



Universidad **Mariana**

El Circuito, como estrategia pedagógica, para fortalecer la motricidad gruesa desde la educación física, en los estudiantes del grado segundo del colegio Liceo Andakí, del municipio de Pitalito, departamento del Huila

Laura Cristina Alfonso Sabogal

Brenda Giselle García Araujo

Laura Daniela Núñez Obando

Universidad Mariana

Facultad de Educación

Programa Licenciatura en básica primaria

San Juan de Pasto

2024

El Circuito, como estrategia pedagógica, para fortalecer la motricidad gruesa desde la educación física, en los estudiantes del grado segundo del colegio Liceo Andakí, del municipio de Pitalito, departamento del Huila

Laura Cristina Alfonso Sabogal

Brenda Giselle García Araujo

Laura Daniela Núñez Obando

Informe de investigación para optar al título de: Licenciatura en Educación Básica Primaria

Asesor

Mg. Nelson Andrés Acevedo Forero

Universidad Mariana

Facultad de Educación

Programa Licenciatura en básica primaria

San Juan de Pasto

2024

Artículo 71: los conceptos, afirmaciones y opiniones emitidos en el Trabajo de Grado son responsabilidad única y exclusiva del (los) Educando (s)

Reglamento de Investigaciones y Publicaciones, 2007

Universidad Mariana

Agradecimientos

Agradecemos a Dios por acompañarnos y guiarnos a lo largo de este camino, por ser nuestra fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarnos una vida llena de aprendizajes y experiencias que nos llevan a diario a ser mejores personas.

A nuestros padres les agradecemos porque han sido siempre el motor que impulsa nuestros sueños y esperanzas, quienes están siempre a nuestro lado en los días y noches más difíciles durante las horas de estudio, quienes siempre han sido los mejores guías de vida, y están para brindarnos una palabra de fortaleza en momentos difíciles.

Agradecemos a nuestros profesores, Flavio y Nelson, por su paciencia, por compartir sus conocimientos de manera profesional e invaluable, por su dedicación, perseverancia y tolerancia, gracias a ellos y a sus grandes aportes que hacen de nuestra investigación algo más amena.

Finalmente, pero no menos importante gracias a mis compañeras con las cuales iniciamos este trabajo de investigación con quienes anhelamos finalizar con éxito todo este proceso, reconocer que no será fácil y que habrá momentos difíciles de atravesar, pero todo se hará más fácil si trabajamos como equipo y buscando al final el mismo objetivo.

Dedicatoria

Dedico este trabajo principalmente a Dios por darme la vida y la fuerza necesaria en cada paso que doy y por permitirme haber llegado hasta este momento tan importante en mi formación profesional.

A mi madre Aura María Sabogal Olmos por enseñarme y ayudarme siempre con amor y paciencia, a mi hermana Karen Dayhanna Alfonso Sabogal quien me ha acompañado arduamente durante todo este camino y a mis dos pequeños, mi hermano Adrián Córdoba Sabogal y a mi sobrino Juan José Correa Alfonso por ser esas dos personitas que llenan mi mundo de alegría, de paz y amor

Dedico este trabajo especialmente y con todo mi corazón a la memoria de mi querido padre José Eduardo Alfonso Pedreros porque fue y será siempre el motor que impulsa mis sueños y esperanzas, el ejemplo de la profesional con vocación que quiero llegar a ser, porque como él quiero esforzarme día a día para lograr ser una excelente docente.

Y, por último, y no menos importante a mis maestros por su constancia y dedicación y sobre todo por transmitirme cada uno de su conocimiento, haciendo de mí no solo una mejor profesional, sino también una mejor persona.

Laura Cristina Alfonso Sabogal

El presente trabajo investigativo va dedicado principalmente a Dios, por darme la oportunidad de vivir y estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón, guiarme e iluminarme para lograr alcanzar mis sueños y metas.

A mi familia, en especial a mis padres José García y Libia Araujo, por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, por apoyarme en todo momento, por sus valiosos consejos, sus valores, por la motivación, por su constante y eterna paciencia y perdón ante mis constantes errores

A mi hermana Marilyn García y a mi sobrino Camilo García, por su comprensión, y la fuerza incondicional que me brindan para cumplir mis sueños.

A mi novio Santiago Urbano, por su amor, por apoyarme y creer en mí en todo momento, por sus consejos y palabras de aliento en los momentos más difíciles.

A mis compañeras de tesis, con quienes inicié este proceso y gracias a Dios logramos culminar lo que tanto anhelamos.

Brenda Giselle García Araujo

En primera instancia quiero dedicar este proyecto de investigación a Dios, quien es el encargado de darme la fuerza y el valor para poder llevarlo a cabo, quien acompaña cada uno de mis procesos y metas alcanzar.

A mis padres, que con poco o mucho han ayudado a mi crecimiento personal y profesional, quienes están en los altibajos que pude presentar a la hora de elaborar este proyecto y, sobre todo, son mi inspiración para tener un mejor futuro y poder compartirlo con ellos.

A mis compañeras de proyecto, no es fácil estar de acuerdo en todo con otras personas, pero con ellas entendimos que el compañerismo y la amistad va más allá de nuestras metas propias, el trabajo en equipo se ve reflejado en este documento.

Finalmente, quiero agradecer a mis hermanos que lejos o cerca me dieron valor para continuar, a mi pareja sentimental que ha estado de manera incondicional en todo el proceso de mi formación profesional, es quien con amor y cariño me acompaña en mis éxitos y fracasos.

Laura Daniela Núñez Obando

Tabla de contenido

Introducción	12
1. Resumen del proyecto	14
1.1 Descripción del problema.....	14
1.1.1 Formulación del problema	17
1.2 Justificación.....	17
1.3 Objetivos	19
1.3.1 Objetivo general	19
1.3.2 Objetivos específicos.....	19
1.4 Marco referencial o fundamentos teóricos	20
1.4.1 Antecedentes	20
1.4.1.1 Internacionales.	20
1.4.1.2 Nacionales.	21
1.4.1.3 Regionales.	24
1.4.2 Marco teórico	24
1.4.3 Marco conceptual	41
1.4.3.1 Motricidad gruesa.....	43
1.4.3.2 Circuito.....	43
1.4.3.3 Estrategia pedagógica.....	44
1.4.4 Marco contextual.....	44
1.4.5 Marco legal.....	48
1.4.6 Marco ético.....	51
1.5 Metodología	52
1.5.1 Paradigma de investigación.....	53
1.5.2 Enfoque de investigación	55
1.5.3 Tipo de investigación	56
1.5.4 Población y muestra / Unidad de trabajo y unidad de análisis.....	56
1.5.4.1 Población.....	56
1.5.4.2 Muestra.....	56
1.5.5 Técnica e instrumentos de recolección de información	57

1.5.5.1 Las técnicas de investigación.....	57
1.5.5.1.1 Matriz DOFA.....	57
1.5.5.2 Instrumentos de investigación.....	58
1.5.5.2.1 Cuestionario.....	58
1.5.5.2.2 Triangulación.....	58
1.5.5.2.3 Entrevista semiestructurada.....	59
1.5.5.2.4 Observación No participativa.....	59
1.5.5.2.5 Registro fotográfico.....	60
2. Presentación de resultados.....	61
2.1 Procesamiento de la información.....	61
2.2 Análisis e interpretación de resultados.....	67
2.2.1 Análisis del primer objetivo.....	67
2.2.2 Análisis del Segundo objetivo.....	87
2.2.3 Análisis del tercer objetivo.....	103
2.2.4 Análisis del Cuarto Objetivo.....	107
2.3 Discusión.....	113
3. Conclusiones.....	116
4. Recomendaciones.....	121
Referencias bibliográficas.....	124
Anexos.....	132

Índice de Tablas

Tabla 1. Conceptos principales	42
Tabla 2. Desarrollo de las fases en la propuesta	65
Tabla 3. Tabulación de Entrevista a Docente.....	67
Tabla 4. Tabulación Encuesta a Estudiantes	71
Tabla 5. Encuesta. Respuestas grupales	72
Tabla 6. Matriz	85
Tabla 7. Sesión 1	87
Tabla 8. Sesión dos.....	92
Tabla 9. Sesión 3	95
Tabla 10. Sesión 4	98
Tabla 11. Sesión cinco	101
Tabla 12. Rubrica de evolución de la estrategia.....	111
Tabla 13. Matriz DOFA	115

Índice de Figuras

Figura 1. Resultados pruebas Icfes a nivel nacional	15
Figura 2. Causas y efectos de la problemática de sana convivencia.	16
Figura 3. Posición geográfica de Pitalito	46
Figura 4. Posición geográfica del Liceo Andaki	48
Figura 5. SEQ Grafica * ARABIC 2. Metodología	53
Figura 6. SEQ Grafica * ARABIC 3. Ruta de Procesamiento	61
Figura 7. Estiramiento, su importancia y algunos ejercicios.....	90
Figura 8. Educación Física mediante Circuito	104
Figura 9. Educación Física mediante Circuito	104
Figura 10. Educación Física mediante Circuito	105
Figura 11. Educación Física mediante Circuito	105
Figura 12. Educación Física mediante Circuito	106

Índice de Anexos

Anexo A. Cuadro observación No Participativa	132
Anexo B. Encuesta A Estudiantes	135
Anexo C. Encuesta a Docente	137
Anexo D. Validez entrevista	138
Anexo E. Encuesta de contenido	139
Anexo F. Cronograma	140
Anexo G. Rubrica de evolución de la estrategia.	141
Anexo H. Guía de grado segundo	142
Anexo I. Triangulación	147

Introducción

Esta investigación tiene como objetivo el estudio de las dificultades en el desarrollo de la motricidad gruesa en estudiantes de grado segundo del colegio Liceo Andaki en edades tempranas, específicamente que oscilan entre 6 y 8 años, con un enfoque en movimientos esenciales como lanzar, caminar, saltar y correr. Mediante esto se busca abordar estas dificultades y todo por medio de circuitos, identificando de esta manera sus causas con base a los hallazgos, proponer recomendaciones concretas para mejorar el desarrollo motor de estos niños a través del mismo. Es importante recalcar la importancia donde el desarrollo de propuestas que permitan engrandecer conocimientos, aprendizajes y sobre todo que estimulen diferentes maneras de aprender, que cada espacio dado en las instituciones sea utilizado, en este caso, la siguiente propuesta permite observar y conocer una nueva estrategia de aprendizaje sobre el desarrollo de la motricidad del estudiante.

Por consiguiente, la motricidad representa un enfoque renovado de la Educación Física y el Deporte, que orienta hacia una práctica centrada en el aspecto humano de todas las actividades, ya sean laborales o recreativas. Esto nos lleva a considerar no solo el movimiento humano, sino más bien la acción humana. Este enfoque es crucial para el desarrollo y crecimiento de cada estudiante, y su ausencia en el entorno educativo puede repercutir negativamente en todos los aspectos de la vida de una persona. La falta de habilidades motoras puede dificultar la realización de tareas esenciales en la escuela, el trabajo y en el hogar, y también puede tener un impacto negativo en la autoestima.

La relevancia de este trabajo abarca distintos ámbitos, puesto de que se centra en la sensaciones, emociones y comportamientos de los estudiantes a la hora de recibir sus clases, así mismo, de cómo realizan las actividades, ya que atiende a una problemática con impacto directo en la calidad de vida de los niños y en su desarrollo global. El ámbito social se beneficia cuando se ve reflejado la mejora de salud y el bienestar de los niños, promoviendo de esta manera una participación más activa en diversas actividades y reduciendo así los efectos negativos de un estilo de vida sedentario influenciado por la tecnología y el entretenimiento pasivo. En el ámbito profesional, esta investigación proyecta proporcionar herramientas útiles para educadores, por medio de las conclusiones y recomendaciones y de esta manera ofrecer una orientación práctica para abordar las

dificultades en la motricidad gruesa y, por ende, mejorar la calidad de las intervenciones educativas.

La trascendencia de este estudio abarca diversas esferas, generalmente se centra en desarrollar habilidades motoras básicas, fomentar la actividad física y promover hábitos saludables. Las actividades suelen ser adecuadas para su edad y nivel de desarrollo, y pueden incluir juegos, deportes simples, ejercicios de calentamiento y estiramientos. El objetivo principal es que los niños se diviertan mientras aprenden a moverse de manera coordinada, desarrollan habilidades sociales y aprenden la importancia de mantenerse activos para su salud física y mental.

Los profesores de educación física suelen adaptar las actividades para que sean inclusivas y fomenten la participación de todos los niños, independientemente de sus habilidades individuales. Ya que aborda un problema con impacto directo en la calidad de vida y el desarrollo integral de los niños. En el contexto social, se observan beneficios concretos al mejorar la salud y el bienestar de los niños, fomentando así una participación más activa en diversas actividades y contrarrestando los efectos negativos de un estilo de vida sedentario influido por la tecnología y el entretenimiento pasivo. En el ámbito profesional, esta investigación tiene como objetivo proporcionar herramientas valiosas para los educadores. A través de las conclusiones y recomendaciones obtenidas, se busca ofrecer orientación práctica para abordar las dificultades en la motricidad gruesa, incorporando estrategias pedagógicas como el circuito de educación física, con el fin de potenciar la calidad de las intervenciones educativas.

Desde la perspectiva científica, esta investigación contribuye al conocimiento existente sobre el desarrollo infantil y las influencias que afectan la motricidad gruesa. Los datos y observaciones recopilados en esta investigación pueden enriquecer el cuerpo de conocimiento en este campo, lo que es relevante para futuras investigaciones. De esta manera, la investigación se llevó a cabo con el propósito de abordar las dificultades en la motricidad gruesa de los niños, lo que puede tener un impacto positivo en su calidad de vida, su desempeño académico y su bienestar general. Su relevancia abarca los ámbitos social, profesional y científico, contribuyendo al bienestar de la sociedad, proporcionando orientación práctica a los profesionales y ampliando el conocimiento en el campo del desarrollo infantil y la motricidad gruesa a través del circuito.

1. Resumen del proyecto

1.1 Descripción del problema

Los seres humanos requerimos desenvolverse en el entorno y establecer interacciones con él. Por este motivo, desde la infancia temprana es esencial proporcionar estímulos adecuados para asegurar un desarrollo integral como individuo. Un aspecto crucial desde el momento del nacimiento es la estimulación del movimiento y la coordinación gruesa. Esto facilita el comienzo de su formación como ser completo, identificando posibles debilidades y limitaciones físicas que puedan generar dificultades y convertirse en obstáculos o restricciones para sus actividades (De la Cruz, 2014).

Fomentar el desarrollo de la motricidad gruesa contribuirá a que los niños amplíen su entorno y adquieran nuevas habilidades. Por esta razón, es esencial diseñar actividades con objetivos definidos, que se ajusten a las necesidades y se basen en los intereses de los niños. En este sentido, las instituciones educativas deben incorporar la educación física y el deporte de manera integral, de modo que influyan positivamente en el estilo de vida de los estudiantes. Asimismo, la familia tiene la responsabilidad de buscar ambientes propicios y espacios para la recreación y el deporte de los niños. La motricidad gruesa desempeña un papel crucial al estimular y contribuir al proceso de desarrollo del esquema corporal (De la Cruz, 2014). Teniendo claro y contundente que si este tipo de ejercicios que implica el desarrollo motriz del estudiante, no se desarrollan afecta la participación activa de los niños en todo tipo de actividades que potencian la motricidad en estos, generando grandes beneficios como el desarrollo físico, la mejora en su coordinación y equilibrio, así como la velocidad y la resistencia en el desarrollo oportuno de las actividades, pero así mismo, la felicidad que genera en estos la realización de ejercicios, evidenciando como les apasiona la educación física.

El problema de la insuficiente educación física mediante circuitos en estudiantes de segundo de primaria radica en la carencia de oportunidades para el desarrollo integral de la motricidad gruesa y la promoción de un estilo de vida activo. La falta de implementación de circuitos de educación física afecta negativamente la salud y el bienestar de los niños, contribuyendo a un sedentarismo que puede estar influenciado por el predominio de actividades pasivas y tecnológicas. Esto, a su

vez, podría tener consecuencias en el rendimiento académico, la socialización y el desarrollo físico general de los estudiantes. Es fundamental abordar esta problemática para garantizar un crecimiento saludable y equilibrado en los niños desde una edad temprana (Bermúdez et al., 2018).

Teniendo como base los anteriores referentes, se puede determinar en el proceso educativo de los estudiantes del grado segundo del colegio Liceo Andaki que presentan bajo rendimiento frente a la motricidad gruesa, se busca determinar las diferentes causas que inciden en la poca actividad física que manejan cada uno de ellos, desarrollando la estrategia pedagógica del circuito como la principal herramienta e incluyéndose en el área de Educación física, todo ello encaminado en incluir a los estudiantes como principales agentes de suministro de información para la determinación, caracterización y solución del problema.

Figura 1

Resultados pruebas Icfes a nivel nacional

Resumen del Cuatrienio

	Año	Desempeño	Progreso	Ambiente Escolar	Eficiencia	ISCE	MMA
Primaria	2018	2.49	1.49	0.75	0.94	5.67	5.61
	2017	2.52	1.44	0.75	0.94	5.65	5.40
	2016	2.42	1.32	0.74	0.95	5.42	5.24
	2015	2.38	1.05	0.75	0.89	5.07	
Secundaria	2018	2.48	1.62	0.75	0.90	5.76	5.60
	2017	2.48	1.48	0.75	0.89	5.61	5.32
	2016	2.37	1.26	0.74	0.90	5.27	5.12
	2015	2.38	0.99	0.75	0.81	4.93	
Media	2018	2.46	1.61		1.87	5.94	5.11
	2017	2.47	1.68		1.87	6.01	5.97
	2016	2.38	1.64		1.88	5.89	5.80
	2015	2.35	1.46		1.75	5.57	

Fuente. Tomado de Instituto Colombiano para la Evaluación de la Educación (ICFES, s.f.). <http://www.icfes.gov.co/investigadores-y-estudiantes-posgrado/descripcion-bases-de-datos>

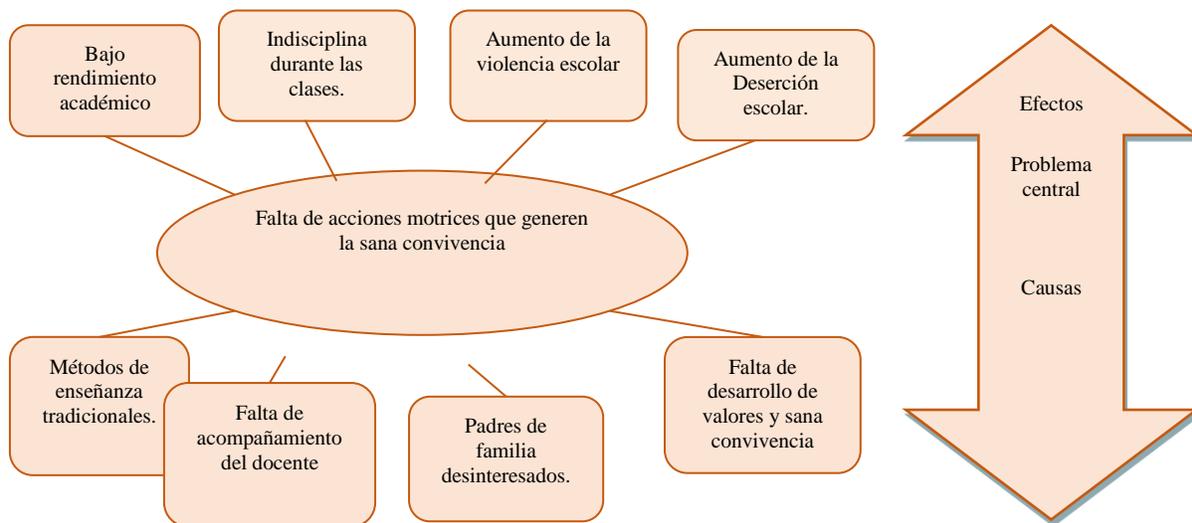
Por otra parte, al analizar los resultados de las pruebas ICFES expuestos en la tabla 1, se puede notar que el desarrollo de las competencias de convivencia es mínimo en comparación con años anteriores. En el año 2015, el índice obtenido en la primaria fue de 2.38, y tres años más tarde, en

el año 2018, dicho índice aumentó apenas a 2.48 en sana convivencia y comportamiento. Esta evolución de solo 10 puntos en tres años sugiere la necesidad de diseñar estrategias pedagógicas de enseñanza-aprendizaje que promuevan el fortalecimiento de estas competencias, garantizando así una educación de calidad e integral a través del deporte y las acciones motrices que este representa.

A partir de lo expuesto, se puede deducir que el comportamiento y las acciones motrices de los estudiantes de segundo grado en el colegio Liceo Andaki indican la necesidad de una formación ciudadana más sólida, especialmente en el ámbito deportivo y físico. Esta constatación se convierte en la motivación primordial para abordar esta problemática, ya que a través de la educación física basada en circuitos se busca fomentar espacios de comunicación e interacción constantes con los niños, con la finalidad de provocar una transformación positiva en su comportamiento y promover una convivencia saludable. El objetivo es formar individuos capaces de contribuir al establecimiento de una sociedad democrática y pacífica. A continuación, se presenta el siguiente árbol de problemas para analizar y describir la problemática y sus diversas categorías.

Figura 2

Causas y efectos de la problemática de sana convivencia.



Según la gráfica anterior, la cual señala que la insuficiente aplicación de acciones motrices en la educación física, a través de circuitos, en los estudiantes de segundo grado, contribuye al

deterioro de la convivencia pacífica y al incremento de situaciones no amenas no conocer la motricidad de su cuerpo. Asimismo, otra raíz de esta problemática radica en la carencia de valores y prácticas saludables en el entorno escolar, complementada por la falta de atención e interés manifestada por los estudiantes. Sus estados de ánimo, actitudes y comportamientos generan espacios no agradables que se reflejan en el aula de clase, junto con la manifestación de actitudes y comportamientos inapropiados por parte de los estudiantes de segundo grado en el colegio Liceo Andaki de Pitalito, Huila.

1.1.1 Formulación del problema

¿Cómo fortalecer la motricidad gruesa desde la educación física, mediante el circuito como estrategia pedagógica, en los estudiantes del grado segundo del colegio Liceo Andaki del municipio de Pitalito, del departamento del Huila?

1.2 Justificación

La motricidad gruesa desempeña un papel esencial en el desarrollo integral de los estudiantes, impactando directamente en su capacidad para realizar desplazamientos, coordinar movimientos y participar activamente en actividades físicas. En el ámbito de la educación física, esta habilidad resulta crucial, contribuyendo al desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los estudiantes. Diversos expertos han subrayado la importancia de fortalecer la motricidad gruesa durante la etapa escolar, resaltando su influencia positiva en múltiples dimensiones del desarrollo infantil. En este contexto, autores como Nickerson y Smith (1987) han destacado que el desarrollo motor juega un papel fundamental en el proceso de aprendizaje y adquisición de habilidades en diversas áreas del desarrollo infantil.

Por otra parte, autores como Gallahue y Donnelly (2003) resaltan la importancia de la educación física en la promoción del desarrollo motor y la estimulación de la actividad física en niños. Indican que la motricidad gruesa sienta las bases para la adquisición de habilidades motrices más avanzadas en etapas subsiguientes de la vida. No obstante, es crucial señalar que en numerosos casos se observa una carencia de atención y desarrollo insuficiente de la motricidad gruesa en el plan de

estudios educativos. Esta situación podría acarrear consecuencias adversas a largo plazo, ya que los estudiantes podrían enfrentar dificultades para participar en actividades físicas, experimentar limitaciones en su movilidad y presentar obstáculos en su desarrollo motor de manera general.

Por lo tanto, resulta fundamental abordar esta problemática y diseñar estrategias pedagógicas efectivas que promuevan y fortalezcan la motricidad gruesa en los estudiantes. En este sentido, el presente estudio tiene como objetivo general fortalecer la motricidad gruesa desde la educación física mediante el uso del circuito como estrategia pedagógica en los estudiantes de segundo grado. La elección de utilizar el circuito como estrategia pedagógica se basa en su capacidad para fomentar el desarrollo de habilidades motoras básicas, así como para mejorar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la resistencia en los estudiantes. El circuito, como una secuencia de estaciones o actividades físicas, proporciona una estructura y un entorno propicio para que los estudiantes exploren y practiquen diferentes movimientos y habilidades motrices gruesas.

En relación con la estrategia pedagógica del circuito, autores como Lander (2007) han señalado que esta metodología proporciona un entorno estructurado y estimulante que promueve el desarrollo de habilidades motrices básicas en los estudiantes. Además, el circuito permite una participación activa y dinámica de los niños, lo que favorece la motivación, la concentración y el disfrute durante la práctica de actividades físicas.

En términos de su aplicación específica en el contexto de la educación física, autores como Rodríguez (2012) han investigado sobre la efectividad del circuito como estrategia pedagógica para fortalecer la motricidad gruesa en los estudiantes. Sus estudios han demostrado mejoras significativas en el desarrollo de habilidades motoras básicas, así como en la coordinación, el equilibrio y la resistencia de los niños. Al implementar esta estrategia pedagógica, se espera que los estudiantes de segundo grado mejoren su coordinación motora, su equilibrio, su capacidad de desplazamiento y su habilidad para realizar movimientos básicos, tales como correr, saltar, lanzar y atrapar. Asimismo, se espera que se fortalezcan aspectos cognitivos y socioemocionales, como la concentración, la autoconfianza, la autoestima y la interacción social.

Esta investigación es relevante y oportuna, ya que busca brindar a los docentes de educación

física una herramienta pedagógica efectiva para abordar el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de segundo grado. Al fortalecer esta habilidad en una etapa temprana, se sientan las bases para un desarrollo motor saludable y un estilo de vida activo en el futuro. Además, esta investigación contribuirá al cuerpo de conocimiento existente en el campo de la educación física y ofrecerá evidencia empírica sobre la eficacia del uso del circuito como estrategia pedagógica para fortalecer la motricidad gruesa. Los resultados obtenidos podrán ser utilizados por otros docentes y profesionales de la educación para mejorar las prácticas pedagógicas y promover un enfoque más integral en el desarrollo motor de los estudiantes.

En virtud de lo expuesto, la justificación de esta tesis se fundamenta en la necesidad de impulsar un enfoque pedagógico innovador y eficaz para potenciar la motricidad gruesa en los estudiantes de segundo grado. La adopción del circuito como estrategia pedagógica se sustenta en la evidencia teórica y empírica proporcionada por autores reconocidos en el ámbito de la educación física y el desarrollo motor infantil.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Fortalecer la motricidad gruesa desde la educación física, mediante el circuito como estrategia pedagógica, en los estudiantes del grado segundo del colegio Liceo Andaki del municipio de Pitalito, del departamento de Huila.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar las habilidades de la motricidad gruesa en los estudiantes del grado segundo que son objeto de este estudio.
- Diseñar una estrategia de intervención basada en el circuito aplicada a la habilidad de la motricidad gruesa.

- Implementar la estrategia pedagógica de intervención en los estudiantes del grado segundo.
- Evaluar la estrategia en el desarrollo de habilidades para la motricidad gruesa en los estudiantes del grado segundo que son objeto de estudio.

1.4 Marco referencial o fundamentos teóricos

1.4.1 Antecedentes

En este apartado, se exponen estudios internacionales y nacionales recientes relacionados con los constructos de esta investigación (educación física, circuito de acción motriz y motricidad gruesa), tal información aumenta la relevancia de esta investigación al servir como fundamento teórico que aporta veracidad a este proceso investigativo.

1.4.1.1 Internacionales. La investigación realizada por López y Lozano (2021) se titula "Programa de Actividades Lúdicas Para El Desarrollo De La Motricidad Gruesa En Infantes" y se centró en la implementación de un conjunto de actividades lúdicas y pedagógicas diseñadas específicamente para mejorar la motricidad gruesa en niños de 4 a 5 años. La iniciativa surgió como respuesta a un problema observado entre los profesores de educación física de la institución Néstor Astudillo Bustamante, quienes enfrentaban la falta de un plan estructurado para el desarrollo de la motricidad gruesa.

La investigación se enmarca como un estudio de campo aplicado y posee un enfoque descriptivo y exploratorio. Entre los resultados obtenidos, se constató la necesidad de desarrollar un programa de actividades lúdicas orientado al desarrollo motriz grueso de los niños. Además, se evidenció la importancia de que los docentes comprendan la relevancia de plantear y estructurar una guía de actividades lúdicas como herramienta para el desarrollo de esta habilidad motriz. Como conclusión, el autor destacó que este trabajo investigativo presenta una variedad de actividades lúdicas que contribuyen al mejor desenvolvimiento de los estudiantes en el ámbito educativo. Asimismo, subrayó la necesidad de que los maestros amplíen sus conocimientos sobre la motricidad gruesa y su importancia en el desarrollo motriz de los estudiantes.

En lo relacionado al desarrollo motriz en estudiantes de primaria, Peña (2021) en su investigación “Importancia del juego en el desarrollo de la motricidad gruesa con estudiantes del nivel primario”. Pretende implementar “herramientas para estimular el desarrollo de la coordinación, desplazamiento y el equilibrio y a la vez del juego” (p. 9) en esta, las actividades están orientadas a estimular de manera activa y así motivar la psicomotricidad gruesa de niños de 5 a 6 años de edad. La investigación es un trabajo monográfico en el cual se utilizó el método descriptivo exploratorio. Entre las conclusiones expuestas por el autor afirma que “La articulación del juego como estrategia para el desarrollo de la Motricidad gruesa, es fundamental, ya que en el nivel de primaria si es bien trabajado” (Peña, 2021, p. 46).

En cuanto a la utilización de la acción motriz como una técnica para el desarrollo de la motricidad gruesa, el estudio de Casco (2020) denominado “El circuito de acción motriz como estrategia didáctica para mejorar los patrones básicos de movimiento en niños de 3° de preescolar del Centro Educativo La Paz del Municipio de Cuautlancingo del Estado de Puebla generación 2019 – 2020”, buscó “evaluar y desarrollar los patrones básicos de movimiento en alumnos de tercer grado de preescolar a través de una estrategia didáctica llamada circuito de acción motriz” (p. 5). El estudio adoptó un enfoque metodológico mixto, combinando elementos cualitativos y cuantitativos.

En conclusión, el autor determinó que la implementación de la prueba CEDI como herramienta diagnóstica me permitió evaluar habilidades motrices básicas, como saltar y lanzar, en alumnos de tercer año de preescolar del Centro Educativo La Paz. Estas evaluaciones ayudaron a facilitar la adquisición y el desarrollo del control motor y el equilibrio dinámico. El objetivo general fue desarrollar los patrones básicos de movimiento utilizando una estrategia didáctica como el circuito de acción motriz. Los resultados del post-test indicaron que el 71% de los participantes mostró mejoras.

1.4.1.2 Nacionales. La investigación de Campaña (2020), titulada "Estrategias lúdicas para fortalecer la motricidad gruesa enfocada en el equilibrio de menores de cuatro años del C.D.I. 'Bosque Encantado Dos' en el municipio Valle del Guamuez, Putumayo", destaca la importancia de la motricidad gruesa, en particular el equilibrio, tanto dinámico como estático, como un

elemento crucial en el desarrollo físico y cognitivo de los niños de 3 a 4 años.

