estudiantes en la resistencia antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción de 5 estudiantes con un deficiente y buen desempeño tras la aplicación del tratamiento y un incremento de 10 estudiantes en el nivel muy bueno tras la aplicación del tratamiento, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de organizar a sus compañeros para su participación en ejercicios de resistencia buscando un sentido de pertenencia al grupo en las actividades.

**Figura N° 2: Dimensión Resistencia**



Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108

Interpretación:

En la figura N° 2 se ilustra el desempeño de los estudiantes en la resistencia antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción del 22.7% de los estudiantes con un deficiente y buen desempeño tras la aplicación del tratamiento y un incremento del 45.5% de los estudiantes en el nivel muy bueno tras la aplicación del tratamiento, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de organizar a sus compañeros para su participación en ejercicios de resistencia buscando un sentido de pertenencia al grupo en las actividades.

**Tabla N° 5: Dimensión juego de fútbol**

| Categoría  | Pre-test |             | Post-test |             | Diferencia |             |
|------------|----------|-------------|-----------|-------------|------------|-------------|
|            | Recuento | % Alcanzado | Recuento  | % Alcanzado | Recuento   | % Alcanzado |
| Deficiente | 8        | 36,4%       | 1         | 4,5%        | -7         | -31,8%      |
| Bueno      | 13       | 59,1%       | 13        | 59,1%       | 0          | 0,0%        |
| Muy bueno  | 1        | 4,5%        | 8         | 36,4%       | 7          | 31,8%       |
| Total      | 22       | 100,0%      | 22        | 100,0%      | 0          | 0,0%        |

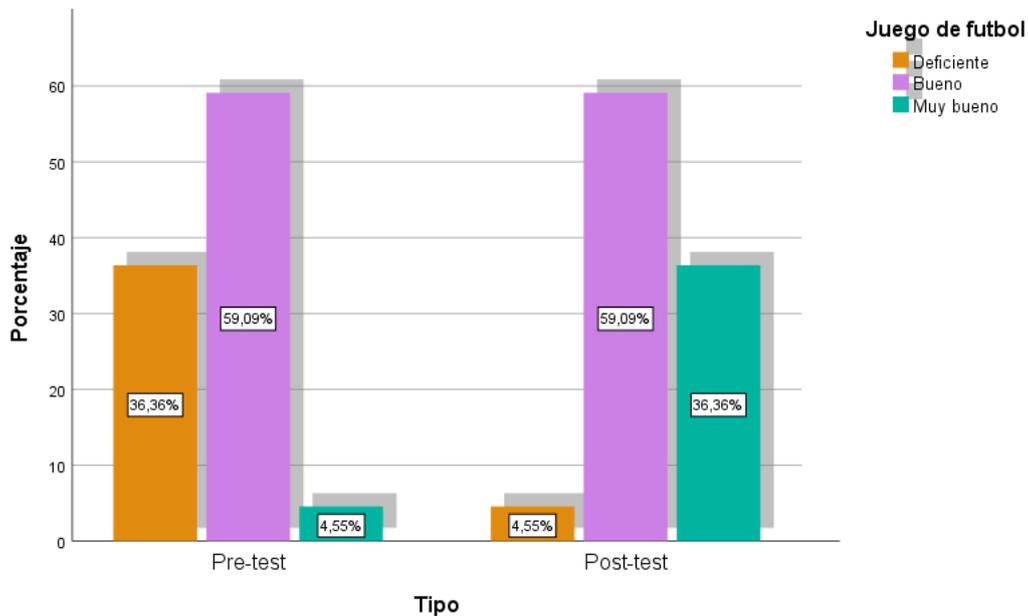
Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108.

Interpretación:

En la tabla N° 5 se esquematiza el desempeño de los estudiantes en el juego de fútbol antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción de 7 estudiantes en el nivel deficiente tras la aplicación del tratamiento y un incremento de 7 estudiantes en la categoría muy bueno respectivamente tras la aplicación del tratamiento, la aplicación del tratamiento no influyó en la cantidad de estudiantes con un

desempeño bueno, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de participar en actividades de futbol con un sentido solidario y de cooperación entre sus compañeros de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

**Figura N° 3: Dimensión Juego de futbol**



Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108.

Interpretación:

En la figura N° 3 se ilustra el desempeño de los estudiantes en el juego de futbol antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción del 31.8% de los estudiantes en el nivel deficiente tras la aplicación del tratamiento y un incremento del 31.8% de los estudiantes en la categoría muy bueno respectivamente tras la aplicación del tratamiento, la aplicación del tratamiento no influencio en la cantidad de estudiantes con un desempeño bueno, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de

participar en actividades de fútbol con un sentido solidario y de cooperación entre sus compañeros de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

**Tabla N° 6: Variable educación física**

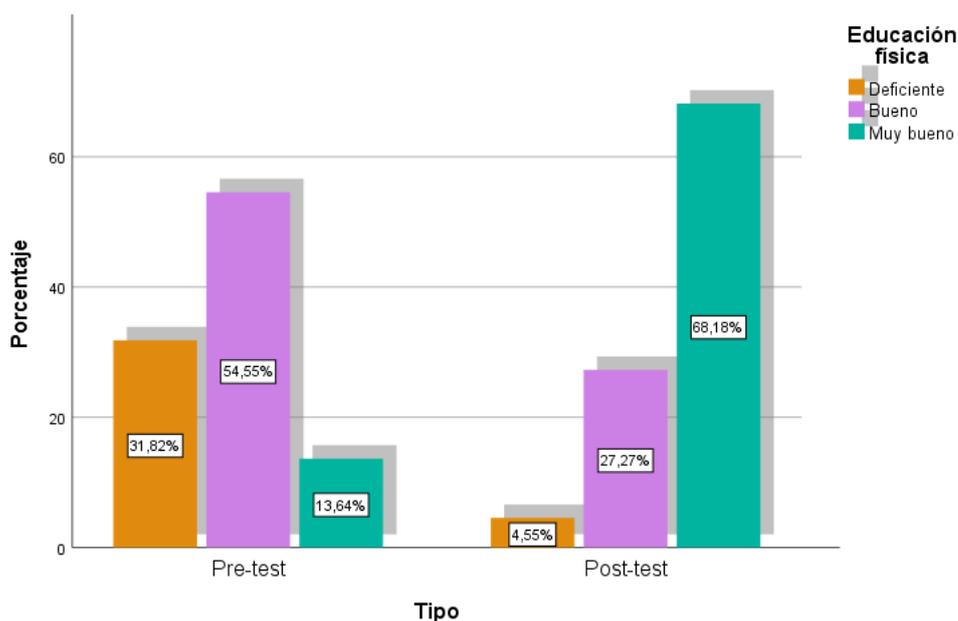
| Categoría  | Pre-test |             | Post-test |             | Diferencia |             |
|------------|----------|-------------|-----------|-------------|------------|-------------|
|            | Recuento | % Alcanzado | Recuento  | % Alcanzado | Recuento   | % Alcanzado |
| Deficiente | 7        | 31,8%       | 1         | 4,5%        | -6         | -27,3%      |
| Bueno      | 12       | 54,5%       | 6         | 27,3%       | -6         | -27,3%      |
| Muy bueno  | 3        | 13,6%       | 15        | 68,2%       | 12         | 54,5%       |
| Total      | 22       | 100,0%      | 22        | 100,0%      | 0          | 0,0%        |

Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108

**Interpretación:**

En la tabla N° 6 se esquematiza el desempeño de los estudiantes en la educación física antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción de 6 estudiantes con un desempeño deficiente y buenos respectivamente tras la aplicación del tratamiento y un incremento de 12 estudiantes con un desempeño muy bueno tras la aplicación del tratamiento, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de acción, reacción y expresión a través de los movimientos del estudiante en busca del desarrollo intencional y correcto de su estructura corporal motriz.

**Figura N° 4: Variable Educación física**



Fuente: Base de datos recolectados en la Institución Educativa N° 30001-108.

Interpretación:

En la figura N° 4 se ilustra el desempeño de los estudiantes en la educación física antes y posterior a la aplicación del tratamiento, de igual manera se calculó el apartado de diferencias encontradas en su desempeño. Como principales hallazgos se pudo observar la reducción del 27.3% de los estudiantes con un desempeño deficiente y buenos respectivamente tras la aplicación del tratamiento y un incremento del 54.5% de los estudiantes con un desempeño muy bueno tras la aplicación del tratamiento, estas diferencias del pre-test y post-test mostraron mejoría en la capacidad de acción, reacción y expresión a través de los movimientos del estudiante en busca del desarrollo intencional y correcto de su estructura corporal motriz.

## 5.2. Determinación de los grados de influencia.

Se presentan los resultados inferenciales que determinaron el grado de influencia que tuvo el ejercicio del fútbol en la educación física en los estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108. El análisis inferencial se realiza a través de la prueba de Wilcoxon cuyo estadístico fue diseñado para la operacionalización de variables ordinales.

### Planteamiento y operacionalización de la hipótesis específica N° 01:

El proceso de análisis inferencial se inició con el planteamiento de la hipótesis estadística para la dimensión:

H<sub>0</sub>:  $\mu_1 = \mu_2$

No influye significativamente los ejercicios de fútbol en calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

H<sub>a</sub>:  $\mu_1 \neq \mu_2$

Influye significativamente los ejercicios de fútbol en calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

### Criterios considerados la toma de decisión de la hipótesis específica N° 01:

- $\alpha_{\text{bilateral}} \geq \alpha_{\text{Investigación}}$ : la hipótesis nula fue aceptada

- $\alpha_{\text{bilateral}} < \alpha_{\text{Investigación}}$  : la hipótesis nula fue rechazada

Se considero el valor de fiabilidad del 95% y un grado de significancia del 5% ( $\alpha=0.05$ ).

### Estadísticos de prueba <sup>a</sup>

|                            | Calentamiento corporal |
|----------------------------|------------------------|
| Z                          | -3,127 <sup>b</sup>    |
| Sig. asintótica(bilateral) | ,002                   |

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Interpretación:

El valor de  $\alpha_{\text{bilateral}}$  fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión, este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna que confirmó la existencia de influencia de la existencia de influencia de los ejercicios de futbol en calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Determinación del objetivo específico N° 01:

### Rangos

|  |                  | N               | Rango promedio | Suma de rangos |
|--|------------------|-----------------|----------------|----------------|
| Calentamiento corporal (Post-test) - Calentamiento corporal (Pre-test) | Rangos negativos | 0 <sup>a</sup>  | ,00            | ,00            |
|  | Rangos positivos | 11 <sup>b</sup> | 6,00           | 66,00          |
|  | Empates          | 11 <sup>c</sup> |                |                |
|  | Total            | 22              |                |                |

a. Calentamiento corporal (Post-test) < Calentamiento corporal (Pre-test)

b. Calentamiento corporal (Post-test) > Calentamiento corporal (Pre-test)

c. Calentamiento corporal (Post-test) = Calentamiento corporal (Pre-test)

Interpretación:

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 11 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 11 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 50% de los estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020 es influenciado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

Planteamiento y operacionalización de la hipótesis específica N° 02:

El proceso de análisis inferencial se inició con el planteamiento de la hipótesis estadística para la dimensión:

Ho:  $\mu_1 = \mu_2$

No influye significativamente los ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Ha:  $\mu_1 \neq \mu_2$

Influye significativamente los ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Criterios considerados la toma de decisión de la hipótesis específica N° 02:

- $\alpha_{\text{bilateral}} \geq \alpha_{\text{Investigación}}$ : la hipótesis nula fue aceptada
- $\alpha_{\text{bilateral}} < \alpha_{\text{Investigación}}$ : la hipótesis nula fue rechazada

Se considero el valor de fiabilidad del 95% y un grado de significancia del 5% ( $\alpha=0.05$ ).

### Estadísticos de prueba<sup>a</sup>

|                            | Resistencia         |
|----------------------------|---------------------|
| Z                          | -3,638 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral) | ,000                |

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Interpretación:

El valor de  $\alpha_{\text{bilateral}}$  fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna que confirmó la existencia de influencia de los ejercicios de futbol en la resistencia de estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Planteamiento y operacionalización del objetivo específico N° 02:

### Rangos

|                           |                  | N               | Rango promedio | Suma de rangos |
|---------------------------|------------------|-----------------|----------------|----------------|
| Resistencia (Post-test) - | Rangos negativos | 0 <sup>a</sup>  | ,00            | ,00            |
| Resistencia (Pre-test)    | Rangos positivos | 14 <sup>b</sup> | 7,50           | 105,00         |
|                           | Empates          | 8 <sup>c</sup>  |                |                |
|                           | Total            | 22              |                |                |

a. Resistencia (Post-test) < Resistencia (Pre-test)

b. Resistencia (Post-test) > Resistencia (Pre-test)

c. Resistencia (Post-test) = Resistencia (Pre-test)

Interpretación:

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 14 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 8 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 63.63% de los estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020 es influenciado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

Planteamiento y operacionalización de la hipótesis específica N° 03:

El proceso de análisis inferencial se inició con el planteamiento de la hipótesis estadística para la dimensión:

$H_0: \mu_1 = \mu_2$

No influye significativamente los ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

$H_a: \mu_1 \neq \mu_2$

Influye significativamente los ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Criterios considerados la toma de decisión de la hipótesis específica N° 03:

- $\alpha_{\text{bilateral}} \geq \alpha_{\text{Investigación}}$ : la hipótesis nula fue aceptada
- $\alpha_{\text{bilateral}} < \alpha_{\text{Investigación}}$ : la hipótesis nula fue rechazada

Se considero el valor de fiabilidad del 95% y un grado de significancia del 5% ( $\alpha=0.05$ ).