La metodología de esta investigación se basó en los principios de la Investigación-Acción con un enfoque cualitativo. Los resultados resaltan la importancia de crear estrategias lúdico-pedagógicas dirigidas al desarrollo de la motricidad gruesa, que incluyan actividades enfocadas en el equilibrio dinámico y estático, así como la implementación de parámetros de medición para su evaluación y análisis. En las conclusiones, el autor enfatiza que las estrategias principales a adoptar incluyen la enseñanza en espacios abiertos, la integración de juegos tradicionales, el uso de tecnologías de la información y la comunicación, actividades al aire libre, prácticas deportivas, la participación familiar en actividades, la inclusión en eventos culturales y artísticos, y un enfoque en la seguridad y el sentido de pertenencia.

En relación con el diseño de estrategias didácticas para promover el desarrollo de la motricidad gruesa, Rodríguez y Useche (2022) llevaron a cabo un estudio titulado "Diseño de estrategias lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes de transición del colegio Distrital CEDID". Su objetivo fue destacar la importancia de la actividad lúdica como un enfoque pedagógico para mejorar las habilidades motoras y corporales de los estudiantes. La investigación se basó en un enfoque cualitativo. En resumen, los autores buscaron abordar no solo “el problema de los estudiantes, sino encontrar soluciones a través de actividades escolares lúdicas que fortalezcan la motricidad gruesa de los estudiantes” (p. 3). Por lo tanto, desarrollaron una serie de actividades lúdicas que contribuyeron al fortalecimiento de habilidades básicas y capacidades físicas, como la agilidad, coordinación, equilibrio y juegos competitivos.

En lo relacionado con el fortalecimiento de la motricidad gruesa en grados de primaria, Martínez (2021) en su investigación “Estrategia lúdica para el fortalecimiento de la motricidad fina y gruesa en estudiantes del grado preescolar”. Pretende diseñar e implementar una estrategia lúdica que permita fortalecer la motricidad fina y gruesa en los estudiantes del grado preescolar. Este trabajo se desarrolló desde el enfoque cualitativo descriptivo. El autor encontró que los estudiantes de grado preescolar presentan dificultades en el área motriz gruesa y fina debido a eso se generó una propuesta de intervención que contiene actividades lúdicas que se pueden realizar de manera individual o grupal y así favorecer la coordinación, equilibrio, elasticidad y el desarrollo motriz.

Entre las conclusiones expuestas por el autor hace énfasis en que “a través de los instrumentos de diagnóstico se conoce en parte la realidad del desarrollo de las habilidades motrices de los estudiantes” (p. 30). Y que “el juego favorece el aprendizaje significativo y el desarrollo integral de niños y niñas” (Martínez, 2021, p. 2).

En cuanto a la relevancia de la educación física y sus estrategias para mejorar la motricidad, Medina (2023) realizó una investigación titulada "Formulación de una secuencia didáctica de actividades en educación física, en un contexto escolar Indígena Nasa, para fortalecer la motricidad gruesa, de niños y niñas, de la Escuela Centro Docente Rural Mixto Ullucos, Municipio Resguardo Indígena de Jambaló (Cauca)". El principal objetivo fue “mejorar la motricidad gruesa de los niños y niñas de la Escuela Centro Docente Rural Mixto Ullucos, Municipio Resguardo Indígena de Jambaló” (Medina, 2023, p. 7) mediante “una secuencia didáctica de actividades en educación física, en un contexto escolar Indígena Nasa” (Medina, 2023, p. 7). Esta investigación adoptó un enfoque cualitativo y un diseño de estudio explicativo.

Entre los resultados y según el docente del área de educación física, se evidencia un problema de coordinación motriz durante las clases de educación física, determinados estudiantes no desarrollan de forma adecuada “ejercicios de lanzamiento y gestos, de desplazamiento, de combinación de acciones, esquivar, saltar alternadamente, combinar secuencias de movimientos, y/o anticiparse a la reacción de otros aspectos significativos que complementan exitosamente la motricidad gruesa del niño y niña” (Tacan, 2022, p. 7) es por esta razón que lleva a implementar una secuencia de actividades lúdicas dirigidas a estas falencias. En conclusión, el autor “propone la secuencia didáctica como una herramienta que permitirá mediante su aplicación la minimización de las debilidades que se identifiquen en la motricidad gruesa” (Tacan, 2022, p. 63) y así lograr “la maduración espacial, el dominio corporal dinámico, y el dominio corporal estático, con los cuales, los niños y niñas interiorizan su esquema corporal, alcanzan un dominio motriz amplio, y una armonía en sus movimientos” (Medina, 2023, p. 63).

En referencia a la motricidad gruesa, Tacan (2022), en su investigación "Fortalecimiento de la condición física y motricidad gruesa de adolescentes y jóvenes del Centro Crecer Fontibón", propone la implementación de una estrategia lúdica denominada "Olimpiadas de Motricidad

Gruesa". El objetivo principal es fortalecer la condición física y la motricidad gruesa de los participantes, así como evaluar el proceso final de aplicación de esta estrategia lúdica. La metodología utilizada en el proyecto se enmarca en un enfoque cualitativo, siendo de tipo investigación acción.

El autor justifica su investigación en los acontecimientos globales del año 2020, cuando una gran parte de la población se vio obligada a entrar en confinamiento debido a la pandemia. Durante este periodo, el área de educación física notó una disminución en la condición física y en las habilidades de motricidad gruesa, especialmente en personas con discapacidad intelectual, durante el proceso gradual de reintegración a las actividades presenciales. En las conclusiones, el autor resalta que la propuesta lúdica surge de la observación realizada por el área de educación física al recibir a los participantes del Centro Crecer de Fontibón durante el regreso a las clases presenciales. Los precedentes presentados mediante los conceptos resaltan la relevancia de aplicar tácticas recreativas y series de acciones destinadas a mejorar aspectos como la motricidad, aprovechando entornos escolares como las clases de educación física. De esta manera, se busca redefinir los enfoques de enseñanza tradicionales con el objetivo de potenciar los procesos educativos desde la perspectiva del docente.

1.4.1.3 Regionales. De acuerdo con Moreno y Medina (2023), en su investigación titulada "Habilidades motoras fundamentales y trastornos del aprendizaje en estudiantes de primaria", se examinaron 14 niños de 6 a 11 años que presentaban un riesgo de enfrentar dificultades en el aprendizaje. Estos niños fueron sometidos a evaluaciones utilizando la batería BANETA y la batería de habilidades motoras básicas. Los resultados revelaron asociaciones entre las habilidades motoras de manipulación y estabilidad con aspectos como la percepción visual, la escritura y la memoria. Como conclusión, se estableció que las habilidades motoras fundamentales están vinculadas con los trastornos del aprendizaje, mostrando dificultades moderadas en los procesos cognitivos y motores de los participantes.

1.4.2 Marco teórico

En el desarrollo de la presente investigación se reconocen dos variables cuya conceptualización,

permitirá dar estructura teórica a la propuesta de educación física, mediante el circuito Esas variables son: actividad física, Área de educación física en la escolaridad, orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte, documento 15 del Ministerio de Educación Nacional (MEN, 2010), Motricidad, Motricidad grueso, capacidades físicas, resistencia, Fuerza, Fuerza Máxima, Fuerza Velocidad, Fuerza Resistencia, Velocidad, Velocidad de desplazamiento, Velocidad de reacción, Velocidad gestual, Flexibilidad, Coordinación motriz y Circuito de acción motriz.

De acuerdo con esto, es preciso abordar el constructor de educación física, desde los distintos conceptos que lo componen, tales como: competencia, emoción, inteligencia emocional, competencia emocional y formación del estudiante. De tal modo que esta integración permita comprender el nuevo horizonte que se propone para la educación contemporánea en la que se hace necesaria una constante reinterpretación de la realidad que se adecue y propenda por el mejoramiento de las formas de vida del ser humano. Por lo tanto, se intenta convocar aquí, teorías que sirvan como sustento y lente preciso que permitan suscitar sentidos a la vez que comprender las relaciones expuestas. Se presentarán los aportes teóricos en un orden arbitrario, con la intencionalidad, no de jerarquizar sino para que el lector tenga un norte del cuerpo de referentes teóricos que se van a abordar.

Círculo de acción motriz

Un circuito de acción motriz en niños es una estrategia pedagógica y recreativa diseñada para estimular y desarrollar de manera integral las habilidades motoras de los más pequeños. Este circuito consta de una serie de estaciones o actividades dispuestas de manera secuencial, cada una diseñada para trabajar aspectos específicos de la motricidad, coordinación y equilibrio de los niños. Las estaciones del circuito pueden incluir desafíos como carreras de obstáculos, saltos, lanzamientos de pelotas, equilibrio sobre superficies inestables, entre otras actividades lúdicas. Cada estación se centra en objetivos particulares, como mejorar la coordinación o fortalecer la capacidad de equilibrio, mientras que el conjunto del circuito busca promover un desarrollo motor completo.

Este enfoque tiene beneficios significativos, ya que no solo ayuda en la adquisición de habilidades motrices básicas, sino que también fomenta la socialización, la cooperación y la diversión entre los niños. Además, los circuitos de acción motriz pueden adaptarse a diferentes niveles de habilidad, permitiendo a cada niño participar y progresar a su propio ritmo. El diseño del circuito debe ser creativo y atractivo, utilizando colores llamativos, materiales seguros y temáticas que capten la atención de los niños. La supervisión de un adulto ya sea un educador físico o un maestro, es esencial para garantizar un entorno seguro y para brindar orientación y apoyo a los niños durante el circuito (Vargas, 2018).

En resumen, los circuitos de acción motriz no solo ofrecen una experiencia divertida y dinámica para los niños, sino que también constituyen una herramienta educativa valiosa para promover un desarrollo motor saludable y equilibrado en la etapa inicial de sus vidas, en resumen, el circuito es una estrategia pedagógica efectiva en la educación física, ya que puede adaptarse a diferentes niveles y habilidades, y puede ser utilizado en una variedad de formatos y espacios, por ende, se mencionan las siguientes especificaciones:

- Un circuito consiste en una serie de estaciones o actividades físicas que se realizan en un orden específico. Cada estación puede enfocarse en diferentes habilidades físicas, como la fuerza, la velocidad, la flexibilidad y la coordinación.
- Los circuitos se pueden adaptar para diferentes niveles de habilidad y edad, lo que los hace una estrategia pedagógica efectiva en la educación física. Los estudiantes pueden trabajar a su propio ritmo y nivel de habilidad, y los circuitos pueden ser diseñados para desafiar a los estudiantes a mejorar su rendimiento físico y desarrollar nuevas habilidades. (Vargas, 2018, p. 41)
- De igual manera, los circuitos se pueden utilizar en una variedad de formatos, desde estaciones fijas en un gimnasio hasta circuitos al aire libre en un campo o parque. Esto permite a los profesores adaptar la educación física la estrategia a diferentes espacios y recursos disponibles. (Vargas, 2018, p. 38)

Motricidad

La motricidad hace referencia a la capacidad de cualquier ser vivo de generar movimiento o desplazarse, también alude específicamente a la capacidad que tiene las personas sobre el dominio del cuerpo, según Rubio y Espinoza (2023) la motricidad se configura como un proceso, el cual constituye la creación de movimiento a partir del reflejo, en otras palabras, es la reacción mediada a partir de reacciones inmediatas, las cuales son acciones planeadas a simples respuestas de estímulos externos, así como la interacción de respuestas a través de la reproducción de patrones preestablecidos.

En consonancia con lo anterior, es crucial destacar que el desarrollo de la motricidad no solo es un componente fundamental, sino también un proceso continuo que se inicia desde el mismo nacimiento. A lo largo de las etapas tempranas de la vida, los individuos van adquiriendo progresivamente habilidades motoras, como pararse, caminar, correr, entre otras, que constituyen hitos importantes en su desarrollo físico y cognitivo. Este proceso de aprendizaje motor implica una interacción compleja y coordinada entre los músculos, las articulaciones y el sistema nervioso, como lo señala (Alonso y Pazos, 2020).

La adquisición de estas habilidades motoras es mucho más que simplemente dominar gestos físicos; es un reflejo de la interconexión dinámica entre el sistema neuromuscular y el entorno que rodea al individuo. Este entendimiento subraya la importancia de cultivar y fortalecer la motricidad desde las primeras etapas de la vida, reconociendo que cada habilidad adquirida no solo impulsa la autonomía física, sino que también contribuye al desarrollo cognitivo, emocional y social del individuo. La Educación Física, en este sentido, se erige como un pilar esencial en el acompañamiento de este proceso, proporcionando las herramientas y el entorno propicio para potenciar la adquisición de habilidades motrices de manera integral y saludable. De igual manera, Alonso y Pazos (2020) delimita a la motricidad como la forma en que se expresa un ser humano, siendo este un acto intencionado y consciente, el cual inmiscuye a las características físicas y factores subjetivos, los cuales están implícitos dentro del proceso natural de la complejidad humana, concibiendo al cuerpo como una consciencia del sujeto y no solo como un objeto.

Motricidad gruesa

Este tipo de habilidad motora forma parte de la psicomotricidad y se refiere a los movimientos amplios y generales que comienzan a desarrollarse desde el nacimiento, cuando el niño empieza a mover todos los músculos de su cuerpo. Según Osorio-Rivera et al. (2019), la motricidad gruesa implica el uso global del cuerpo para llevar a cabo acciones y movimientos que involucran a grandes grupos de músculos, y está asociada con el dominio corporal, la lateralidad, la coordinación general y el equilibrio. En este contexto, el desarrollo motor grueso se entiende como el cambio gradual en el comportamiento motor a lo largo de la vida, el cual es influenciado por la interacción entre las demandas de las actividades requeridas, la biología individual y las condiciones ambientales (Bermúdez et al., 2018).

En línea con lo planteado por Domínguez et al. (2022), es esencial subrayar que el desarrollo de la motricidad gruesa no solo es un fenómeno constante, sino que además presenta cambios notables durante los primeros años de vida. Este período crítico es testigo de transformaciones significativas, donde los niños experimentan una progresión desde movimientos descontrolados hacia un autocontrol más refinado, todo ello gracias a la maduración progresiva del cerebro. En este contexto, la percepción sensorial emerge como un componente clave en el proceso de desarrollo motor, actuando como guía para el individuo en su interacción con el entorno.

Los niños transitan por una dependencia sensorial progresiva, donde la información sensorial influye de manera fundamental en la mejora de su coordinación y control motor. Este trayecto no solo implica el dominio de habilidades motrices fundamentales, como gatear, caminar o correr, sino que también abarca la capacidad de adaptarse y responder de manera efectiva a estímulos sensoriales. La comprensión detallada de este proceso no solo es valiosa para los educadores y profesionales de la salud, sino que también destaca la importancia de proporcionar experiencias sensoriales enriquecedoras y variadas durante la infancia, así como la relevancia de la Educación Física en facilitar y optimizar este desarrollo motor integral.

Estrategia pedagógica

Según Arrate-Hernández (2020), las metodologías de demostración se definen como un conjunto de actividades planificadas y ejecutadas de manera precisa para alcanzar un objetivo específico. En términos simples, estas metodologías comprenden los procedimientos que se emplean utilizando diversas técnicas de recopilación de datos, lo que permite a los educadores fortalecer los procesos de visualización al aprovechar los elementos disponibles. Además, en consonancia con el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), se contempla la aplicación de dispositivos mecánicos, los cuales se utilizan para potenciar las prácticas educativas al facilitar el procesamiento de grandes cantidades de datos.

En este entorno, la innovación puede desempeñar un papel fundamental al facilitar el acceso generalizado a la educación, cerrar la brecha de aprendizaje, apoyar el crecimiento profesional de los educadores, mejorar la calidad y relevancia de la enseñanza, fortalecer la coordinación, así como optimizar la gestión y organización de la instrucción (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2019). Con la creciente influencia de las nuevas tecnologías en la vida cotidiana, surgen una serie de ventajas que transforman el proceso de enseñanza, como la introducción de entornos virtuales de aprendizaje, juegos educativos y simulaciones computarizadas. Estas herramientas proporcionan un ambiente más cómodo y atractivo para los estudiantes, fomentando una participación más activa durante las clases.

Educación física

La Educación Física se configura como una disciplina obligatoria de acuerdo con las directrices del Ministerio Nacional y se establece como una materia académica fundamental en todos los niveles educativos. Según los autores Posso-Pacheco et al. (2022), su responsabilidad radica en contribuir al desarrollo físico de los estudiantes, desempeñando un papel de suma importancia en la vida de las personas, especialmente durante los primeros años de formación. En esta etapa, los niños adquieren destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su vida cotidiana, representando un proceso fundamental en la construcción de su proyecto de vida, según las directrices del Ministerio de Educación Nacional (MEN, 2006).

Mediante esta área, los estudiantes pueden expresar su espontaneidad, estimular su creatividad y, sobre todo, aprender a conocer, respetar y valorarse a sí mismos y a los demás. Por tanto, la participación en diversas actividades como juegos, recreación, deporte y actividades lúdicas es crucial (Universidad Católica San Antonio de Murcia España [UCSAM], 2008). Es importante destacar que, a pesar de la importancia de esta área en la educación primaria, muchas instituciones aún no reconocen su relevancia debido a la falta de comprensión sobre ella como disciplina. El movimiento contribuye al proceso de formación integral del individuo, beneficiando tanto su desarrollo personal como social. “Si la Educación Física se establece como un proceso pedagógico continuo, se pueden sentar bases sólidas que permitan una integración y socialización adecuadas, asegurando una continuidad para el desarrollo y la especialización deportiva en la vida futura del estudiante” (Posso-Pacheco et al., 2022, p. 96).

Actividad física

Cuando nos referimos a la actividad física, generalmente se hace alusión a la educación física, ya que esta última actúa como una promoción para fomentar la práctica de la actividad física. Asimismo, la actividad física se concibe como una parte de los hábitos comunes a los seres humanos, según Llosa et al. (2020) define la actividad física como cualquier movimiento corporal que resulta de la contracción de los músculos y requiere un gasto de energía por parte del cuerpo. Es importante destacar que la actividad física no se equipara al ejercicio físico o al deporte, ya que el ejercicio físico es una forma planificada y estructurada de actividad física que implica la repetición de movimientos específicos con el propósito de mejorar o mantener alguno de los componentes de la aptitud física.

Entendiendo lo anterior, un claro ejemplo es la caminata planificada, correr o trotar, ejercicios de fortalecimiento muscular realizado en un gimnasio, entre otros, como se menciona anteriormente esta es una actividad física planificada en la cual se tiene en cuenta el tipo de ejercicio, la intensidad y la frecuencia en la que se va a practicar y la forma en la que se progresa (UCSAM, 2008); por su parte, el deporte se diferencia de las dos anteriores por ser la unión de ellas, pero sujeta a reglas o normas concretas.

Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte, documento 15 MEN

Las pautas pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte son un documento esencial que proporciona el fundamento teórico necesario para el proceso de enseñanza de esta asignatura o disciplina. Este documento define su objeto de estudio como “la capacidad del cuerpo humano para adoptar posturas y realizar movimientos que promuevan su desarrollo y mejoren su condición física” (MEN, 2010, p. 7).

El trabajo en el ámbito de Educación Física, Recreación y Deporte promueve el enriquecimiento del pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la actividad lúdica del estudiante. Además, contribuye al desarrollo de sus competencias básicas al brindarle la oportunidad de fortalecerse físicamente, controlar sus emociones frente al éxito y al fracaso, coordinar acciones para alcanzar metas específicas, gestionar de manera dinámica el tiempo y el espacio, enfrentar desafíos que requieren grandes esfuerzos y resolver problemas de manera ágil (MEN, 2010).

Orientaciones curriculares para la educación física, recreación y deportes en educación básica y media MEN

El área de Educación Física, Recreación y Deporte (EFRD) se posiciona como un componente esencial en la formación humana, aportando un valioso potencial tanto disciplinar como pedagógico. Su influencia no solo se limita a la mejora del rendimiento físico y la promoción de hábitos saludables, sino que también se consolida como una fuerza movilizadora de contenidos educativos y un catalizador clave en la implementación de proyectos transversales de desarrollo humano y social. Según Quilindo (2023), la EFRD emerge como una herramienta multifacética que trasciende los límites convencionales de la enseñanza, brindando oportunidades para el desarrollo integral de habilidades cognitivas, socioemocionales y motoras.

Además, esta área desempeña un papel activo en la promoción de valores como la cooperación, la disciplina y la inclusión, contribuyendo así a la construcción de ciudadanos responsables y comprometidos con su bienestar y el de la sociedad. La EFRD se presenta como un terreno fértil

donde convergen la educación y la actividad física, generando un impacto positivo en la calidad de vida de los individuos y en la configuración de una sociedad más saludable y equitativa. Las orientaciones que se predisponen para el área de EFRD se encuentran distribuidas en cinco (5) capítulos, los cuales fundamentan los componentes específicos y coadyuvan la unidad a un currículo integrado en sus concepciones epistemológicas y pedagógicas; de igual manera, cada una de las secciones permite conocer los contextos de implementación de una propuesta que contribuye de manera sensible el desarrollo integral de las personas (MEN, 2022).

Capacidades físicas

Las características o habilidades físicas, según lo definido por Carrillo et al. (2020) constituyen los elementos esenciales que integran la condición física de un individuo. Estas cualidades reflejan las predisposiciones o potencialidades innatas que cada persona posee y que, a pesar de su origen genético, pueden mejorarse mediante un entrenamiento adecuado. Se destacan por desempeñar un papel crucial en la facilitación del movimiento y el mantenimiento del tono postural, teniendo una influencia directa en la capacidad motora y el rendimiento deportivo.

En este contexto, la mejora del rendimiento físico se presenta como un objetivo primordial, y el entrenamiento de las diferentes capacidades físicas emerge como un factor elemental para alcanzar dicho propósito. Este enfoque implica un abordaje integral que abarca diversas capacidades, cada una contribuyendo de manera única al desarrollo físico general. Entre las capacidades físicas esenciales se incluyen la resistencia, la fuerza, la velocidad, la flexibilidad y la coordinación, cada una desempeñando un papel distintivo en el logro de un rendimiento óptimo. En este sentido, reconocer y potenciar estas capacidades físicas no solo es esencial para el ámbito deportivo, sino también para promover una vida activa y saludable. La comprensión de la importancia de estas capacidades no solo resalta su relevancia en el rendimiento atlético, sino que también subraya su contribución significativa a la salud integral y el bienestar físico de cada individuo (Carrillo et al., 2020).

Resistencia

Considerada como una de las habilidades físicas fundamentales, la resistencia se define como la capacidad de mantener un esfuerzo prolongado sin experimentar una reducción significativa en el rendimiento físico, lo que permite retrasar la fatiga a través de un proceso aeróbico. En otras palabras, la resistencia es la habilidad del cuerpo para tolerar un esfuerzo físico durante el máximo tiempo posible. Según Moreira, y Sanchez (2021), la resistencia se refiere tanto a la capacidad física como psicológica de un individuo para resistir el cansancio durante esfuerzos que se consideran relativamente prolongados, así como su capacidad para recuperarse eficientemente después de dichos esfuerzos.

En concordancia con este planteamiento, la resistencia como componente crucial de la condición física, se puede subdividir en dos categorías distintas: la resistencia aeróbica y la resistencia anaeróbica. Ambas modalidades operan de manera diferente, aunque comparten un denominador común al estar condicionadas por la necesidad del cuerpo de suministrar oxígeno para la recuperación muscular. La resistencia aeróbica implica la capacidad del organismo para mantener esfuerzos prolongados que requieren oxígeno, como correr a larga distancia, mientras que la resistencia anaeróbica se refiere a la capacidad de realizar esfuerzos intensos y cortos sin depender principalmente del oxígeno, como en el levantamiento de pesas.

Ambas formas de resistencia son fundamentales en la optimización del rendimiento físico, ya que cada una se adapta a las demandas específicas de diferentes actividades físicas. La mejora de la resistencia destaca Gallardo et al. (2023), es esencial para el acondicionamiento físico general, ya que un nivel óptimo de resistencia permite a los individuos enfrentar con eficacia las demandas físicas de la vida cotidiana y las actividades deportivas. La resistencia, al ser un componente moldeable y mejorable mediante el entrenamiento adecuado, ofrece oportunidades significativas para potenciar el rendimiento físico y alcanzar niveles más altos de salud y bienestar. Su comprensión y entrenamiento sistemático se presentan como elementos clave en la búsqueda de un estilo de vida activo y saludable, resaltando así su importancia en la promoción de una condición física óptima y sostenible.

Fuerza

La fuerza, como componente esencial de la condición física, se define como la capacidad de vencer o superar una resistencia a través de esfuerzos musculares o contracciones musculares, según lo señala Chacón y Machado (2021) esta definición resalta la naturaleza versátil de la fuerza, ya que no se limita simplemente a la generación de movimiento, sino que también abarca la capacidad de generar tensión intramuscular en situaciones donde el cuerpo se opone a una resistencia, incluso sin movimiento aparente. Es importante destacar que la fuerza no se manifiesta de manera homogénea y que existen diversas clases de fuerza, cada una con características específicas. Para diferenciar estas manifestaciones de la fuerza, es crucial comprender las formas en que se expresan. Además, es fundamental reconocer que estas formas de fuerza son susceptibles de mejora a través del entrenamiento y el acondicionamiento físico.

En este sentido, Quispe y Aguirre (2024) distingue tres tipos principales de fuerza: la fuerza máxima, que se refiere a la capacidad de generar la mayor cantidad de fuerza en un solo esfuerzo; la fuerza resistencia, que implica la capacidad de mantener esfuerzos repetidos a lo largo del tiempo; y la fuerza explosiva, que se centra en la capacidad de generar rápidamente una gran cantidad de fuerza en un corto período. La comprensión de estas distintas manifestaciones de la fuerza y su mejora potencial mediante el entrenamiento brinda una perspectiva integral para aquellos que buscan optimizar su rendimiento físico y alcanzar objetivos específicos de acondicionamiento.

Fuerza máxima

La fuerza máxima, catalogada como una componente esencial de la condición física, se define como la capacidad intrínseca de los músculos para generar la máxima tensión muscular posible. Este tipo de fuerza se despliega especialmente en situaciones que requieren movilizar cargas significativas, donde la aceleración del movimiento no es prioritaria. Un ejemplo paradigmático de esta manifestación de fuerza se encuentra en la halterofilia, un deporte donde la velocidad del movimiento es mínima, y el énfasis recae en levantar pesas pesadas en pocas repeticiones. En este contexto, el objetivo principal no es la rapidez del gesto, sino la capacidad de los músculos para

generar una tensión intensa, superando la resistencia impuesta por la carga.

Es esencial destacar que el desarrollo de la fuerza máxima requiere un enfoque específico en el entrenamiento, que puede incluir el uso de cargas elevadas y un número reducido de repeticiones. Este tipo de entrenamiento no solo fortalece los músculos, sino que también contribuye al aumento de la densidad ósea y la resistencia de los tejidos conectivos, promoviendo así una mejora integral en el rendimiento físico y reduciendo el riesgo de lesiones. El reconocimiento de la fuerza máxima como una capacidad física distintiva subraya la importancia de una planificación adecuada del entrenamiento, adaptada a los objetivos individuales y las demandas específicas de cada actividad física o deporte. Además, resalta la necesidad de comprender las diferentes manifestaciones de la fuerza para optimizar su desarrollo y aplicar estrategias de entrenamiento específicas que conduzcan a un rendimiento físico más completo y eficaz (Valencia et al., 2023).

Fuerza velocidad

La fuerza explosiva, también conocida como potencia muscular, representa la capacidad inherente de los músculos para conferir a una carga la máxima aceleración posible. En este caso, la velocidad del movimiento alcanza su punto álgido, lo que implica una capacidad única para generar fuerza en períodos breves de tiempo. Este tipo de fuerza desempeña un papel crucial en el rendimiento de actividades que demandan una rápida y enérgica explosión de movimiento, siendo esencial en disciplinas deportivas como el salto vertical, el lanzamiento de peso, y en deportes de raqueta que requieren respuestas rápidas y ágiles (Valencia et al., 2023).

La fuerza explosiva se caracteriza por la capacidad de los músculos para generar una intensa fuerza en un intervalo de tiempo mínimo, lo cual es vital en situaciones donde la rapidez y la agilidad son determinantes para el éxito. Este tipo de fuerza implica la coordinación precisa de unidades motoras y una eficiente transmisión de la energía generada por los músculos hacia el movimiento específico. El entrenamiento de la fuerza explosiva implica estrategias específicas, como ejercicios pliométricos y de alta velocidad, diseñados para mejorar la capacidad del sistema neuromuscular para generar rápidamente fuerza máxima. Además, el desarrollo de la fuerza explosiva no solo contribuye al rendimiento deportivo, sino que también tiene aplicaciones

significativas en la vida diaria, mejorando la capacidad de respuesta, la coordinación y la eficacia en actividades que requieren movimientos rápidos y potentes.

Fuerza resistencia

La resistencia muscular, componente fundamental de la condición física, se define como la capacidad intrínseca de los músculos para soportar la fatiga generada por un esfuerzo prolongado que implica numerosas contracciones musculares repetidas. En términos más sencillos, es la fuerza necesaria para llevar a cabo actividades que demandan un esfuerzo continuo y extendido en el tiempo (Valencia et al., 2023). Este tipo de fuerza es esencial en situaciones donde la duración y la consistencia del esfuerzo son determinantes, como en deportes de resistencia, correr distancias largas, ciclismo de larga distancia o cualquier actividad que implique una prolongada exigencia muscular.

El entrenamiento de la resistencia muscular implica enfoques específicos diseñados para mejorar la capacidad de los músculos para trabajar de manera eficiente durante periodos prolongados. Los ejercicios de resistencia, como correr largas distancias o realizar series de repeticiones con pesos moderados, contribuyen al fortalecimiento y la resistencia de los músculos, así como al desarrollo de la capacidad cardiovascular. Además de su importancia en el ámbito deportivo, la resistencia muscular también juega un papel vital en la promoción de la salud general y la capacidad funcional diaria. Un sistema muscular resistente y eficiente no solo mejora el rendimiento atlético, sino que también contribuye a la realización exitosa de tareas cotidianas que requieren un esfuerzo constante. En este sentido, el reconocimiento y la mejora de la resistencia muscular se revelan como elementos esenciales para mantener un estilo de vida activo y saludable.

Velocidad

La velocidad, considerada una de las habilidades físicas fundamentales más importantes para el rendimiento en actividades físicas de alto nivel, se describe como el proceso de realizar algún tipo de desplazamiento, ya sea parcial o completo del cuerpo, en el menor tiempo posible (Valencia et al., 2023). Su relevancia va más allá de disciplinas particulares, ya que influye directamente en el

rendimiento atlético y la eficacia en la ejecución de movimientos.

En el ámbito deportivo, la velocidad es un componente esencial para el éxito en disciplinas como atletismo, fútbol, baloncesto y muchas otras. Además, su mejora no solo se traduce en un rendimiento atlético superior, sino que también contribuye a la prevención de lesiones y a la optimización de la capacidad funcional en la vida cotidiana. El entrenamiento específico de la velocidad, que incluye ejercicios de sprint, cambios de dirección y movimientos técnicos rápidos, se presenta como una estrategia clave para potenciar esta capacidad y maximizar el potencial físico de los individuos.

Velocidad de desplazamiento

La velocidad de desplazamiento, una faceta crucial de la capacidad física, se define como la habilidad de recorrer una distancia en el menor tiempo posible. Este tipo de velocidad implica un desplazamiento que involucra todo el cuerpo mediante la repetición continua de una serie de acciones motrices que intervienen en los gestos del movimiento. La velocidad de desplazamiento se destaca por prolongar la acción durante períodos más extensos, lo que subraya la importancia de considerar cuidadosamente el suministro energético asociado (Valencia et al., 2023). En este contexto, la ejecución eficiente de movimientos repetitivos se convierte en un elemento central para alcanzar velocidades sostenidas a lo largo de una distancia. En disciplinas deportivas como la carrera de fondo, el ciclismo de larga distancia o el triatlón, la velocidad de desplazamiento desempeña un papel fundamental en el rendimiento.

La gestión adecuada del suministro energético se convierte en un factor crítico, ya que la capacidad de mantener una velocidad constante depende en gran medida de una distribución eficiente de la energía almacenada. La comprensión y mejora de la velocidad de desplazamiento requieren un enfoque integral que abarque tanto el aspecto técnico del movimiento como la capacidad fisiológica del cuerpo para mantener un rendimiento óptimo. El entrenamiento específico, que incluye práctica de gestos técnicos, resistencia cardiovascular y estrategias nutricionales, se presenta como un medio esencial para potenciar esta capacidad y garantizar un desempeño exitoso en actividades que demandan un desplazamiento continuo a altas velocidades.

Velocidad de reacción

La velocidad de reacción, una manifestación crucial de la capacidad física, se define como la habilidad de responder a un estímulo específico en el menor tiempo posible. Comúnmente conocido como tiempo de reacción, este concepto refleja el intervalo de tiempo que transcurre desde que un individuo recibe un estímulo hasta que se manifiesta la respuesta correspondiente. En otras palabras, la velocidad de reacción representa la celeridad con la que una persona puede procesar la información sensorial y ejecutar una acción motora en consecuencia. Este componente de la capacidad física es especialmente significativo en situaciones donde las respuestas rápidas y precisas son cruciales, como en deportes de raqueta, actividades de coordinación mano-ojo y en la toma de decisiones instantáneas durante situaciones competitivas. La velocidad de reacción, al ser un indicador vital de la agilidad mental y física, influye directamente en el rendimiento en diversas disciplinas.

Es importante destacar que la velocidad de reacción tiene una predisposición genética pronunciada y es menos influenciada por el entrenamiento en comparación con otras manifestaciones de velocidad (Valencia et al., 2023). Sin embargo, se pueden implementar estrategias para mejorar la eficiencia en la toma de decisiones y la ejecución rápida de movimientos mediante ejercicios específicos de entrenamiento cognitivo y práctica repetitiva. Aunque la velocidad de reacción puede tener un componente hereditario, su desarrollo y mejora aún son factibles a través de enfoques adaptados y entrenamiento sistemático, contribuyendo así a un rendimiento más ágil y eficiente en una variedad de contextos.

Velocidad gestual

La velocidad gestual, también conocida como velocidad segmentaria o velocidad de ejecución, se define como la capacidad de realizar un movimiento específico con una parte del cuerpo en el menor tiempo posible. Este tipo de velocidad se destaca por ser un gesto aislado que se repite de manera única en una secuencia. La velocidad gestual abarca una variedad de movimientos específicos que pueden incluir acciones como lanzar una pelota, golpear un objeto con una raqueta o realizar un movimiento técnico preciso en una disciplina deportiva.

En la velocidad gestual, diversos factores influyen en la ejecución rápida y precisa de un movimiento. Estos factores son de origen tanto fisiológico como físico, y abarcan desde la coordinación neuromuscular y la eficiencia biomecánica hasta la fuerza y la resistencia específicas del grupo muscular involucrado en el gesto. La integración de estos elementos es esencial para lograr una ejecución eficiente y rápida de movimientos específicos, siendo la capacidad de coordinar estos factores de manera óptima un determinante clave de la velocidad gestual.

En el ámbito deportivo, la velocidad gestual desempeña un papel fundamental en disciplinas donde la precisión y la rapidez en la ejecución de movimientos técnicos son cruciales. Los deportes como el tenis, el béisbol, la gimnasia y muchos otros requieren una alta velocidad gestual para alcanzar el éxito en competiciones de alto nivel. El entrenamiento específico, centrado en la mejora de la coordinación, la fuerza específica y la técnica del gesto, se presenta como una estrategia esencial para potenciar la velocidad gestual y optimizar el rendimiento en actividades que exigen movimientos rápidos y precisos (Valencia et al., 2023).

Flexibilidad

Entiendo a esta como la capacidad tienen las articulaciones para realizar movimientos con la mayor amplitud posible, esto sin brusquedad y sin conllevar la generación de posibles daños, se es necesario tener en cuenta que la flexibilidad no genera movimiento, sino que lo posibilita (Valencia et al., 2023), esta capacidad básica decrece o involuciona de manera acelerada desde muy temprana edad, a diferencia de las demás capacidades físicas. En el complejo entramado de capacidades físicas, la flexibilidad destaca como una cualidad intrínseca específica de ciertos grupos de articulaciones en el cuerpo humano. Es crucial comprender que abordar y potenciar la flexibilidad en un conjunto particular de articulaciones no implica automáticamente el desarrollo de esta capacidad en otras áreas anatómicas. En otras palabras, la flexibilidad es altamente específica y, por ende, su mejora requiere enfoques precisos y dirigidos a las regiones articulares pertinentes.

Es vital subrayar que la flexibilidad no debe confundirse con la movilidad articular ni la elasticidad muscular. Estas dos últimas constituyen un conjunto de acciones que facilitan tanto el desarrollo como la ejecución de la flexibilidad, pero son entidades distintas. La movilidad articular

se refiere a la amplitud de movimiento permitida en una articulación específica, mientras que la elasticidad muscular se relaciona con la capacidad de los tejidos musculares para estirarse y recuperarse. Ambos elementos son componentes esenciales que contribuyen al desarrollo general de la flexibilidad, pero es la flexibilidad la que encapsula la capacidad global del cuerpo para realizar movimientos amplios y controlados en diferentes planos y direcciones.

Abordar eficazmente la flexibilidad implica adoptar enfoques que promuevan el alargamiento y la relajación de los músculos y tejidos conectivos asociados a las articulaciones específicas de interés. La inclusión de ejercicios de estiramiento estático y dinámico, así como prácticas que fomenten la amplitud de movimiento, constituyen estrategias clave para potenciar la flexibilidad de manera holística. En última instancia, el entendimiento preciso de la flexibilidad y su distinción de otras capacidades relacionadas es esencial para diseñar programas de entrenamiento efectivos y lograr mejoras tangibles en la amplitud y funcionalidad de los movimientos corporales.

Coordinación motriz

La coordinación motriz se entiende como el resultado de las conexiones interneuronales que procesan información, la cual se almacena en la memoria neuromuscular para la formación de la imagen del gesto motor y su posterior reproducción o ejecución. Por esta razón, se puede afirmar que la coordinación motriz es un proceso aprendido (Mejía, 2020). De manera similar, se define la coordinación motriz como: El conjunto de habilidades que organizan y regulan de manera precisa todos los procesos parciales de un movimiento en función de un objetivo motor preestablecido. Esta organización implica un ajuste entre todas las fuerzas producidas, tanto internas como externas, teniendo en cuenta todos los grados de libertad del sistema motor y los cambios de la situación.

La coordinación motriz en niños de primaria juega un papel fundamental en el desarrollo físico y cognitivo, ya que implica la capacidad de controlar y organizar los movimientos de manera eficiente. Durante esta etapa crucial de crecimiento, los niños experimentan una rápida evolución en su coordinación, afectando directamente su habilidad para realizar tareas motoras diversas. La coordinación motriz engloba la integración de procesos neuromusculares que permiten a los niños

ejecutar movimientos precisos y fluidos, esenciales tanto para actividades cotidianas como para participar en juegos y deportes.

En la infancia, la coordinación motriz está estrechamente vinculada al desarrollo de habilidades motoras fundamentales, tales como correr, saltar, lanzar y atrapar. Estas habilidades no solo son esenciales para el juego y la recreación, sino que también contribuyen al desarrollo de la autoconfianza y la autoestima en los niños. A medida que perfeccionan su coordinación, los niños experimentan mejoras significativas en su capacidad para participar en actividades grupales, seguir instrucciones y enfrentar desafíos motores de manera exitosa.

El papel del educador físico y el entorno escolar son cruciales en el fomento de la coordinación motriz en niños de primaria. Programas de educación física que incluyan una variedad de actividades lúdicas y ejercicios específicos pueden potenciar la coordinación motriz de manera divertida y educativa. Además, al reconocer y apoyar las necesidades individuales de cada niño, se promueve un desarrollo coordinado y equilibrado. En definitiva, la promoción de la coordinación motriz en la etapa de primaria no solo beneficia la salud física de los niños, sino que también contribuye a un desarrollo integral, fortaleciendo aspectos emocionales, sociales y cognitivos de su crecimiento.

1.4.3 Marco conceptual

El marco conceptual se fundamenta en varias teorías y conceptos clave en el ámbito de la educación física y el desarrollo motor. La motricidad gruesa se refiere a las habilidades motoras que implican movimientos corporales amplios y el uso coordinado de los grandes grupos musculares. Este concepto es esencial en el desarrollo infantil, ya que forma la base para actividades físicas más complejas y contribuye al bienestar general del niño. La teoría del aprendizaje motor de Schmidt (1975) y la teoría ecológica de Gibson (1979) proporcionan un marco teórico para entender cómo los niños aprenden y perfeccionan estas habilidades a través de la práctica y la interacción con su entorno. Además, la pedagogía del circuito, basada en la teoría de la instrucción activa de Bruner (1966), enfatiza la importancia del aprendizaje experiencial y la participación activa en el desarrollo de competencias motoras. Integrar estos conceptos teóricos permite diseñar estrategias

pedagógicas efectivas que no solo mejoran la motricidad gruesa, sino que también fomentan un entorno de aprendizaje dinámico y motivador. Este marco conceptual guía el diseño y la implementación de la estrategia pedagógica propuesta, asegurando que las actividades sean basadas en principios sólidos y orientadas al desarrollo integral de los estudiantes.

En este documento, se realiza una integración exhaustiva y detallada de la definición de diversos términos fundamentales, los cuales desempeñan un papel indispensable en el desarrollo y conceptualización de la propuesta de investigación. Con el propósito de facilitar la comprensión y establecer un marco claro para el lector, se ha elaborado un glosario que abarca y explica en profundidad los conceptos clave pertinentes a la investigación propuesta. Este recurso glosario se presenta como una herramienta esencial para establecer un fundamento sólido y preciso, asegurando una interpretación coherente y unificada de los términos esenciales que guiarán el desarrollo y la ejecución del proyecto de investigación en cuestión.

Tabla 1

Conceptos principales

Conceptos Principales	Autores	Concepto
Motricidad gruesa	Domínguez et al. (2022)	La motricidad gruesa en la educación física para niños se refiere al desarrollo y control de los grandes movimientos musculares que involucran actividades como correr, saltar, trepar y lanzar. Estos movimientos son fundamentales para el desarrollo físico general de los niños, mejorando su coordinación, fuerza y equilibrio, y son esenciales para la participación en actividades deportivas y juegos físicos.
Circuito	Casco (2020)	Un circuito en educación física para niños es una serie de estaciones con diferentes actividades físicas diseñadas para mejorar habilidades motoras, coordinación y condición física. Los niños rotan entre las estaciones, realizando ejercicios como saltar, correr, trepar y lanzar, promoviendo así un desarrollo

Conceptos Principales	Autores	Concepto
Estrategia pedagógica	Jiménez et al. (2020)	<p>integral y dinámico en un entorno lúdico y motivador.</p> <p>Una estrategia pedagógica en educación física para niños es un enfoque planificado que utiliza métodos y actividades específicas para mejorar sus habilidades físicas y promover un estilo de vida saludable. Estas estrategias incluyen juegos, ejercicios y deportes adaptados para desarrollar coordinación, fuerza, y trabajo en equipo, asegurando una participación activa y divertida en el aprendizaje físico.</p>

1.4.3.1 Motricidad gruesa. La motricidad gruesa en niños se refiere al desarrollo y control de los movimientos musculares grandes y coordinados que involucran el uso de grupos musculares principales, como los de las piernas, brazos, espalda y abdomen. Según Domínguez et al. (2022) argumentan que “estos movimientos son esenciales para actividades fundamentales como caminar, correr, saltar, trepar y lanzar” (p. 58). Durante los primeros años de vida, los niños experimentan un rápido desarrollo en esta área, lo que les permite explorar su entorno y adquirir habilidades físicas básicas. A medida que los niños crecen, la motricidad gruesa se vuelve más refinada y precisa, permitiéndoles participar en actividades más complejas y desafiantes. El desarrollo adecuado de la motricidad gruesa en la infancia es crucial para el desarrollo general del niño, ya que proporciona una base sólida para el desarrollo de habilidades motoras finas, el rendimiento académico y el bienestar emocional y social.

1.4.3.2 Circuito. Un circuito para niños es un conjunto de actividades físicas organizadas en una secuencia diseñada para promover el desarrollo de habilidades motoras y físicas en los niños. Estas actividades suelen incluir una variedad de estaciones o estaciones donde los niños realizan ejercicios específicos, como correr, saltar, trepar, lanzar y equilibrarse. Los circuitos están diseñados para ser divertidos y desafiantes al mismo tiempo, brindando a los niños la oportunidad de mejorar su coordinación, fuerza, resistencia y habilidades motoras gruesas y finas. Además de los beneficios físicos, los circuitos también pueden fomentar el trabajo en equipo, la cooperación, la autoconfianza y la autoestima a medida que los niños superan obstáculos y completan las

diferentes actividades (Casco, 2020).

1.4.3.3 Estrategia pedagógica. Una estrategia pedagógica en niños se refiere a un plan o método sistemático diseñado por los educadores para facilitar el aprendizaje y el desarrollo integral de los niños. Estas estrategias están diseñadas para ser flexibles y adaptarse a las necesidades individuales de los niños, así como a las metas educativas específicas. Pueden incluir una variedad de enfoques, actividades y recursos didácticos para estimular el interés, la participación activa y el compromiso de los niños en el proceso de aprendizaje. Las estrategias pedagógicas efectivas tienen en cuenta los estilos de aprendizaje de los niños, sus intereses, habilidades y niveles de desarrollo, y buscan crear un ambiente de aprendizaje enriquecedor y estimulante que promueva el crecimiento cognitivo, emocional, social y físico de los niños.

Una estrategia pedagógica para fortalecer la educación física en niños implica la implementación de métodos y actividades diseñadas para mejorar sus habilidades motoras, coordinación, fuerza, y resistencia, al mismo tiempo que se fomenta un estilo de vida saludable. Los autores Jiménez et al. (2020), argumenta que, “estas estrategias pueden incluir juegos dinámicos, ejercicios estructurados, deportes adaptados y circuitos de actividades físicas que no solo son divertidos sino también desafiantes” (p. 56). Además, deben promover la participación activa de todos los niños, independientemente de sus niveles de habilidad, asegurando que cada uno tenga la oportunidad de desarrollar confianza y competencia en sus capacidades físicas. Incorporar elementos de trabajo en equipo, cooperación y metas personales también es crucial, ya que ayudan a los niños a aprender valores como el respeto, la disciplina y la perseverancia. En resumen, una estrategia pedagógica bien diseñada en educación física no solo mejora las aptitudes físicas de los niños, sino que también contribuye a su desarrollo emocional y social.

1.4.4 Marco contextual

La investigación se llevará a cabo en Pitalito, Huila, una entidad territorial que forma parte de la división política y administrativa de Colombia. Como entidad territorial, Pitalito posee autonomía para gestionar sus intereses, ejercer competencias, administrar recursos, establecer tributos y participar en las rentas nacionales. Situada al sur del departamento de Huila, Pitalito se encuentra

en la convergencia entre las cordilleras Central y Oriental. Aunque su topografía es mayormente montañosa, no presenta elevaciones significativas; solo pequeños afloramientos de las cordilleras que descienden hacia el valle de Laboyos. Las coordenadas del casco urbano del municipio son 1°51'14"N 76°3'5"O en el departamento de Huila, en la cuenca del río Magdalena, a 188 km de la capital de Huila, Neiva, y a 485,4 km de Bogotá.

Pitalito, con una población estimada por el DANE de 135,711 habitantes para el año 2019, se encuentra en la región Subsur del Departamento y se distingue como un punto clave en el sur de Colombia debido a su ubicación estratégica, que facilita la conexión con los departamentos del Cauca, Caquetá y Putumayo. Además, es conocido como "El Valle de Laboyos", parte del Macizo Colombiano y el Cinturón Andino, reconocido como Reserva de la Biosfera por la UNESCO desde 1972. Este municipio, el segundo más poblado del departamento de Huila, es el principal productor de café de Colombia, con el corregimiento de Bruselas como centro de producción y ganador en varias ocasiones del premio "Taza de la Excelencia". Debido a su ubicación en el Valle de Laboyos, los habitantes de Pitalito son conocidos como Saboyanos.

En cuanto a su ubicación geográfica, el municipio de Pitalito limita al norte con Saladoblanco, Elías y Timaná, al sur con Palestina y el Departamento del Cauca, al oriente con Acevedo, y al occidente con San Agustín e Isnos. La extensión territorial de Pitalito abarca 666 kilómetros cuadrados y presenta una diversidad de suelos determinada por su composición geológica. El municipio se caracteriza por sus ricos paisajes naturales, destacándose por la presencia de montañas con variados colores y un relieve que abarca zonas montañosas, terrazas, valles y vegas recientes.

Pitalito cuenta con una extensa red hidrográfica compuesta por quebradas que contribuyen al caudal de los ríos Guachicos y Guarapas, siendo estos sus principales afluentes. Dichos ríos confluyen en el área de Las Juntas; el río Guachicos desemboca en la margen derecha del río Magdalena, que atraviesa el municipio y recibe las aguas del río Bordonos por la margen izquierda, así como las del río Calenturas por el norte y las de la quebrada Matanzas por el sur.

Figura 3

Posición geográfica de Pitalito



Nota: Tomado de Google <https://lc.cx/Eb3YVh>

Mediante el acuerdo 015 del 30 de mayo de 2001 se divide el territorio Laboyano en cuatro (4) comunas y ocho (8) corregimientos, con sus respectivos límites denominaciones y normas, que regulan su organización y funcionamiento, quedando el municipio así:

1. Bruselas
2. La Laguna
3. Criollo
4. Villas del Norte (Chillurco)
5. La Esperanza (Palmarito)
6. Riveras del Guaparas (Charguayaco)
7. Guacacallo
8. Prados del Norte

Colegio Liceo Andakí

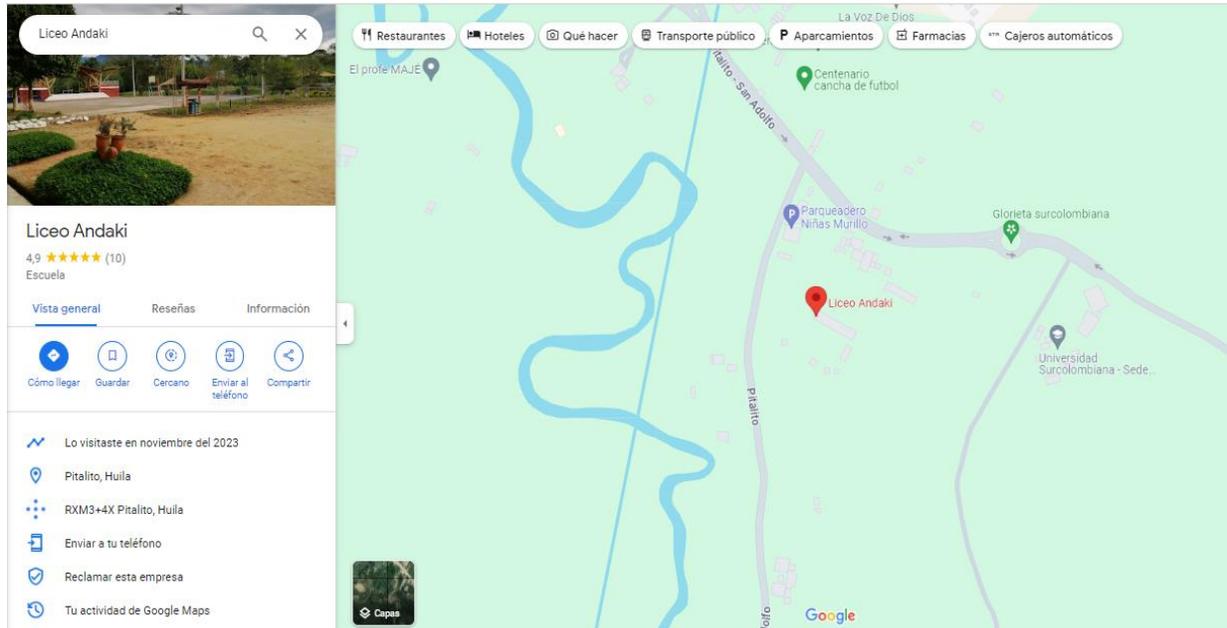
El Colegio Liceo Andakí, es una institución ubicada en el sector privado del municipio de Pitalito, Huila, siendo un proyecto pedagógico basado en el Hogar Juvenil Campesino, el cual hace parte de los Hogares Juveniles Campesinos de Colombia. Del mismo modo, los Hogares Juveniles Campesinos, son entidades sin ánimo de lucro, donde se ofrece el internado para personas que se encuentran retiradas del municipio de Pitalito o en el mismo, ubicadas principalmente en el campo. Es así que, inicialmente solo era el internado el que se ofrecía, pero teniendo la necesidad de la comunidad de una educación para personas externas.

A lo cual, se inició con el proceso del Colegio Liceo Andakí de Pitalito, Huila, brindando una educación formal y siendo respaldado por los directivos del Hogar Juvenil Campesino, principalmente se inició con los grados de 6° y 7° y cada año se aumentaba un grado teniendo en cuenta el incremento de estudiantes. El día de hoy, el Colegio brinda la oportunidad a la comunidad de tener una educación desde temprana edad, ofreciendo grados desde transición hasta 11°, dispone actualmente con más de 11 hectáreas para la educación de los niños y dejando separada cada una de las secciones que se ofrecen.

En este contexto, la investigación se desarrollará en la mencionada institución, enfocándose específicamente en los estudiantes pertenecientes al grado 2°, que cuenta con una matrícula de 24 niños. La elección de este nivel se justifica por la identificación de una problemática específica que se pretende investigar en este grupo particular. Vale la pena destacar que se trata de una institución educativa con un enfoque especializado en el ámbito agropecuario, lo que añade un componente distintivo al entorno escolar. Además, la institución ha diseñado ambientes propicios para mejorar la calidad de vida de los estudiantes, lo que contribuye a crear un contexto educativo idóneo para llevar a cabo el proyecto propuesto. La elección de este espacio no solo responde a su pertinencia temática, sino también a la posibilidad de obtener información valiosa que pueda impactar de manera significativa en el desarrollo educativo y personal de los niños involucrados.

Figura 4

Posición geográfica del Liceo Andaki



Nota: Tomado de Google mapas, <https://lc.cx/RKQW1M>

El colegio proporciona un entorno seguro y acogedor donde los niños se sientan cómodos y protegidos. Cuenta con Instalaciones bien mantenidas y áreas al aire libre seguras contribuyen a crear un espacio propicio para el aprendizaje. También cuenta con profesionales de la educación altamente capacitados y apasionados. Los docentes tienen habilidades pedagógicas sólidas, empatía y capacidad para adaptarse a las necesidades individuales de los estudiantes, se preocupa por el desarrollo emocional, social y físico de los niños. Es por ello que, este se centra en el reconociendo la importancia de las habilidades sociales y emocionales, un buen colegio integra programas que promueven la inteligencia emocional, la resiliencia y las habilidades para la vida.

1.4.5 Marco legal

El presente marco normativo tiene como propósito establecer las directrices para fomentar el desarrollo de la motricidad gruesa mediante la implementación de circuitos como estrategia pedagógica en el ámbito de la educación física. Esta legislación busca impulsar la entrega de una

educación física de alta calidad que contribuya al completo desarrollo motor de las personas. Reconoce la relevancia de una motricidad gruesa adecuada en el desarrollo integral del individuo y comprende su papel fundamental en la inculcación de hábitos saludables desde las etapas más tempranas de la vida, a través de la creación de un entorno de aprendizaje lúdico y motivador.

Este documento reconoce la educación física como un componente esencial del currículo, centrado en fomentar un enfoque integral en la formación de los individuos, donde el desarrollo de habilidades motrices se valora en igual medida que el progreso académico y emocional. En línea con los principios de igualdad de oportunidades, inclusión y equidad, el marco establece pautas para que la implementación de circuitos como estrategia pedagógica sea accesible para todos los estudiantes, sin importar sus habilidades o condiciones particulares. Los referentes legales considerados en este proyecto incluyen la Constitución Política de Colombia de 1991, la Ley General de Educación 115 de 1994, la Ley 181 de 1995 (Ley del Deporte), el Decreto 1860 de 1994 (Currículo Básico Nacional), la Resolución 1440 de 2018 (Estándares Básicos de Competencias en Educación Física), el Plan Nacional Decenal de Educación 2016-2026 y la Resolución 2309 de 1986 (Normas Técnicas sobre Educación Física).

Constitución Política de Colombia de 1991: La Constitución Política de Colombia reconoce la educación como un derecho fundamental y establece el deber del Estado de garantizar el acceso a una educación de calidad. De esta manera lo plantea el Artículo 67 el cual promueve la educación física y deportiva como componentes esenciales de la formación integral de los ciudadanos.

Ley General de Educación (Ley 115 de 1994): La Ley 115 de 1994 establece los principios y objetivos de la educación en Colombia. En su artículo 5, se establece que la educación debe promover el desarrollo integral de las personas, incluyendo aspectos físicos y motrices. Así mismo, está establecido en Artículo 23. “La educación física es obligatoria en los establecimientos de educación preescolar, básica y media, en todos sus grados, etapas y ciclos. La educación física se integrará al proceso pedagógico como un medio para el desarrollo integral del educando y el logro de los fines de la educación”

En estos se reconoce la educación física como una asignatura obligatoria en el currículo escolar.

Ley 181 de 1995 (Ley del Deporte): La Ley 181 de 1995 regula el deporte en Colombia y promueve la actividad física como parte fundamental del bienestar de la población. Esta ley establece la importancia de la educación física y el deporte escolar como instrumentos para promover la salud y la motricidad de los estudiantes.

Decreto 1860 de 1994 (Currículo Básico Nacional): El Decreto 1860 de 1994 establece las directrices para el currículo básico nacional en Colombia, entre ellas se encuentran:

- La educación física es obligatoria en todos los niveles educativos, desde preescolar hasta la educación secundaria.
- Busca promover el desarrollo integral de los estudiantes a través de la actividad física, fomentando valores como el trabajo en equipo, la salud, la recreación y la convivencia.
- Establecen contenidos específicos para la educación física, incluyendo actividades deportivas, juegos, ejercicios físicos y actividades al aire libre.
- Promueve la formación de hábitos saludables, la prevención de enfermedades y la importancia de la actividad física en la vida cotidiana.
- Reconoce la diversidad de capacidades y necesidades de los estudiantes, y se fomenta la inclusión de personas con discapacidad en las actividades físicas.
- Destaca la importancia de la formación de docentes especializados en educación física y se establecen requisitos para su formación y certificación.

De tal manera se puede decir que en el presente decreto se establecen las bases para la inclusión de la educación física en el sistema educativo colombiano, promoviendo el desarrollo integral de los estudiantes a través de la actividad física y fomentando valores relacionados con la salud y la convivencia.

Resolución 1440 de 2018 (Estándares Básicos de Competencias en Educación Física): La Resolución 1440 de 2018 del Ministerio de Educación Nacional de Colombia establece los estándares básicos de competencias en educación física para los diferentes niveles educativos. Esta resolución proporciona directrices específicas sobre los objetivos de la educación física y los niveles de desarrollo de las habilidades motrices que se esperan en los estudiantes.

Resolución 2309 de 1986 (Normas Técnicas sobre Educación Física): La Resolución 2309 de 1986 del Ministerio de Educación Nacional de Colombia establece las normas técnicas sobre educación física en los establecimientos educativos, incluyendo la promoción de la motricidad gruesa en los estudiantes.

Plan Nacional Decenal de Educación 2016-2026: El Plan Nacional Decenal de Educación establece las metas y estrategias para mejorar la calidad de la educación en Colombia. En él se resalta la importancia de la educación física y la promoción de estilos de vida saludables como parte integral de la formación de los estudiantes (MEN, 2017).

1.4.6 Marco ético

La ética es fundamental en cualquier proyecto de investigación, ya que garantiza que se respeten los derechos de los participantes y se sigan los estándares éticos establecidos para protegerlos. Además, la ética también promueve la integridad y la transparencia en la investigación. Es fundamental valorar y respetar las opiniones de los demás para fomentar un ambiente de diálogo y entendimiento, así mismo de las diferentes fuentes y personas que ayudan a enriquecer cada uno de los conocimientos, como lo son las citas y otros elementos de búsqueda. La investigación busca fortalecer la motricidad gruesa en niños de segundo grado mediante un circuito como estrategia pedagógica. Se respetará la dignidad y derechos de los niños participantes, protegiendo su bienestar físico y psicológico. "Se solicitará el consentimiento informado de los padres o tutores legales de los niños antes de su participación en las diferentes actividades que se desean realizar".

La participación de los niños será voluntaria y se podrán retirar en cualquier momento si lo desean, se protegerá la privacidad y confidencialidad de los participantes, usando los datos solo con fines académicos, no habrá discriminación en la selección de participantes, dando las mismas oportunidades a todos los niños, se buscará maximizar los beneficios y minimizar cualquier daño o molestia a los participantes si se llegará a detectar. Los riesgos y procedimientos utilizados se justifican por los beneficios, si se detectan problemas de salud o incapacidad en algún niño, se informará a los padres/tutores para que reciba la atención adecuada. Los resultados se comunicarán de forma veraz y precisa, no se ocultará ni manipulará información que contradigan las hipótesis

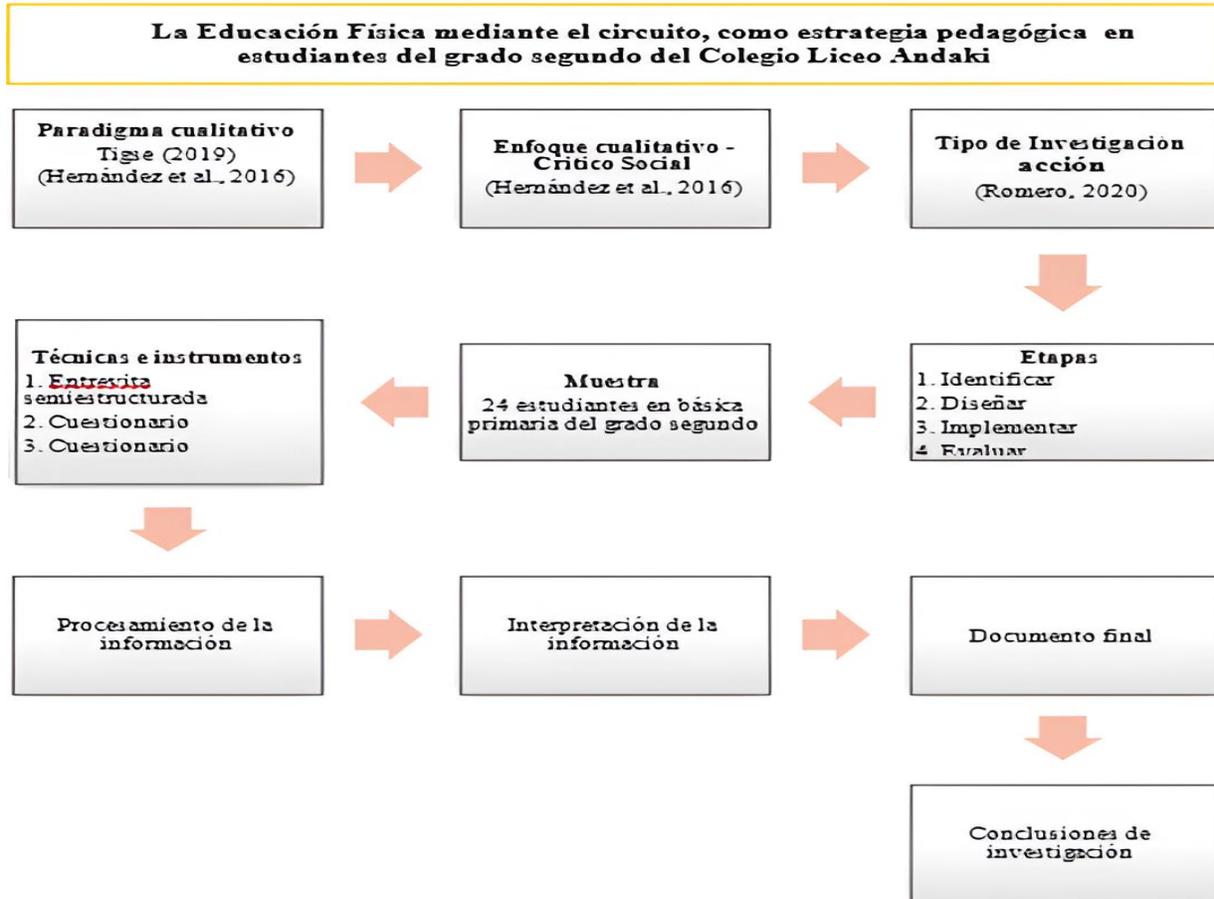
iniciales. Se dará el debido crédito a trabajos o ideas de otros autores, no se incurrirá en plagio intelectual. La investigación se realizará salvaguardando el bienestar, derechos y dignidad de los niños participantes, cumpliendo con principios éticos de respeto, justicia, honestidad y beneficencia.