**Estadísticos de prueba<sup>a</sup>**

| Juego de futbol            |                     |
|----------------------------|---------------------|
| Z                          | -3,742 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral) | ,000                |

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

**Interpretación:**

El valor de  $\alpha_{\text{bilateral}}$  fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna que confirmó la existencia de influencia de los ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Planteamiento y operacionalización del objetivo específico N° 03:

**Rangos**

|                               |                  | N               | Rango promedio | Suma de rangos |
|-------------------------------|------------------|-----------------|----------------|----------------|
| Juego de futbol (Post-test) - | Rangos negativos | 0 <sup>a</sup>  | ,00            | ,00            |
| Juego de futbol (Pre-test)    | Rangos positivos | 14 <sup>b</sup> | 7,50           | 105,00         |
|                               | Empates          | 8 <sup>c</sup>  |                |                |
|                               | Total            | 22              |                |                |

a. Juego de futbol (Post-test) < Juego de futbol (Pre-test)

b. Juego de futbol (Post-test) > Juego de futbol (Pre-test)

c. Juego de futbol (Post-test) = Juego de futbol (Pre-test)

#### Interpretación:

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 14 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 8 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 36.36% de los estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020 es influenciado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

#### Estimación de la confiabilidad de la variable

| <b>Estadísticas de fiabilidad</b> |                |
|-----------------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach                  | N de elementos |
| ,808                              | 2              |

#### Interpretación

Se realizó la evaluación de la fiabilidad de los instrumentos utilizados para la recolección de datos, este proceso fue realizado a través del estadístico de Cronbach cuyo alfa obtuvo un valor de 0,808 el cual fue interpretado como una fiabilidad aceptable para la investigación.

Planteamiento y operacionalización de la hipótesis general:

El proceso de análisis inferencial se inició con el planteamiento de la hipótesis estadística para la variable:

H<sub>0</sub>:  $\mu_1 = \mu_2$

No influye significativamente los ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020.

H<sub>a</sub>:  $\mu_1 \neq \mu_2$

Influye significativamente los ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020.

Criterios considerados la toma de decisión de la hipótesis genera:

- $\alpha_{\text{bilateral}} \geq \alpha_{\text{Investigación}}$ : la hipótesis nula fue aceptada
- $\alpha_{\text{bilateral}} < \alpha_{\text{Investigación}}$ : la hipótesis nula fue rechazada

Se consideró el valor de fiabilidad del 95% y un grado de significancia del 5% ( $\alpha=0.05$ ).

**Estadísticos de prueba<sup>a</sup>**

|                            | Educación física    |
|----------------------------|---------------------|
| Z                          | -4,025 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral) | ,000                |

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Interpretación:

El valor de  $\alpha$  bilateral fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna que confirmó la existencia de influencia de los ejercicios de fútbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

Planteamiento y operacionalización del objetivo general:

#### Rangos

|   | N               | Rango promedio | Suma de rangos |
|---|-----------------|----------------|----------------|
| Educación física (Post-test) - Rangos negativos | 0 <sup>a</sup>  | ,00            | ,00            |
| Educación física (Pre-test) Rangos positivos    | 17 <sup>b</sup> | 9,00           | 153,00         |
| Empates   | 5 <sup>c</sup>  |                |                |
| Total   | 22              |                |                |

a. Educación física (Post-test) < Educación física (Pre-test)

b. Educación física (Post-test) > Educación física (Pre-test)

c. Educación física (Post-test) = Educación física (Pre-test)

Interpretación:

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 17 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 5 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 77.27% de los estudiantes de

la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020 es influenciado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

## **5.2. Análisis de resultado**

Analizando de acuerdo a la hipótesis general: En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 17 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 5 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 77.27% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol. Coincidiendo con los resultados de la investigación de Cueva (2015) en su trabajo investigación *Estudio de la aplicación del proceso de enseñanza y aprendizaje del futbol a los niños de 8 a 12 años del club de futbol de la escuela Particular Liceo Internacional Eton School, Quito 2015*. Donde ha terminado su trabajo en Las personas sujetas a estudio afirmaron que el futbol es importante para mejorar la educación de los niños. El 100% de las personas encuestadas afirman que los niños deben de aprender los fundamentos del futbol para mejorar sus conocimientos. Se identificó que existió una deficiente enseñanza y aprendizaje del futbol de manera

tecnificada ya que se realiza de forma empírica. Trabajos sustentados en la teoría de Perú Ministerio de Educación (2016). Que dentro de la competencia interactúa a través de sus habilidades socio motriz. Las actividades físicas con juegos como saltos, deporte, actividades pre deportivas, giros, desplazamientos con o sin objetos que el estudiante realiza le conllevan a tener una postura correcta, interacción social, convivencia, empatía, integración al grupo, asertividad, pertenencia al grupo, aplicación de estrategias tácticas, logro de objetivos, tener una vida saludable, mantener hábitos personales e higiene y guarda una relación con la alimentación y el ambiente y ser proactivo. A si mismo vincula las capacidades: Se relaciona utilizando sus habilidades socio motriz; donde el estudiante actúa de manera asertiva en las prácticas lúdicas y deportivas experimentando el placer, respeto, cumpliendo normas, resolviendo conflictos y con sentido de pertenencia al grupo. Crea y aplica estrategias y tácticas de juego: Utiliza recursos personales y las potencialidades de cada miembro del equipo aplicando las reglas en la colaboración y cooperación de cada miembro del equipo.

Analizando de acuerdo a la hipótesis específico uno: En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 11 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 11 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido

resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 50% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de fútbol. Coincidiendo con los resultados de la investigación de Sánchez & Silva (2014) en su trabajo de investigación *Actividades físicas recreativas dirigidas a disminuir la agresividad caso nivel primario* habiendo terminado su investigación en La agresividad en los escolares se vio disminuida por intermedio de la aplicación de las actividades física recreativas. Las conductas positivas mejoraron de manera significativa por su dedicación a actividades físicas recreativas. Las actividades físicas recreativa favoreció en que el escolar se mantenga más activo, con mayor dedicación sin mostrar agresividad frente a sus pares. Trabajos sustentados en la teoría de Gilles (2002) donde Sostiene que los principios para la preparación de la educación física son: Primero; la preparación de base; el fútbol exige una preparación física de velocidad donde el jugador debe de ejecutar carreras cortas y largas como una preparación para evitar la fatiga. Segundo; La inversión de las pirámides, tiene relación con los fortalecimientos de los músculos, donde el jugador debe enfrentarse a esfuerzos repetitivos de cargas. Tercero, el calentamiento muscular basado en ejercicios físico de fuerza, concentración. La preparación física debe permitir la mejora en forma eficaz los saltos, lanzamiento más rápido, fuerza explosiva, velocidad para mantener las condiciones para un mejor rendimiento en el deporte.

Analizando de acuerdo a la hipótesis específico dos: En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 14 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 8 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 63.63% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de fútbol. Coincidiendo con los resultados de la investigación de Núñez (2015) en su trabajo investigación *Estudio de la satisfacción de la imagen corporal en educación primaria. Relaciones con actividad física y el nivel de condición física de los escolares* habiendo terminado su investigación, en relación a la imagen corporal de los escolares no existe relación con la edad ni el sexo. En relación a la insatisfacción corporal los escolares de las edades de 11 a 12 años presentan mayor insatisfacción corporal. Trabajos sustentados en la teoría de Perú, Ministerio de Educación (2010) Tiene una íntima relación con el cuerpo y su capacidad de acción, reacción y expresión a través de los movimientos del individuo en busca del desarrollo intencional del correcto desarrollo y funcionamiento de sus estructura corporal motriz, donde inciden en la formación de su personalidad ayudándole a realizarse física e intelectualmente, en todas sus posibilidades como persona permitiéndole la formación en autonomía,

aceptación de sí mismo, enriquecimiento a partir de sus propias vivencias y ajuste emocional.

Analizando de acuerdo a la hipótesis específico tres: En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 14 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 8 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 36.36% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de fútbol. También es comparado con sus conclusiones de Yugcha (2015) en su trabajo investigación *La educación física y su influencia en la calidad de vida de los niños de quinto a séptimo año de educación general básica de la escuela Eugenio Espejo Diez de agosto de la Parroquia Guaytacama, Cantón Latacunga año lectivo 2013-2014* donde también ha terminado su investigación en El 85% de la población en estudio manifiestan que educación física es semejante a deporte. Los escolares en su tiempo libre realizan actividades lúdicas que favorecen la calidad de vida. Los entrevistados afirman la práctica de deporte favorece la formación integral y su desenvolvimiento en una sociedad. Trabajos sustentados en la teoría de Villalobos & Puelles (s. f) donde los medios de la educación física son: Ejercicios; que son movimientos coordinados y específicos repetitivos que

se ejecutan para conseguir táctica, capacidades físicas, buscar perfeccionamiento y desarrollo y se tiene: Ejercicios de cualidades físicas con resistencia, flexibilidad, velocidad, potencia, en fuerza, velocidad, resistencia con carreras, multisaltos para mejorar la potencia, flexibilidad para desarrollar y dominar las técnicas y tácticas. Ejercicios correctivos, para corregir posturas. Ejercicios de prevención, de terapia y reguladores como: caminar en bicicletas y otros dirigidos por un especialista. Ejercicios para la calidad de vida; estiramientos, camping, masajes, respiración.

Deporte: la palabra deporte viene de “depuerto” “deportar” que eran términos para denominar actividades físicas y la diversión. El deporte es una actividad física que satisface la necesidad de movimiento, da satisfacción, permite el desarrollo de habilidades cognitivas, motoras, da satisfacciones personales, colectivas y su aplicación está en base a leyes, normas y reglamentos convirtiéndose en un medio educativo.

Los juegos: Son actividades lúdicas recreativas que preparan al niño y niña para la vida; esta actividad debe de ser voluntaria, donde le brinde satisfacción, ayude al desarrollo de sus capacidades cognitivas, motrices.

## **VI. Conclusiones y recomendaciones**

### **6.1. Conclusiones**

Objetivo general: Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el aprendizaje de educación física en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa - 2020.

El valor de  $\alpha$  bilateral fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna.

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 17 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 5 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 77.27% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

Objetivo específico uno: Determinar la influencia ejercicios de futbol de calentamiento corporal en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

El valor de  $\alpha$  bilateral fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión, este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna.

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 11 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 11 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 50% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de fútbol.

Objetivo específico dos: Determinar la influencia de ejercicios de futbol en resistencia en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

El valor de  $\alpha$  bilateral fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna.

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 14 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 8 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos llevó a concluir que el 63.63% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

Objetivo específico tres: Determinar la influencia de ejercicios de futbol en el juego de futbol en estudiantes de la Institución Educativa N° 30001-108 del distrito de Pangoa – 2020.

El valor de  $\alpha$  bilateral fue menor al  $\alpha$  de la investigación en la prueba de Wilcoxon, en concordancia con los criterios de decisión este resultado nos llevó a rechazar la hipótesis nula y por tanto poder aceptar la hipótesis alterna.

En la prueba de rangos de Wilcoxon se buscó poder determinar la cantidad de alumnos que fueron influenciados o no por el tratamiento, lográndose evidenciar que 14 estudiantes fueron influenciados de manera positiva, de igual manera 8 estudiantes no presentaron un cambio significativo tras la aplicación del tratamiento y no se presentó ningún estudiante que haya obtenido resultados negativos tras la aplicación del tratamiento, esto nos

llevó a concluir que el 36.36% de los estudiantes de la Institución Educativa fue beneficiado de manera positiva por la aplicación de los ejercicios de futbol.

## **6.2.Recomendaciones**

Recomendamos a los padres de familia estudiantes practicar los ejercicios de futbol a la hora de trabajar con la educación, de la misma forma recomendamos a los estudiantes trabajar con los ejercicios e futbol como buscando gente que practica el deporte rey y promocionar jóvenes deportistas.

Recomendamos a los maestros a trabajar con las miras de promocionar jóvenes amantes del futbol y preparar desde las pequeñas Instituciones Educativas seres humanos deportistas.

Recomendamos a las autoridades del instituto peruano del deporte a trabajar de la mano con las instituciones educativas desde el nivel de inicial primaria y secundaria promocionando el futbol como deporte bandera.

Recomendamos a los ciudadanos a participar con sus hijos a trabajar en el campo de educación física para mejorar su aprendizaje de las demás áreas porque hay estudiantes que aprenden las lecciones con movimientos de cuerpo.

## VII. Referencias bibliográficas

Baena, A. (s. f) *Análisis del concepto de educación física escolar en primaria y secundaria*. Recuperado De

<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/22051/1/1.%20Concepto%20EF.pdf>.

Bennassar, M. et al. (2013) *Manual de educación física y deportes técnicas y actividades prácticas*. Editorial: OCEANO. España.

Cacñahuaray, R. & Mancco, H. (2013) en su trabajo investigación *Los juegos motores y su relación con el aprendizaje en el área de educación física en los estudiantes del 3° grado de Educación primaria de la Institución Educativa Experimental N° 1278 UGEL 06, La Molina, 2012*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle del Perú. Recuperado de: <http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/221>.