1.5 Metodología

En esta sección metodológica se detallan los procedimientos y enfoques utilizados en la investigación titulada "El Circuito, Como Estrategia Pedagógica, Para Fortalecer La Motricidad Gruesa Desde La Educación Física, En Los Estudiantes Del Grado Segundo Del Colegio Liceo Andakí, Del Municipio De Pitalito, Departamento Del Huila." La metodología de esta tesis se estructura en varias fases, cada una diseñada para asegurar un análisis riguroso y completo del impacto del uso de circuitos en el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes. Se describen las técnicas de recolección de datos, los instrumentos utilizados, el diseño de las actividades del circuito, así como los métodos de análisis estadístico aplicados para evaluar los resultados. Este enfoque metodológico proporciona una base sólida para comprender cómo la estrategia del circuito puede influir en las habilidades motoras de los niños, ofreciendo una perspectiva integral sobre su efectividad y aplicabilidad en el contexto educativo del Colegio Liceo Andakí.

Figura 5

SEQ Grafica * ARABIC 2. Metodología



1.5.1 Paradigma de investigación

La investigación adoptará un enfoque cualitativo, específicamente un estudio cultural, con el propósito de comprender la lógica subyacente a las experiencias concretas de los participantes. Según lo argumentado por Hernández et al. (2016). Este enfoque se centra en explorar los pensamientos y las interacciones de los estudiantes en relación con su identidad cultural. Busca proporcionar una descripción detallada del fenómeno en estudio, abarcando tanto los pensamientos como las actitudes de aquellos involucrados en la construcción del proyecto.

Dentro del paradigma cualitativo, no existe una metodología rígida, lo que permite adaptarse a

las realidades específicas del contexto en estudio. Según Máxima (2020), este enfoque implica una participación activa del investigador en todas las actividades propuestas. Se destacan las ventajas de este método, como la posibilidad de establecer una comunicación directa con los sujetos estudiados, facilitar una relación horizontal con los grupos investigados, posibilitar una descripción y análisis detallado de los fenómenos, y la abundancia y diversidad de datos recolectados, lo que permite que otros investigadores lleguen a conclusiones diferentes e incluso continúen la investigación.

La presente investigación se enmarca en el paradigma constructivista, una perspectiva que se fundamenta en principios fundamentales para la comprensión y la mejora de los procesos educativos (Coll, 1993, como se citó en Tigse, 2019), destaca que el paradigma no debe considerarse como un conjunto rígido de recetas predefinidas, sino más bien como un conjunto dinámico de principios interrelacionados. Desde esta perspectiva, se abre la posibilidad de identificar problemas educativos y articular soluciones de manera flexible y adaptativa. Por ende, propone estrategias que son esenciales para lograr un aprendizaje significativo, interactivo y dinámico en los estudiantes.

En este enfoque, se reconoce la importancia de que los estudiantes participen activamente en la construcción de su propio conocimiento, promoviendo la reflexión, la experimentación y la colaboración. Este paradigma no solo se limita a proporcionar información, sino que busca crear ambientes de aprendizaje que despierten la curiosidad y el pensamiento crítico. Asimismo, el ofrece una explicación integral de los procesos de enseñanza-aprendizaje, considerando aspectos clave como el diagnóstico de las necesidades de los estudiantes, el análisis de los contextos educativos, la planificación de actividades.

De modo que, la toma de decisiones en el diseño de estrategias pedagógicas y la evaluación constante del proceso educativo. Este enfoque holístico reconoce la complejidad del acto educativo y propone un marco conceptual que guía la práctica docente hacia la consecución de objetivos educativos significativos y duraderos. En resumen, el paradigma adoptado en esta investigación no solo proporciona un enfoque teórico para abordar cuestiones educativas, sino que también sugiere prácticas pedagógicas que se alinean con la naturaleza activa y participativa del aprendizaje,

promoviendo un ambiente educativo enriquecedor y adaptativo.

1.5.2 Enfoque de investigación

Este proyecto de investigación sigue un enfoque cualitativo con perspectiva crítica social, ya que busca describir las experiencias obtenidas por cada uno de los participantes del proceso. En este sentido, Valladolid y Chávez (2020), señala que "el conocimiento de la realidad depende del sujeto que la conoce, de sus formas de percibir, sentir, actuar, propias de ese sujeto. Además, esta realidad se considera dinámica, cambiante y en permanente movimiento" (p. 5). Asimismo, la investigación como un enfoque para explorar y comprender el significado que los individuos o grupos atribuyen a un problema en común.

Según lo expuesto anteriormente, y a partir de la pregunta orientadora del proceso investigativo, se busca abordar los retos de la investigación crítico social, la cual debe ser a través de procesos abiertos y constantes, los cuales "comprometan a todas las personas e instituciones en un proceso para el cambio" (Valladolid y Chávez, 2020, p. 7). Permitiendo el desarrollo de un pensamiento crítico, desde posturas interiores y exteriores de lo que se critica, abriendo así espacio a la exploración. Del mismo modo, la dirección de la ejecución de este proyecto de investigación se guía por la fundamentación en el enfoque cualitativo, tal como lo señalan Hernández et al. (2016). Según estos autores, el enfoque cualitativo se emplea cuando el investigador inicia examinando directamente los hechos y, a lo largo del proceso, desarrolla una teoría coherente para representar lo que observa.

En otras palabras, se fundamenta en lo crítico social, que implica explorar, describir y generar juicios. En este contexto, se opta por el enfoque cualitativo para llevar a cabo esta investigación, con el objetivo de estudiar y observar hechos, comportamientos, conductas y actitudes que permitan identificar el desarrollo de las competencias emocionales. Este enfoque busca realizar un análisis inductivo mediante la recurrencia de los hallazgos, posibilitando la generación de juicios al contrastarlos con fundamentos teóricos.

1.5.3 Tipo de investigación

La investigación acción es una metodología que aborda una problemática específica que requiere solución, ya que afecta a un grupo determinado de personas, por lo tanto, es adecuada para nuestra investigación a pequeña escala. En este sentido, Romero (2020) destaca que este enfoque de investigación tiene dos objetivos principales: la acción (para cambiar una organización) y la investigación (con el fin de generar conocimiento y comprensión). Por lo tanto, a través de la investigación acción, se busca lograr avances simultáneos. Este diseño se adopta porque, según Romero (2020), la investigación acción pone en marcha un plan progresivo que permita aplicar un cambio positivo en la práctica. En términos simples, implica comprender e interpretar las prácticas sociales para mejorarlas, mediante la colaboración y la participación activa de los participantes, ya que este diseño es participativo, colaborativo y crítico.

1.5.4 Población y muestra / Unidad de trabajo y unidad de análisis

1.5.4.1 Población. De acuerdo con las conceptualizaciones de Mucha-Hospinal et al. (2021), se describe a “la población en una investigación como un conjunto definido, limitado y accesible de casos que sirve como referencia para la selección de la muestra, cumpliendo con criterios predeterminados” (p. 202). En este sentido, la población se refiere a la agrupación de individuos que forman parte de la investigación y comparten características similares a los propósitos de la misma. Esta delimitación de la población, a su vez, proporciona la base para la selección de la muestra de investigación. Es crucial destacar la importancia de especificar claramente la población de estudio, ya que, al concluir el proceso investigativo con la muestra seleccionada de esta población, se permite extrapolar y generalizar los resultados obtenidos de manera más universal. En consecuencia, la población objeto de estudio en esta investigación está compuesta por 24 estudiantes del grado segundo del Colegio Liceo Andaki de Pitalito Huila.

1.5.4.2 Muestra. Conforme a las ideas de Mucha-Hospinal et al. (2021), se establece que la "muestra constituye una fracción de la población, siendo un subgrupo de individuos con características similares dentro del universo poblacional" (p. 6). En este contexto, la muestra se configura como una porción representativa de la población que participa en el proceso de

investigación, permitiendo la extrapolación de resultados de manera universal para obtener conclusiones generalizables. Siguiendo este enfoque, Otzen y Manterola (2017) indican que la selección de la muestra debe realizarse mediante técnicas de muestreo. Para este estudio en particular, la muestra fue elegida de manera intencional, lo que, según estos autores, facilita la identificación de aspectos característicos de la población mediante criterios de inclusión y exclusión a conveniencia. En este sentido, la muestra delimitada para la presente investigación está compuesta por 24 estudiantes del grado segundo del Colegio Liceo Andaki de Pitalito, Huila.

1.5.5 Técnica e instrumentos de recolección de información

1.5.5.1 Las técnicas de investigación. La información que se busca recopilar y obtener a través de la investigación involucra la participación activa de los estudiantes de segundo grado del Colegio Liceo Andaki en Pitalito, Huila. Es esencial considerar aspectos como la participación, comportamientos, conductas, expresiones y emociones que surgen en el contexto social y cultural de los participantes. En este proceso investigativo, se busca establecer conexiones significativas entre el investigador, los instrumentos utilizados y los participantes, con el objetivo de obtener resultados objetivos que contribuyan al logro de los propósitos del estudio. Por consiguiente, a continuación, se proporciona una contextualización de las técnicas e instrumentos empleados para recopilar información en este proyecto de investigación (Tejero, 2021).

1.5.5.1.1 Matriz DOFA. Según Pérez (2022), “la Matriz DOFA es un formato que permite al investigador identificar las debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas recopiladas durante la recolección de información” (p. 109). De esta manera, se realiza un análisis cruzado donde las acciones y la aplicabilidad de las soluciones a las problemáticas identificadas pueden contribuir significativamente para determinar los resultados de las acciones implementadas y en qué medida fortalecieron la reducción de la exclusión escolar, beneficiando los procesos académicos. Mediante este instrumento, se busca evaluar el impacto del eXeLearning como estrategia pedagógica en el fortalecimiento de la inclusión en las prácticas docentes de los grados primero y segundo de la Institución Educativa Rural Santa Juliana. Consultar Anexo C.

- **La estrategia DA:** La estrategia **DA** (Debilidades–vs–Amenazas), cumple el objetivo de

minimizar tanto las *debilidades* como las *amenazas*.

- **La estrategia DO:** La estrategia, **DO** (Debilidades–vs-Oportunidades), minimiza las *debilidades* y maximiza las *oportunidades*. Se debe identificar oportunidades en el contexto externo y las debilidades organizacionales que le evita en aprovecharlas.
- **La estrategia FA:** La estrategia **FA** (Fortalezas–vs-Amenazas), se basa en las *fortalezas* de la institución que pueden enfrentar las *amenazas* del contexto externo. Su objetivo es maximizar las fortalezas mientras se minimizan las amenazas.
- **La estrategia FO:** La estrategia **FO** (Fortalezas–vs-Oportunidades) tiene por objeto maximizar tanto las *fortalezas* como las *oportunidades*.

1.5.5.2 Instrumentos de investigación.

1.5.5.2.1 Cuestionario. Considerando las premisas de Espinoza (2015), se menciona que el cuestionario se concibe como una herramienta de recopilación de información ampliamente utilizada en investigaciones para obtener resultados de la muestra bajo estudio. Este instrumento implica la planificación y formulación de preguntas específicas dirigidas a la obtención de información relevante. En concordancia con estos principios, en el presente estudio se desarrolla un cuestionario que incluye preguntas abiertas. Estas están diseñadas para cumplir con el segundo y último objetivo específico, que se centra en la creación de la estrategia pedagógica y la evaluación de su impacto, respectivamente. Es importante destacar que este instrumento se aplica a la muestra conformada por estudiantes del segundo grado del Colegio Liceo Andaki en el municipio de Pitalito, Huila.

1.5.5.2.2 Triangulación. Uno de los autores prominentes que ha hablado sobre la triangulación en investigación es Denzin (1978). Denzin es un sociólogo estadounidense conocido por su trabajo en metodología cualitativa. En su libro "*The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods*", Denzin (1978) discute la importancia de la triangulación como una estrategia para mejorar la validez y la fiabilidad de la investigación cualitativa. Argumenta que, al

utilizar múltiples fuentes de datos y métodos de recolección, los investigadores pueden obtener una comprensión más completa y precisa del fenómeno estudiado. Denzin (1978) aboga por la triangulación como una forma de abordar la complejidad de los problemas sociales y mejorar la credibilidad de los hallazgos de la investigación (Chaves, 2021).

1.5.5.2.3 Entrevista semiestructurada. Según las contribuciones de Folgueiras (2017), la entrevista semiestructurada se presenta como un recurso ampliamente empleado en la investigación. Este instrumento posibilita la formulación de preguntas sistematizadas con el propósito objetivo de obtener información relevante para el investigador. Se caracteriza por su organización, estableciendo un objetivo general y universal centrado en recopilar información de manera personal y oral. La entrevista semiestructurada busca explorar vivencias, emociones, expresiones, experiencias, ideas y comportamientos. En el contexto de la presente investigación, se utiliza la entrevista semiestructurada con el objetivo de recabar información valiosa para alcanzar el primer objetivo específico, que consiste en investigar los dominios de la Educación Física en los estudiantes de segundo grado del Colegio Liceo Andaki en el municipio de Pitalito, Huila.

1.5.5.2.4 Observación No participativa. La técnica de análisis no participativa se caracteriza por observar y examinar fenómenos o situaciones sin la intervención activa del investigador en el entorno estudiado. En este enfoque, el investigador adopta una posición observadora y distante, recopilando datos de manera objetiva sin interactuar directamente con los sujetos o el contexto. A través de la observación y la recopilación de información sin intervenir en el proceso, se busca obtener una comprensión profunda y contextualizada del fenómeno estudiado. Este método se emplea comúnmente en investigaciones que buscan analizar patrones de comportamiento, dinámicas sociales o características específicas de un entorno, sin influir en la realidad observada. La técnica de análisis no participativa brinda la oportunidad de obtener una visión imparcial y natural de los elementos estudiados, permitiendo al investigador mantener una posición objetiva en la interpretación de los resultados.

es un enfoque metodológico que abarca diversas prácticas y estrategias de investigación que comparten la característica de no implicar la participación activa del investigador en el contexto

estudiado. Este enfoque puede adoptar diferentes formas según el diseño de la investigación y los objetivos del estudio, y no tiene un creador singular o un autor que lo haya establecido de manera definida. Por lo general, la técnica de análisis no participativa se utiliza en estudios observacionales y análisis de datos sin la intervención directa del investigador en la dinámica del entorno estudiado. (Hernández et al., 2016, p. 158)

1.5.5.2.5 Registro fotográfico. De acuerdo con las ideas de Augustowsky (2017), se argumenta que la documentación fotográfica tiene como objetivo principal registrar y recopilar información sobre diversas condiciones y modos de vida. A través de este enfoque, se capturan situaciones, eventos, comportamientos, expresiones, ideas, pensamientos, emociones, entre otros aspectos que influyen en la forma en que se manifiesta la conducta humana ante los sucesos. Este instrumento se emplea con la intención de analizar estos factores en la naturaleza del comportamiento humano. En este contexto, en la presente investigación se desarrolla un formato de registro fotográfico con el propósito de obtener información relevante para cumplir con el tercer objetivo específico, orientado a la implementación de la estrategia pedagógica. Es importante destacar que este instrumento se aplica a la muestra conformada por estudiantes del segundo grado del Colegio Liceo Andaki en el municipio de Pitalito, Huila.

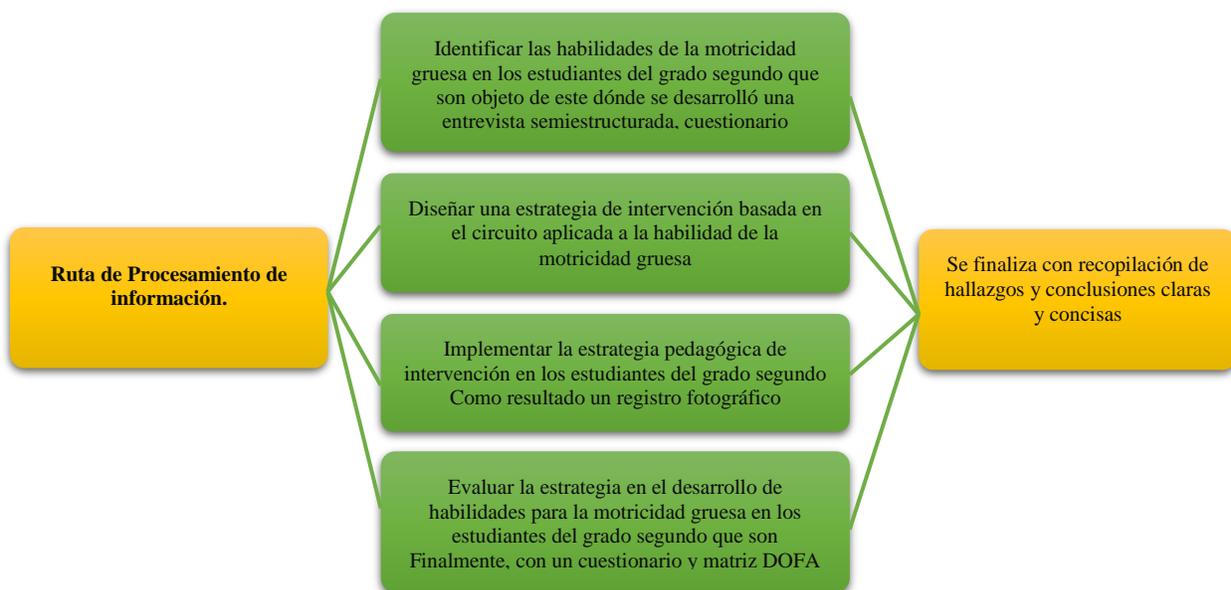
2. Presentación de resultados

2.1 Procesamiento de la información

En esta sección, se presentan y analizan los resultados obtenidos del procesamiento de la información recopilada en la investigación, los datos fueron recolectados mediante observaciones directas, pruebas de evaluación de motricidad gruesa y encuestas aplicadas tanto a los estudiantes como a los docentes. Posteriormente, se realizó un análisis estadístico para determinar la efectividad de los circuitos implementados. Los resultados muestran una mejora significativa en las habilidades motoras de los estudiantes, evidenciada por el aumento en los puntajes de las pruebas de motricidad gruesa después de la intervención. Además, las observaciones cualitativas indicaron un mayor nivel de participación y entusiasmo por parte de los estudiantes durante las clases de educación física. Estos hallazgos sugieren que el uso de circuitos como estrategia pedagógica es altamente beneficioso para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de grado segundo, proporcionando una base sólida para futuras aplicaciones y estudios en el ámbito educativo.

Figura 6

SEQ Grafica * ARABIC 3. Ruta de Procesamiento



Conforme a la metodología establecida para el procesamiento de los datos, se deduce que la primera fase de la investigación implica un análisis e interpretación de los resultados de la identificación. En este contexto, se empleó una entrevista semiestructurada dirigida a estudiantes de segundo grado del Colegio Liceo Andaki de Pitalito Huila, con el propósito de evaluar el dominio de la Educación Física mediante circuitos en la población bajo estudio. En una segunda etapa, se diseñó un cuestionario con el objetivo de facilitar la elaboración de una estrategia pedagógica respaldada por talleres reflexivos para fortalecer la educación física mediante circuitos en el segundo grado.

Posteriormente, en la tercera fase, se llevó a cabo un cuestionario para evaluar el impacto de la estrategia pedagógica basada en talleres de reflexión en el fortalecimiento de la educación física mediante circuitos, orientándose así hacia la respuesta a la pregunta de investigación. En este contexto, se efectúa una compilación de los resultados obtenidos durante la implementación de cada instrumento, los cuales siguen un orden secuencial acorde con los objetivos de la investigación. Esto permite abordar el análisis de cada categoría de manera específica.

Es decir que, en el primer objetivo, se establece como categoría principal el dominio de la educación física, desglosando subcategorías relacionadas con el circuito, la regulación y autonomía emocional, así como las relaciones sociales y el bienestar. Respecto al segundo objetivo, se define la categoría de estrategia pedagógica, la cual incluye subcategorías como la planificación de actividades formativas, el desarrollo de habilidades y destrezas, y el modelo pedagógico. En consonancia con el tercer objetivo, se propone la categoría de docentes en formación, integrando subcategorías vinculadas a la transformación y construcción social, la educación para el desarrollo humano y las habilidades integrales. Finalmente, para el último objetivo, se establece la categoría de curso de talleres de reflexión, con subcategorías como estimulación, construcción cognitiva mediante la cooperación, comunicación, socialización y reflexión.

Basado en lo expuesto anteriormente, se realiza una interpretación de los resultados mediante la triangulación, la cual, según los principios establecidos por Gavira y Osuna (2015), se define como un proceso que implica contrastar los descubrimientos con las contribuciones teóricas del marco de referencia. Este procedimiento tiene como objetivo generar conclusiones empíricas que se

alinean con las apreciaciones teóricas, siguiendo un orden secuencial en el que las categorías se despliegan conforme a los objetivos establecidos.

Procedimiento

Para iniciar la explicación del desarrollo de las etapas de una propuesta de intervención, es crucial comprender que dicho proceso implica una planificación estructurada y sistemática que busca abordar una problemática específica. En primer lugar, se debe realizar un análisis detallado de la situación actual, identificando las necesidades, recursos disponibles y posibles obstáculos. Esta etapa inicial proporciona la base para definir los objetivos y metas de la intervención. Posteriormente, se procede a diseñar estrategias y actividades que se alineen con los objetivos establecidos, considerando las mejores prácticas y enfoques metodológicos adecuados para abordar la problemática en cuestión.

Una vez definida la estrategia, se lleva a cabo la implementación, que implica la ejecución de las actividades planificadas y la recopilación de datos relevantes para evaluar el progreso y realizar ajustes si es necesario. Finalmente, se realiza una evaluación exhaustiva de los resultados obtenidos, analizando el impacto de la intervención en relación con los objetivos establecidos y extrayendo lecciones aprendidas para futuras intervenciones. Este proceso de intervención se desarrolla de manera cíclica y reflexiva, con el objetivo de garantizar la efectividad y el éxito de la propuesta en la mejora de la situación abordada. Así mismo se da a comprender las ventajas del desarrollo de la presente propuesta.

- La información personal de las personas de la muestra seleccionada se mantiene privada.
- La presente investigación no pone en peligro la salud o el bienestar de la persona que se somete a la prueba.
- Los datos e información recabados serán tratados y recolectados durante la implementación del participante.
- Los participantes del estudio proporcionaron un consentimiento informado y por escrito
- Esta investigación se llevará a cabo después de obtener la autorización correspondiente para procesar y analizar la información proporcionada por los sujetos de prueba.

- Existe una carta de referencia institucional, que es un documento firmado donde consta que tu institución apoya el desarrollo de tu proyecto de investigación.
- El estudio utiliza materiales de uso abierto, fotografías y aspectos físicos. De igual forma, se enumeran las fuentes de materiales de referencia utilizados en el desarrollo de este proyecto. Para tal efecto, este estudio incluye el permiso por escrito para el uso de imágenes y autorización otorgado a la institución educativa por los padres de familia de los estudiantes involucrados en su desarrollo.
- Se garantiza absoluta confidencialidad de la información y confidencialidad de los datos registrados por los estudiantes. Además de utilizarlo responsablemente con evidentes fines educativos.
- Se obtendrá un Formulario de Consentimiento Informado dando el consentimiento de los padres a la participación del estudiante en el proceso de investigación realizado como parte de esta investigación. Esto se hace para garantizar que los resultados de la participación de los estudiantes en la investigación y el desarrollo se proporcionen bajo la total responsabilidad de los padres y que la información contenida en la investigación esté protegida.
- Existe un acuerdo de uso para la participación de los estudiantes, y los padres autorizan la participación de sus hijos dentro del proyecto.

Para el desarrollo de la propuesta de investigación y cumplimiento de los objetivos planteados se trabajará con estudiantes de segundo grado del Liceo Andaki, el procedimiento se realizará mediante unas etapas respondiendo al enfoque cualitativo, para ello se implementarán cuatro fases de trabajo que a su vez estarán subdivididas en etapas que permitirán obtener el logro de los objetivos y la validación de la hipótesis planteada, de este modo el proceso se realizara de forma ordenada. A continuación, se plantea la descripción de las cuatro fases y sus etapas:

Fase 1. Diagnóstico.

En esta fase se identifica las habilidades de la motricidad gruesa en los estudiantes del grado segundo que son objeto de este estudio, en cuanto al desarrollo de sus prácticas educativas. Desde este momento se parte para tener ideas claras en cuanto a lo mencionado y se plantean las siguientes

etapas y pasos:

Tabla 2

Desarrollo de las fases en la propuesta

Fases	Objetivo específico	Actividades	Resultado o producto
Fase 1 Fase de diagnóstico	Realizar un diagnóstico sobre el grado de motricidad gruesa desde la educación física mediante el circuito como estrategia pedagógica en los niños de segundo grado.	<p>Diseñar una prueba diagnóstica para identificar estado actual de los estudiantes en cuanto a la motricidad gruesa.</p> <p>Aplicar una prueba diagnóstica a los estudiantes, población objeto de estudio.</p> <p>Analizar los resultados obtenidos en la aplicación de la prueba diagnóstica.</p> <p>Sistematizar los resultados obtenidos de la prueba diagnóstica.</p>	Prueba diagnóstica para identificar los conocimientos previos de los estudiantes
Fase 2 Diseño de la propuesta pedagógica	Diseñar una estrategia de intervención basada en el circuito aplicada a la habilidad de la motricidad gruesa	<p>Realizar una consulta sobre la motricidad gruesa</p> <p>Diseño de las actividades de actividad físicas que se realizarán.</p> <p>Elaboración de las</p>	Actividades físicas en pro de la propuesta de intervención y el diseño de la misma.

Fases	Objetivo específico	Actividades	Resultado o producto
		actividades diseñadas, la propuesta de intervención.	
Fase 3 Implementación de la propuesta pedagógica	Implementar la estrategia pedagógica de intervención en los estudiantes del grado segundo	Aplicación y desarrollo de las actividades físicas diseñadas en la propuesta de intervención	Desarrollo de las actividades diseñadas en la propuesta de intervención
Fase 4 Evaluación de la propuesta pedagógica	Evaluar la estrategia en el desarrollo de habilidades para la motricidad gruesa en los estudiantes del grado segundo que son objeto de estudio.	Diseño de una prueba final para reconocer el impacto y avance de los estudiantes en la motricidad gruesa. Aplicación de una prueba final para reconocer el impacto y avance de los estudiantes en la educación física mediante la motricidad Análisis y sistematización de los resultados obtenidos de la prueba final aplicada a los estudiantes. Análisis comparativo entre los resultados de la prueba diagnóstica y la prueba final.	Prueba final para identificar el impacto de la propuesta. Análisis de los resultados de la prueba final. Análisis comparativo de los resultados de la prueba diagnóstica y la prueba final

2.2 Análisis e interpretación de resultados

El análisis de los resultados de la investigación revela varias conclusiones importantes. Los datos cuantitativos muestran una mejora estadísticamente significativa en las habilidades de motricidad gruesa de los estudiantes después de la implementación de la estrategia de circuito. Específicamente, los puntajes en pruebas de equilibrio, coordinación y fuerza muscular aumentaron notablemente en comparación con las evaluaciones iniciales. Este avance sugiere que los circuitos proporcionaron un enfoque estructurado y eficaz para el desarrollo motor. Además, el análisis cualitativo de las observaciones en el aula y las encuestas a docentes y estudiantes resalta un aumento en la motivación y participación de los estudiantes, lo que indica una aceptación positiva de la metodología. Estos hallazgos respaldan la hipótesis de que el uso de circuitos como estrategia pedagógica no solo mejora las habilidades motoras, sino que también fomenta un entorno de aprendizaje más dinámico y atractivo. En conjunto, los resultados subrayan la efectividad y el potencial de los circuitos como una herramienta pedagógica valiosa en la educación física para el fortalecimiento de la motricidad gruesa en niños de grado segundo.

2.2.1 Análisis del primer objetivo

Tabla 3

Tabulación de Entrevista a Docente

Fecha:	24 de octubre
Tema:	Motricidad gruesa y sus subcategorías
Autor	Brenda Giselle García Araujo
(a/as/es):	Laura Cristina Alfonso Sabogal Laura Daniela Núñez Obando
Dirigida a:	Daniel Felipe Giraldo Godoy
Objetivo:	La presente encuesta tiene como fin obtener información detallada sobre el conocimiento y la aplicación de la motricidad gruesa en la zona escolar desde la perspectiva de docentes de educación básica primaria.

Pregunta N° 1: ¿Cómo definiría la motricidad gruesa y por qué es importante para el desarrollo integral del niño?

Respuesta: la motricidad gruesa son todas aquellas acciones que podemos realizar gracias a nuestras capacidades psicomotoras, lo cual implica coordinar el sistema nervioso central y la contracción muscular de nuestro cuerpo, estas habilidades se pueden perfeccionar y se pueden mejorar mediante la repetición dejando una huella motora en El Niño. Es muy importante para el desarrollo integral del niño porque le va a permitir desplazarse de la mejor manera, de una u otra manera conocer su cuerpo y tener un movimiento estético adecuado, Evita lesiones y lo prepara para la vida. Estas habilidades o bueno el tema de la motricidad gruesa, pues, tiene que ver con 2 principios fundamentales lo cual tiene que ver con la parte de ese fallo caudal y próximo distal, toca tener en cuenta que hay una gran diferencia entre la motricidad fina y gruesa y es importante para la vida del niño.