Crisóstomo, D. S. & Vargas, M. M. (2015) en su trabajo investigación *Diagnóstico de la habilidad motora en los niños de 8 años de edad de la selva y sierra central*. Universidad Nacional del Centro del Perú. Recuperado de: <http://181.65.200.104/bitstream/handle/UNCP/2743/Crisostomo%20Corilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Cueva, J. (2015) en su trabajo investigación *Estudio de la aplicación del proceso de enseñanza y aprendizaje del futbol a los niños de 8 a 12 años del club de futbol de la escuela Particular Liceo Internacional Eton School, Quito*

2015. Universidad Central del Ecuador del país de Ecuador. Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/4831/1/T-UCE-0016-019.pdf>

Domínguez, J. (2015). *Manual de la investigación científica* Chimbote Editorial Grafica Real

Gilles, C. (2002) *La preparación física en el futbol*. Editorial: Paidotribo. España. Recuperado de: <http://egdf.com.ar/wp-content/uploads/2017/05/La-preparaci%C3%B3n-f%C3%ADsica-en-el-f%C3%BAtbol-Gilles-Cometti.pdf>

Gilles, C. (2002) *La preparación física en el futbol*. Recuperado de:<http://egdf.com.ar/wp-content/uploads/2017/05/La-preparaci%C3%B3n-f%C3%ADsica-en-el-f%C3%BAtbol-Gilles-Cometti.pdf>

<http://passthrough.fwnotify.net/download/994790/http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstrea>

Laura, A. A. & Paitan, M. (2018) en su trabajo investigación *Diagnóstico de creatividad motriz en estudiantes de sexto grado "D" de primaria de la Institución Educativa Javier Heraud N° 31583- El Tambo*. Universidad Nacional del Centro del Perú. Recuperado de: [http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/4981/T010\\_47935779\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/4981/T010_47935779_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Meneses, J. & Cárdenas, A. (2008) *El futbol nos une: socialización, ritual e identidad en torno al futbol*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/694/69440805.pdf>.

Molano, N J. & Molano, D. X. (2015) *Futbol: Identidad, pasión, dolor y lesion deportiva*. Recuperado

de:[https://www.google.com/search?safe=strict&q=articulos+cientificos+de+futbol+pdf&sa=X&ved=2ahUKEwj-\\_--c75bmAhVoDrkGHdVXAMUQ1QloAHoECAsQAQ&biw=689&bih=647](https://www.google.com/search?safe=strict&q=articulos+cientificos+de+futbol+pdf&sa=X&ved=2ahUKEwj-_--c75bmAhVoDrkGHdVXAMUQ1QloAHoECAsQAQ&biw=689&bih=647).

Núñez, F. (2015) en su trabajo investigación *Estudio de la satisfacción de la imagen corporal en educación primaria. Relaciones con actividad física y el nivel de condición física de los escolares*. Universidad de Málaga España. Recuperado

de:  
[https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/11952/TD\\_NUNEZ\\_AVIL\\_ES\\_Fabian.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/11952/TD_NUNEZ_AVIL_ES_Fabian.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Ochoa, A. (2008) *Futbol el juego de todos*. Impreso en México, primera Edición. Recuperado

de:  
<http://conadeb.conade.gob.mx/Documentos/Publicaciones/Futbol.pdf>

Orts, F. (s.f) *La escuela de futbol (de loa 6 años a los 12 años): Recomendaciones para los entrenadores en la etapa escolar de primaria (pre benjamines, benjamines y alevines)*. Recuperado de:

<https://www.yulava.es/js/libraries/ckeditor/kcfinder/upload/files/recomendacionesFDM.pdf>

Osorio, A. K. (2015) en su trabajo investigación *La habilidad motora de los niños y niñas de ocho años de edad de la Institución Educativa “Mariscal Castilla” del Tambo Huancayo*. Universidad Nacional del Centro del Perú. Recuperado de:

Perú Ministerio de Educación (2007) *Educación Física. Serie 1 para docentes de secundaria le componente físico- motriz*. Editorial: El Comercio S.A. Lima.

Peru Ministerio de Educación (2010) *Orientaciones para el trabajo pedagógico área de educación física*. Editorial: Corporación gráfica Navarrete S.A. Lima. Recuperado  
de: <http://www.minedu.gob.pe/minedu/archivos/a/002/03-bibliografia-para-ebr/3-otpefisica2010.pdf>

Perú Ministerio de Educación (2010) *Orientaciones para el trabajo pedagógico, área de educación física*. Editorial: Corporación Gráfica Navarrete S.A. Lima.

Perú Ministerio de Educación (2016) *Programa curricular de educación primaria*. Impreso en el Perú.

Perú Ministerio de Educación (2019) *Programa curricular de educación primaria*. Editorial: Ediciones y distribuciones “MAS” Lima.

Quispe, J. M. (2013) en su trabajo investigación *Programa de juego de motor para desarrollar la velocidad en alumnos del segundo grado de primaria del Colegio “Andino” de Huancayo*. Universidad Nacional del Centro del Perú. Recuperado de:  
<http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/2913/Quispe%20Lopez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sánchez, R. & Silva, L. (2014) en su trabajo de investigación *Actividades físicas recreativas dirigidas a disminuir la agresividad caso nivel primario*.

Universidad de Carabobo Venezuela. Recuperado de:  
<http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/1445/4474.pdf?sequence=3>

Serrabona, M. & Andueza, J.A. & Sancho, R. (2004) *1001 ejercicios y juegos de calentamiento*. Editorial: Paidotribo Barcelona España.

Steven, H. & Montañez, J. D. & Núñez, J. E. & Montero, J. C. (2014) en su trabajo investigación *El futbol y el juego pre deportivo una medida para el desarrollo de las habilidades básicas motrices (carrera, salto)*. Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá. Recuperado de:[https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/3172/TEFIS\\_RojasHaroldStivens\\_2014.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/3172/TEFIS_RojasHaroldStivens_2014.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Suarez, E. (s,f) *Ejercicio: Calentamiento. Fuerza. Resistencia. Velocidad y recuperación de la actividad física*. Recuperado de:  
<https://www.monografias.com/trabajos102/ejercicios-calentamiento-fuerza-resistencia-velocida-y-recuperacion-actividad-fisica/ejercicios-calentamiento-fuerza-resistencia-velocida-y-recuperacion-actividad-fisica.shtml#resistencia>

Tamayo y Tamayo M. (2003) *El proceso de la Investigación científica*  
*EDITORIAL LIMUSA, S.A. DEC.V. GRUPO NORIEGA EDITORES*

Tellez (2002) *Atención aprendizaje y memoria* Editorial TRILLAZ México

Villalobos, H. & Puelles, M. (s. f) *Manual de educación física*. Editorial: Abedul E.I.R.L. Lima. Perú.

Yugcha, V. A. (2015) en su trabajo investigación *La educación física y su influencia en la calidad de vida de los niños de quinto a séptimo año de educación general básica de la escuela Eugenio Espejo Diez de agosto de la Parroquia Guaytacama, Cantón Latacunga año lectivo 2013-2014*. Universidad Técnica de Cotopaxi del Ecuador. Recuperado de: <http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/2254>

## ANEXOS

**BASE DE DATOS**

| Muestra | Variable Pre-test    |   |   |   |   |                      |   |   |   |   |                      |   |   |   |   | Variable post-test    |   |   |   |   |                       |   |   |   |   |                       |   |   |   |   |   |   |
|---------|----------------------|---|---|---|---|----------------------|---|---|---|---|----------------------|---|---|---|---|-----------------------|---|---|---|---|-----------------------|---|---|---|---|-----------------------|---|---|---|---|---|---|
|         | Dimensión 1 Pre-test |   |   |   |   | Dimensión 2 Pre-test |   |   |   |   | Dimensión 3 Pre-test |   |   |   |   | Dimensión 1 post-test |   |   |   |   | Dimensión 2 post-test |   |   |   |   | Dimensión 3 post-test |   |   |   |   |   |   |
| 1       | 1                    | 2 | 3 | 2 | 1 | 3                    | 2 | 1 | 3 | 3 | 1                    | 1 | 1 | 1 | 3 | 3                     | 3 | 2 | 3 | 1 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 |
| 2       | 2                    | 2 | 1 | 1 | 1 | 1                    | 2 | 2 | 2 | 1 | 3                    | 2 | 3 | 1 | 1 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 2 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| 3       | 1                    | 1 | 2 | 1 | 1 | 1                    | 1 | 2 | 1 | 1 | 1                    | 2 | 1 | 2 | 1 | 1                     | 1 | 3 | 1 | 3 | 3                     | 1 | 1 | 1 | 2 | 3                     | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |   |
| 4       | 2                    | 1 | 1 | 1 | 1 | 1                    | 2 | 1 | 1 | 1 | 1                    | 2 | 2 | 2 | 1 | 3                     | 2 | 1 | 1 | 1 | 1                     | 2 | 2 | 1 | 3 | 3                     | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 |   |
| 5       | 1                    | 1 | 1 | 1 | 1 | 1                    | 1 | 1 | 1 | 1 | 3                    | 2 | 2 | 1 | 1 | 2                     | 3 | 2 | 1 | 1 | 2                     | 1 | 2 | 1 | 2 | 3                     | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 |   |
| 6       | 3                    | 3 | 1 | 3 | 1 | 1                    | 3 | 2 | 3 | 2 | 2                    | 3 | 2 | 1 | 1 | 3                     | 2 | 1 | 3 | 2 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 7       | 1                    | 1 | 1 | 1 | 3 | 1                    | 2 | 1 | 2 | 2 | 3                    | 2 | 1 | 2 | 2 | 3                     | 2 | 3 | 2 | 3 | 3                     | 2 | 1 | 2 | 2 | 3                     | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 |   |
| 8       | 1                    | 1 | 1 | 2 | 3 | 1                    | 3 | 2 | 1 | 3 | 2                    | 3 | 2 | 3 | 2 | 3                     | 2 | 3 | 1 | 1 | 1                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |   |
| 9       | 2                    | 3 | 3 | 2 | 3 | 2                    | 2 | 2 | 2 | 1 | 1                    | 2 | 1 | 1 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 2                     | 3 | 3 | 2 | 3 | 3                     | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 |   |
| 10      | 1                    | 2 | 3 | 3 | 1 | 3                    | 3 | 1 | 3 | 3 | 1                    | 1 | 1 | 2 | 3 | 3                     | 3 | 2 | 3 | 1 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3                     | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 |   |
| 11      | 1                    | 3 | 2 | 2 | 3 | 3                    | 3 | 1 | 3 | 1 | 1                    | 1 | 1 | 1 | 2 | 1                     | 3 | 2 | 2 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 2 | 3 | 1                     | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |   |
| 12      | 2                    | 3 | 1 | 3 | 2 | 1                    | 3 | 2 | 3 | 2 | 2                    | 3 | 2 | 3 | 2 | 2                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 2                     | 3 | 1 | 3 | 3 | 3                     | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 |   |
| 13      | 3                    | 3 | 2 | 3 | 3 | 3                    | 3 | 3 | 2 | 3 | 3                    | 1 | 3 | 2 | 3 | 3                     | 3 | 2 | 3 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 2 | 3 | 3                     | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 |   |
| 14      | 3                    | 2 | 3 | 2 | 3 | 1                    | 2 | 3 | 2 | 2 | 3                    | 2 | 3 | 2 | 2 | 3                     | 2 | 3 | 2 | 3 | 1                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |   |
| 15      | 2                    | 1 | 1 | 1 | 2 | 1                    | 2 | 1 | 2 | 1 | 2                    | 2 | 2 | 2 | 1 | 3                     | 3 | 2 | 2 | 2 | 1                     | 2 | 3 | 1 | 3 | 3                     | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 |   |
| 16      | 2                    | 3 | 3 | 2 | 2 | 2                    | 2 | 2 | 1 | 2 | 3                    | 1 | 3 | 2 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 2                     | 2 | 3 | 2 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |   |
| 17      | 2                    | 3 | 3 | 2 | 3 | 2                    | 2 | 2 | 2 | 1 | 1                    | 2 | 1 | 1 | 3 | 3                     | 3 | 3 | 3 | 3 | 2                     | 3 | 3 | 2 | 3 | 3                     | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 |   |

|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 18 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 19 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 20 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 |
| 21 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 22 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 |

Variable Pre-test

| V1 | D1 | D2 | D3 |
|----|----|----|----|
| 28 | 9  | 12 | 7  |
| 25 | 7  | 8  | 10 |
| 19 | 6  | 6  | 7  |
| 20 | 6  | 6  | 8  |
| 19 | 5  | 5  | 9  |
| 31 | 11 | 11 | 9  |
| 25 | 7  | 8  | 10 |
| 30 | 8  | 10 | 12 |
| 30 | 13 | 9  | 8  |
| 31 | 10 | 13 | 8  |
| 28 | 11 | 11 | 6  |
| 34 | 11 | 11 | 12 |
| 40 | 14 | 14 | 12 |
| 35 | 13 | 10 | 12 |
| 23 | 7  | 7  | 9  |
| 33 | 12 | 9  | 12 |
| 30 | 13 | 9  | 8  |
| 15 | 5  | 5  | 5  |
| 37 | 13 | 13 | 11 |
| 34 | 11 | 11 | 12 |
| 40 | 14 | 14 | 12 |
| 35 | 11 | 11 | 13 |

Variable post-test

| V2 | D1 | D2 | D3 |
|----|----|----|----|
| 37 | 12 | 15 | 10 |
| 42 | 15 | 14 | 13 |
| 25 | 9  | 8  | 8  |
| 29 | 8  | 9  | 12 |
| 27 | 9  | 8  | 10 |
| 38 | 11 | 15 | 12 |
| 35 | 13 | 10 | 12 |
| 38 | 10 | 13 | 15 |
| 39 | 15 | 13 | 11 |
| 37 | 12 | 15 | 10 |
| 35 | 11 | 14 | 10 |
| 38 | 14 | 12 | 12 |
| 41 | 14 | 14 | 13 |
| 41 | 13 | 13 | 15 |
| 34 | 12 | 10 | 12 |
| 42 | 15 | 12 | 15 |
| 39 | 15 | 13 | 11 |
| 27 | 9  | 9  | 9  |
| 42 | 13 | 15 | 14 |
| 40 | 14 | 14 | 12 |
| 44 | 14 | 15 | 15 |
| 41 | 14 | 14 | 13 |

AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN E IMPUNIDAD

SOLICITO: PERMISO Y FACILIDADES  
PARA REALIZAR MI PROYECTO DE  
TESIS

LIC. MAURATE ZAPATA JORGE LUIS  
DIRECTOR DE LA I.E. 30001-108—"MAPOTOA"

Yo David Jacob Gutiérrez Mahuanca identificado con DNI N°80632941, con domicilio en san Cristóbal Mazamari. Recorro a su despacho para manifestarle lo siguiente:

Mediante el presente documento SOLICITO PERMISO Y FACILIDADES PARA REALIZAR MI PROYECTO DE TESIS, EN EL TRANSCURSO DEL MES, ya que en el momento cuento con el grado de BACHILLER EN EDUCACION PRIMARIA y me es necesario realizar la elaboración de mi proyecto para lograr el grado de LICENCIADO.

Para el cual acudo a su digna institución donde usted lidera muy acertadamente. Espero encarecidamente pueda acceder a mi solicitud.

Sin otra en particular y agradeciéndole de ante mano, me despido.

Atentamente,

  
David J. GUTIERREZ MAHUANCA  
DNI N°:80632941

Recibí Conforme  
Maurate  
20-11-2019

"AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN Y LA IMPUNIDAD"

## AUTORIZACION

EL Director de la Institución Educativa 30001-108-Mapofoa, del distrito de Pangoa, provincia de Satipo, departamento de Junín.

**Autoriza:**

Que el docente **GUTIERREZ MAHUANCA DAVID JACOB**; identificado con **DNI N° 80632941** desarrollará su trabajo de investigación científica en el nivel primaria, para lo cual se le brindará todas las facilidades del caso.

Se lo expide a petición escrita para los fines convenientes.

Mapofoa, diciembre del 2019.





VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN POR CRITERIO DE JUICES

1. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres de: Juez : SEAS MENENDEZ, AMELIA
- 1.2. Grado Académico / profesión : DOCTORA
- 1.3. DNI / Teléfono y/o celular : 17868972
- 1.4. Cargo e institución donde labora : ULADECH
- 1.5. Autor del instrumento(s) : DAVID JACOB GUTIERREZ MONTAÑA
- 1.6. Lugar y fecha : SANTIAGO, 16 - 01 - 2020

2. ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN

| INDICADORES     | CRITERIOS   | OPORTE | Baja | Regular | Buena | Muy Buena |
|-----------------|---|--------|------|---------|-------|-----------|
|                 |   | 1      | 2    | 3       | 4     | 5         |
| 1. CLARIDAD     | Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.                 |        |      |         |       | B         |
| 2. OBJETIVIDAD  | Permite medir hechos observables.                                     |        |      |         |       | B         |
| 3. ACTUALIDAD   | Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.                     |        |      |         |       | B         |
| 4. ORGANIZACIÓN | Presentación ordenada.  |        |      |         |       | B         |
| 5. SUFICIENCIA  | Comprende aspectos de las variables en cantidad y calidad suficiente. |        |      |         |       | B         |
| 6. PERTINENCIA  | Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.        |        |      |         |       | B         |
| 7. CONSISTENCIA | Permite conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.        |        |      |         |       | B         |
| 8. COHERENCIA   | Entre variables, dimensiones, indicadores o ítems.                    |        |      |         |       | B         |
| 9. METODOLOGÍA  | La estrategia responde al propósito de la investigación.              |        |      |         |       | B         |
| 10. APLICACIÓN  | Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.             |        |      |         |       | B         |

| CONTEO TOTAL DE MARCAS<br>(resolva el conteo en cada una de las categorías de la escala) | A | B | C | D | E |
|--|---|---|---|---|---|
|  |   |   |   |   |   |

CALIFICACIÓN GLOBAL: Coeficiente de validez =  $\frac{1 \times A + 2 \times B + 3 \times C + 4 \times D + 5 \times E}{50} = \frac{\quad}{50}$

3. OPINIÓN DE APLICABILIDAD (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado).

| CATEGORÍA             |                                  | INTERVALO     |
|-----------------------|----------------------------------|---------------|
| No válido, reformular | <input type="radio"/>            | [0,20 - 0,40] |
| No válido, modificar  | <input type="radio"/>            | <0,41 - 0,60] |
| Válido, mejorar       | <input type="radio"/>            | <0,61 - 0,80] |
| Válido, aplicar       | <input checked="" type="radio"/> | <0,81 - 1,00] |

4. RECOMENDACIONES:

.....

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE  
 FACULTAD DE EDUCACIÓN  
 DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA  
 COORDINACIÓN DE EDUCACIÓN



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**EJERCICIOS DE FÚTBOL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE LA**  
**EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**  
**N° 30001-108 DEL DISTRITO DE PANGOA, 2020**

**PRE TEST**

NOMBRES Y APELLIDOS: WILSON ESCOBAR GARCIA SUYAMA

| VARIABLE         | N°                                | ITEMS   | DEFICIENTE | BUENO | MUY BUENO |
|------------------|-----------------------------------|---|------------|-------|-----------|
|                  |                                   |   | 1          | 2     | 3         |
| EDUCACIÓN FÍSICA |                                   | <b>DIMENSIÓN CALENTAMIENTO CORPORAL</b>   |            |       |           |
|                  |                                   |   | 1          | 2     | 3         |
|                  | 1                                 | Desarrolla un precalentamiento a través de trotes   | 1          |       |           |
|                  | 2                                 | Desarrolla calentamiento con práctica de polichinelas   |            | 2     |           |
|                  | 3                                 | Desarrolla calentamiento de manos y pies por medio de los ejercicios                              |            |       | 3         |
|                  | 4                                 | Desarrolla el calentamiento por medio de movimiento de cintura                                    |            | 2     |           |
|                  | 5                                 | Desarrolla el calentamiento con lanzamiento de pelota por medio de los pies y manos               | 1          |       |           |
|                  |                                   | <b>DIMENSIÓN: RESISTENCIA</b>   |            |       |           |
|                  | 6                                 | Desarrollar la resistencia por medio de movimientos rápidos de los trotes                         |            |       | 3         |
|                  | 7                                 | Desarrollar la resistencia por medio de las flexiones de piernas                                  |            | 2     |           |
|                  | 8                                 | Desarrollar la resistencia por medio de los desplazamientos de derecha a izquierda delante atrás. | 1          |       |           |
|                  | 9                                 | Desarrollar la resistencia por medio de marchas y movimientos de brazos                           |            |       | 3         |
|                  | 10                                | Desarrollar la resistencia por medio de sentadillas, abdominales y ejercicios de estaciones.      |            |       | 3         |
|                  | <b>DIMENSIÓN: JUEGO DE FÚTBOL</b> |   |            |       |           |

|    |   |   |  |   |
|----|---|---|--|---|
| 11 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pases cortos de pie izquierdo a pie derecho | 1 |  |   |
| 12 | Desarrollar el juego de futbol por medio de levantado de pelotas con ambos pies         | 1 |  |   |
| 13 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de esquina                            | 1 |  |   |
| 14 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de penalti                            | 1 |  |   |
| 15 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pequeños pases entre compañeros de juego    |   |  | 3 |


 UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES  
 CHIMBOYE  
 FILIAL SATIPO  
 .....  
 Mg. Amalia F. Seas Menendez  
 COORD. CARRERA DE EDUCACION



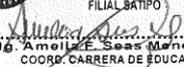
**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
 EJERCICIOS DE FÚTBOL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE LA  
 EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
 N° 30001-108 DEL DISTRITO DE PANGOA, 2020

**POS- TEST**

NOMBRES Y APELLIDOS: SILVIA PACHACAMA CHIMANSA

| VARIABLE         | N° | ITEMS   | DEFICIENTE | BUENO | MUY BUENO |
|------------------|----|---|------------|-------|-----------|
| EDUCACIÓN FÍSICA |    | <b>DIMENSIÓN CALENTAMIENTO CORPORAL</b>   | 1          | 2     | 3         |
|                  | 1  | Desarrolla un precalentamiento a través de trotes   |            |       | 3         |
|                  | 2  | Desarrolla calentamiento con práctica de polichinelas   |            |       | 3         |
|                  | 3  | Desarrolla calentamiento de manos y pies por medio de los ejercicios                              |            | 2     |           |
|                  | 4  | Desarrolla el calentamiento por medio de movimiento de cintura                                    |            |       | 3         |
|                  | 5  | Desarrolla el calentamiento con lanzamiento de pelota por medio de los pies y manos               | 1          |       |           |
|                  |    | <b>DIMENSIÓN: RESISTENCIA</b>   |            |       |           |
|                  | 6  | Desarrollar la resistencia por medio de movimientos rápidos de los trotes                         |            |       | 3         |
|                  | 7  | Desarrollar la resistencia por medio de las flexiones de piernas                                  |            |       | 3         |
|                  | 8  | Desarrollar la resistencia por medio de los desplazamientos de derecha a izquierda delante atrás. |            |       | 3         |
|                  | 9  | Desarrollar la resistencia por medio de marchas y movimientos de brazos                           |            |       | 3         |
|                  | 10 | Desarrollar la resistencia por medio de sentadillas, abdominales y ejercicios de estaciones.      |            |       | 3         |
|                  |    | <b>DIMENSIÓN: JUEGO DE FÚTBOL</b>   |            |       |           |

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
| 11 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pases cortos de pie izquierdo a pie derecho |   |   | 3 |
| 12 | Desarrollar el juego de futbol por medio de levantado de pelotas con ambos pies         |   | 2 |   |
| 13 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de esquina                            | 1 |   |   |
| 14 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de penalti                            | 1 |   |   |
| 15 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pequeños pases entre compañeros de juego    |   |   | 3 |


 UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES  
 CHIMBOTE  
 FILIAL BATIPO  
  
 M. Amilce Seas Menéndez  
 COORD. CARRERA DE EDUCACION





**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**EJERCICIOS DE FÚTBOL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE LA**  
**EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**  
**N° 30001-108 DEL DISTRITO DE PANGOA, 2020**

*PRE TEST*

NOMBRES Y APELLIDOS: JHON NICHOLAS PACHACAMA

| VARIABLE         | N° | ITEMS   | DEFICIENTE | BUENO | MUY BUENO |
|------------------|----|---|------------|-------|-----------|
| EDUCACIÓN FÍSICA |    | <b>DIMENSIÓN CALENTAMIENTO CORPORAL</b>   | 1          | 2     | 3         |
|                  | 1  | Desarrolla un precalentamiento a través de trotes   |            | 2     |           |
|                  | 2  | Desarrolla calentamiento con práctica de polichinelas   |            | 2     |           |
|                  | 3  | Desarrolla calentamiento de manos y pies por medio de los ejercicios                              | 1          |       |           |
|                  | 4  | Desarrolla el calentamiento por medio de movimiento de cintura                                    | 1          |       |           |
|                  | 5  | Desarrolla el calentamiento con lanzamiento de pelota por medio de los pies y manos               | 1          |       |           |
|                  |    | <b>DIMENSIÓN: RESISTENCIA</b>   |            |       |           |
|                  | 6  | Desarrollar la resistencia por medio de movimientos rápidos de los trotes                         | 1          |       |           |
|                  | 7  | Desarrollar la resistencia por medio de las flexiones de piernas                                  |            | 2     |           |
|                  | 8  | Desarrollar la resistencia por medio de los desplazamientos de derecha a izquierda delante atrás. |            | 2     |           |
|                  | 9  | Desarrollar la resistencia por medio de marchas y movimientos de brazos                           |            | 2     |           |
|                  | 10 | Desarrollar la resistencia por medio de sentadillas, abdominales y ejercicios de estaciones.      | 1          |       |           |
|                  |    | <b>DIMENSIÓN: JUEGO DE FÚTBOL</b>   |            |       |           |

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
| 11 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pases cortos de pie izquierdo a pie derecho |   |   | 3 |
| 12 | Desarrollar el juego de futbol por medio de levantado de pelotas con ambos pies         |   | 2 |   |
| 13 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de esquina                            |   |   | 3 |
| 14 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de penalti                            | 1 |   |   |
| 15 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pequeños pases entre compañeros de juego    | 1 |   |   |

Mig. Alex Aravena  
 Coordinador de Fútbol  
 Met. 25-97-420



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**EJERCICIOS DE FÚTBOL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE LA**  
**EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**  
 N° 30001-108 DEL DISTRITO DE PANGOA, 2020