Pregunta N° 2: En cuanto a la fuerza, ¿qué ejercicios recomienda para estimularla en los niños de primaria?

Respuesta: Como profesional, recomiendo trabajarla mediante el juego, es fundamental para que el niño por medio de la diversión aprenda y de una u otra manera se recomiendan ejercicios de auto cargar, ejercicios de repetición, de tensión y relajación, pero realmente no es algo que se trabaje como un objetivo general, sino que a partir de eso se estimula como en un ejercicio específico. Ejercicios que sean mediante circuitos que involucren la atención, la contracción y la relajación de los músculos teniendo en cuenta que los niños en estas edades tienen que hacer más énfasis en otras capacidades físicas, entonces la fuerza es un contenido que es muy importante para los niños, pero no es fundamental en estas capacidades y en estos contenidos.

Pregunta N° 3: ¿Cómo se puede trabajar la coordinación corporal y óculo-manual a estas edades? ¿Qué actividades propone?

Respuesta: Dentro de todas las actividades se trabaja el juego mediante circuitos, el trabajo óculo manual es ojo y mano, entonces por ejemplo el lanzar, el gatear, entre otros. Hay varios tipos

de ejercicios que fortalecen su motricidad gruesa, la idea es proporcionarle al niño diversión y tener claro los contenidos que se tienen que brindar, actividades que sean con balones, actividades que involucren hacer un movimiento que tenga que ver con sus ojos y sus manos, entonces puede ser derribar conos que son ayuda principal para el desarrollo de sus capacidades psicomotrices.

Pregunta N° 4: ¿Cómo promovería la resistencia física en los escolares? ¿Qué beneficios aporta para su salud?

Respuesta: La resistencia durante los contenidos de la educación física es muy importante, pero todo ello basado según la organización mundial de la salud, la cual es la que nos rige y la encargada de decir que vamos a realizar en 45 minutos 3 veces por semana. En los niños de primaria los beneficios para mejorar su resistencia y sus capacidades de resistir más tiempo se pueden ir notando a medida que se va practicando ciertos ejercicios.

un esfuerzo físico también ayuda a la parte psicológica, a no darse por vencido, durante las clases de educación física se pueden hacer pruebas de atletismo, pruebas de juego de los cuales toca tener en cuenta la población, si el sedentarismo es medianamente activo entonces de acuerdo con eso se calculan las cargas y de acuerdo con esto se trabaja de la mejor manera.

Pregunta N° 5: ¿De qué manera se puede entrenar la velocidad en los niños sin forzarlos demasiado?

Respuesta: Es importante los periodos de descanso, la vuelta a la calma y tener esas micro pausas entre ejercicio y ejercicio, en la velocidad hay varios tipos como por ejemplo la velocidad máxima, velocidad de reacción y es por ello que se deben tener actividades en las cuales el niño se divierta, puede haber juegos de colores, el que sea más veloz y el último que se levante y que toque algunos objetos, pero hay varios tipos de situaciones que no involucran tanto desplazamiento como una velocidad máxima por ejemplo carreras de 100 m y así poder calcular las distancias, determinar los descansos entre ejercicio y ejercicio no solamente es el atletismo, sino que hay muchos tipos de actividades por hacer, esto en cuanto en la clase de educación física se tiene muy en cuenta la velocidad para realizar las actividades correspondientes y el tiempo.

Pregunta N° 6: ¿Qué importancia tiene desarrollar la flexibilidad desde pequeños? ¿Qué ejercicios incluiría?

Respuesta: En estas fases y contenidos deben ir adecuados para los niños porque tienen muy poca edad y gracias a eso tienen una elasticidad muscular que les permite al niño ser más flexible, a medida del tiempo se va perdiendo esta capacidad condicional. La flexibilidad también nos ayuda a reducir el riesgo de padecer una lesión, debemos tener en cuenta que se puede trabajar la flexibilidad durante una clase en totalidad no solamente en el estiramiento de la fase final.

Dependiendo del tipo de grado se planean y ejecutan las clases, como por ejemplo se trabajan las palabras claves como la mesita, la cobra, la araña y ese tipo de cosas, pero, a medida que se va trabajando en grados como segundo, tercero o cuarto se le van dando otros pequeños conceptos de la flexibilidad. Es muy importante volver a la calma para que sus músculos vuelvan a estar como iniciaron antes de hacer la actividad para que una de otra manera no genere tanta sobrecarga en los niños y todo ello para que no le duela tanto sus músculos y puedan seguir en su día cotidiano.

Pregunta N° 7: ¿Cómo integra el desarrollo de la fuerza y la flexibilidad en sus clases?

Respuesta: Trabajo en la fase final haciendo un estiramiento con los niños básicamente, la clase se divide en 3 fases: inicial, el calentamiento, fase central y la parte importante en mi objetivo general y la final casi siempre es vuelta a la calma mediante la flexibilidad. Entonces durante las clases siempre las trato de manejar. La fuerza la integro con objeto ya sea un balón, un bastón, entre otras. También el trabajo durante la fase central de una manera integrada del juego es decir que el niño no sienta que está haciendo fuerza como usualmente las personas que practican gimnasio, esos ejercicios de una u otra manera se cansan y es por eso que busco que el niño se sienta que está jugando, pero involuntariamente está trabajando la fuerza, es por eso que integro el trabajo de la fuerza mediante la pliometría que son saltos.

Pregunta N° 8: ¿Qué recursos y materiales utiliza para trabajar la coordinación y el equilibrio?

Respuesta: Para trabajar la coordinación y el equilibrio se utilizan materiales como platillos,

conos, y escalera, la cual me permiten hacer muchos ejercicios de coordinación y para el tema del equilibrio utilizo bastones con el fin de que la fase importante sea el de colocar varios ejercicios donde El Niño se sienta bien y que poco a poco genere retos. Los recursos y materiales son importantes para el desarrollo de las actividades y es por eso muy clave el tener un espacio adecuado para poder hacer la desarrollarlas, que sea un espacio fuera de riesgos para los niños.

Pregunta N° 9: ¿Cómo dosifica las actividades según la edad para desarrollar resistencia?

Respuesta: me baso según varios libros y según lo que nos dice el ministerio de educación y el ministerio del deporte del cómo dosificar las actividades y para esto de acuerdo a las clases tengo muy en cuenta las micro pausas que son pequeñas pausas, las macro pausas, las repeticiones, las series y todo la dosifico en la resistencia, por el cual se mide del tiempo de trabajo y tiempo de descanso.

Tabla 4

Tabulación Encuesta a Estudiantes

Fecha:	24 de octubre
Tema:	Motricidad gruesa y sus subcategorías
Autor	Brenda Giselle García Araujo
(a/as/es):	Laura Cristina Alfonso Sabogal Laura Daniela Núñez Obando
Dirigida a:	Estudiantes del grado segundo
Objetivo:	La presente encuesta tiene como fin obtener información detallada sobre el conocimiento y la aplicación de la motricidad gruesa en la zona escolar desde la perspectiva de los estudiantes del grado segundo

Tabla 5

Encuesta. Respuestas grupales

Pregunta	G1	G2	G3	G4
	Correr	Saltar	Lanzar pelota	Hacer volteretas
¿Cuál de estas actividades te gusta hacer más y por qué?	por qué se sienten libres, libertad de respirar, y les gusta	porque sienten que mueven más su cuerpo	porque sienten que practican la fuerza en sus brazos	porque ejercitan su cuerpo y se sienten bien haciendo algo que para ellos resulta complejo
¿Qué parte de tu cuerpo usas más cuando corres?	Los brazos	Las piernas	La cabeza	La espalda
	porque los alzan y bajan haciéndoles movimientos para agilizar cuando corren	argumentando que a medida que mueven sus brazos ejercitan con más fuerza		
¿Cómo mantienes el equilibrio cuando caminas sobre una línea recta en el piso y por qué?	Mirando al piso	Levantando bien los pies	Abriendo los brazos	Saltando
	porque sienten seguridad de no caer y golpearse	porque así logran concentrarse	porque buscan equilibrio con ellos y poder tener concentración	
¿Qué necesitas para tener buena flexibilidad y por qué?	Comer verduras	Hacer deporte	Estirarte	Tomar agua
	porque logran tener buen rendimiento y	porque así ejercitar y acostumbrar el	estirar porque calientan el cuerpo y pueden	

Pregunta	G1	G2	G3	G4
	mejor salud para hacer todos los ejercicios	cuerpo	tener flexibilidad	
Si quieres lanzar un objeto lo más lejos posible, ¿cómo lo harías?	Suavemente porque tendrían precisión	Rápidamente porque así podrán hacerlo con fuerza	Con mucha fuerza porque así poder lanzar a más distancia	Con los ojos cerrados
¿Cuál es la actividad en la que te cansas más rápido y por qué?	Caminar	Correr porque se cansan de mover sus piernas	Saltar porque estiran las piernas y hacen fuerza en sus pies	Lanzar una pelota porque esfuerzan los brazos
¿Qué ejercicio te permite estirar todo el cuerpo y porque, argumente?	Lagartijas porque se levantan y se paran para hacer el ejercicio	Sentadillas porque se agachan y mueven rodillas, brazos.	Abdominales porque flexionan el estómago, los brazos y las piernas	Puente porque mueven las piernas, y brazos además del abdomen.
¿Cómo puedes mejorar la fuerza de tus piernas, argumente por qué?	Corriendo porque así las piernas cogen firmeza y por ende se vuelven fuertes	Bailando porque las ejercitan	Nadando porque les hacen movimientos	Durmiendo porque las descansan
¿Cómo debes caer al suelo después de un salto para no lastimarte y	De rodillas porque no se lastimarían y	De espalda porque si no lastima las	De pie, doblando las rodillas porque de no ser así dolería y se	De cabeza porque así no lastimarían sus

Pregunta	G1	G2	G3	G4
porque, argumento?	protegerían sus rodillas, para poder amortiguar el golpe	piernas y se raspan	fracturan y doblando las rodillas	otras partes del cuerpo
¿Qué necesitas para mejorar tu velocidad y por qué?	Zapatos cómodos	Un reloj para contar el tiempo	Practicar corriendo mucho	Comer dulces
	porque así pueden hacer bien el ejercicio y ser veloz	porque así contabiliza y se hace un seguimiento	porque así se ve su velocidad y también mejorarla	porque así activa su energía y también su velocidad

Entrevista semiestructurada

1. ¿Cuál de estas actividades te gusta hacer más y por qué?

- a) Correr
- b) Saltar
- c) Lanzar una pelota
- d) Hacer volteretas

De los 25 estudiantes 8 respondieron que la actividad física que más les gusta hacer es correr, porque se siente libres, sienten libertad de respirar, y les gusta 4 salta, porque sienten que mueven más su cuerpo, 6 lanzar la pelota porque sienten que practican la fuerza en sus brazos y 7 hacer volteretas porque ejercitan su cuerpo y se sienten bien haciendo algo que para ellos resulta complejo. Por ende, se comprende que el gusto más grade de los estudiantes, así como lo argumenta López et al. (2022) la educación física adquiere una dimensión única y estimulante cuando el deporte favorito es correr. Esta elección no solo representa una preferencia personal, sino que también se convierte en una herramienta integral para el desarrollo físico, mental y emocional.

Del mismo modo, la práctica del deporte “correr” en el ámbito educativo no solo promueve la salud cardiovascular y la resistencia física, sino que también fomenta valores fundamentales como la disciplina, la perseverancia y el trabajo en equipo. Además, correr proporciona una oportunidad excepcional para la conexión con el entorno natural, incentivando la apreciación del medio ambiente y la adopción de estilos de vida activos. La educación física centrada en el running no solo se limita a la mejora de habilidades atléticas, sino que también abre espacios para la exploración de la superación personal y la autoconfianza. De este modo, al hacer del correr el deporte favorito en el contexto educativo, se establece un enfoque pedagógico dinámico que contribuye no solo al bienestar físico, sino también al desarrollo integral de los estudiantes.

2. ¿Qué parte de tu cuerpo usas más cuando corres y por qué?

- a) Los brazos
- b) Las piernas
- c) La cabeza
- d) La espalda

De 25 estudiantes 1 eligió que la parte del cuerpo que más usa a la hora de correr son los brazos porque los alzan y bajan haciéndoles movimientos para agilizar cuando corren y 24 que las piernas, argumentando que a medida que mueven sus brazos ejercitan con más fuerza, donde se comprende que, según estos, sus pies son la parte fundamental a la hora de correr, es por ello que según los argumentos de Hernández et al. (2022), en el ámbito de la educación física, se destaca la importancia de reconocer que la parte del cuerpo que experimenta un movimiento fundamental es, sin duda, los pies. Esta premisa cobra especial relevancia en diversas actividades y disciplinas, ya que los pies constituyen la base de la movilidad humana.

Al enfocarse en el movimiento de los pies, los estudiantes no solo desarrollan habilidades motrices y coordinación, sino que también fortalecen la conexión entre mente y cuerpo. La enseñanza de la educación física, al poner énfasis en la movilidad de los pies, no solo busca mejorar la destreza atlética, sino que también promueve una comprensión más profunda de la importancia de la postura, el equilibrio y la agilidad en la vida diaria. Este enfoque permite a los estudiantes

apreciar el papel crucial de los pies como cimientos para el rendimiento físico y resalta su influencia en el bienestar general, contribuyendo así a la formación integral en el ámbito de la educación física.

3. ¿Cómo mantienes el equilibrio cuando caminas sobre una línea recta en el piso y por qué?

- a) Mirando al piso
- b) Levantando bien los pies
- c) Abriendo los brazos
- d) Saltando

De 25 estudiantes 9 eligieron que miran al piso para mantener el equilibrio, porque sienten seguridad de no caer y golpearse, 4 de ellos levantan bien los pies porque así logran concentrarse y 12 abren sus brazos porque buscan equilibrio con ellos y poder tener concentración, comprendiendo lo expuesto por lo estudiantes, es de comprender sus respuestas, puesto que, el equilibrio se consigue de manera precisa si se realiza concentración, debido que, el equilibrio, tanto físico como emocional, se presenta como un elemento crucial en el ámbito de la educación física. Enfocarse en el desarrollo y fortalecimiento del equilibrio no solo implica la capacidad de mantener una postura estable, sino que también abarca la habilidad de coordinar movimientos de manera armoniosa.

En el contexto educativo, el equilibrio no solo es fundamental para la ejecución efectiva de diversas actividades físicas, sino que también desempeña un papel esencial en el desarrollo cognitivo y emocional de los estudiantes. Al enseñar y fomentar el equilibrio, se promueve la conciencia corporal, la concentración y la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones. Además, el equilibrio físico se entrelaza intrínsecamente con la estabilidad emocional, contribuyendo así a un bienestar integral. La educación física, al priorizar el equilibrio, busca cultivar habilidades que trascienden el ámbito deportivo, influyendo positivamente en la calidad de vida y el desarrollo integral de los estudiantes (Hernández et al, 2020).

4. ¿Qué necesitas para tener buena flexibilidad y por qué?

- a) Comer verduras
- b) Hacer deporte
- c) Estirarte
- d) Tomar agua

De 25 estudiantes encuestados 10 eligieron que para tener una buena flexibilidad se debe comer verduras porque logran tener buen rendimiento y mejor salud para hacer todos los ejercicios, 10 hacer deporte porque así ejercitar y acostumbrar el cuerpo y 5 estirar porque calientan el cuerpo y pueden tener flexibilidad. En el marco de la educación física, la flexibilidad emerge como un componente esencial que va más allá de la mera capacidad de realizar estiramientos. La flexibilidad no solo implica alcanzar rangos de movimiento amplios, sino que también se vincula estrechamente con la prevención de lesiones, la mejora de la postura y el fomento de una movilidad fluida. Es así que López et al. (2022), expone que, al incorporar el desarrollo de la flexibilidad en los programas educativos.

De manera que, se busca no solo optimizar el rendimiento físico, sino también cultivar una comprensión profunda de la importancia de la elasticidad muscular y articular. Además, la flexibilidad en la educación física contribuye a la conciencia corporal, promoviendo una conexión más íntima entre el cuerpo y la mente. Esta habilidad no solo beneficia a la ejecución de actividades físicas, sino que también influye positivamente en la salud general y en la capacidad de afrontar el estrés cotidiano. En última instancia, la flexibilidad, como componente esencial de la educación física, se erige como un pilar clave para el bienestar integral de los estudiantes, trascendiendo el ámbito puramente atlético y contribuyendo a una vida saludable y activa.

5. Si quieres lanzar un objeto lo más lejos posible, ¿cómo y porque lo harías?

- a) Suavemente
- b) Rápidamente
- c) Con mucha fuerza
- d) Con los ojos cerrados

De 25 estudiantes 3 de ellos eligieron que para lanzar un objeto lo más lejos posible deben hacer suavemente, porque tendrían precisión, 2 de ellos rápidamente porque así podrán hacerlo con fuerza y 20 con mucha fuerza porque así poder lanzar a más distancia. Por eso Sánchez et al. (2020) argumenta que, La fuerza, como elemento fundamental en la educación física, desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes. Más allá de la capacidad muscular, la enseñanza de la fuerza busca inculcar valores como la disciplina, la perseverancia y la autoconfianza. Al enfocarse en el fortalecimiento de los músculos, la educación física promueve una base física sólida, esencial para la ejecución eficiente de diversas actividades atléticas y cotidianas.

Además, el entrenamiento de fuerza no solo contribuye a la mejora del rendimiento físico, sino que también incide positivamente en la salud ósea y articular. A través de actividades diseñadas para incrementar la fuerza, los estudiantes adquieren no solo habilidades atléticas, sino también una comprensión más profunda de su capacidad física y mental. La educación física, al priorizar el desarrollo de la fuerza, busca no solo potenciar las habilidades atléticas, sino también fomentar una mentalidad resiliente y orientada al logro, aspectos cruciales para el bienestar y éxito a largo plazo de los estudiantes.

6. ¿Cuál es la actividad en la que te cansas más rápido y por qué?

- a) Caminar
- b) Correr
- c) Saltar
- d) Lanzar una pelota

De 25 estudiantes encuestados 20 de ellos manifiestan que la actividad en la que más se cansan es en correr porque se cansan de mover sus piernas, 3 saltando porque estiran las piernas y hacen fuerza en sus pies y 2 lanzando la pelota porque esfuerzan los brazos. Es por ello que, como lo menciona, Sánchez et al. (2020) la actividad física de caminar se erige como una herramienta vital en el contexto de la educación física, ya que va más allá de ser simplemente una acción cotidiana. Caminar, al incorporarse de manera consciente en los programas educativos, se convierte en una forma accesible y efectiva de promover la salud y el bienestar integral de los estudiantes. Esta

actividad aeróbica no solo contribuye al fortalecimiento del sistema cardiovascular, sino que también mejora la resistencia, la coordinación y la postura.

Además, caminar fomenta hábitos saludables desde temprana edad, instaurando una base para un estilo de vida activo y sostenible. En el ámbito educativo, la inclusión de caminar como actividad física destaca por su versatilidad y accesibilidad, permitiendo su implementación en diversos entornos y niveles de habilidad. Al cultivar la práctica de caminar, la educación física no solo busca optimizar la condición física de los estudiantes, sino también fomentar la conciencia de la importancia de la actividad física regular para la salud a lo largo de la vida. En última instancia, el acto aparentemente simple de caminar se presenta como una herramienta educativa valiosa que contribuye al bienestar general y al desarrollo saludable de los estudiantes

7. ¿Qué ejercicio te permite estirar todo el cuerpo y porque, argumente?

- a) Lagartijas
- b) Sentadillas
- c) Abdominales
- d) Puente

De 25 estudiantes encuestados 20 de ellos manifiestan que el ejercicio que les permite estirar todo el cuerpo son las lagartijas porque se levantan y se paran para hacer el ejercicio, 4 las sentadillas porque se agachan y mueven rodillas, brazos, 4 las abdominales porque flexionan el estómago, los brazos y las piernas y 1 el puente porque mueven las piernas, y brazos además del abdomen. Para lo cual, se determina la importancia de realizar este tipo de entrenamiento donde el estiramiento del cuerpo ocupa un lugar central en la educación física al constituirse en una práctica esencial para el bienestar integral de los estudiantes. La incorporación de rutinas de estiramiento no solo busca mejorar la flexibilidad muscular y la amplitud de movimiento, sino que también desempeña un papel crucial en la prevención de lesiones y la promoción de una postura saludable.

A través de ejercicios de estiramiento, los estudiantes no solo desarrollan una mayor conciencia corporal, sino que también adquieren habilidades fundamentales para el correcto desempeño en

diversas actividades físicas. Además, el estiramiento en la educación física se presenta como un componente clave para aliviar la tensión muscular y reducir el estrés, contribuyendo así al equilibrio emocional y al bienestar mental. Esta práctica no solo fortalece la conexión entre el cuerpo y la mente, sino que también inculca hábitos saludables que los estudiantes pueden llevar consigo a lo largo de su vida. En resumen, el estiramiento en el ámbito de la educación física se presenta como una herramienta indispensable para cultivar una salud integral, proporcionando beneficios tanto físicos como mentales a los estudiantes (Encinas et al., 2021).

8. ¿Cómo puedes mejorar la fuerza de tus piernas, argumente por qué?

- a) Corriendo
- b) Bailando
- c) Nadando
- d) Durmiendo

De 25 estudiantes 20 de ellos manifiestan que para mejorar la fuerza en sus piernas deben correr, porque así las piernas cogen firmeza y por ende se vuelven fuertes, 1 bailar porque las ejercitan, 2 nadar porque les hacen movimientos y 1 dormir porque las descansan. De modo que, En el contexto de la educación física para niños de primaria, potenciar la fuerza en las piernas se revela como un componente esencial para el desarrollo físico integral. Implementar estrategias específicas destinadas a fortalecer las piernas no solo contribuye al rendimiento atlético, sino que también promueve hábitos saludables desde temprana edad. La inclusión de actividades lúdicas y dinámicas en las clases de educación física, centradas en ejercicios que involucren los músculos de las piernas, no solo fomenta la fuerza física, sino que también fortalece la coordinación y la motricidad.

A lo cual, González et al. (2020) argumentan que, al incorporar elementos de juego y competencia, se crea un ambiente estimulante que motiva a los niños a participar activamente en el fortalecimiento de sus piernas de manera divertida y educativa. Además, esta práctica no solo beneficia la salud física, sino que también contribuye al desarrollo de una autoimagen positiva y promueve la importancia de un estilo de vida activo. En resumen, mejorar la fuerza en las piernas en niños de primaria no solo potencia sus capacidades físicas, sino que también sienta las bases

para una vida saludable y activa.

9. ¿Cómo debes caer al suelo después de un salto para no lastimarte y porque, argumente?

- a) De rodillas
- b) De espalda
- c) De pie, doblando las rodillas
- d) De cabeza

De 25 estudiantes encuestados 6 de ellos manifiestan que se debe caer al suelo después de un salto en rodillas porque no se lastimarían y protegerían sus rodillas, para poder amortiguar el golpe, 1 de espalda porque si no lastima las piernas y se raspan, 17 de pie para no raspar la piel porque de no ser así dolería y se fracturan y doblando las rodillas y 1 de cabeza porque así no lastimarían sus otras partes del cuerpo. Considerando lo argumentado por, Cañadas y Santos-Pastor (2021), donde en el ámbito de la educación física para niños, enseñar cómo caer al suelo de manera correcta es una habilidad fundamental que contribuye a la seguridad y prevención de lesiones. Proporcionar a los niños las técnicas adecuadas para afrontar caídas ayuda a desarrollar la conciencia corporal y la coordinación motora.

Se enfatiza la importancia de enseñarles a flexionar las rodillas, girar hacia un lado y distribuir el impacto en áreas musculares más amplias, minimizando así el riesgo de lesiones. Integrar estas lecciones en actividades lúdicas y juegos didácticos no solo hace que el aprendizaje sea más accesible y divertido, sino que también refuerza la aplicación práctica de estas técnicas en situaciones cotidianas. Al dotar a los niños de estrategias para caer de manera segura, la educación física no solo contribuye a la prevención de lesiones, sino que también fomenta la confianza en sí mismos y promueve un enfoque proactivo hacia la seguridad en el movimiento, habilidades esenciales para un desarrollo físico saludable.

10. ¿Qué necesitas para mejorar tu velocidad y por qué?

- a) Zapatos cómodos
- b) Un reloj para contar el tiempo

- c) Practicar corriendo mucho
- d) Comer dulces

De 25 estudiantes encuestados 5 manifiestan que para mejorar su velocidad necesitan unos zapatos cómodos, porque así pueden hacer bien el ejercicio y ser veloz, 2 de ellos un reloj para llevar el tiempo, porque así contabiliza y se hace un seguimiento, 17 practicar corriendo mucho porque así se ve su velocidad y también mejorarla y 1 comer dulces porque así activa su energía y también su velocidad. Para llevar a cabo actividades físicas de manera efectiva, es fundamental que los niños cuenten con una postura adecuada y un entorno propicio para el movimiento. La educación física busca inculcar desde temprana edad la importancia de adoptar una posición erguida y equilibrada, con los pies separados a la altura de los hombros y las rodillas ligeramente flexionadas.

Esta postura proporciona una base sólida para el movimiento, mejorando la estabilidad y la coordinación. Además, es esencial que los niños estén vestidos con indumentaria cómoda y apropiada para la actividad física, lo cual facilita la libertad de movimientos y reduce las restricciones. Un entorno seguro y espacioso también es esencial, permitiendo a los niños realizar ejercicios y juegos de manera libre y sin obstáculos. Al enseñar y fomentar estas prácticas desde el inicio de la educación física, se establece un fundamento sólido para un desarrollo motor saludable y para el disfrute pleno de las actividades físicas, promoviendo así una vida activa y consciente desde la infancia (Cañadas y Santos-Pastor, 2021).

Conclusión de entrevista a docente y encuesta a estudiantes:

Entrevistando al docente, se enfatizó la relevancia de la motricidad gruesa en niños, la cual implica la coordinación del sistema nervioso central y los músculos para ejecutar acciones esenciales como gatear, caminar, correr o saltar. Este aspecto adquiere una importancia crucial durante la infancia, ya que facilita el desplazamiento, promueve el conocimiento del propio cuerpo, favorece el desarrollo de movimientos estéticos y contribuye a la prevención de lesiones. La aplicación de ejercicios para fortalecer la fuerza se destaca por su enfoque lúdico, utilizando actividades de autocarga, repeticiones, así como la tensión y relajación muscular.

Además, la coordinación óculo-manual se perfecciona mediante prácticas que incluyen ejercicios de lanzamiento y gateo. Asimismo, se resalta la importancia de estimular la resistencia a través de pruebas de atletismo adaptadas a la condición física de los niños. En este contexto, la educación física juega un papel fundamental al proporcionar el marco adecuado para el desarrollo integral de los niños, permitiéndoles adquirir habilidades motoras fundamentales de manera segura y divertida. En la optimización del rendimiento físico, la velocidad demanda períodos de descanso entre ejercicios de velocidad máxima o reacción, permitiendo una recuperación efectiva.

La flexibilidad, por su parte, se cultiva mediante la práctica de posturas como la mesita, la cobra o la araña, y culmina siempre con estiramientos finales. La fuerza y la flexibilidad se integran de manera orgánica en actividades lúdicas y juegos, destacando el papel fundamental de la educación física en esta sinergia. La encuesta realizada a los estudiantes revela que las actividades físicas más disfrutadas incluyen correr, saltar, lanzar pelotas y realizar volteretas, resaltando la preferencia por movimientos que involucran principalmente las piernas. En este contexto, la educación física se posiciona como el actor esencial que guía y estructura estas prácticas, proporcionando las herramientas necesarias para el desarrollo integral de habilidades físicas y promoviendo una participación activa y entusiasta en actividades físicas variadas. Además, se reconoce que, para mantener el equilibrio, los niños utilizan la vista, elevan cuidadosamente los pies o extienden los brazos, resaltando la importancia de la enseñanza y la práctica sistemática de estas habilidades en el entorno educativo.

Los niños consideran que una alimentación saludable, la práctica deportiva regular y el estiramiento son elementos fundamentales que contribuyen significativamente a mejorar la flexibilidad de su cuerpo. Asimismo, establecen una conexión directa entre la fuerza y la capacidad de lanzar objetos a distancias mayores. Experimentan fatiga principalmente al correr y perciben que las lagartijas son beneficiosas para estirar todo su cuerpo, evidenciando un entendimiento intuitivo de la relación entre fuerza y flexibilidad. En su búsqueda de fortalecer las piernas, la mayoría de los niños elige correr, revelando la conexión innata entre la actividad física y el desarrollo muscular.

Además, muestran un conocimiento consciente al reconocer la importancia de flexionar las

rodillas al aterrizar durante los saltos, demostrando una comprensión práctica de técnicas seguras de movimiento. En sus percepciones sobre la velocidad, reconocen la relevancia de usar calzado cómodo y entrenar específicamente para carreras. En este contexto, la educación física surge como un actor crucial en la vida de los niños, proporcionándoles la guía y el conocimiento necesario para cultivar hábitos saludables y desarrollar habilidades físicas esenciales desde una edad temprana.