**POS- TEST**

NOMBRES Y APELLIDOS: THAJAN, NIVELAS, PASHACAMAC

| VARIABLE         | N°                                | ITEMS   | DEFICIENTE | BUENO | MUY BUENO |
|------------------|-----------------------------------|---|------------|-------|-----------|
|                  |                                   |   | 1          | 2     | 3         |
| EDUCACIÓN FÍSICA |                                   | <b>DIMENSIÓN CALENTAMIENTO CORPORAL</b>   |            |       |           |
|                  |                                   |   | 1          | 2     | 3         |
|                  | 1                                 | Desarrolla un precalentamiento a través de trotes   |            |       | 3         |
|                  | 2                                 | Desarrolla calentamiento con práctica de polichinelas   |            |       | 3         |
|                  | 3                                 | Desarrolla calentamiento de manos y pies por medio de los ejercicios                              |            |       | 3         |
|                  | 4                                 | Desarrolla el calentamiento por medio de movimiento de cintura                                    |            |       | 3         |
|                  | 5                                 | Desarrolla el calentamiento con lanzamiento de pelota por medio de los pies y manos               |            |       | 3         |
|                  |                                   | <b>DIMENSIÓN: RESISTENCIA</b>   |            |       |           |
|                  | 6                                 | Desarrollar la resistencia por medio de movimientos rápidos de los trotes                         |            |       | 3         |
|                  | 7                                 | Desarrollar la resistencia por medio de las flexiones de piernas                                  |            |       | 3         |
|                  | 8                                 | Desarrollar la resistencia por medio de los desplazamientos de derecha a izquierda delante atrás. |            |       | 3         |
|                  | 9                                 | Desarrollar la resistencia por medio de marchas y movimientos de brazos                           |            | 2     |           |
|                  | 10                                | Desarrollar la resistencia por medio de sentadillas, abdominales y ejercicios de estaciones.      |            |       | 3         |
|                  | <b>DIMENSIÓN: JUEGO DE FÚTBOL</b> |   |            |       |           |

|    |   |   |  |   |
|----|---|---|--|---|
| 11 | Desarrollar el juego de fútbol por medio de pases cortos de pie izquierdo a pie derecho |   |  | 3 |
| 12 | Desarrollar el juego de fútbol por medio de levantado de pelotas con ambos pies         |   |  | 3 |
| 13 | Desarrollar el juego de fútbol por medio de tiros de esquina                            |   |  | 3 |
| 14 | Desarrollar el juego de fútbol por medio de tiros de penalti                            |   |  | 3 |
| 15 | Desarrollar el juego de fútbol por medio de pequeños pases entre compañeros de juego    | 1 |  |   |

  
 Mg. Alexander Castro  
 Centro Público Educativo N.º 1001  
 Mat. 05-07-2012, 00:20:01



VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN POR CRITERIO DE JUECES

1. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del Juez : CARHUALLANQUI BERROCAL, EDILBERTO
- 1.2. Grado Académico / mención : DOCTOR
- 1.3. DNI / Teléfono y/o celular : 20032129
- 1.4. Cargo e institución donde labora : UNIVERSIDAD J. S. ATRHUATKO
- 1.5. Autor del instrumento(s) : DAVID JACOB ENRIQUETA MARHUANCA
- 1.6. Lugar y fecha : SATIPO, 13-01-2020

2. ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN

| INDICADORES     | CRITERIOS   | EXCELENTE | BAJA | REGULAR | BUENA | NOY BUENA |
|-----------------|---|-----------|------|---------|-------|-----------|
|                 |   | 1         | 2    | 3       | 4     | 5         |
| 1. CLARIDAD     | Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.                 |           |      |         |       | 5         |
| 2. OBJETIVIDAD  | Permite medir hechos observables.                                     |           |      |         |       | 5         |
| 3. ACTUALIDAD   | Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.                     |           |      |         |       | 5         |
| 4. ORGANIZACIÓN | Presentación ordenada.  |           |      |         |       | 5         |
| 5. SUFICIENCIA  | Comprende aspectos de las variables en cantidad y calidad suficiente. |           |      |         |       | 5         |
| 6. PERTINENCIA  | Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.        |           |      |         |       | 5         |
| 7. CONSISTENCIA | Pretende conseguir datos basado en teorías o modelos teóricos.        |           |      |         |       | 5         |
| 8. COHERENCIA   | Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.                    |           |      |         |       | 5         |
| 9. METODOLOGÍA  | La estrategia responde al propósito de la investigación.              |           |      |         |       | 5         |
| 10. APLICACIÓN  | Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.             |           |      |         |       | 5         |

| CONTEO TOTAL DE MARCAS<br>(realice el conteo en cada una de las categorías de la escala) | A | B | C | D | E |
|--|---|---|---|---|---|
|  |   |   |   |   |   |

CALIFICACIÓN GLOBAL: Coeficiente de validez =  $\frac{1 \times A + 2 \times B + 3 \times C + 4 \times D + 5 \times E}{50} = \dots$

3. OPINIÓN DE APLICABILIDAD (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado).

| CATEGORÍA             |                                  | INTERVALO     |
|-----------------------|----------------------------------|---------------|
| No válido, reformular | <input type="radio"/>            | [0,20 - 0,40] |
| No válido, modificar  | <input type="radio"/>            | <0,41 - 0,60] |
| Válido, mejorar       | <input type="radio"/>            | <0,61 - 0,80] |
| Válido, aplicar       | <input checked="" type="radio"/> | <0,81 - 1,00] |

4. RECOMENDACIONES:

.....

*Dr. Edilberto Carhuallanqui Berrocal*  
DOCTOR EN INVESTIGACIÓN



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**EJERCICIOS DE FÚTBOL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE LA**  
**EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**  
**N° 30001-108 DEL DISTRITO DE PANGOA, 2020**

**PRE TEST**

**NOMBRES Y APELLIDOS:** .....

| VARIABLE         | N°                                | ITEMS   | DEFICIENTE | BUENO | MUY BUENO |
|------------------|-----------------------------------|---|------------|-------|-----------|
|                  |                                   |   | 1          | 2     | 3         |
| EDUCACIÓN FÍSICA |                                   | <b>DIMENSIÓN CALENTAMIENTO CORPORAL</b>   |            |       |           |
|                  |                                   |   |            |       |           |
|                  | 1                                 | Desarrolla un precalentamiento a través de trotes   |            |       |           |
|                  | 2                                 | Desarrolla calentamiento con práctica de polichinelas   |            |       |           |
|                  | 3                                 | Desarrolla calentamiento de manos y pies por medio de los ejercicios                              |            |       |           |
|                  | 4                                 | Desarrolla el calentamiento por medio de movimiento de cintura                                    |            |       |           |
|                  | 5                                 | Desarrolla el calentamiento con lanzamiento de pelota por medio de los pies y manos               |            |       |           |
|                  |                                   | <b>DIMENSIÓN: RESISTENCIA</b>   |            |       |           |
|                  | 6                                 | Desarrollar la resistencia por medio de movimientos rápidos de los trotes                         |            |       |           |
|                  | 7                                 | Desarrollar la resistencia por medio de las flexiones de piernas                                  |            |       |           |
|                  | 8                                 | Desarrollar la resistencia por medio de los desplazamientos de derecha a izquierda delante atrás. |            |       |           |
|                  | 9                                 | Desarrollar la resistencia por medio de marchas y movimientos de brazos                           |            |       |           |
|                  | 10                                | Desarrollar la resistencia por medio de sentadillas, abdominales y ejercicios de estaciones.      |            |       |           |
|                  | <b>DIMENSIÓN: JUEGO DE FÚTBOL</b> |   |            |       |           |

|    |   |  |  |  |
|----|---|--|--|--|
| 11 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pases cortos de pie izquierdo a pie derecho |  |  |  |
| 12 | Desarrollar el juego de futbol por medio de levantado de pelotas con ambos pies         |  |  |  |
| 13 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de esquina                            |  |  |  |
| 14 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de penalti                            |  |  |  |
| 15 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pequeños pases entre compañeros de juego    |  |  |  |

  
Dr. Edilberto Carhuallpaqui Berrocal  
DOCTOR EN EDUCACIÓN



VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECIBO DE INFORMACIÓN POR CRITERIO DE JUECES

1. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del Juez : SALOME CONDORI EUGENIO
- 1.2. Grado Académico / mención : P.R.A.P.R.A.
- 1.3. DNI / Teléfono y/o celular : 917439877
- 1.4. Cargo e Institución donde labora : ULADECH
- 1.5. Autor del Instrumento(s) : DAVID TALOR GUTIERREZ MANRIQUE
- 1.6. Lugar y fecha : SANTIAGO - 06-01-2020

2. ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN

| INDICADORES     | CRITERIOS  | ESCALA | ESCALA | REGULAR | BUENA | NO BUENA |
|-----------------|--|--------|--------|---------|-------|----------|
|                 |  | 1      | 2      | 3       | 4     | 5        |
| 1. CLARIDAD     | Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.                  |        |        |         |       | 5        |
| 2. DEFINICIÓN   | Permite medir hechos observables.                                      |        |        |         |       | 5        |
| 3. ACTUALIDAD   | Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.                      |        |        |         |       | 5        |
| 4. ORGANIZACIÓN | Presentación ordenada.   |        |        |         |       | 5        |
| 5. SUFICIENCIA  | Comprende aspectos de las variables en cantidad y calidad suficientes. |        |        |         |       | 5        |
| 6. PERTINENCIA  | Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.         |        |        |         |       | 5        |
| 7. CONSISTENCIA | Permite conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.         |        |        |         |       | 5        |
| 8. COHERENCIA   | Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.                     |        |        |         |       | 5        |
| 9. METODOLOGÍA  | La estrategia responde al propósito de la investigación.               |        |        |         |       | 5        |
| 10. APLICACIÓN  | Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.              |        |        |         |       | 5        |

| CONTEO TOTAL DE MARGAS<br><small>(suma el conteo en cada una de las categorías de la escala)</small> | A | B | C | D | E |
|--|---|---|---|---|---|
|  |   |   |   |   |   |

CALIFICACIÓN GLOBAL: Coeficiente de validez =  $\frac{1 \times A + 2 \times B + 3 \times C + 4 \times D + 5 \times E}{50}$  =

3. OPINIÓN DE APLICABILIDAD (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado).

| CATEGORÍA             |                                  | INTERVALO     |
|-----------------------|----------------------------------|---------------|
| No válido, reformular | <input type="radio"/>            | [0,20 - 0,40] |
| No válido, modificar  | <input type="radio"/>            | <0,41 - 0,60] |
| válido, mejorar       | <input type="radio"/>            | <0,61 - 0,80] |
| válido, aplicar       | <input checked="" type="radio"/> | <0,81 - 1,00] |

4. RECOMENDACIONES:

.....  
 .....

Firma del Juez  
  
 Eugenio Salomé Condori  
 Dr. en Ciencias de la Educación



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**EJERCICIOS DE FÚTBOL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE LA**  
**EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**  
**N° 30001-108 DEL DISTRITO DE PANGOA, 2020**

**PRE TEST**

**NOMBRES Y APELLIDOS:** .....

| VARIABLE         | N° | ITEMS   | DEFICIENTE | BUENO | MUY BUENO |
|------------------|----|---|------------|-------|-----------|
|                  |    |   | 1          | 2     | 3         |
| EDUCACIÓN FÍSICA |    | <b>DIMENSIÓN CALENTAMIENTO CORPORAL</b>   |            |       |           |
|                  |    |   |            |       |           |
|                  | 1  | Desarrolla un precalentamiento a través de trotes   |            |       |           |
|                  | 2  | Desarrolla calentamiento con práctica de polichinelas   |            |       |           |
|                  | 3  | Desarrolla calentamiento de manos y pies por medio de los ejercicios                              |            |       |           |
|                  | 4  | Desarrolla el calentamiento por medio de movimiento de cintura                                    |            |       |           |
|                  | 5  | Desarrolla el calentamiento con lanzamiento de pelota por medio de los pies y manos               |            |       |           |
|                  |    | <b>DIMENSIÓN: RESISTENCIA</b>   |            |       |           |
|                  | 6  | Desarrollar la resistencia por medio de movimientos rápidos de los trotes                         |            |       |           |
|                  | 7  | Desarrollar la resistencia por medio de las flexiones de piernas                                  |            |       |           |
|                  | 8  | Desarrollar la resistencia por medio de los desplazamientos de derecha a izquierda delante atrás. |            |       |           |
|                  | 9  | Desarrollar la resistencia por medio de marchas y movimientos de brazos                           |            |       |           |
|                  | 10 | Desarrollar la resistencia por medio de sentadillas, abdominales y ejercicios de estaciones.      |            |       |           |
|                  |    | <b>DIMENSIÓN: JUEGO DE FÚTBOL</b>   |            |       |           |

|    |   |  |  |  |
|----|---|--|--|--|
| 11 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pases cortos de pie izquierdo a pie derecho |  |  |  |
| 12 | Desarrollar el juego de futbol por medio de levantado de pelotas con ambos pies         |  |  |  |
| 13 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de esquina                            |  |  |  |
| 14 | Desarrollar el juego de futbol por medio de tiros de penalti                            |  |  |  |
| 15 | Desarrollar el juego de futbol por medio de pequeños pases entre compañeros de juego    |  |  |  |

  
Eugenio Salomé Condori  
 Dr en Ciencias de la Educación

**UNIDAD DE APRENDIZAJE**

**TÍTULO**

**EJERCICIOS DE FUTBOL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1. UGEL                  | : Pangoa                                   |
| 2. Institución Educativa | : Institución Educativa N° 30001 – 108     |
| 3. Docente               | : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob          |
| 4. Tiempo                | : del 2 al 12 de diciembre                 |
| 5. Estudiantes           | : Cuarto al sexto grado del nivel primaria |

**II. ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES:**

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco dominio del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante actividades de ejercicios de futbol y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.  |