Tabla 6

Matriz

Fase	Objetivos	Contenidos	Habilidades	Acciones	Duración	Tiempo	Recursos
Capacitación docente	Fortalecer sus conocimientos sobre la Educación física.	<ul style="list-style-type: none"> • Artefactos • Conocimiento de la educación física • Articulación de la motricidad gruesa en el aula • Objetivo de la estrategia • Propiedades y componentes particulares de la educación física mediante circuito 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento • Aptitudes • Tareas específicas • Actividades físicas 	Etapa Inicial: Conocimiento previo.	Dos (2) meses	Dos (2) horas por cada contenido	Profesional con conocimiento en: <ul style="list-style-type: none"> • Educación Física • Capacitación docente • Investigación
Práctica	Desarrollar la educación física mediante el	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción al aplicativo JClick. • Descarga contenido que 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento • Aptitudes • Tareas 	Etapa Central: conocimiento previo, nuevo conocimiento	Dos (2) meses	Dos (2) horas por cada contenido	Material didáctico: <ul style="list-style-type: none"> • Audiovisual • Multimedia e

Fase	Objetivos	Contenidos	Habilidades	Acciones	Duración	Tiempo	Recursos
	circuito ante la estrategia pedagógica.	permita desarrollar estrategias apropiadas en cuanto la educación física mediante circuito	específicas <ul style="list-style-type: none"> • Actividades físicas 	llevan a la construcción sólida del mismo.			información <ul style="list-style-type: none"> • Guías de actividades
		<ul style="list-style-type: none"> • Características generales de la educación física y la motricidad gruesa 					
Diseño y evaluación	Estructura de la estrategia cómo se presenta el material a utilizar.	<ul style="list-style-type: none"> • Creación del contenido de las actividades a desarrollar. • Creación de las actividades (desde las diferentes áreas del conocimiento) 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento • Aptitudes • Tareas específicas • Actividades físicas 	Etapa Final: Evaluar, reflexión	Dos (2) meses	Dos (2) horas por cada contenido	Espacios Adecuados: <ul style="list-style-type: none"> • Canchas • Espacios abiertos • Parques • Salón de clase

2.2.2 Análisis del Segundo objetivo

Tabla 7

Sesión 1

Sesión N° 1		
Responsables	Laura Cristina Alfonso, Laura Daniela Núñez, Brenda Giselle García	
Institución Educativa	Liceo Andakí	
Ciudad, Departamento	Pitalito-Huila	
Grado	Segundo	
Fecha		
Descripción de actividad		
Actividad expositiva sobre la importancia de la educación física para educar a los individuos en el uso de su propio cuerpo, enseñándoles a mantener su salud física y corporal, para el desarrollo de esta actividad se hará uso de medios audiovisuales y material impreso.		
Estrategia de enseñanza y aprendizaje		
Proceso	Actividades de enseñanza y aprendizaje	Recursos didácticos
Inicial	Para dar inicio a esta primera sesión las docentes en formación desarrollaran una breve actividad para activar la disposición de los estudiantes; para esto solicitaran que se pongan de pie para hacer un estiramiento, mientras se va desarrollando una de las maestras comunicara los beneficios que aporta estas prácticas; esto se hará ya que el objetivo de esta sesión es concientizar a los estudiantes sobre la importancia de la educación física o la práctica de deporte.	
Desarrollo	Para abarcar el tema, primero se harán algunas preguntas explicativas como ¿qué creen que es educación física? ¿qué se hace en las clases de educación física? Y ¿Qué	<ul style="list-style-type: none"> • Fichas con ilustraciones • Proyector

	<p>le gustaría que se hicieran en las clases de educación física?</p> <p>Después de dialogar sobre esas preguntas se explicará lo que es la educación física en el espacio escolar y su importancia, para esto se usara algunas fichas con imágenes que permitan ir ilustrando la explicación verbal, luego se proyectara el siguiente video “La importancia de la actividad física” (https://www.youtube.com/watch?v=qELDncaLfjo) para reforzar en contenido conceptual</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bafle • Tablero • Marcadores
<p>Final</p>	<p>Para finalizar se desarrollará una reflexión por medio de preguntas como ¿por qué es importante hacer deporte? ¿en qué nos ayuda ejercitar nuestro cuerpo? Y se dejara un trabajo extra clase que consiste en presentar de manera expositiva la clase siguiente en un octavo de cartulina algún deporte que practique o que quisiera practicar y en qué beneficios le aporta ese deporte</p>	

Para comenzar esta primera sesión, las docentes en formación llevarán a cabo una breve actividad diseñada para despertar el interés de los estudiantes. Pedirán a los estudiantes que se levanten para realizar estiramientos mientras una de las maestras explica los beneficios de estas prácticas. Esta actividad se realizará con el propósito de concientizar a los estudiantes sobre la importancia de la educación física y la práctica deportiva. Puesto que resulta importante, practicar actividades de educación física es crucial para los estudiantes de segundo grado por varias razones fundamentales. En primer lugar, estas actividades promueven un estilo de vida activo desde una edad temprana, lo que ayuda a prevenir problemas de salud relacionados con la inactividad, como la obesidad y las enfermedades cardiovasculares. Además, la educación física contribuye al desarrollo físico de los niños, mejorando su fuerza, resistencia, coordinación y habilidades motoras.

Otro aspecto importante es que la educación física fomenta el desarrollo cognitivo de los estudiantes. La actividad física regular ha demostrado mejorar la concentración, la memoria y el

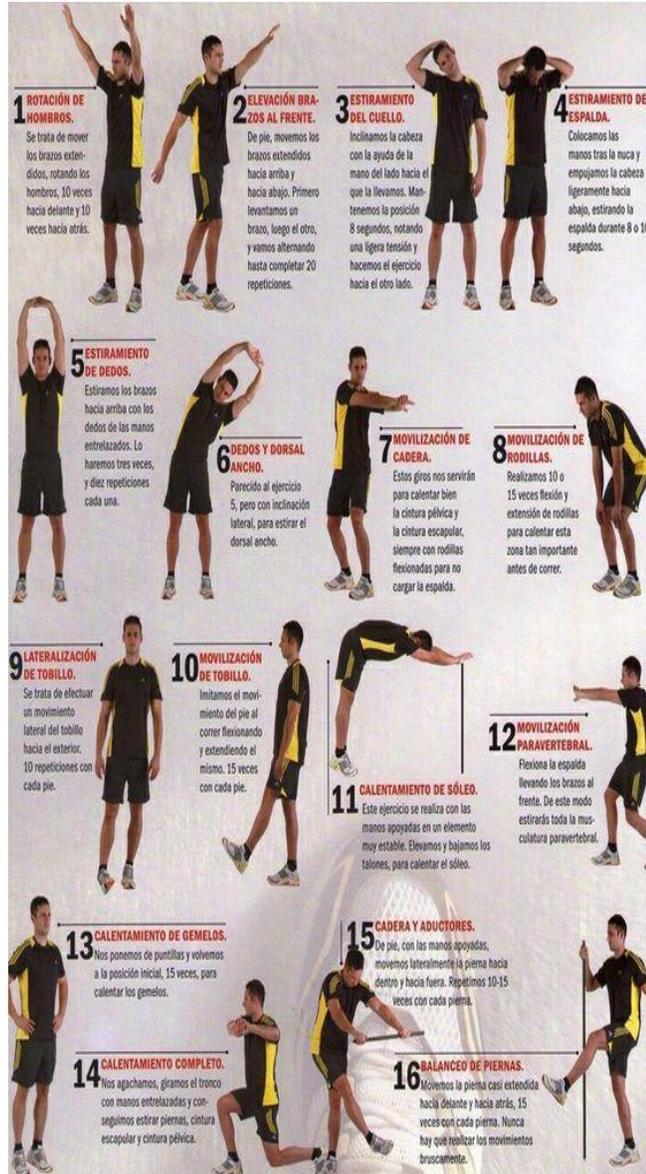
rendimiento académico en general. Los estudiantes que participan en actividades de educación física tienden a tener un mejor desempeño en el aula, ya que están más alerta y preparados para aprender. En resumen, practicar actividades de educación física es esencial para los estudiantes de segundo grado, ya que promueve un estilo de vida saludable, mejora su bienestar físico, emocional y mental, y contribuye a su desarrollo académico y social. A continuación, se observa la guía de aprendizaje desarrollada para el estiramiento, so importancia y los ejercicios a realizar.

Guía de aprendizaje

En esta sección se presenta la Guía de Aprendizaje diseñada para acompañar la implementación de la estrategia pedagógica. Esta guía tiene como objetivo proporcionar a los docentes una herramienta estructurada y práctica para la planificación y ejecución de actividades de circuito en las clases de educación física. La guía incluye una descripción detallada de los objetivos de aprendizaje, los materiales necesarios, las instrucciones paso a paso para cada actividad del circuito, y criterios de evaluación para medir el progreso de los estudiantes. Además, se ofrecen sugerencias para adaptaciones y variaciones de las actividades, con el fin de atender a las diferentes necesidades y niveles de habilidad de los estudiantes. Con esta guía, se busca facilitar la integración de los circuitos en el currículo de educación física, promoviendo un desarrollo integral y efectivo de la motricidad gruesa.

Figura 7

Estiramiento, su importancia y algunos ejercicios



Educación física y su importancia

- Conceptualización para docente sobre que es la educación física y ¿para qué sirve?
<https://www.youtube.com/watch?v=t5Xe3NqOluo>

<https://www.youtube.com/watch?v=Rm-a1vf0QtU&t=11s>

- Conceptualización para estudiantes sobre que es la educación física y ¿para qué sirve?
<https://www.youtube.com/watch?v=lTbcpPKosHE>

La educación física es una parte fundamental del currículo educativo debido a su importancia para el desarrollo integral de los estudiantes. Esta disciplina abarca una amplia gama de actividades físicas, deportes y juegos que tienen como objetivo principal promover la salud física, mental y emocional de los individuos. A continuación, se destacan algunos puntos clave sobre la importancia de la educación física:

- **Promoción de un estilo de vida activo:** La educación física fomenta hábitos saludables al promover la actividad física regular desde una edad temprana. Ayuda a los estudiantes a desarrollar la capacidad de mantenerse activos a lo largo de sus vidas, lo que contribuye a prevenir enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes y las enfermedades cardiovasculares.
- **Desarrollo físico:** A través de la participación en diferentes actividades físicas, los estudiantes desarrollan habilidades motoras fundamentales, como la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la resistencia. Estos aspectos son esenciales para su desarrollo físico adecuado y para mantener un cuerpo sano.
- **Desarrollo social y emocional:** La educación física proporciona oportunidades para que los estudiantes interactúen entre sí y aprendan habilidades sociales importantes, como el trabajo en equipo, la comunicación, la cooperación y el respeto mutuo. Además, les brinda un espacio para expresarse de manera creativa, liberar el estrés y mejorar su bienestar emocional.
- **Mejora del rendimiento académico:** Se ha demostrado que la actividad física regular tiene un impacto positivo en el rendimiento académico. Participar en educación física ayuda a mejorar la concentración, la memoria, la capacidad de atención y la resolución de problemas, lo que puede traducirse en un mejor desempeño en el aula.

- **Fomento de valores y ética deportiva:** A través de la participación en actividades deportivas y juegos, los estudiantes aprenden valores fundamentales como el juego limpio, la honestidad, la disciplina, la perseverancia y el respeto por los demás. Estos valores son fundamentales para su desarrollo personal y su integración en la sociedad.

En resumen, la educación física desempeña un papel crucial en la formación integral de los estudiantes al promover la salud, el desarrollo físico, social y emocional, así como el rendimiento académico y la adquisición de valores fundamentales. Es por ello que su inclusión en el currículo escolar es fundamental para el bienestar y el éxito de los estudiantes.

Tabla 8

Sesión dos

Sesión N° 2		
Responsables	Laura Cristina Alfonso, Laura Daniela Núñez, Brenda Giselle García	
Institución Educativa	Liceo Andakí	
Ciudad, Departamento	Pitalito-Huila	
Grado	Segundo	
Fecha		
Descripción de actividad		
Actividad expositiva sobre que es la motricidad gruesa, como se va desarrollando y su importancia; para el desarrollo de esta se optara por usar un espacio distinto al aula de clases, como el salón de audiovisual, para desarrollar el proceso de exposición y explicación usando estas herramientas digitales.		
Estrategia de enseñanza y aprendizaje		
Proceso	Actividades de enseñanza y aprendizaje	Recursos didácticos
Inicial	Para dar inicio a esta segunda sesión las docentes en formación solicitarán a los estudiantes dirigirse al aula destinada para la clase (aula audiovisual) de manera ordenada y solo deberán llevar la tarea expositiva de la clase anterior, luego, al estar todos organizados se	

	realizara un estiramiento para lograr cautivar la atención de los estudiantes	
Desarrollo	<p>Antes de dar inicio a la intervención conceptual del tema del día se dará un espacio pertinente para que cierta cantidad de estudiantes pasen al frente a explicar y exponer la tarea de manera voluntaria, si por alguna razón no hay voluntarios se hará de forma aleatoria dependiendo la lista; al terminar se recogerá el trabajo de cada uno de los estudiantes dando una nota valorativa.</p> <p>Para abarcar el tema, se proyectará un video dirigido para estudiantes de primaria donde nos habla sobre la motricidad</p> <p>(https://www.youtube.com/watch?v=OI62iNg7H14) y (https://www.youtube.com/watch?v=RAwcv2LJiSg), la idea es ir presentando e ir explicando a medida que el video se reproduce para eso usaremos también el tablero y algunas imágenes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Pantalla de televisor o proyector ● Bafles ● Tablero ● Marcadores
Final	<p>Para finalizar se desarrollará una reflexión participativa por medio de preguntas como ¿a qué nos referimos cuando hablamos de motricidad? ¿qué movimientos hacen parte de la motricidad gruesa? ¿qué movimientos hacen parte de la motricidad fina? ¿por qué es importante el desarrollo de nuestra motricidad?</p>	

Antes de comenzar la parte conceptual del tema del día, se reservará un tiempo adecuado para que un grupo de estudiantes seleccione voluntariamente presentarse frente a la clase para explicar y exponer la tarea asignada. En caso de que no haya suficientes voluntarios, se elegirá de manera aleatoria según la lista. Una vez concluida la exposición, se recogerán los trabajos individuales de los estudiantes y se les asignará una calificación. Comprendiendo que, la motricidad gruesa en niños de segundo grado es crucial para su desarrollo físico y cognitivo. Este aspecto se refiere al desarrollo de habilidades relacionadas con el control y la coordinación de movimientos grandes y

musculosos, como correr, saltar, trepar y lanzar. Estas habilidades son fundamentales para el desarrollo físico general, la salud y el bienestar de los niños, ya que les permiten participar en actividades físicas, deportes y juegos de manera efectiva.

Para promover el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de segundo grado, es importante proporcionarles una variedad de actividades físicas y juegos que involucren movimientos grandes y coordinados. Estas actividades pueden incluir juegos al aire libre, deportes grupales, circuitos de habilidades motrices, actividades de trepa y equilibrio, entre otros. Además de promover el desarrollo físico, las actividades de motricidad gruesa también pueden tener beneficios cognitivos y sociales. Al participar en juegos y actividades físicas, los niños pueden mejorar su concentración, atención, resolución de problemas y habilidades sociales, como la cooperación y el trabajo en equipo. En resumen, las actividades diseñadas para desarrollar la motricidad gruesa en niños de segundo grado son esenciales para su crecimiento y desarrollo integral. Estas actividades no solo promueven la salud física, sino que también contribuyen al desarrollo cognitivo y social de los niños.

Guía de aprendizaje

Motricidad gruesa, clasificación y su importancia.

- Conceptualización para docentes https://www.youtube.com/watch?v=3_kjabs3DhI
- Conceptualización para estudiantes <https://www.youtube.com/watch?v=OI62iNg7H14> y <https://www.youtube.com/watch?v=RAwcv2LJiSg>

La motricidad gruesa se refiere al desarrollo de habilidades que implican grandes grupos musculares y movimientos amplios del cuerpo, como correr, saltar, trepar y lanzar. En niños de segundo grado, el desarrollo de la motricidad gruesa es fundamental debido a su impacto en el crecimiento físico, el bienestar general y el desarrollo cognitivo y social. Esta habilidad les permite participar en actividades físicas, deportes y juegos de manera efectiva, lo que contribuye a su salud física y promueve un estilo de vida activo desde una edad temprana. La clasificación de la motricidad gruesa se puede dividir en varias categorías, que incluyen:

- **Desplazamiento:** Movimientos que implican trasladarse de un lugar a otro, como correr, saltar, caminar y galopar.
- **Manipulación:** Actividades que implican el manejo y control de objetos, como lanzar, atrapar, patear y golpear.
- **Equilibrio:** Habilidades relacionadas con mantener la estabilidad del cuerpo, como pararse sobre un pie, caminar sobre una línea o balancearse en una superficie elevada
- **Coordinación:** La capacidad de realizar movimientos complejos que involucran varios grupos musculares de manera sincronizada, como saltar la cuerda, realizar movimientos rítmicos o ejecutar una secuencia de movimientos en un juego o deporte.

Es crucial fomentar el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de segundo grado mediante una variedad de actividades físicas y juegos diseñados para estimular estas habilidades. Estas actividades no solo benefician su salud física, sino que también contribuyen al desarrollo cognitivo y social al promover la concentración, la resolución de problemas, la cooperación y el trabajo en equipo. En síntesis, la motricidad gruesa juega un papel vital en el desarrollo integral de los estudiantes de segundo grado al permitirles participar en diversas actividades físicas y sociales, lo que promueve su salud y bienestar general.

Tabla 9

Sesión 3

Sesión N° 3	
Responsables	Laura Cristina Alfonso, Laura Daniela Núñez, Brenda Giselle García
Institución Educativa	Liceo Andakí
Ciudad, Departamento	Pitalito-Huila
Grado	Segundo
Fecha	

Descripción de actividad		
<p>Actividad de circuito con diferentes estaciones que ayuden a fortalecer las habilidades mencionadas anterior momento; dicha actividad se desarrollara en un espacio abierto en este caso usaremos la cancha de sementó y de manera individual. https://www.youtube.com/watch?v=ptuBR8UgQJA</p>		
Estrategia de enseñanza y aprendizaje		
Proceso	Actividades de enseñanza y aprendizaje	Recursos didácticos
Inicial	<p>Para dar inicio a esta tercera sesión las docentes en formación darán algunas indicaciones y reglas para poder salir del aula de clases y dirigirnos a la cancha, entre esas recomendaciones y normas está el buen comportamiento y la disposición adecuada para desarrollar todas las actividades.</p> <p>Los estudiantes tienen permitido sacar su respetivo recipiente para hidratarse</p> <p>Al llegar a la cacha se harán algunos ejercicios de calentamiento para preparar cada cuerpo al esfuerzo deportivo del día.</p>	
Desarrollo	<p>Para iniciar a desarrollar el circuito propuesto para esta sesión una de las maestras explicará cómo debe de hacerlo mientras otra va desarrollando la actividad estación por estación.</p> <p>La idea es que cada estudiante pase uno por uno a cada estación con la supervisión de dos maestras mientras otra toma apuntes de las repeticiones y tiempo que se gasta en terminar el circuito, esto con el fin de que se lleve un registro el cual nos permita ver el avance de cada clase.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Conos ● Aros ● Colchonetas ● Bancos o canastas ● Balón o pelota
Final	<p>Para finalizar se desarrollará algunos ejercicios de estiramiento y luego se les permitirá a los estudiantes hidratarse antes de volver al aula de clases.</p>	

Para comenzar con la implementación del circuito planificado para esta sesión, se formarán los grupos de manera aleatoria, procurando que estén integrados por estudiantes de ambos sexos. Posteriormente, una de las maestras proporcionará las instrucciones sobre cómo llevar a cabo las actividades, mientras que otras dos guiarán a los estudiantes en cada estación. El objetivo es que cada grupo participe en todas las actividades planificadas. Es importante destacar que esta actividad no tiene un carácter competitivo, sino colaborativo. Las maestras supervisarán el desarrollo adecuado de cada estación y asegurarán que el trabajo en equipo se lleve a cabo de manera exitosa.

La actividad de circuito se ha diseñado cuidadosamente para proporcionar a los estudiantes una experiencia completa y enriquecedora que contribuya al desarrollo de sus habilidades motoras gruesas. Cada estación del circuito se ha planificado con el objetivo de abordar diferentes aspectos de la motricidad gruesa, como la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad. Al realizar la actividad al aire libre en la cancha de cemento, los estudiantes tendrán un espacio amplio y seguro para moverse libremente y participar en cada estación de manera individual.

La realización de la actividad de manera individual permite que cada estudiante se centre en sus propios objetivos y desafíos, sin distracciones ni presiones externas. Además, esta modalidad fomenta la autonomía y la responsabilidad personal, ya que cada estudiante asume la responsabilidad de completar cada estación de manera adecuada y según su propio ritmo. Además, el entorno al aire libre ofrece beneficios adicionales para el bienestar físico y emocional de los estudiantes. La exposición al aire fresco y la luz solar puede mejorar el estado de ánimo y aumentar los niveles de energía, lo que contribuye a un ambiente de aprendizaje más positivo y estimulante. Además, el contacto con la naturaleza puede fomentar un sentido de conexión con el entorno y promover un estilo de vida activo y saludable entre los estudiantes. En resumen, la actividad de circuito en la cancha de cemento proporcionará a los estudiantes una oportunidad invaluable para desarrollar sus habilidades motoras gruesas de manera individualizada y en un entorno al aire libre que promueve el bienestar físico y emocional.

Tabla 10

Sesión 4

Sesión N° 4		
Responsables	Laura Cristina Alfonso, Laura Daniela Núñez, Brenda Giselle García	
Institución Educativa	Liceo Andakí	
Ciudad, Departamento	Pitalito-Huila	
Grado	Segundo	
Fecha		
Descripción de actividad		
<p>Actividad de circuito con diferentes estaciones que ayuden a fortalecer la motricidad gruesa; dicha actividad se desarrollara en un espacio abierto en este caso usaremos la cache de patinaje y se hará en grupos de 4 o de 5 dependiendo la cantidad de estudiantes que asistan la idea es organizar 4 grupos. https://www.youtube.com/watch?v=11N6Lad53ok</p>		
Estrategia de enseñanza y aprendizaje		
Proceso	Actividades de enseñanza y aprendizaje	Recursos didácticos
Inicial	<p>Para dar inicio a esta cuarta sesión las docentes en formación darán algunas indicaciones y reglas para poder salir del aula de clases y dirigirnos a la cancha, entre esas recomendaciones y normas está el buen comportamiento y la disposición adecuada para desarrollar todas las actividades.</p> <p>Los estudiantes tienen permitido sacar su respectivo recipiente para hidratarse</p> <p>Al llegar a la cache se harán algunos ejercicios de calentamiento para preparar cada cuerpo al esfuerzo deportivo del día.</p>	

Desarrollo	<p>Para iniciar a desarrollar el circuito propuesto para esta sesión se organizará los grupos de forma aleatoria y teniendo en cuenta que sean mixtos, luego una de las maestras explicara cómo debe de hacerlo mientras otras dos van desarrollando la actividad estación por estación.</p> <p>La idea es que cada grupo desarrollen todas las actividades, cabe recalcar que esta no es una actividad competitiva si no colaborativa las maestras supervisaran que se desarrollen correctamente cada estación y que el trabajo cooperativo se desarrolle con éxito</p>	<ul style="list-style-type: none">● Conos● Aros● Colchonetas● Bancos o canastas● Balón o pelota
Final	<p>Para finalizar se desarrollará algunos ejercicios de estiramiento y luego se les permitirá a los estudiantes hidratarse antes de volver al aula de clases.</p>	

Para dar inicio a la implementación del circuito planificado para esta sesión, se procederá a organizar los grupos de manera aleatoria, asegurándose de que estén compuestos por una combinación equilibrada de estudiantes. Posteriormente, una de las maestras se encargará de proporcionar una explicación detallada sobre cómo llevar a cabo las actividades del circuito, mientras que otras dos se ocuparán de guiar a los estudiantes en cada una de las estaciones. El objetivo principal es que cada grupo participe en todas las actividades del circuito, fomentando así la colaboración y el trabajo en equipo entre los estudiantes. Es importante destacar que esta actividad no se concibe como una competencia, sino más bien como una oportunidad para que los estudiantes colaboren entre sí y se apoyen mutuamente en el desarrollo de las diferentes estaciones.

Las maestras estarán presentes en todo momento para supervisar el progreso de los estudiantes y garantizar que cada estación se lleve a cabo de manera adecuada. Además, se asegurarán de que

el trabajo cooperativo se desarrolle con éxito, brindando orientación y apoyo cuando sea necesario. De esta manera, se busca no solo fortalecer las habilidades motoras de los estudiantes, sino también promover valores como la cooperación, el respeto y la solidaridad. El desarrollo de la motricidad gruesa en niños de segundo grado es de suma importancia debido a su impacto en múltiples aspectos de su crecimiento y desarrollo. La motricidad gruesa se refiere al control y coordinación de los movimientos grandes del cuerpo, como caminar, correr, saltar, trepar y lanzar.

En la educación física, existen una variedad de ejercicios y actividades diseñadas específicamente para desarrollar la motricidad gruesa en los niños. Estas actividades se centran en mejorar la coordinación, equilibrio, fuerza y control de los movimientos grandes del cuerpo. A continuación, se presentan algunos ejemplos de ejercicios que pueden ser útiles para este propósito:

- Carreras de Revelo: Organizar carreras de relevos donde los niños deben correr, saltar, y pasar objetos grandes (como pelotas) de un compañero a otro puede ayudar a desarrollar la coordinación, velocidad y fuerza de las piernas
- Juegos de equilibrio: Incorporar juegos que desafíen el equilibrio, como caminar sobre una línea marcada en el suelo, saltar en un solo pie o hacer equilibrio en una tabla de equilibrio, ayuda a mejorar la coordinación y el control corporal.
- Circuito de habilidades: Diseñar un circuito que incluya una variedad de actividades que requieran movimientos gruesos, como trepar por cuerdas, pasar por túneles, saltar obstáculos y lanzar pelotas a blancos específicos. Este tipo de circuito ayuda a desarrollar la fuerza, coordinación y resistencia.
- Juegos de lanzamientos: Juegos que implican lanzar y atrapar pelotas, frisbees u otros objetos grandes ayudan a desarrollar la coordinación mano-ojo, así como la fuerza y precisión en los movimientos de los brazos.

Estos ejercicios y actividades son solo ejemplos de cómo se puede trabajar la motricidad gruesa en el contexto de la educación física. Es importante adaptar las actividades según la edad, habilidades y necesidades individuales de los niños, así como asegurarse de proporcionar un ambiente seguro y supervisado para su práctica.

Tabla 11

Sesión cinco

Sesión N° 5		
Responsables	Laura Cristina Alfonso, Laura Daniela Núñez, Brenda Giselle García	
Institución Educativa	Liceo Andakí	
Ciudad, Departamento	Pitalito-Huila	
Grado	Segundo	
Fecha		
Descripción de actividad		
<p>Actividad de circuito con diferentes estaciones que ayuden a fortalecer la motricidad, dicha actividad se desarrollara en un espacio abierto en este caso usaremos el aula máxima y de manera individual. https://www.youtube.com/watch?v=8KaNH88avbQ</p>		
Estrategia de enseñanza y aprendizaje		
Proceso	Actividades de enseñanza y aprendizaje	Recursos didácticos
Inicial	<p>Para dar inicio a esta quinta sesión las docentes en formación darán algunas indicaciones y reglas para poder salir del aula de clases y dirigirnos a el aula máxima, entre esas recomendaciones y normas está el buen comportamiento y la disposición adecuada para desarrollar todas las actividades.</p> <p>Los estudiantes tienen permitido sacar su respectivo recipiente para hidratarse</p> <p>Al llegar al aula se harán algunos ejercicios de calentamiento para preparar cada cuerpo al esfuerzo deportivo del día.</p>	

Desarrollo	Para iniciar a desarrollar el circuito propuesto para esta sesión se organizará dos grupos uno de niños y otra de niñas ya que se harán dos circuitos al terminar cada grupo cambiara de circuito con el fin de que desarrollen en esta clase dos circuitos diferentes, las maestras en formación explicaran cada circuito a cada grupo y al rotar se volverá retomar la explicación.	<ul style="list-style-type: none">● Conos● Aros● Colchonetas● Bancos o canastas● Balón o pelota
Final	Para finalizar se desarrollará algunos ejercicios de estiramiento y luego se les permitirá a los estudiantes hidratarse antes de volver al aula de clases.	

Para ampliar el discurso sobre la actividad de circuito con diferentes estaciones que fortalecen la motricidad gruesa, es importante destacar la relevancia de esta actividad en el desarrollo integral de los niños de segundo grado. En primer lugar, es crucial resaltar que la motricidad gruesa se refiere al desarrollo de habilidades motoras que implican grandes grupos musculares y movimientos generales del cuerpo, como correr, saltar, trepar, lanzar y equilibrarse. Estas habilidades son fundamentales en el proceso de crecimiento y desarrollo de los niños, ya que les permiten explorar su entorno, participar en actividades físicas y deportivas, y adquirir destrezas que serán útiles a lo largo de su vida.

La realización de una actividad de circuito en un espacio abierto, como el aula máxima o un patio escolar, brinda a los niños un ambiente amplio y seguro para moverse y participar en una variedad de actividades físicas. Esto les permite desarrollar su coordinación, equilibrio, fuerza y resistencia de manera activa y divertida. Al llevar a cabo la actividad de manera individual, cada niño tiene la oportunidad de enfrentarse a los desafíos de las diferentes estaciones según su propio ritmo y nivel de habilidad. Esto promueve la autonomía y la autoconfianza, ya que cada niño puede experimentar el éxito a su manera y superar obstáculos a su propio ritmo.

Además, la diversidad de estaciones en el circuito proporciona una experiencia de aprendizaje holística, donde los niños pueden trabajar en diferentes aspectos de su desarrollo motor mientras se divierten y se relacionan con sus compañeros. Desde correr alrededor de obstáculos hasta equilibrarse en una pierna y lanzar pelotas a blancos, cada estación desafía a los niños de manera única y les brinda la oportunidad de explorar y experimentar con una variedad de movimientos y habilidades. En conclusión, la realización de una actividad de circuito en un espacio abierto de manera individual es una excelente manera de promover el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de segundo grado. Esta experiencia les brinda la oportunidad de participar en actividades físicas divertidas y desafiantes, mientras adquieren habilidades motoras fundamentales para su crecimiento y desarrollo.

2.2.3 Análisis del tercer objetivo

En el siguiente apartado, se evidencia la implementación de la estrategia pedagógica diseñada por las investigadoras, donde se pretendió dar cumplimiento al tercer objetivo de la siguiente investigación, del mismo modo, la importancia de la educación física, especialmente a través de la implementación de circuitos, desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes de primaria. Este enfoque no solo promueve la actividad física y el bienestar físico, sino que también contribuye al desarrollo cognitivo, emocional y social. Los circuitos ofrecen una variedad de actividades que involucran diferentes habilidades motoras, como correr, saltar, equilibrarse y lanzar.

Permitiendo así, a los estudiantes explorar y perfeccionar sus capacidades físicas de manera lúdica y participativa. Además, al fomentar la participación activa y el trabajo en equipo, los circuitos enriquecen las habilidades sociales y emocionales de los estudiantes, promoviendo valores como la colaboración, la empatía y el respeto. Este enfoque pedagógico no solo contribuye al desarrollo físico, sino que también nutre aspectos esenciales para el crecimiento integral de los niños, preparándolos para enfrentar desafíos físicos y cognitivos de manera efectiva a lo largo de su vida.

Figura 8

Educación Física mediante Circuito



Figura 9

Educación Física mediante Circuito



Figura 10

Educación Física mediante Circuito



Figura 11

Educación Física mediante Circuito



Figura 12

Educación Física mediante Circuito



La educación física en el nivel de primaria desempeña un papel fundamental en el desarrollo saludable y equilibrado de los estudiantes. Los ejercicios diseñados para este grupo de edad se centran en promover la actividad física, el desarrollo de habilidades motoras, la coordinación y la conciencia corporal. Estas actividades incluyen una variedad de juegos y ejercicios que estimulan el movimiento, como carreras, saltos, lanzamientos y juegos recreativos que fomentan la interacción social y el trabajo en equipo. Además, se incorporan elementos de desarrollo de la fuerza, flexibilidad y resistencia de manera adaptada a la edad, garantizando un enfoque holístico en el bienestar físico.

Estos ejercicios no solo contribuyen al desarrollo físico, sino que también fortalecen aspectos cognitivos al mejorar la concentración, la memoria y la capacidad de aprender a través del movimiento. En resumen, la educación física en primaria mediante ejercicios proporciona una base sólida para hábitos de vida activos y saludables, estableciendo las bases para un crecimiento integral y una apreciación duradera por la importancia de la actividad física en la vida diaria. Es

ahí donde se hace importante el acompañamiento del docente, para así poder dar cumplimiento a los objetivos planteados (Cañadas, L. y Santos-Pastor, 2021).

Es así que, queda evidenciado que, la implementación de la educación física mediante circuitos en estudiantes de segundo grado juega un papel crucial en su desarrollo integral. Los circuitos ofrecen una metodología dinámica y lúdica que involucra a los estudiantes en una serie de actividades físicas variadas y adaptadas a su nivel de habilidad y comprensión. Según lo argumentado por González et al. (2020) estas actividades incluyen ejercicios que fomentan la coordinación, el equilibrio, la resistencia y la fuerza, contribuyendo al desarrollo de habilidades motoras fundamentales. Además, la estructura de circuito permite a los estudiantes explorar y mejorar sus capacidades físicas de manera activa y participativa.