**III. ORGANIZACIÓN DE LAS COMPETENCIAS Y CAPACIDADES:**

| COMPETENCIA   | CAPACIDAD                                   | DESEMPEÑOS   |
|---|---|--|
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Comprende su cuerpo                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> <li>• Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio, van modificación del espacio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamiento para afianzar su habilidades motrices básicas.</li> </ul>   |
|   | Se expresa corporalmente                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utiliza su cuerpo, posturas, gestos y mímicas y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emoción, sentimientos y pensamientos en las actividades físicas</li> <li>• Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimiento relacionados con el ritmo, la música de su cultura y la historia de su región.</li> </ul> |
| Asume una vida saludable                                    | Comprende las relaciones entre la actividad | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ejecuta</b> las actividades de resistencia física, marcaciones y defensa del equipo</li> </ul>   |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente y la salud | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria en relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.</li> <li>• <b>Demuestra</b> y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades.</li> </ul> |
|  | Incorpora prácticas que mejoran la calidad de vida                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad- descanso, hidratación y exposición a los rayos solares, para mejorar el funcionamiento de su organismo y sustenta las razones de su importancia</li> </ul>  |
| Interactúa a través de su habilidades sicomotrices | Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Demuestra</b> y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades</li> <li>• Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas, pequeños grupos, grandes grupos, acepta al oponente como compañero de juego y arriba a consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que puedan producirse</li> </ul>  |
|  | Crea y aplica estrategias y tácticas de juego                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> <li>• Genera estrategias colectivas en las actividades lúdicas según el rol de sus compañeros y el suyo propio, a partir de los resultados en el juego.</li> </ul>   |

#### IV. ENFOQUE TRASVERSAL:

| ENFOQUE TRANSVERSALES                       | VALORES                     | ACTITUDES QUE SUPONEN   | ACTITUDES QUE SE DEMUESTRA   |
|---|-----------------------------|---|--|
| <b>Inclusivo y atención a la diversidad</b> | Respeto por las diferencias | Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia | Docentes y estudiantes demuestran tolerancia, apertura al dialogo, respeto evitando discriminación y perjuicios. |
|   | Equidad en la enseñanza     | Disposición a la enseñanza ofreciendo a los escolares las   | Los docentes programan y enseñan considerando tiempos, espacios y actividades                                    |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados   | diferenciadas de acuerdo a las características y demandas del estudiante   |
| <b>Enfoque ambiental</b>                 | Solidaridad planetaria y equidad intergeneracional | Disposición para colaborar con el bienestar y la calidad de vida de las generaciones presentes y futuras, así como la naturaleza asumiendo el cuidado del planeta | Docentes y estudiantes desarrollan acciones de ciudadanía que demuestren conciencia sobre los eventos climáticos extremos ocasionando el calentamiento global, para la adaptación al cambio climático. |
|  | Respeto a toda forma de vida                       | Aprecio, valoración y disposición para el cuidado del toda forma de vida sobre la tierra desde una mirada sistémica y global revalorando los saberes ancestrales  | Docentes y estudiantes promueven un estilo de vida saludable y en armonía con el ambiente preservando la una vida saludable.   |
| <b>Enfoque orientación al bien común</b> |  | Demuestran aprecio y tolerancia a la convivencia  | Demuestran la solidaridad frente a sus compañeros  |

#### V. UTILIDAD DEL TIEMPO:

| DÍA       | TIEMPO   | ACTIVIDADES   |
|-----------|----------|---|
| LUNES     | 02/12/19 | Conociendo mis cualidades físicas<br><b>(INICIO DEL PROYECTO)</b> |
| MARTES    | 03/12/19 | Rodando Rodando sí puedo  |
| MIÉRCOLES | 04/12/19 | Organizando nuestro juego   |
| JUEVES    | 05/12/19 | Los acuerdos se cumplen   |
| MARTES    | 10/12/19 | Aprovechando oportunidades y el compañerismo                      |
| MIÉRCOLES | 11/12/19 | Juguemos con nuestro lado dominante                               |
| JUEVES    | 12/12/19 | Desarrollando habilidades motrices                                |
| VIERNES   | 13/12/19 | El futbol, deporte de equipo <b>(CIERRE DEL PROYECTO)</b>         |

#### VI. ORGANIZACIÓN DE SESIONES:

| Orden | Título de la sesión               | Desempeños   | Campo temático  | Descripción de la actividad   |
|-------|-----------------------------------|--|---|---|
| 1     | Conociendo mis cualidades físicas | Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en | Variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria a través de los movimientos corporales | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos dirigidos</li> <li>Toma de pulsaciones y frecuencia respiratoria</li> </ul> |

|   |  |   |  |   |
|---|--|---|--|---|
|   |  | la frecuencia cardiaca y respiratoria en relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Registro de datos</li> </ul>   |
| 2 | Rodando Rodando sí puedo                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> <li>• Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamiento para afianzar su habilidades motrices básicas</li> </ul> | Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecen reglas de juego</li> <li>• Actividades de calentamiento</li> <li>• Estrategias de juego</li> </ul>  |
| 3 | Organizan do nuestro juego                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecciona actividades para la activación corporal y psicológica, atención, concentración en la práctica de actividades lúdicas.</li> <li>• <b>Ejecuta</b> las actividades de resistencia física, marcaciones y defensa del equipo</li> </ul>  | Actividades de resistencia                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observan un video</li> <li>• Participa en actividades de ejercicio de resistencia</li> <li>• Toman registro de datos</li> </ul>  |
| 4 | Los acuerdos se cumplen                        | <b>Demuestra</b> y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades   | Táctica en los movimientos de desmarque                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observan un video</li> <li>• Explican sobre lo observado</li> <li>• Participa en actividades de ejercicio de resistencia ubicándose en su posición</li> <li>• Dan opiniones</li> </ul> |
| 5 | Aprovech ando oportuni dades y el compañerismo | <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros   | Estrategias colectivas en las actividades lúdicas            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observan un video</li> <li>• Participan en un circuito de bolas</li> </ul>   |

|   |                                     |  |   |   |
|---|-------------------------------------|--|---|---|
|   |                                     |  |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizan ejercicios de futbol</li> <li>• Prácticas deportivas</li> </ul>   |
| 6 | Juguemos con nuestro lado dominante | Genera estrategias colectivas en las actividades lúdicas según el rol de sus compañeros y el suyo propio, a partir de los resultados en el juego   | Estrategias colectivas en las actividades lúdicas | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar en grupos</li> <li>• Actividades lúdicas</li> <li>• Actividades deportivas</li> <li>• Dan su apreciación</li> </ul>                        |
| 7 | Desarrollando habilidades motrices  | Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio, van modificación del espacio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamiento para afianzar su habilidades motrices básicas | Habilidades motrices                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar en equipos</li> <li>• Participación en las actividades</li> <li>• Guiar</li> <li>• Dan su apreciación</li> </ul>                           |
| 8 | El futbol, deporte de equipo        | <b>Demuestra</b> y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades  | Estrategias de juego de futbol                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar en grupos</li> <li>• Participan en ejercicios físicos</li> <li>• Actividades deportivas de futbol</li> <li>• Dan su apreciación</li> </ul> |

## VII. EVALUACIÓN:

| COMPETENCIA   | CRITERIOS DE EVALUACIÓN  | EVIDENCIA DE APRENDIZAJE   | INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN |
|---|--|--|---------------------------|
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Explora de manera autónoma las posibilidades de su cuerpo en diferentes acciones para mejorar sus movimientos correr, saltar, recuperar el equilibrio. | Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio en secuencias rítmicas corporales | test                      |

|  |   |  |      |
|--|---|--|------|
| Asume una vida saludable                           | Actividades para la activación corporal, atención, concentración antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardíaca y respiratoria | Participa en actividades de activación corporal, atención                    | Test |
| Interactúa a través de su habilidades sicomotrices | Demuestra y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades  | Mejora las tácticas en los movimientos de desmarque, espacio y oportunidades | Test |

### VIII. BIBLIOGRAFÍA:

| Recursos para docente  | Recursos para estudiante   |
|--|--|
| Programa curricular de educación primaria 2019<br>Guías de unidad Minedu | Implementos deportivos<br>Materiales de uso deportivo (pelotas, ula ula, soguillas, conos, silbatos, material de escritorio)<br>Equipo de sonido |

---

V° B° DIRECTOR

---

DOCENTE

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 01

### TITULO: Conociendo mis cualidades físicas

#### I. DATOS INFORMATIVOS:

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1. Institución Educativa | : Institución Educativa N° 30001 – 108     |
| 2. Docente               | : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob          |
| 3. Tiempo                | : 02 de diciembre                          |
| 4. Tiempo                | : Dos horas pedagógicas                    |
| 5. Estudiantes           | : Cuarto al sexto grado del nivel primaria |

#### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco dominio del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante actividades de ejercicios de futbol y de manera lúdica entretenida con una buena socialización y compañerismo. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.   |

#### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia              | Capacidad  | Desempeño  | Campo temático  |
|--------------------------|--|--|---|
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente y la salud | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria en relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.</li> </ul> | Variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria a través de los movimientos corporales |
| <b>Enfoque ambiental</b> |  | Docentes y estudiantes promueven un estilo de vida saludable y en armonía con el ambiente preservando la una vida saludable y creando condiciones para las actividades físicas deportivas.   |   |

#### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTO                  | ESTRATEGIAS   | MEDIOS MATERIALES Y   | TIEMPO                     |     |                            |                          |  |  |  |                  |  |  |  |   |    |
|--------------------------|---|---|----------------------------|-----|----------------------------|--------------------------|--|--|--|------------------|--|--|--|---|----|
| INICIO                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Saludo cordial a los escolares y diálogo con los estudiantes sobre las actividades a ejecutarse en la presente unidad “Ejercicios de futbol para mejorar el aprendizaje de educación física”</li> <li>Preguntar <b>¿Qué actividades físicas son sus favoritas? ¿Cómo les gustaría organizarse?</b></li> <li>Escuchar su necesidades e inquietudes</li> <li>Hacer mención el propósito de sesión: Selecciona actividades para la activación corporal, atención, concentración antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria</li> </ul>   | Implementos deportivos<br><br>Pelotas<br><br>Equipo de sonido | 15                         |     |                            |                          |  |  |  |                  |  |  |  |   |    |
| DESARROLLO               | <ul style="list-style-type: none"> <li>Organizar a los escolares en medianos grupos de trabajo mediante una dinámica “números pares e impares”</li> <li>Enseñar la toma de pulso y tomar los latidos cardiacos y cuantificar antes de las actividades</li> </ul> <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <thead> <tr> <th>Funciones vitales</th> <th>antes del ejercicio</th> <th>del</th> <th>Después de las actividades</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Nº pulsaciones cardiacas</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Nº Respiraciones</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dejar participar en juegos dirigidos de saltos, correr, resistencia, pruebas de resistencia</li> <li>Posterior a las actividades realizar la toma de las pulsaciones en la mano y la respiración</li> <li>Realizar el registro de datos en la tabla</li> </ul> | Funciones vitales   | antes del ejercicio        | del | Después de las actividades | Nº pulsaciones cardiacas |  |  |  | Nº Respiraciones |  |  |  | Cronometro<br><br>Hoja de registro de datos | 60 |
| Funciones vitales        | antes del ejercicio   | del   | Después de las actividades |     |                            |                          |  |  |  |                  |  |  |  |   |    |
| Nº pulsaciones cardiacas |   |   |                            |     |                            |                          |  |  |  |                  |  |  |  |   |    |
| Nº Respiraciones         |   |   |                            |     |                            |                          |  |  |  |                  |  |  |  |   |    |
| CIERRE                   | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Consolidación del aprendizaje</b> preguntas de metacognición:<br/>           ¿Lograste participar en actividades físicas?<br/>           ¿Qué más te gustó? ¿Encontraste diferencia en la frecuencia cardiaca y respiratoria antes y después de los ejercicios?</li> </ul>  | Fichas de metacognición                                       | 15                         |     |                            |                          |  |  |  |                  |  |  |  |   |    |

## V. EVALUACIÓN

| CRITERIOS                  | DESEMPEÑO   | INSTRUMENTO |
|----------------------------|---|-------------|
| <b>Activación corporal</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades para la activación corporal, atención, concentración antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria</li> </ul> | test        |

## **VI. MATERIALES**

| PARA DOCENTE  | ESTUDIANTE                                      |
|---|---|
| Guía de sesión MED<br>Rutas de aprendizaje<br>Programación curricular | Implementos deportivos<br>Materiales deportivos |

---

Docente

ANEXO

TABLA DE REGISTRO DE DATOS

Apellidos y nombres:.....

| FUNCIONES VITALES        | ANTES DEL EJERCICIO | DESPUÉS DE LAS ACTIVIDADES |
|--------------------------|---------------------|----------------------------|
| N° pulsaciones cardiacas |                     |                            |
| N° Respiraciones         |                     |                            |

FICHA DE METACOGNICIÓN

| ¿QUÉ DE NUEVO APRENDÍ EN LA CLASE DE HOY? | COMO DESARROLLE MI APRENDIZAJE | QUÉ DIFICULTADES ENCONTRÉ DURANTE EL PROCESO Y COMO LO SUPERÉ ESTAS DIFICULTADES? | ¿QUÉ OTRAS ESTRATEGIAS PUEDO REALIZAR PARA MEJORAR MI APRENDIZAJE? | PARA QUÉ ME PUEDE SERVIR LO QUE APRENDÍ? |
|---|--------------------------------|---|--|--|
|   |                                |   |  |  |