Mostrando que, al utilizar circuitos en la educación física, se promueve el trabajo en equipo y la colaboración, ya que los estudiantes se involucran en actividades que requieren cooperación y comunicación. Esto no solo fortalece sus habilidades sociales, sino que también les brinda la oportunidad de aprender a respetar las reglas y a sus compañeros de clase. La educación física mediante circuitos no solo se trata de promover la actividad física, sino que también tiene como objetivo fomentar un estilo de vida activo y saludable desde una edad temprana. En resumen, la educación física a través de circuitos en estudiantes de segundo grado proporciona una experiencia educativa integral que aborda tanto el desarrollo físico como el social, sentando las bases para un estilo de vida activo y saludable en el futuro.

2.2.4 Análisis del Cuarto Objetivo

En el siguiente apartado se lleva a cabo la descripción de los resultados obtenidos de la implementación de los instrumentos de recolección de datos, los cuales buscan darle cumplimiento a los objetivos planteados. En esta medida, se abordan los hallazgos de la observación directa para confrontarlos con la fundamentación teórica, para reconocer las actitudes y comportamientos de la población objeto de estudio durante la interacción con la estrategia diseñada por las investigaciones, con el propósito de evaluar la efectividad del proyecto que se centra en la Educación física mediante el circuito. En los estudiantes del Colegio Andaki, de Pitalito Huila.

Así mismo, se refleja que para los docentes es novedoso la enseñanza a través de contenidos estratégicos, con material físico y lúdico que puede ser ajustado a los logros de aprendizaje de cada área, por ello, se evidencian participativos y curiosos en la interacción con los artefactos y espacios establecidos, puesto que, son espacios poco utilizados para ellos lo que limita el diseño e implementación de estas. Ante esto, Coronel (2018) señala que la articulación de espacios adecuados en el aula, debe ser un trabajo secuencial, que parta de un proceso diagnóstico donde se identifiquen las principales debilidades académicas y actitudinales de los estudiantes, para diseñar una estrategia interactiva que sea acorde a estas dificultades.

A partir de los resultados obtenidos del proyecto de investigación, se puede observar que la integración de la educación física y la motricidad en los procesos de aprendizaje en el aula de clase es viable. Esto se evidencia en la percepción de la población estudiada, quienes conocen los ejercicios propuestos, como lo indica la cita "hacer ejercicio me da mucha energía y felicidad" (E1). De esta manera, se logra cumplir con uno de los propósitos de la educación. Según Maqueo (2016 citado por Rodríguez, 2019), es importante acertar en el diseño tanto pedagógico como de recursos para respaldar el aprendizaje y garantizar la calidad de la educación.

Es relevante destacar que, para los participantes de esta actividad, el aprovechamiento de los recursos y espacios resulta interesante y pueden ser integrados en los procesos de formación tanto del área de educación física como de educación ambiental. Esto se alinea con la recomendación del Ministerio de Educación Nacional (MEN, 2016) de incorporar el deporte en todos los procesos de aprendizaje, lo cual constituye un llamado de atención para la comunidad docente a fin de actualizar sus enfoques pedagógicos y evitar la disminución en la motivación hacia las asignaturas. Esto se refleja en la observación de E8, donde se menciona que "En la institución se utilizan poco los espacios de las canchas".

En este contexto, se puede observar que los estudiantes encuentran motivación para aprender sobre educación física mediante el uso de recursos pedagógicos. Como señalan Noriega et al. (2018), "Las actividades físicas generan nuevos contextos que demandan innovación en la interacción entre profesores y alumnos en el aula, así como en el desarrollo motriz de ambos". Por lo tanto, es crucial establecer una comunicación efectiva entre el docente y los estudiantes para

facilitar los procesos de enseñanza y asegurar una educación de alta calidad. Esta afirmación respalda la idea de que el uso de entornos adecuados para la información y la comunicación aumenta la motivación de los estudiantes hacia el aprendizaje de educación física.

En este contexto, el profesor debe desarrollar estrategias que le permitan utilizar los recursos pedagógicos disponibles en los espacios de la institución. Como señala Velasco et al. (2018), "El aprovechamiento de los espacios en el aula de clase es esencial y fundamental, ya que permite a los estudiantes y docentes reforzar los conocimientos, tener una comunicación efectiva, cambiar de ambiente, interactuar socialmente, compartir y resolver situaciones de aprendizaje con sus compañeros de clase". En otras palabras, al integrar la educación física mediante circuitos en los procesos de enseñanza en el aula, se promueve una comunicación fluida entre el estudiante y el profesor, lo que contribuye a mejorar los procesos de aprendizaje.

Por lo tanto, es imperativo que el profesor elabore nuevas tácticas para estimular el interés del estudiante en el aprendizaje de educación física a través del circuito. En este caso, el aprovechamiento de espacios adecuados y la implementación de estrategias de enseñanza podrían representar una solución viable a esta problemática, como lo indica Piaget (1975). Las estructuras son sistemas organizativos del conocimiento que emergen de las acciones del docente y están sujetas a modificaciones y ajustes conforme a los amplios esquemas que se adaptan a las nuevas demandas de la sociedad (Saldarriaga et al., 2016). A partir de esta premisa, se comprende y se evidencia la efectividad del diseño de la estrategia, ya que se observaron los cambios obtenidos tras su implementación.

Siendo asertiva y productiva, además de eso como lo recibieron los estudiantes dando buen resultado tras su implementación y mostrando sentirse conformes tras el cumplir con las necesidades e intereses de los estudiantes del Liceo Andaki, de Pitalito Huila. De modo que, se observa que la implementación de la estrategia desarrollada por la investigadora fue fructífera, puesto que se cumplió con los objetivos planteados, permitiendo que los estudiantes del grado segundo, desarrollaran la habilidad para comprender y aplicar la motricidad gruesa en estos, donde cada ejercicio desarrollado logro dar cumplimiento ante la implementación de la estrategia de la intervención basada en el circuito. Por ende, se reafirma la efectividad de la propuesta.

Ante las respuestas de los estudiantes, es fundamental implementar una estrategia de triangulación de datos para garantizar la validez y fiabilidad de la información recopilada. Esta triangulación implica el uso de múltiples fuentes de datos, como observaciones no participativas, entrevistas y análisis de cuestionarios, con el fin de corroborar y enriquecer la comprensión de los fenómenos estudiados. Al combinar diferentes métodos y fuentes de datos, se puede obtener una imagen más completa y precisa de las percepciones, experiencias y comportamientos de los estudiantes. La triangulación de datos también permite identificar posibles riesgos o inconsistencias en la información, contribuyendo así a la robustez de los hallazgos y conclusiones de la investigación. En el contexto de la intervención educativa, la triangulación de datos resulta especialmente relevante para validar la efectividad de las estrategias implementadas y proporcionar una base sólida para la toma de decisiones informadas orientadas a mejorar la práctica pedagógica y el aprendizaje de los estudiantes.

En el contexto de una investigación con niños de segundo grado sobre educación física mediante el circuito, la triangulación se refiere a la utilización de múltiples métodos de recolección de datos y fuentes de información para obtener una comprensión más completa y precisa del fenómeno estudiado. Esto implica combinar diferentes enfoques, del mismo modo, la triangulación en este contexto podría involucrar, por ejemplo, observar directamente cómo los niños participan en las actividades del circuito, entrevistar y cuestionarios a los estudiantes sobre sus percepciones de la educación física y el impacto del circuito en ellos, y recopilar datos cualitativos sobre el rendimiento físico y la participación de los niños en las actividades.

Al utilizar múltiples métodos y fuentes de datos, la triangulación ayuda a validar los hallazgos de la investigación y proporciona una imagen más completa de cómo la educación física mediante el circuito afecta a los niños de segundo grado. Esto permite una comprensión más profunda y sólida del fenómeno estudiado y aumenta la credibilidad y fiabilidad de los resultados de la investigación (Denzin, 1978). Del mismo modo, se comparte la rúbrica de evolución de la estrategia que se desarrolló a los estudiantes que hicieron parte del desarrollo de la propuesta, donde cada uno de estos aceptaba con la firma del consentimiento informado, la participación de la propuesta.

Tabla 12

Rubrica de evolución de la estrategia

Momento	Objetivo	Nivel 1 1:00 – 2:90	Nivel 2 3:00 – 3: 90	Nivel 3 4:00 – 5:00	Nivel alcanzado
Fase 1	Realizar un diagnóstico sobre el grado de motricidad gruesa en los niños de segundo grado.	No se encuentra de acuerdo desarrollar ejercicios físicos	Realiza el diagnóstico construido por la docente y se encuentra de acuerdo con su aplicación.	Cumple a cabalidad el desarrollo del diagnóstico y es un estudiante con deseos de desarrollar actividades u ejercicios de motricidad gruesa.	
Fase 2	Diseñar un plan de intervención basado en el desarrollo de la motricidad gruesa con la educación físico mediante el circuito	No trabaja ante lo diseñado de la estrategia intervención	Diseña, trabaja y finaliza las actividades medianamente la estrategia desarrollada en la propuesta.	Finaliza las actividades diseñadas en la propuesta de intervención	
Fase 3	Implementar un plan de intervención centrado en la mejora de la motricidad gruesa	Realiza las actividades propuestas sin lograr cumplir con lo requerido para	Cumple con el desarrollo de las actividades comprendiendo la motricidad gruesa	Cumple a cabalidad con el desarrollo de las actividades en la motricidad gruesa, desde la educación física mediante el circuito.	

Momento	Objetivo	Nivel 1 1:00 – 2:90	Nivel 2 3:00 – 3: 90	Nivel 3 4:00 – 5:00	Nivel alcanzado
	para aumentar la competencia de los estudiantes de segundo grado en la resolución de problemas matemáticos.	terminar satisfactoriamente de mejorar la motricidad gruesa			
Fase 4	Evaluar el efecto de la propuesta de investigación basada en la mejora de la motricidad gruesa.	No llega a evaluar el efecto de la propuesta ya que no finaliza a cabalidad.	Se logra evaluar el efecto de la propuesta basada en la mejora de la motricidad gruesa	Se permite evaluar el efecto de la propuesta de investigación, donde se buscaba mejorar la motricidad gruesa	
	Estudiante	Nota:			

2.3 Discusión

La etapa de interpretación se lleva a cabo tras realizar un análisis deductivo e inductivo, donde los resultados generaron una categorización abierta. Posteriormente, se procedió a la interpretación mediante la triangulación de datos, relacionando de manera secuencial las expresiones codificadas, los tópicos y las subcategorías con los fundamentos de los autores. Este proceso permitió construir conclusiones empíricas y formular juicios para cada categoría, aportando la perspectiva del investigador. Cabe destacar que la interpretación de la triangulación se orientó a responder la pregunta problema: "¿Cómo fortalecer la motricidad gruesa mediante la educación física con circuitos como estrategia pedagógica en estudiantes de segundo grado del colegio Liceo Andaki en Pitalito, Huila?". En este contexto, se identificaron dificultades en la educación física con circuitos, lo que motivó la propuesta de una estrategia pedagógica adaptada a la situación problemática detectada.

Es por ello que, en este capítulo se presenta un análisis de discusión en las conclusiones obtenidas tras la elaboración e implementación de la estrategia pedagógica orientada a fortalecer la educación física mediante circuitos. Inicia con una discusión que compara los resultados obtenidos con los fundamentos teóricos que respaldan la investigación. Luego, se presentan las conclusiones parciales, abordando de manera específica los objetivos planteados. Posteriormente, se detallan las recomendaciones y perspectivas, delineando la manera de llevar a cabo actividades físicas que contribuyan a transformar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Seguidamente, según los resultados finales de la investigación, se observa que los estudiantes muestran una mayor disposición cuando son participantes activos en la construcción del conocimiento. Sin embargo, en los procesos generales de enseñanza-aprendizaje, prevalece una metodología tradicional donde los docentes lideran y los estudiantes siguen sus instrucciones. En este enfoque, los docentes establecen los procedimientos en el aula, lo que puede generar un bajo interés por parte de los estudiantes, tal como se identificó inicialmente en la investigación. Frente a este escenario, Calatayud et al. (2020) señalan que el activismo busca fomentar el desarrollo de competencias cognitivas y conductuales, facilitando que los niños interactúen de manera asertiva mediante la manipulación de factores que impactan en el proceso de aprendizaje.

A partir de esto, resulta crucial que el docente encargado de la Educación Física enfoque sus prácticas pedagógicas hacia un proceso facilitador de conocimientos, permitiendo que el estudiante tenga la oportunidad de aprender de manera autónoma. De esta manera, sus experiencias posibilitarán la reconstrucción de su conocimiento previo a partir de las nuevas adquisiciones. En este contexto, la estrategia pedagógica que implica el circuito para una educación física efectiva, elaborado por los propios estudiantes, contribuye al aumento de su motivación y creatividad al iniciar con la realización de ejercicios.

Donde estos, despiertan diversos sentimientos. Estos, a su vez, se derivan de las experiencias durante la interacción con el entorno. Es esencial implementar estrategias considerando la perspectiva de Reyes-Rodríguez y Colás-Cos (2017) sobre el activismo, que lo conceptualiza como un modelo pedagógico en el cual el estudiante juega un papel central en el proceso de aprendizaje, mientras que el docente actúa como facilitador del conocimiento. Para el éxito del proceso de adquisición de conocimientos, es fundamental partir de los intereses y necesidades de la población estudiantil.

Según lo expuesto, resulta significativo que la labor pedagógica del docente sea diseñada considerando las necesidades e intereses específicos de los estudiantes. En varias instancias, se ha destacado que los "procesos de educación física son cruciales para el desarrollo de habilidades y conocimientos en el estudiante" (Linuesa, como se citó en Sánchez y Suárez, 2018, p. 78). Frente a esta realidad, es imperativo introducir innovaciones en las prácticas educativas, emplear enfoques didácticos que estimulen al estudiante y, al mismo tiempo, posibiliten el desarrollo de competencias en distintas áreas del conocimiento de manera lúdica, garantizando así la calidad de los procesos formativos.

De igual manera, en la contemporaneidad, el proceso de globalización impulsa a los docentes a concebir estrategias de enseñanza-aprendizaje capaces de captar la atención y predisposición de los estudiantes, dado que estos se encuentran inmersos en un entorno caracterizado por rápidos avances tecnológicos. Según autores como Coll y Bolea (como se citó en Bravo y Varguillas, 2019), las estrategias pedagógicas representan estructuras compuestas por una serie de actividades vinculadas con los objetivos y contenidos, señalando así que el quehacer educativo se define por

sus metodologías de enseñanza. En este contexto, las estrategias pedagógicas surgen como una solución viable para fortalecer la educación física en estudiantes de segundo grado en el Colegio Liceo Andaki, ubicado en el municipio de Pitalito, Huila.

Tabla 13

Matriz DOFA

Factores internos Factores externos	Fortalezas	Debilidades
	FO	DO
Oportunidades	A partir de lo observado durante la realización de las actividades, se destaca la importancia de incluir las actividades físicas en las aulas de clase para enriquecer los procesos de formación integral, dado el compromiso demostrado, la comunicación y las mejoras positivas que surgen como resultado de su implementación	Considerando la escasa comprensión tanto de los docentes como de los estudiantes sobre la correcta aplicación de la Educación Física mediante el circuito y la motricidad gruesa, se reconoce la importancia de capacitar a los educadores para que enseñen conocimientos innovadores, lo cual sería beneficioso para el desarrollo de las actividades.
	FA	DA
Amenazas	La exclusión escolar se manifiesta claramente en los estudiantes debido a la falta de comunicación efectiva y el trato inadecuado, lo que obstaculiza su interacción con el entorno. Esta deficiencia afecta negativamente la formación integral de los estudiantes, impidiendo un aprendizaje cognitivo e integral adecuado.	La falta de capacitación en la ejecución de actividades en el aula conlleva a un bajo rendimiento académico, escasa disposición para trabajar y deficiente comunicación. Además, genera desprecio hacia el entorno y discriminación hacia los compañeros que enfrentan diversos problemas sociales.

3. Conclusiones

La implementación de circuitos en la educación física se ha demostrado fundamental no solo para desarrollar habilidades motrices en estudiantes de segundo grado, sino también para fomentar relaciones interpersonales saludables. Los estudiantes experimentan enriquecimiento al enfrentarse a diversas situaciones motrices, tanto en los espacios diseñados para el aprendizaje como durante las competencias. Este enfoque no solo contribuye al desarrollo físico, sino que también es crucial para la formación de lazos de amistad y afecto entre los compañeros, subrayando la importancia integral de la educación física en el desarrollo estudiantil.

Estas manifestaciones de afecto, evidentes en el escenario donde se llevaban a cabo las actividades físicas, subrayan la importancia de la educación física mediante circuitos. La cohesión y solidaridad entre los estudiantes eran palpables al seguir de manera conjunta los protocolos establecidos para cada actividad propuesta por los docentes. Además, la manera positiva en que reaccionaban ante los errores de sus compañeros resulta ser un aspecto clave. En lugar de recriminar o hacer sentir mal a aquellos que no tenían un desempeño acertado, los compañeros optaban por brindar aliento y apoyo, generando un ambiente motivador. Esta actitud alentadora propició que aquellos compañeros que enfrentaban dificultades se sintieran más motivados a perseverar y mejorar, contribuyendo así a la importancia integral de la actividad física y el circuito en la formación de los estudiantes.

Tras llevar a cabo el objetivo de identificar las habilidades de motricidad gruesa en los estudiantes de segundo grado, se obtuvieron conclusiones relevantes que resaltan la importancia de este proceso en la formación integral de los niños. Durante la investigación, se pudo observar una amplia gama de habilidades motrices en los estudiantes, que incluyeron actividades como correr, saltar, trepar, lanzar y mantener el equilibrio, entre otras. Estas habilidades son esenciales para el desarrollo físico, emocional y cognitivo de los niños, ya que les permiten explorar su entorno, participar en actividades físicas y deportivas, y adquirir destrezas que serán beneficiosas a lo largo de sus vidas.

Además, el reconocimiento de estas habilidades brindó una comprensión detallada del estado

de desarrollo motor de cada estudiante, lo que capacita a los educadores para ajustar sus métodos pedagógicos según las necesidades individuales de cada niño. Este aspecto es esencial para garantizar que todos los estudiantes tengan la oportunidad de alcanzar su máximo potencial motor y cumplir con los hitos de desarrollo esperados para su edad. En resumen, la ejecución del objetivo de identificar las habilidades de motricidad gruesa en los estudiantes del segundo grado ha generado información valiosa sobre el progreso motor de los niños, subrayando la importancia de promover un entorno educativo que fomente la actividad física y el desarrollo holístico de los estudiantes. Este conocimiento puede servir como base para futuras iniciativas y programas destinados a mejorar el desarrollo motor y el bienestar de los niños en edad escolar.

Tras la implementación del objetivo de diseñar una estrategia de intervención basada en el circuito aplicada a la habilidad de la motricidad gruesa, se pueden extraer conclusiones significativas que resaltan la eficacia de esta estrategia en el desarrollo motor de los estudiantes. Durante el proceso de diseño e implementación de la estrategia de intervención, se observó un progreso notable en las habilidades de motricidad gruesa de los estudiantes participantes. La estrategia de intervención basada en el circuito demostró ser una herramienta efectiva para mejorar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad de los estudiantes. A través de actividades diseñadas específicamente para abordar estas áreas de desarrollo motor, los estudiantes pudieron desarrollar y mejorar sus habilidades físicas de manera progresiva.

Además, la implementación de la estrategia de intervención promovió un ambiente de aprendizaje activo y participativo, donde los estudiantes se involucraron activamente en la práctica de habilidades motoras mientras se divertían y colaboraban con sus compañeros. En conclusión, la estrategia de intervención basada en el circuito fue efectiva para mejorar las habilidades de motricidad gruesa de los estudiantes de manera integral. Este enfoque demuestra el potencial de las intervenciones prácticas y experienciales para promover el desarrollo motor en el contexto escolar y resalta la importancia de integrar la educación física de manera activa y creativa en el currículo escolar.

Después de llevar a cabo el objetivo de evaluar la estrategia para el desarrollo de habilidades de motricidad gruesa en los estudiantes del segundo grado, se pueden extraer conclusiones valiosas

que resaltan la eficacia de dicha estrategia en el avance de las habilidades motoras de los alumnos. Durante el proceso de evaluación, se notaron mejoras significativas en varios aspectos de la motricidad gruesa, como la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad. La estrategia empleada se mostró eficiente para atender de manera integral las necesidades de desarrollo motor de los estudiantes. Las actividades diseñadas específicamente para mejorar estas habilidades brindaron a los alumnos oportunidades prácticas y significativas para potenciar su motricidad gruesa en un ambiente escolar estimulante y participativo.

Además, la evaluación de la estrategia destacó la importancia de una enseñanza adaptada y personalizada para atender las necesidades individuales de cada estudiante. Se observó que aquellos alumnos que participaron activamente en las actividades y recibieron retroalimentación específica mostraron un mayor progreso en sus habilidades motoras en comparación con aquellos que no participaron de manera tan activa. En resumen, la evaluación de la estrategia en el desarrollo de habilidades para la motricidad gruesa demostró su efectividad para mejorar el desempeño motor de los estudiantes del grado segundo. Este enfoque destaca la importancia de implementar intervenciones específicas y adaptadas para promover el desarrollo integral de los alumnos en el ámbito de la educación física y la motricidad gruesa.

De manera similar, las interacciones con los oponentes reflejaron cordialidad y amabilidad desde el comienzo de las actividades, evidenciando buenas formas de trato. El saludo inicial, como un gesto de cortesía entre los participantes, estableció un tono positivo para la estrategia pedagógica propuesta. Las respuestas de los estudiantes ante situaciones en las que cometían errores o eran afectados por contratiempos mostraron manifestaciones no violentas. Hubo un entendimiento claro de que estas situaciones son normales en la educación física y deben ser aceptadas como parte de las dinámicas que se presentan en todas las actividades.

En este contexto, la educación física a través del circuito se manifestó mediante la aplicación de la prueba objetiva, que permitió diagnosticar las condiciones iniciales de los estudiantes en relación con esta disciplina. La evaluación se centró en tres habilidades: combinación, interpretación y predicción. Los resultados revelaron deficiencias en las tres habilidades, con porcentajes de errores del 73%, 61% y 75%. Estos indican dificultades cognitivas relacionadas con la identificación de

situaciones, la conexión de eventos con experiencias, el reconocimiento de las ideas del autor y la construcción de hilos secuenciales para respaldar conclusiones. El análisis inductivo señala que los estudiantes carecen de cohesión y coherencia para argumentar y justificar sus respuestas seleccionadas. La implementación de la prueba objetiva permitió identificar las causas subyacentes a la problemática, destacando la necesidad de desarrollar estrategias pedagógicas que fortalezcan la educación física.

A través de la implementación de un cuestionario como parte de la estrategia pedagógica, se pudo reconocer los factores motivacionales y los intereses presentes en los estudiantes en relación con los procesos educativos. Este conocimiento facilita la construcción de conocimientos a partir de las actividades físicas, demostrando que la educación física es uno de los aspectos más atractivos para los estudiantes. De esta manera, se fortalecieron aspectos fundamentales que respaldan la formulación de la estrategia pedagógica basada en talleres físicos. Los resultados derivados de los hallazgos y patrones identificados permitieron señalar los aspectos del proceso de enseñanza y de las clases que no generan motivación en los estudiantes.

En resumen, la actividad física emerge como un recurso educativo invaluable para los estudiantes, trascendiendo más allá de la promoción de la salud física solamente. Mediante la participación activa en actividades físicas, los estudiantes experimentan beneficios significativos en los ámbitos cognitivo, emocional y social. Además de mejorar la condición física y la coordinación motora, la actividad física promueve el desarrollo de habilidades sociales al fomentar la colaboración y la comunicación entre pares. Se ha constatado que la actividad física incide positivamente en el desempeño académico al mejorar la concentración y la retención de información. Al fomentar un estilo de vida activo desde una edad temprana, se establecen los cimientos para hábitos saludables a lo largo del ciclo vital, impulsando así un desarrollo integral en los estudiantes. En síntesis, la actividad física no solo nutre el cuerpo, sino que también enriquece la mente y fortalece las conexiones sociales, convirtiéndose en un componente esencial para el bienestar y el desarrollo completo de los estudiantes.

En síntesis, la aplicación de la educación física a través del circuito en estudiantes de primaria ha probado ser una estrategia educativa efectiva y enriquecedora. A lo largo de esta investigación,

se ha constatado que esta metodología no solo promueve el desarrollo de habilidades motrices y físicas en los niños, sino que también inculca valores como la cooperación, la solidaridad y el compañerismo. Además, al observar a los estudiantes participando en las actividades físicas dentro del circuito, se ha notado un alto grado de compromiso, entusiasmo y disfrute por parte de los niños. La interacción con sus compañeros en un ambiente lúdico y dinámico no solo ha mejorado su estado físico, sino que también ha fortalecido sus habilidades sociales y emocionales.

Además, la conclusión de las pruebas objetivas y cuestionarios aplicados permitió identificar áreas específicas de mejora y áreas de interés particular para cada estudiante. Esto brinda información valiosa para adaptar y personalizar futuras estrategias pedagógicas, asegurando un enfoque más centrado en las necesidades individuales de los niños. En última instancia, la educación física mediante el circuito en la educación primaria no solo es una herramienta para promover la salud y el bienestar físico, sino que también se erige como un medio para cultivar un ambiente educativo inclusivo, participativo y motivador. Este enfoque innovador no solo desarrolla el cuerpo de los estudiantes, sino que también nutre su mente y promueve un aprendizaje integral.

4. Recomendaciones

Las siguientes recomendaciones surgen del proceso investigativo, donde se resaltan aspectos para tener en cuenta en futuras investigaciones. Basándonos en los resultados y observaciones obtenidas a lo largo de la implementación de la educación física mediante el circuito en estudiantes de primaria, se derivan varias recomendaciones para mejorar y optimizar esta estrategia pedagógica, se hace importante poder tener en cuenta la diversificación de actividades en las aulas de clase, es decir que incluya variedad en las actividades en los circuitos para aso antes a los estudiantes activos, ante la incorporación de juegos.

Del mismo modo, adaptar habilidades individuales que personalicen el circuito de acuerdo con las habilidades y necesidades individuales de los estudiantes. Lo cual permitirá que cada niño evidencie progreso en su aprendizaje a su propio ritmo y se sienta desafiado de manera positiva. Así mismo, la inclusión de elementos didácticos, permitiendo educar en las actividades físicas para fortalecer la relación entre el movimiento y el aprendizaje. Pueden incorporarse preguntas, desafíos matemáticos simples o conceptos temáticos para aprovechar la conexión mente-cuerpo.

Es decir que, el Enfoque en desarrollo de habilidades sociales permite diseñar actividades que fomenten la colaboración, el trabajo en equipo y la comunicación entre los estudiantes. Establecer situaciones que requieran la resolución conjunta de problemas puede fortalecer las habilidades sociales y emocionales. Así mismo, la evaluación continua donde de Implementar evaluaciones regulares para medir el progreso de los estudiantes y realizar ajustes en la estrategia según sea necesario. Utilizar diversas herramientas de evaluación, como cuestionarios y pruebas prácticas, para obtener una visión integral del rendimiento.

Seguidamente, la Incorporación de tecnología donde introducir herramientas tecnológicas, como aplicaciones interactivas o dispositivos de seguimiento de actividad física, para hacer que la educación física mediante el circuito sea aún más atractiva y alineada con las preferencias tecnológicas de los estudiantes. Lo cual, da la Promoción de la Autonomía que fomentar la autonomía y la toma de decisiones al permitir que los estudiantes elijan ciertas actividades o roles dentro del circuito. Esto les brinda un sentido de responsabilidad y control sobre su participación.

De modo que, involucrar a los padres y familiares en actividades físicas fuera del entorno escolar. Organizar eventos o desafíos familiares que refuercen la importancia de la actividad física y la salud en el hogar. Al implementar estas recomendaciones, la educación física mediante el circuito puede ser una herramienta más efectiva y beneficiosa para el desarrollo integral de los estudiantes de primaria. Por otro lado, es fundamental que la estrategia pedagógica se fundamente en las necesidades e intereses de los estudiantes, además de tener en cuenta los lineamientos curriculares de la institución y aspectos sociales, de manera que se propenda por desarrollar habilidades en los estudiantes para que tengan la capacidad de dar respuesta a las necesidades de la sociedad actual.

De igual manera, se sugiere que la aplicación de la estrategia pedagógica esté dirigida a dinamizar los procesos de enseñanza y aprendizaje, fomentando el interés de los estudiantes en las actividades educativas dentro del aula de clases. Este enfoque debería trascender, generando actitudes positivas tanto en el ámbito académico como humano, abarcando diversas áreas del conocimiento. Por último, se recomienda una mayor interacción con los estudiantes para que los procesos investigativos logren recopilar información esencial de los educandos, con el propósito de fundamentar estrategias pedagógicas concretas para fortalecer la educación física en los estudiantes. Del mismo modo, La importancia de la educación física y el desarrollo de habilidades sensomotrices en segundo de primaria radica en su impacto integral en el crecimiento y desarrollo de los estudiantes. A continuación, se destacan algunos aspectos clave:

Desarrollo motor: La educación física contribuye al desarrollo motor, ayudando a los niños a perfeccionar habilidades motrices gruesas y finas, como correr, saltar, lanzar y atrapar. Esto es esencial para mejorar la coordinación y control del cuerpo.

Salud y Bienestar: La actividad física regular durante las clases de educación física promueve la salud y el bienestar general de los niños. Ayuda a mantener un peso saludable, fortalece los huesos y músculos, y mejora la salud cardiovascular.

Habilidades sociales: Las clases de educación física ofrecen oportunidades para la interacción social y el trabajo en equipo. Los juegos y actividades físicas fomentan el compañerismo, la

cooperación y el respeto hacia los demás.

Desarrollo cognitivo: La conexión entre el movimiento y el cerebro es fundamental. La actividad física estimula el flujo sanguíneo al cerebro, lo que puede mejorar la concentración, la memoria y la función cognitiva en general.

Habilidades sensomotrices: El desarrollo de habilidades sensomotrices, que implica la coordinación entre los sentidos y los movimientos del cuerpo, es crucial en la segunda etapa de primaria. Esto incluye actividades que mejoran la percepción visual, auditiva y táctil, así como la coordinación mano-ojo.

Prevención de problemas de salud: La educación física en esta etapa temprana puede contribuir a prevenir problemas de salud a largo plazo, como la obesidad y otros trastornos relacionados con la falta de actividad física.

Autoestima y confianza: El éxito en las actividades físicas puede aumentar la autoestima y la confianza de los niños. A medida que desarrollan habilidades y superan desafíos físicos, se sienten más seguros en sí mismos.

Formación de hábitos saludables: Introducir a los niños a una variedad de actividades físicas en segundo de primaria puede sentar las bases para hábitos de ejercicio saludables a lo largo de sus vidas.

En resumen, la educación física y el desarrollo de habilidades sensomotrices en segundo de primaria no solo son fundamentales para la salud física, sino que también tienen un impacto positivo en el bienestar emocional, social y cognitivo de los estudiantes de primaria.