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 02

### TITULO: Rodando rodando sí puedo

#### I. DATOS INFORMATIVOS:

1. Institución Educativa : Institución Educativa N° 30001 – 108
2. Docente : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob
3. Tiempo : 03 de diciembre
4. Tiempo : Dos horas pedagógicas
5. Estudiantes : Cuarto al sexto grado del nivel primaria

#### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco potestad del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante actividades de ejercicios de futbol y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.   |

#### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia   | Capacidad           | Desempeño   | Campo temático   |
|---|---------------------|---|--|
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Comprende su cuerpo | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> <li>• Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamiento para afianzar su habilidades motrices básicas</li> </ul> | Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio |
| <b>Inclusivo y atención a la diversidad</b>                 |                     | Demuestra tolerancia apertura al dialogo, respeto evitando discriminación y perjuicio   |  |

#### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTOS      | ESTRATEGIAS  | MEDIOS Y MATERIALES               | TIEMPO    |
|---------------|--|-----------------------------------|-----------|
| <b>INICIO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludo cordial a los escolares y diálogo sobre la clase anterior</li> <li>• Preguntar <b>¿Creen que las actividades físicas favorecen la salud? ¿Qué</b></li> </ul> | Implementos deportivos<br>Pelotas | <b>15</b> |

|                   |   |   |           |
|-------------------|---|---|-----------|
|                   | <b>actividades les gustaría realizar?</b><br><b>¿Cómo les gustaría organizarse?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escuchar su necesidades e inquietudes</li> <li>• Hacer mención el propósito de sesión: Proponen juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> </ul>  | Equipo de sonido<br>papelotes<br>plumones |           |
| <b>DESARROLLO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dejar a libre organización a los escolares a fin de que determinen sus integrantes de sus equipos de juego y establezcan las reglas de juego</li> <li>• En forma escrita presentaran su determinación y las reglas propuestas</li> <li>• Realizaran ejercicios de calentamiento buscando la correcta posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio con juegos de pelotas teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamiento para afianzar su habilidades motrices básicas</li> <li>• Se organizaran sus respectivas posiciones los jugadores para un partido de balompié por un tiempo determinado y respetando las reglas previamente establecidas e incluyendo a todos los escolares</li> </ul> | Pelotas<br>silbato<br>cronometro          | <b>60</b> |
| <b>CIERRE</b>     | <b>Consolidación del aprendizaje</b><br>preguntas de metacognición:<br>¿Cuál fue la posición que ocupaste en el deporte? ¿Qué más te gustó? ¿Respetase las reglas establecidas?   | <b>Fichas de metacognición</b>            | <b>15</b> |

## VI. EVALUACIÓN

| <b>CRITERIOS</b>           | <b>DESEMPEÑO</b>  | <b>INSTRUMENTO</b> |
|----------------------------|---|--------------------|
| <b>Equilibrio corporal</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regula la posición de su cuerpo en situaciones de juego, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamiento para afianzar su habilidades motrices básicas</li> </ul> | test               |

## VII. MATERIALES

| <b>PARA DOCENTE</b>   | <b>ESTUDIANTE</b>                               |
|---|---|
| Guía de sesión MED<br>Rutas de aprendizaje<br>Programación curricular | Implementos deportivos<br>Materiales deportivos |

\_\_\_\_\_  
Docente

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 03

### TITULO: Organizando nuestro juego

#### I. DATOS INFORMATIVOS:

1. Institución Educativa : Institución Educativa N° 30001 – 108
2. Docente : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob
3. Tiempo : 04 de diciembre
4. Tiempo : Dos horas pedagógicas
5. Estudiantes : Cuarto al sexto grado del nivel primaria

#### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco potestad del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante actividades de ejercicios de futbol y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.   |

#### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia                                 | Capacidad  | Desempeño  | Campo temático             |
|---|--|--|----------------------------|
| Asume una vida saludable                    | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente y la salud | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecciona actividades para la activación corporal y psicológica, atención, concentración en la práctica de actividades lúdicas.</li> <li>• <b>Ejecuta</b> las actividades de resistencia física, marcaciones y defensa del equipo</li> </ul> | Actividades de resistencia |
| <b>Inclusivo y atención a la diversidad</b> |  | Demuestra tolerancia apertura al dialogo, respeto evitando discriminación y perjuicio  |                            |

#### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTOS | ESTRATEGIAS   | MEDIOS Y MATERIALES                                   | TIEMPO    |
|----------|---|---|-----------|
| INICIO   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludo cordial a los escolares y pedir que repitan algunos ejercicios de activación repitiendo las vocales acompañado de movimientos de las manos</li> <li>• Preguntar <b>¿Creen que las actividades físicas favorecen la salud? ¿Qué</b></li> </ul> | Implementos deportivos<br>Pelotas<br>Equipo de sonido | <b>15</b> |

|                   |   |   |           |
|-------------------|---|---|-----------|
|                   | <p><b>actividades les gusta realizar más?</b><br/>Escuchar su necesidades e inquietudes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hacer mención el propósito de sesión: Selecciona actividades para la activación corporal y psicológica, atención, concentración en la práctica de actividades lúdicas y ejecuta actividades de resistencia física, marcaciones y defensa del equipo</li> </ul>   |   |           |
| <b>DESARROLLO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observaran el video con el ritmo de Scooby Doo y pedir a los escolares que repitan los movimientos con las manos, pies repitiendo las letras <a href="https://www.youtube.com/watch?v=W7ymyo0ZccA">https://www.youtube.com/watch?v=W7ymyo0ZccA</a></li> <li>• Luego por determinación voluntaria se organizaran los estudiantes para participar en actividad de ejercicios de resistencia (correr, ula ula, saltos) ubicándose en sus respectivas posiciones, respetando las reglas previamente establecidas e incluyendo a todos los escolares</li> <li>• Realizaran anotaciones de sus participaciones para llevar un registro de datos</li> </ul> | <p>Pelotas<br/>Silbatos<br/>Cronometro<br/>Hojas de apuntes<br/>Lapiceros</p> | <b>60</b> |
| <b>CIERRE</b>     | <p><b>Consolidación del aprendizaje</b><br/>preguntas de metacognición:<br/>¿Lograste repetir in equivocación el ritmo de Scooby Doo? ¿Qué dificultades tuviste?<br/>¿Cómo lo superaste?</p>  |   | <b>15</b> |

## VII. EVALUACIÓN

| CRITERIOS                  | DESEMPEÑO   | INSTRUMENTO |
|----------------------------|---|-------------|
| <b>Activación corporal</b> | Presenta atención para la activación corporal y psicológica, atención, concentración en la práctica de actividades lúdicas y ejecuta actividades de resistencia física. | test        |

## VIII. MATERIALES

| PARA DOCENTE   | ESTUDIANTE  |
|--|---|
| <p>Guía de sesión MED<br/>Rutas de aprendizaje<br/>Programación curricular</p> | <p>Implementos deportivos<br/>Materiales deportivos</p> |

Docente

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 04

### TITULO: Los acuerdos se cumplen

#### I. DATOS INFORMATIVOS:

1. Institución Educativa : Institución Educativa N° 30001 – 108
2. Docente : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob
3. Tiempo : 05 de diciembre
4. Tiempo : Dos horas pedagógicas
5. Estudiantes : Cuarto al sexto grado del nivel primaria

#### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

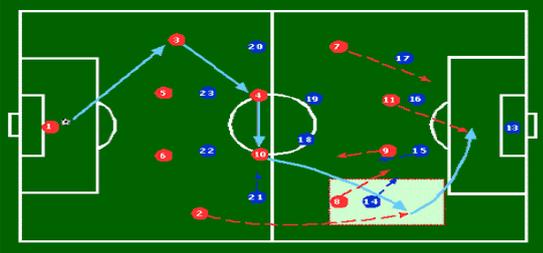
|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco potestad del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante <b>actividades de ejercicios de futbol</b> y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.  |

#### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia  | Capacidad  | Desempeño   | Campo temático                          |
|--|--|---|---|
| Interactúa a través de su habilidades sicomotrices | Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Demuestra</b> y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades</li> </ul> | Táctica en los movimientos de desmarque |
| <b>Enfoque orientación al bien común</b>           |  | Demuestran la solidaridad frente a sus compañeros   |   |

#### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTOS      | ESTRATEGIAS   | MEDIOS Y MATERIALES  | TIEMPO    |
|---------------|---|--|-----------|
| <b>INICIO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludo cordial a los escolares y pedir que repitan algunos ejercicios de activación repitiendo las vocales acompañado de movimientos de las manos</li> <li>• Preguntar <b>¿Creen que las actividades físicas favorecen la salud? ¿Qué actividades les gusta realizar más?</b> Escuchar su necesidades e inquietudes</li> </ul> | Implementos deportivos<br>Pelotas<br>Equipo de sonido<br><b>papelotes plumones</b> | <b>15</b> |

|                   |  |  |           |
|-------------------|--|--|-----------|
|                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Hacer mención el propósito de sesión: Demuestra y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades</li> </ul>   |  |           |
| <b>DESARROLLO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Observaran el video de complicidad táctica deportivas, recuperado de: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=TF1oIpIS59A">https://www.youtube.com/watch?v=TF1oIpIS59A</a></li> <li>Analizar el croquis sobre las tácticas deportivas de desmarque <a href="https://entrenadordefutbol.blogia.com/2011/051701-tactica-principios-ofensivos-los-espacios-libres..php">https://entrenadordefutbol.blogia.com/2011/051701-tactica-principios-ofensivos-los-espacios-libres..php</a></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>Pedir que expliquen con su propia palabra y en forma voluntaria</li> <li>Luego por determinación voluntaria se organizaran los estudiantes para participar en actividad de complicidad táctica de acuerdo lo observado en el video, donde cada uno debe de escoger una posición, respetando las reglas previamente establecidas e incluyendo a todos los escolares</li> <li>Guiar y orientar a los escolares absolviendo dudas</li> </ul> | Pelotas<br>Silbatos<br>Cronometro<br>Hojas de apuntes<br>Lapiceros<br>Equipo de sonido | <b>60</b> |
| <b>CIERRE</b>     | <b>Consolidación del aprendizaje</b><br>preguntas de metacognición:<br>¿Lograste superar la complicidad táctica deportiva?   |  | <b>15</b> |

### VIII. EVALUACIÓN

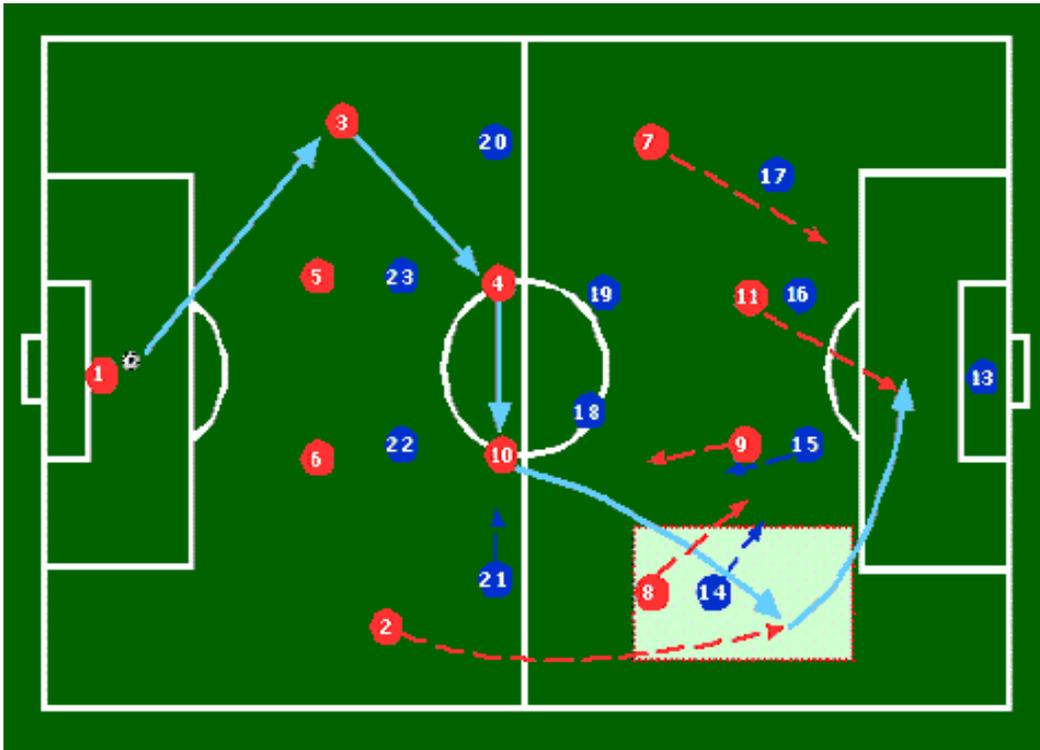
| CRITERIOS                    | DESEMPEÑO  | INSTRUMENTO |
|------------------------------|--|-------------|
| <b>Posición y equilibrio</b> | Demuestra y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades | test        |

### IX. MATERIALES

| PARA DOCENTE                               | ESTUDIANTE                                      |
|--|---|
| Guía de sesión MED<br>Rutas de aprendizaje | Implementos deportivos<br>Materiales deportivos |

Anexo

Táctica principios ofensivos: Los espacios libres



Recuperado de: <https://entrenadordefutbol.blogia.com/2011/051701-tactica-principios-ofensivos-los-espacios-libres..php>

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 05

**TITULO:** Aprovechando oportunidades y el compañerismo

### I. DATOS INFORMATIVOS:

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1. Institución Educativa | : Institución Educativa N° 30001 – 108     |
| 2. Docente               | : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob          |
| 3. Tiempo                | : 10 de diciembre                          |
| 4. Tiempo                | : Dos horas pedagógicas                    |
| 5. Estudiantes           | : Cuarto al sexto grado del nivel primaria |

### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco potestad del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante <b>actividades de ejercicios de futbol</b> y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.  |

### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia  | Capacidad                                     | Desempeño   | Campo temático                                    |
|--|---|---|---|
| Interactúa a través de su habilidades sicomotrices | Crea y aplica estrategias y tácticas de juego | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> </ul> | Estrategias colectivas en las actividades lúdicas |
| <b>Enfoque orientación al bien común</b>           |   | Demuestran la solidaridad frente a sus compañeros   |   |

### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTOS          | ESTRATEGIAS   | MEDIOS Y MATERIALES                                   | TIEMPO    |
|-------------------|---|---|-----------|
| <b>INICIO</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludo cordial a los escolares y pedir que repitan algunas actividades de calentamiento físico</li> <li>• Preguntar <b>¿Cómo participaríamos en un circuito con bolas</b></li> <li>• <b>Escuchar sus inquietudes</b></li> <li>• Hacer mención el propósito de sesión: <b>Propone</b> juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> </ul> | Implementos deportivos<br>Pelotas<br>Equipo de sonido | <b>15</b> |
| <b>DESARROLLO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observaran el video lista de ejercicios de futbol para niños por categorías <a href="https://entrenadorfutbol.es/ejercicios-de-futbol-y-juegos-para-ninos/">https://entrenadorfutbol.es/ejercicios-de-futbol-y-juegos-para-ninos/</a></li> </ul>   | Pelotas<br>Silbato<br>Cronometro                      | <b>60</b> |

|               |  |                               |           |
|---------------|--|-------------------------------|-----------|
|               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir que se organicen en actividades de juego de circuito de bolas</li> <li>• El docente dará las indicaciones y los escolares organizados en parejas y repetirán de acuerdo a lo solicitado los ejercicios de futbol (cabeza, oreja, codos, pelota) tocando primero la pelota repetitivas veces.</li> <li>• Guiar y orientar a los escolares para su mejor desempeño</li> </ul> | Aros                          |           |
| <b>CIERRE</b> | <b>Consolidación del aprendizaje</b><br>preguntas de metacognición:<br>¿Te gustó participar en los ejercicios de circuito de bolas? ¿Qué aprendiste? ¿Qué dificultades tuviste? ¿Cómo lo superaste?  | <b>Ficha de metacognición</b> | <b>15</b> |

#### V. EVALUACIÓN

| <b>CRITERIOS</b>     | <b>DESEMPEÑO</b>   | <b>INSTRUMENTO</b> |
|----------------------|--|--------------------|
| <b>Participación</b> | Propone juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros | test               |

#### VI. MATERIALES

| <b>PARA DOCENTE</b>   | <b>ESTUDIANTE</b>                               |
|---|---|
| Guía de sesión MED<br>Rutas de aprendizaje<br>Programación curricular | Implementos deportivos<br>Materiales deportivos |

\_\_\_\_\_  
Docente

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 06

**TITULO:** Juguemos con nuestro lado dominante

### I. DATOS INFORMATIVOS:

1. Institución Educativa : Institución Educativa N° 30001 – 108
2. Docente : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob
3. Tiempo : 11 de diciembre
4. Tiempo : Dos horas pedagógicas
5. Estudiantes : Cuarto al sexto grado del nivel primaria

### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco potestad del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante <b>actividades de ejercicios de futbol</b> y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.  |

### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia  | Capacidad                                     | Desempeño   | Campo temático                                    |
|--|---|---|---|
| Interactúa a través de su habilidades sicomotrices | Crea y aplica estrategias y tácticas de juego | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Genera estrategias colectivas en las actividades lúdicas según el rol de sus compañeros y el suyo propio, a partir de los resultados en el juego.</li> </ul> | Estrategias colectivas en las actividades lúdicas |
| <b>Enfoque orientación al bien común</b>           |   | Demuestran la solidaridad frente a sus compañeros   |   |

### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTOS      | ESTRATEGIAS  | MEDIOS Y MATERIALES                                   | TIEMPO    |
|---------------|--|---|-----------|
| <b>INICIO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludo cordial a los escolares y pedir que recuerden las actividades de la clase anterior y lo describan<br/><a href="https://entrenadorfutbol.es/ejercicios-de-futbol-y-juegos-para-ninos/">https://entrenadorfutbol.es/ejercicios-de-futbol-y-juegos-para-ninos/</a></li> <li>• Escuchar sus inquietudes</li> <li>• Hacer mención el propósito de sesión: Genera estrategias colectivas en las actividades lúdicas según el rol de sus compañeros y el suyo propio</li> </ul> | Implementos deportivos<br>Pelotas<br>Equipo de sonido | <b>15</b> |

|                   |  |   |           |
|-------------------|--|---|-----------|
| <b>DESARROLLO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir que se organicen en dos grupos donde deben de integrar todos los escolares, generando estrategias colectivas en las actividades lúdicas según el rol de sus compañeros y el suyo propio en un juego de futsal (calentamientos, posición, tiempo, relevos, arbitro)</li> <li>• Deben tener presente las tácticas aprendidas en la sesión anterior</li> <li>• El docente dará las indicaciones, guiara y orientara a los escolares para su mejor desempeño</li> </ul> | Pelotas<br>Silbatos<br>Cronometro<br>Aros | <b>60</b> |
| <b>CIERRE</b>     | <b>Consolidación del aprendizaje</b><br>preguntas de metacognición:<br>¿Qué dificultades tuviste? ¿Cómo lo superaste?  |   | <b>15</b> |

#### VI. EVALUACIÓN

| <b>CRITERIOS</b>     | <b>DESEMPEÑO</b>   | <b>INSTRUMENTO</b> |
|----------------------|--|--------------------|
| <b>Participación</b> | Genera estrategias colectivas en las actividades lúdicas según el rol de sus compañeros y el suyo propio | test               |

#### VII. MATERIALES

| <b>PARA DOCENTE</b>   | <b>ESTUDIANTE</b>                               |
|---|---|
| Guía de sesión MED<br>Rutas de aprendizaje<br>Programación curricular | Implementos deportivos<br>Materiales deportivos |

\_\_\_\_\_  
Docente

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 07

**TITULO:** Desarrollando habilidades motrices

### I. DATOS INFORMATIVOS:

1. Institución Educativa : Institución Educativa N° 30001 – 108
2. Docente : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob
3. Tiempo : 12 de diciembre
4. Tiempo : Dos horas pedagógicas
5. Estudiantes : Cuarto al sexto grado del nivel primaria

### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco potestad del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante <b>actividades de ejercicios de futbol</b> y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.  |

### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia   | Capacidad           | Desempeño   | Campo temático       |
|---|---------------------|---|----------------------|
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Comprende su cuerpo | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio, van modificación del espacio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamiento para afianzar su habilidades motrices básicas.</li> </ul> | Habilidades motrices |
| <b>Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad</b>      |                     | Toma en cuenta las diferencias y particularidades de sus compañeros para crear la secuencia rítmica de percusión corporal   |                      |

### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTOS | ESTRATEGIAS  | MEDIOS Y MATERIALES               | TIEMPO    |
|----------|--|-----------------------------------|-----------|
| INICIO   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludo cordial a los escolares</li> <li>• Pedir que se ubiquen sentados en semicírculo y explicar la percusión corporal, el deslazamiento, la trayectoria para la mejora de las habilidades motrices básicas</li> </ul> | Implementos deportivos<br>Pelotas | <b>15</b> |

|                   |  |  |           |
|-------------------|--|--|-----------|
|                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Plantear preguntas: ¿Qué es lo primero que harían? ¿Utilizarían materiales auxiliares? ¿A cuántos de ustedes les gustaría incorporar música a sus secuencias rítmicas?</li> <li>Hacer mención el propósito de sesión: Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los desplazamientos para afianzar sus habilidades motrices básicas.</li> </ul>  |  |           |
| <b>DESARROLLO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Pedir que se organicen en pequeños grupos donde deben de integrar todos los escolares</li> <li>Participar en secuencias rítmicas de percusión corporal (palmadas, pies, todo el cuerpo con desplazamientos) acompañado de música de percusión corporal por imitación.</li> <li>Deben de crear su propia secuencia rítmica a partir de su interés personal y grupal y demostrarlo</li> <li>El docente dará las indicaciones, guiara y orientara a los escolares para su mejor desempeño</li> </ul> | <p>Recursos de percusión</p> <p>Equipo de sonido</p> | <b>60</b> |
| <b>CIERRE</b>     | <p><b>Consolidación del aprendizaje</b><br/>preguntas de metacognición:<br/>¿Qué dificultades tuvieron en los movimientos de percusión? ¿Cómo lo superaron?</p>  |  | <b>15</b> |

## VII. EVALUACIÓN

| <b>CRITERIOS</b>     | <b>DESEMPEÑO</b>   | <b>INSTRUMENTO</b> |
|----------------------|--|--------------------|
| <b>Participación</b> | Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio en secuencias rítmicas corporales | test               |

## VIII. MATERIALES

| <b>PARA DOCENTE</b>   | <b>ESTUDIANTE</b>                               |
|---|---|
| Guía de sesión MED<br>Rutas de aprendizaje<br>Programación curricular | Implementos deportivos<br>Materiales deportivos |

\_\_\_\_\_  
Docente

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 08

**TITULO:** El futbol, deporte de equipo

### I. DATOS INFORMATIVOS:

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1. Institución Educativa | : Institución Educativa N° 30001 – 108     |
| 2. Docente               | : Gutiérrez Mahuanca, David Jacob          |
| 3. Tiempo                | : 12 de diciembre                          |
| 4. Tiempo                | : Dos horas pedagógicas                    |
| 5. Estudiantes           | : Cuarto al sexto grado del nivel primaria |

### II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>SITUACIÓN SIGNIFICATIVA</b> | En la institución educativa se observa en los escolares ciertas dificultades como niños y niñas inquietos, con poca tolerancia, poco dominio lateral, dificultades en la lectura, poco potestad del desarrollo del esquema corporal. En esta unidad se pretende el desarrollo del esquema corporal, buscar el desarrollo del buen equilibrio tónico postural y lateral, mediante <b>actividades de ejercicios de futbol</b> y de manera lúdica entretenida con una buena socialización. |
| <b>PRODUCTO</b>                | Participa en ejercicios de futbol para mejorar el equilibrio tónico postural adoptando posturas adecuadas.  |

### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

| Competencia  | Capacidad  | Desempeño   | Campo temático                 |
|--|--|---|--------------------------------|
| Interactúa a través de su habilidades sicomotrices | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Demuestra</b> y crea complicidad táctica en los movimientos de desmarque, aprovechamiento de espacios para crear oportunidades</li> </ul> | Estrategias de juego de futbol |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Crea y aplica estrategias y tácticas de juego</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Propone juegos, reglas y da posibilidades de inclusión de sus compañeros</li> </ul>  |                                |
| <b>Enfoque orientación al bien común</b>           |  | Demuestran la solidaridad frente a sus compañeros   |                                |

### IV. SECUENCIA DIDÁCTICA / MOMENTOS DE LA SESIÓN:

| MOMENTOS      | ESTRATEGIAS  | MEDIOS Y MATERIALES    | TIEMPO    |
|---------------|--|------------------------|-----------|
| <b>INICIO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reunir a todos los escolares en el campo y darles la bienvenida y preguntar si todos están dispuestos a participar en un deporte de futbol, donde lo pasaran fenomenal y se divertirán</li> <li>• Escuchar sus inquietudes</li> </ul> | Implementos deportivos | <b>15</b> |

|                   |   |                                      |           |
|-------------------|---|--------------------------------------|-----------|
|                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Hacer mención el propósito de sesión: Proponer reglas de juego y mejorar la complicidad táctica aprovechando espacios y el compañerismo.</li> </ul>  |                                      |           |
| <b>DESARROLLO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Agrupar a los escolares en dos grupos a ciegas e identificándose con una cinta de color sujetos en la cintura</li> <li>Pedir que expresen en forma verbal las reglas de juegos y se debata llegando a un consenso</li> <li>Ejecutar los ejercicios físicos de calentamiento corporal con balón en los pies.</li> <li>Desplazamiento al campo y tomar sus posiciones</li> <li>Inicio de la actividad deportiva según reglas y tiempo previsto</li> <li>El docente observa las habilidades motrices, tácticas deportivas y corrige algunos errores, guiara y orientara a los escolares para su mejor desempeño.</li> </ul> | Balones de futbol<br>Conos<br>Bastón | <b>60</b> |
| <b>CIERRE</b>     | <p><b>Consolidación del aprendizaje</b><br/>preguntas de metacognición:<br/>¿Fue divertido las actividades deportivas?<br/>¿Qué aprendieron de las clases de ejercicios de futbol? ¿Lograron superar dificultades de postura, equilibrio? ¿Cómo lo superaron?</p>   |                                      | <b>15</b> |

### VIII. EVALUACIÓN

| CRITERIOS            | DESEMPEÑO  | INSTRUMENTO |
|----------------------|--|-------------|
| <b>Participación</b> | Regula la posición de su cuerpo en situaciones de equilibrio en secuencias rítmicas corporales | test        |

### IX. MATERIALES

| PARA DOCENTE  | ESTUDIANTE                                      |
|---|---|
| Guía de sesión MED<br>Rutas de aprendizaje<br>Programación curricular | Implementos deportivos<br>Materiales deportivos |

\_\_\_\_\_  
Docente