Referencias bibliográficas

- Alonso Álvarez, Y. y Pazos Couto, J. M. (2020). Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo (España). *Educação e Pesquisa*, 46, e207294.
- Arrate-Hernández, M. (2020). Estrategia pedagógica para el desarrollo de la motricidad en niños de uno a tres años con baja visión. *Ciencia y Deporte*, 5(2), 84-96.
- Bermúdez Ferrales, M., Poblete Valderrama, F., Pineda Espejel, A., Castro Rodriguez, N. e Inostroza Ordenes, F. (2018). Nivel de desarrollo motor grueso en preescolares de México sin profesores de educación física. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 19(1), 1-7. <https://doi.org/10.29035/rcaf.19.1.8>
- Bravo, P. y Varguillas, C. (2019). Estrategias didácticas para la enseñanza de la asignatura Técnicas de Estudio en la Universidad Nacional de Chimborazo. *Sophia*, 3(19), 271 – 290.
- Calatayud, D. P., Aldás, E. N. y Nieto, S. A. (2020). Comunicar en positivo o negativo en el activismo social. Comunicar: *Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*, (62), 69-78.
- Campaña Quinisquin, M. (2020). *Estrategias lúdicas para fortalecer la motricidad gruesa enfocada en el equilibrio de menores de cuatro años del C.D.I. “Bosque Encantado Dos” en el municipio Valle del Guamuez, Putumayo* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás]. Repositorio USTA. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/29350/2020marcelacampa%C3%83%C2%B1a.pdf?sequence=1#page28>
- Cañadas, L. y Santos-Pastor, M. L. (2021). La evaluación formativa desde la perspectiva de docentes noveles en las clases de educación física en primaria y secundaria. *Revista Electrónica Educare*, 25(3), 452-471.

- Carrillo Linares, E., Aguilar Hernández, V. y González Blanco, Y. (2020). El desarrollo de las capacidades físicas del estudiante de Mecánica desde la Educación Física. *Mendive. revista de educación*, 18(4), 794-807.
- Casco Formacio, U. (2020). *El circuito de acción motriz como estrategia didáctica para mejorar los patrones básicos de movimiento en niños de 3° de preescolar del Centro Educativo La Paz del Municipio de Cuautlancingo del Estado de Puebla generación 2019 – 2020* [Tesis de maestría, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla]. EcoBUAP: <https://ecosistema.buap.mx/ecoBUAP/items/371dac84-88c1-490e-b70f-2b37197dc633>
- Chacón, A. J. F. y Machado, J. C. B. (2021). Métodos de Educación Física y su efectividad en el desarrollo de la fuerza en escolares. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 206-233.
- Chaves, V. E. J. (2021). Triangulación metodológica cualitativa y cuantitativa. *Revista sobre estudios e investigaciones del saber académico*, (14), 76-81.
- De la Cruz, L. M. (2014). *Importancia de la motricidad gruesa en el proceso de desarrollo de la dimensión corporal* [trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios – Seccional Bello]. Repositorio institucional UNIMINUTO. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/3249>
- Decreto 1860 de 1994. (1994, 3 de agosto). Ministerio de Educación Nacional. Diario Oficial No 41.473. https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-172061_archivo_pdf_decreto1860_94.pdf
- Denzin, N. K. (1978). *El acto de investigación: una introducción teórica a los métodos sociológicos*. Routledge.
- Domínguez Álvarez, L., Barcala Furelos, R., Peixoto Pino, L. y Rico Díaz, J. (2022). Factores que influyen en la motricidad gruesa de niños y niñas con discapacidad visual: revisión de la

literatura. *Sportis: Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad*, 8(1), 40-59.

Encinas, M. C., González, R. P. y Martín, N. G. (2021). La promoción y la enseñanza de las habilidades del pensamiento profundo y visible en las sesiones de Educación Física en Educación Primaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (41), 387-398.

Gallahue, D. L. y Donnelly, F. C. (2003). *Educación física para el desarrollo de todos los niños (4.ª ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Gallardo, M. C. G., Echavarría, A. I. M. U. y González, M. E. (2023). Juegos para mejorar la resistencia en niños de 11-12 años de edad. *Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 20(1), 67-83.

Gavira, S. A. y Osuna, J. B. (2015). La triangulación de datos como estrategia en investigación educativa. *Pixel-bit. Revista de medios y educación*, (47), 73-88.

González, D. H., Pastor, V. M. L. y Arribas, J. C. M. (2020). La Evaluación formativa y compartida en contextos de aprendizaje cooperativo en Educación Física en Primaria. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(44), 213-222.

Hernández, H. J. P., Rosas, C. S., Rubio, M. F., & Paredes, A. C. (2022). La ludo motricidad y habilidades motrices básicas locomotrices (caminar, correr y saltar): Una propuesta didáctica para la clase de Educación Física en México. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (44), 1141-1146.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collao, C. y Baptista Lucio, M. (2016). *Metodología de la investigación. McGraw-Hill education*.

Jiménez, M. J. B., Bernate, J., Fonseca, I. y Rodríguez, L. (2020). Revisión documental de

estrategias pedagógicas utilizadas en el área de la educación física, para fortalecer las competencias ciudadanas. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 845-851

Ley 115 de 1994. (1994, 8 de febrero). El Congreso de Colombia. Diario Oficial No. 41.214. http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0115_1994.html

Ley 181 de 1995. (1995, 18 de enero). El Congreso de Colombia. Diario Oficial No. 41.679. http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0181_1995.html

Llosa Villa, M., Pérez Rivera, F. J. y Andina Díaz, E. (2020). Intervenciones educativas sobre nutrición y actividad física en niños de Educación Primaria: Una revisión sistemática. *Enfermería Global*, 19(59), 547-581.

López Cajas, D. y Lozano Flores, C. (2021). *Programa de Actividades Lúdicas Para El Desarrollo De La Motricidad Gruesa En Infantes* [Tesis de pregrado, Universidad de Guayaquil]. Repositorio UG - Universidad Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/61969/1/L%C3%B3pez%20Cajas%20Diego%20Douglas%20%26%20Lozano%20Flores%20Carlos%20Luis%20026-2021%20CII%20Pedg.pdf>

López, A. J. C., Gómez, U. M., Jaramillo, R. A. A. y Coyago, O. F. C. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases educación física para educación primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 3370-3387.

Martínez Ortega, E. S. (2021). *Estrategia lúdica para el fortalecimiento de la motricidad fina y gruesa en estudiantes del grado preescolar* Tesis de posgrado, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio los Libertadores. https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/4160/Martinez_Esmeralda_2021.pdf?sequence=1#page21

- Máxima Uriarte, J. (2020). *Investigación documental. Características*.
<https://www.caracteristicas.co/investigacion-documental/>
- Medina Cruz, F. (2023). *Formulación de una secuencia didáctica de actividades en educación física, en un contexto escolar Indígena Nasa, para fortalecer la motricidad gruesa, de niños y niñas, de la Escuela Centro Docente Rural Mixto Ullucos, Municipio Resguardo Indígena de Jambaló (Cauca)* [Tesis de pregrado, Institución Universitaria Antonio José Camacho]. Repositorio UNIAJC. <https://repositorio.uniajc.edu.co/handle/uniajc/1595>
- Mejía, N. F. (2020). Fundamentos teóricos del aprendizaje de la coordinación motriz. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(271), 154-161. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i271.2123>
- Ministerio de Educación Nacional [MEN]. (2006). *Estándares Básicos de Competencias*. Bogotá DC, Colombia: Ministerio de Educación Nacional.
https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-340021_recurso_1.pdf
- Ministerio de Educación Nacional [MEN]. (2010). Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Documento 15. https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf
- Ministerio de Educación Nacional [MEN]. (2017). *Plan Nacional Decenal de Educación 2016-2026*. https://www.mineduccion.gov.co/1780/articles-392871_recurso_1.pdf
- Moreira, F. E. Z. y Sanchez, J. L. M. (2021). Juegos recreativos como propuesta pedagógica para mejorar la resistencia aeróbica. *Dominio de las Ciencias*, 7(4), 336-355.
- Moreno Moreno, M. y Medina Monje, P. A. (2023). *Habilidades motoras fundamentales y los trastornos del aprendizaje en niños y niñas de básica primaria* [trabajo de grado, Universidad Cooperativa de Colombia - Neiva Huila]. Repositorio Institucional.
<https://hdl.handle.net/20.500.12494/49015>

- Mucha-Hospinal, L. F., Chamorro-Mejía, R., Oseda-Lazo, M. E. y Alania-Contreras, R. D. (2021). Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. *Desafíos*, 12(1), 50-57.
- Nickerson, R. S. y Smith, E. E. (1987). *Enseñar a pensar* (págs. 87-134). Barcelona: Ediciones Paidós
- Osorio-Rivera, V. G., Piquer, M. P., Bartoll, Ó. C. y Capella-Peris, C. (2019). Efectos de un programa de actividad física integral sobre la motricidad gruesa de niños y niñas con diversidad funcional. *Revista Lasallista de Investigación*, 16(1), 37-46. <https://doi.org/10.22507/rli.v16n1a2>
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>.
- Peña Rosales, R. A. (2021). *Importancia del juego en el desarrollo de la motricidad gruesa con estudiantes del nivel primario* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio UNTUMBES. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/63470/TRABAJO%20ACADEMICO%20-%20PE%20C3%91A%20ROSALES.pdf?sequence=1>
- Pérez, N. S. R. (2022). Autoconocimiento, autorreflexión e introspección: matriz DOFA personal y académica. *El desafío de la Transformación Cualitativa en la Educación Universitaria: Plan Especial Todo más Tesis*, 45.
- Piaget, J. (1975). *Epistemología matemática y psicología*. Barcelona: Grup
- Posso-Pacheco, R. J., Ortiz-Bravo, N. A., Paz-Viteri, B. S., Marcillo-Ñacato, J. y Arufe-Giráldez, V. (2022). Análisis de la influencia de un programa estructurado de educación física sobre la coordinación motriz y autoestima en niños de 6 y 7 años. *Journal of sport and health*

research, 14(1), 123-134.

Quilindo, V. H. (2023). Orientaciones curriculares de la educación física en Colombia: Una revisión sistemática. *Cultura, Educación y Sociedad*, 14(2), 3.

Quispe Justo, V., y Aguirre Quintanilla, N. A. (2024). Propuesta de sesiones de educación física para desarrollar conocimientos de condición física y su relación con hábitos de alimentación en confinamiento en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria de formación técnica industrial de Abancay-2021.

Reyes-Rodríguez, E. y Colás-Cos, I. (2017). El activismo social y sus particularidades en la educación. *EduSol*, 17(61), 39-49.

Rodríguez Jaramillo, S. Y. y Useche Angulo, D. M. (2022). *Diseño de estrategias lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes de transición del colegio distrital CEDID* [Tesis de posgrado, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio los Libertadores. <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/5061>

Romero, E. (2020). *La investigación acción: Métodos de investigación* [trabajo de grado, Universidad Nacional de Educación]. Repositorio Universidad Nacional de Educación. <http://repositorio.unae.edu.ec/bitstream/56000/438/1/Revista%20Illari%20N%c2%b02%20%281%29%2020.pdf>

Rubio, E. M. S., y Espinosa, J. N. C. (2023). La motricidad fina en la educación inicial. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 3568-3598.

Sánchez Álvarez, I., Rodríguez Menéndez, M. D. C. y García Pérez, O. (2020). La educación física en educación primaria: espacio de construcción de las masculinidades y feminidades. *Retos*.

Sánchez, E. y Suárez, M. (2018). *Evaluación de las concepciones pedagógicas y estrategias didácticas aplicadas en la enseñanza de la lengua materna [lectura y escritura], en el nivel*

preescolar, en dos instituciones educativas de la ciudad de Santa Marta [trabajo de grado, Universidad del Magdalena]. Repositorio digital. <http://repositorio.unimagdalena.edu.co/handle/123456789/4601>

Tacan Ramírez, E. Y. (2022). *Fortalecimiento de la condición física y motricidad gruesa de adolescentes y jóvenes del Centro Crecer Fontibón* [Tesis de pregrado, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio los Libertadores. <http://hdl.handle.net/11371/5536>

Tejero González, J. M. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario*.

Tigse Parreño, C. M. (2019). *El constructivismo, según saberes teóricos de César Coll*. <https://doi.org/10.32719/26312816.2019.2.1.4>

Universidad Católica San Antonio de Murcia España [UCSAM]. (2008). Área de Actividad Física y Salud. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 3(8), 69-102. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163028253004>

Valencia Sánchez, W. G., Hoyos Manrique, J. E., Bedoya Chavarría, W. E. y Agudelo Velásquez, C. A. (2023). ¿Existen diferencias en la fuerza máxima, la flexibilidad y la composición corporal en los competidores de CrossFit® según su categoría? (Are there differences in maximal strength, flexibility, and body composition in CrossFit® competitors according to their category?). *Retos*, 47, 866–877. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.95614>

Valladolid, M. N. y Chávez, L. M. N. (2020). El enfoque cualitativo en la investigación jurídica, proyecto de investigación cualitativa y seminario de tesis. *Vox juris*, 38(2), 69-90.

Vargas Mosquera, N. K. (2018). *Estimulando la coordinación viso-motriz en los estudiantes de 4 años del colegio colombo ingles del Huila en la ciudad de Neiva, durante el primer periodo del año 2018* [trabajo de grado, Universidad Surcolombiana]. Repositorio Institucional. <https://repositoriousco.co/bitstream/123456789/815/1/TH%20PI%200190.pdf>

Anexos

Anexo A. Cuadro observación No Participativa

Fecha	Hora de Inicio	Hora de Finalización	Tipo de actividad	Objetivo de la Actividad	Método/Recurso Utilizado por el Docente	Comportamiento del Docente	Respuestas/Reacciones de los Estudiantes	Observaciones sobre la Dinámica del Aula	Reflexiones e Implicaciones para la Investigación
15/05	1:30	1:45	Explicación	Demostración del desarrollo del circuito	Objetos como conos, escalera, balón, colchoneta, aros	Claro, paciente, interactivo.	Varios comprenden cómo será el circuito y que hacer en cada estación, y otros parecen confundidos	Mayor participación en aquellos ejercicios que más se les facilita	Considerar métodos didácticos que requieran de más esfuerzo en ciertas estaciones
15/05	1:45	2:10	Estación de Resistencia	Reconocer que tanta resistencia tienen los estudiantes luego de cruzar por todas las estaciones	Medir el tiempo que se tarda en recorrer todo el circuito	Paciente, interactivo, resuelve dudas, alienta	Cada niño trabaja a ritmos distintos; de acuerdo a sus habilidades para cada estación	Se observan roles de colaboración entre compañeros, al momento de atravesar el circuito	Potenciar el trabajo individual, esforzándose al máximo al desarrollar el ejercicio
15/05	2:10	2:25	Estación de Flexibilidad	Identificar que tan flexibles son los estudiantes en	Para esta etapa se utilizaron los aros y la colchoneta	Paciente, interactivo, corrigiendo	Se ve reflejado que tan flexibles y ágiles son los niños al realizar el	Se observan roles de colaboración entre compañeros, al momento de	Potenciar el trabajo individual, esforzándose al

Fecha	Hora de Inicio	Hora de Finalización	Tipo de actividad	Objetivo de la Actividad	Método/Recurso Utilizado por el Docente	Comportamiento del Docente	Respuestas/Reacciones de los Estudiantes	Observaciones sobre la Dinámica del Aula	Reflexiones e Implicaciones para la Investigación
				esta estación			ejercicio	atravesar el circuito	máximo al desarrollar el ejercicio
15/05	2:25	2:40	Estación de Velocidad	Medir el tiempo que tarda en recorrer cierta distancia	Cintas para marcar el punto que debían recorrer, cronometro para saber el tiempo tardado	Interactivo, alienta	Cada niño trabaja a su ritmo, de acuerdo a su habilidad para esta estación	Se observan roles de colaboración entre compañeros, al momento de atravesar el circuito	Potenciar el trabajo individual, esforzándose al máximo al desarrollar el ejercicio
15/05	2:40	2:55	Estación de Coordinación	Identificar con que tanta facilidad cada niño realiza el ejercicio	Escalera y balón	Observador, corrigiendo	Algunos terminan rápido y con facilidad, otros muestran ansiedad al no poder coordinar de manera correcta	Se observan roles de colaboración entre compañeros, al momento de atravesar el circuito	Potenciar el trabajo individual, esforzándose al máximo al desarrollar el ejercicio
15/05	2:55	3:10	Estación de Fuerza	Reconocer que tanta fuerza tiene cada niño, especialmente en los brazos	Colchoneta	Guiando, demostrando, corrigiendo	Se ve reflejado que tan flexibles y ágiles son los niños al realizar el ejercicio	Se observan roles de colaboración entre compañeros, al momento de atravesar el circuito	Potenciar el trabajo individual, esforzándose al máximo al desarrollar el ejercicio

Matriz

Fase	Objetivos	Contenidos	Habilidades	Acciones	Duración	Tiempo	Recursos
Capacitación docente	Fortalecer sus conocimientos sobre la Educación física.	Artefactos ✓ Conocimiento de la educación física ✓ Articulación de la motricidad gruesa en el aula ✓ Objetivo de la estrategia ✓ Propiedades y componentes particulares de la educación física mediante circuito	✓ Conocimiento ✓ Aptitudes ✓ Tareas específicas ✓ Actividades físicas	Etapa Inicial: Conocimiento previo.	Dos (2) meses	Dos (2) horas por cada contenido	Profesional con conocimiento en: ✓ Educación Física ✓ Capacitación docente ✓ Investigación
Práctica	Desarrollar la educación física mediante el circuito ante la estrategia pedagógica.	✓ Introducción al aplicativo JClick. ✓ Descarga contenido que permita desarrollar estrategias apropiadas en cuanto la educación física mediante circuito ✓ Características generales de la educación física y la motricidad gruesa	✓ Conocimiento ✓ Aptitudes ✓ Tareas específicas ✓ Actividades físicas	Etapa Central: conocimiento previo, nuevo conocimiento llevan a la construcción sólida del mismo.	Dos (2) meses	Dos (2) horas por cada contenido	Material didáctico: ✓ Audiovisual ✓ Multimedia e información de actividades
Diseño Y evaluación	Estructura de la estrategia cómo se presenta el material a utilizar.	✓ Creación del contenido de las actividades a desarrollar. ✓ Creación de las actividades (desde las diferentes áreas del conocimiento)	✓ Conocimiento ✓ Aptitudes ✓ Tareas específicas ✓ Actividades físicas	Etapa Final: Evaluar, reflexión	Dos (2) meses	Dos (2) horas por cada contenido	Espacios Adecuados: ✓ Canchas ✓ Espacios abiertos ✓ Parques ✓ Salón de clase

Anexo B. Encuesta A Estudiantes

Fecha:	24 de octubre
Tema:	Motricidad gruesa y sus subcategorías
Autor (a/as/es):	Brenda Giselle García Araujo Laura Cristina Alfonso Sabogal Laura Daniela Núñez Obando
Dirigida a:	Estudiantes de Grado segundo
Objetivo:	La presente encuesta tiene como fin obtener información detallada sobre el conocimiento y la aplicación de la motricidad gruesa en la zona escolar desde la perspectiva de los estudiantes del grado segundo

Preguntas de la Entrevista:

¿Cuál de estas actividades te gusta hacer más?

- a) Correr
- b) Saltar
- c) Lanzar una pelota
- d) Hacer volteretas

¿Qué parte de tu cuerpo usas más cuando corres?

- a) Los brazos
- b) Las piernas
- c) La cabeza
- d) La espalda

¿Cómo mantienes el equilibrio cuando caminas sobre una línea recta en el piso?

- a) Mirando al piso
- b) Levantando bien los pies
- c) Abriendo los brazos
- d) Saltando

¿Qué necesitas para tener buena flexibilidad?

- a) Comer verduras
- b) Hacer deporte
- c) Estirarte
- d) Tomar agua

Si quieres lanzar un objeto lo más lejos posible, ¿cómo lo harías?

- a) Suavemente

- b) Rápidamente
- c) Con mucha fuerza
- d) Con los ojos cerrados

¿Cuál es la actividad en la que te cansas más rápido?

- a) Caminar
- b) Correr
- c) Saltar
- d) Lanzar una pelota

¿Qué ejercicio te permite estirar todo el cuerpo?

- a) Lagartijas
- b) Sentadillas
- c) Abdominales
- d) Puente

¿Cómo puedes mejorar la fuerza de tus piernas?

- a) Corriendo
- b) Bailando
- c) Nadando
- d) Durmiendo

¿Cómo debes caer al suelo después de un salto para no lastimarte?

- a) De rodillas
- b) De espalda
- c) De pie, doblando las rodillas
- d) De cabeza

¿Qué necesitas para mejorar tu velocidad?

- a) Zapatos cómodos
- b) Un reloj para contar el tiempo
- c) Practicar corriendo mucho
- d) Comer dulces

Anexo C. Encuesta a Docente

Fecha:	24 de octubre
Tema:	Motricidad gruesa y sus subcategorías
Autor (a/as/es):	Brenda Giselle García Araujo Laura Cristina Alfonso Sabogal Laura Daniela Núñez Obando
Dirigida a:	Daniel Felipe Giraldo Godoy
Objetivo:	La presente encuesta tiene como fin obtener información detallada sobre el conocimiento y la aplicación de la motricidad gruesa en la zona escolar desde la perspectiva de docentes de educación básica primaria.

Preguntas de la Entrevista:

1. Inicio / Contexto

- ¿Cómo definiría la motricidad gruesa y por qué es importante para el desarrollo integral del niño?

2. Integración de subcategorías

- En cuanto a la fuerza, ¿qué ejercicios recomienda para estimularla en los niños de primaria?
- ¿Cómo se puede trabajar la coordinación corporal y óculo-manual a estas edades? ¿Qué actividades propone?
- ¿Cómo promovería la resistencia física en los escolares? ¿Qué beneficios aporta para su salud?
- ¿De qué manera se puede entrenar la velocidad en los niños sin forzarlos demasiado?
- ¿Qué importancia tiene desarrollar la flexibilidad desde pequeños? ¿Qué ejercicios incluiría?
- ¿Cómo integra el desarrollo de la fuerza y la flexibilidad en sus clases?
- ¿Qué recursos y materiales utiliza para trabajar la coordinación y el equilibrio?
- ¿Cómo dosifica las actividades según la edad para desarrollar resistencia?
- En su experiencia, ¿qué capacidad de la motricidad gruesa se desarrolla antes en los niños?

Anexo D. Validez entrevista

Validez de contenido entrevista

Fecha:	23 de octubre de 2023
Autor (a/as/es):	Brenda Giselle García Araujo Laura Cristina Alfonso Sabogal Laura Daniela Núñez Obando
Dirigida a:	Expertos en el área de educación física
Objetivo:	La presente encuesta tiene como fin recoger información de expertos en el área de educación física en el contenido para obtener información detallada sobre el conocimiento y la aplicación de la motricidad gruesa y sus subcategorías desde la perspectiva de docentes de educación básica primaria.
Presentación:	El tutorial a que se refiere la presente encuesta nos muestra los siguientes temas: <ul style="list-style-type: none">• Motricidad gruesa• Fuerza• Coordinación• Resistencia• Velocidad• Flexibilidad

La valoración del programa se mide completando la escala de la siguiente forma:

Totalmente De acuerdo	5
De acuerdo	4
En desacuerdo	3
Totalmente en desacuerdo	2

Anexo E. Encuesta de contenido

Contenido	5	4	3	2
1. La información contemplada en la entrevista es pertinente, es decir, corresponde al nivel al cual va dirigida, docentes de Educación física.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La información está organizada lógicamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. El objeto de estudio está contemplado a fondo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Le parece la información exacta y objetiva.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Los contenidos de las preguntas están escritos de forma clara y fácil de comprender.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Los contenidos en esta prueba objetiva son suficientes contemplados para el objetivo que se persigue.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comentario:				
Datos del Validador				

_____	_____	_____	_____
Nombres y apellidos	C.C.	Firma	Fecha
_____	_____	_____	_____
Email	Profesión	Cargo	Celular

Anexo F. Cronograma

Cronograma para el desarrollo del proyecto

Fase	Actividad	Mes 1				Mes 2				Mes 3				Mes 4			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Fase 1. fase de diagnóstico	Diseño de una prueba diagnóstica.	■															
	Aplicación de la prueba diagnóstica.	■	■														
	Análisis de los resultados de la prueba diagnóstica.	■	■	■													
	Aplicación del cuestionario	■	■	■													
	Sistematización de los resultados de la prueba diagnóstica.	■	■	■	■												
Fase 2. Fase de diseño de la estrategia	Realización de una consulta informativa sobre la motricidad gruesa					■											
	Diseño de las actividades de educación física					■	■										
	Elaboración de las actividades diseñadas en pro del desarrollo de la motricidad gruesa con la educación física mediante el circuito.					■	■	■									
Fase 3. Fase de implementación de la estrategia	Aplicación y desarrollo de las actividades diseñadas en la propuesta.									■	■	■					
	Seguimiento de las diferentes actividades planteadas para la elaboración del proyecto.									■	■	■					
	Toma de evidencias (fotos, pantallazos) de la realización de las diferentes actividades									■	■	■					
Fase 4. Fase de Evaluación	Diseño de una prueba final para reconocer el impacto y avance de los estudiantes en la motricidad gruesa, a través de la educación física mediante el circuito.															■	
	Aplicación de una prueba final para reconocer el impacto y avance de los estudiantes.															■	
	Análisis y sistematización de los resultados obtenidos de la prueba final aplicada a los estudiantes.															■	
	Análisis comparativo entre los resultados de la prueba diagnóstica y la prueba final.																■

Fuente: Tiempos de ejecución del proyecto según sus fases.

Anexo G. Rubrica de evolución de la estrategia.

Rubrica de evaluación de la estrategia					
Momento	Objetivo	Nivel 1 1:00 – 2:90	Nivel 2 3:00 – 3: 90	Nivel 3 4:00 – 5:00	Nivel alcanzado
Fase 1	Realizar un diagnóstico sobre el grado de motricidad gruesa en los niños de segundo grado.	No se encuentra de acuerdo con desarrollar ejercicios físicos	Realiza el diagnostico construido por la docente y se encuentra de acuerdo con su aplicación.	Cumple a cabalidad el desarrollo del diagnóstico y es un estudiante con deseos de desarrollar actividades u ejercicios de motricidad gruesa.	
Fase 2	Diseñar un plan de intervención basado en el desarrollo de la motricidad gruesa con la educación físico mediante el circuito	No trabaja ante lo diseñado de la estrategia de intervención	Diseña, trabaja y finaliza actividades medianamente la estrategia desarrollada en la propuesta.	Finaliza las actividades diseñadas en la propuesta de intervención	
Fase 3	Implementar un plan de intervención centrado en la mejora de la motricidad gruesa para aumentar la competencia de los estudiantes de segundo grado en la resolución de problemas matemáticos.	Realiza las actividades propuestas sin lograr cumplir con lo requerido para terminar satisfactoriamente mejorar la motricidad gruesa	Cumple con el desarrollo de las actividades comprendiendo la motricidad gruesa	Cumple a cabalidad con el desarrollo de las actividades en la motricidad gruesa, desde la educación física mediante el circuito.	
Fase 4	Evaluar el efecto de la propuesta de investigación basada en la mejora de la motricidad gruesa.	No llega a evaluar el efecto de la propuesta ya que no las finaliza a cabalidad.	Se logra evaluar el efecto de la propuesta basada en la mejora de la motricidad gruesa	Se permite evaluar el efecto de la propuesta de investigación, donde se buscaba mejorar la motricidad gruesa	
Estudiante					Nota:

Anexo H. Guía de grado segundo



Colegio Liceo Andakí
"calidad humana y excelencia académica"
Pitalito Huila – Vía. Vereda el Macal
Teléfono: 320 8035448 E-mail: hjcpitalito@hotmail.com

Página web: https://www.facebook.com/profile.php?id=100049882938688&locale=es_ES

GUÍA DE TRABAJO (Edu física)

Docentes: Laura Cristina Alfonso Sabogal, Brenda Giselle García Araujo y Laura Daniela Nuñez Obando

Grado: segundo

Tema: Esquema corporal

“Equilibrio, fuerza y movimiento”

Objetivo: implementar estrategias pedagógicas de trabajo académico en el aula de clase para dar continuidad al calendario académico durante el desarrollo de actividades en educación física mediante el circuito.

QUERIDO ESTUDIANTE

Quiero felicitarlos por el esfuerzo, la dedicación y el compromiso que han mostrado hasta el momento tanto ustedes como sus familias. En esta oportunidad continuamos la actividad designada mediante el trabajo continuo en las aulas de clase, los invito para que continuemos trabajando de la mejor manera, siempre con la mejor disposición para aprender y avanzar en el proceso escolar.

Esta guía integra conocimientos propios de educación física, no olviden seguir las indicaciones de cada enunciado para el óptimo desarrollo de cada ejercicio. Recuerden que pueden recibir retroalimentación a través de aula y el correo hjcpitalito@hotmail.com

No olviden que:

“Es un tiempo de reciprocidad en la enseñanza y los aprendizajes para todos los miembros de la familia. Los principales insumos están al alcance, son el amor, la paciencia y la generosidad”. ANEXO-1 de la Directiva Ministerial N° 5.

Competencias:

- **Lingüística:** utiliza el lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita para representar, interpretar y comprender su realidad.
- **Matemática:** aplica los elementos de razonamiento matemático para interpretar, producir información y resolver situaciones problema.
- **Metacognitivo:** interpreta sus habilidades, capacidades y conocimientos para fortalecer procesos de aprendizaje individuales y colectivos.

Materiales: los que se tienen en el aula.

Colegio Liceo Andakí
"calidad humana y excelencia académica"
Pitalito Huila – Vía. Vereda el Macal
Teléfono: 320 8035448 E-mail: hjcpitalito@hotmail.com

Página web: https://www.facebook.com/profile.php?id=100049882938688&locale=es_ES



1. CONTEXTUALIZACIÓN TEÓRICA

En educación física, el ritmo y la coordinación van de la mano, veamos:

Coordinación: la coordinación es una habilidad en cuya ausencia no reparamos hasta que nos toca realizar un ejercicio más específico en lo que sea necesaria.

Ritmo: el ritmo es el flujo controlado o medido de los movimientos corporales. El cuerpo es un medio para la expresión (corporal) y la comunicación.



2. DESARROLLO

(Actividades a ejecutar por el estudiante)

Estrategia metodológica: Trabaja cordialmente y realiza actividad física.

Tiempo en el que se desarrollaran lo planeado en la guía 1 hora.

Planteamiento de la actividad

1. Realizar los ejercicios de movilidad articular propuestos en el siguiente cuadro cada uno se va a realizar por 30 segundo.

Colegio Liceo Andakí
"calidad humana y excelencia académica"
Pitalito Huila – Vía. Vereda el Macal
Teléfono: 320 8035448 E-mail: hjcpitalito@hotmail.com

Página web: https://www.facebook.com/profile.php?id=100049882938688&locale=es_ES



2. Observa el siguiente video:

<https://www.youtube.com/watch?v=juzYLKfAGt8>

Animáte a realizar la coreografía, tiene dos opciones de entrega para esta actividad

- ✓ Realizar junto al docente un registro de fotos haciendo la coreografía
- ✓ Recopilar fotografías realizando los pasos propuestos para un excelente lavado de manos



¿Cómo lavarse las manos?

DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



Colegio Liceo Andakí
"calidad humana y excelencia académica"
Pitalito Huila – Vía. Vereda el Macal

Teléfono: 320 8035448 E-mail: hjcpitalito@hotmail.com

Página web: https://www.facebook.com/profile.php?id=100049882938688&locale=es_ES



7
Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frota con un movimiento de rotación y viceversa



8
Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9
Enjuague abundantemente con agua



10
Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11
Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio de Salud

Finaliza con ejercicios de estiramiento por 30 segundos cada uno

Series de ejercicios de calentamiento

TRONCO



CUELLO



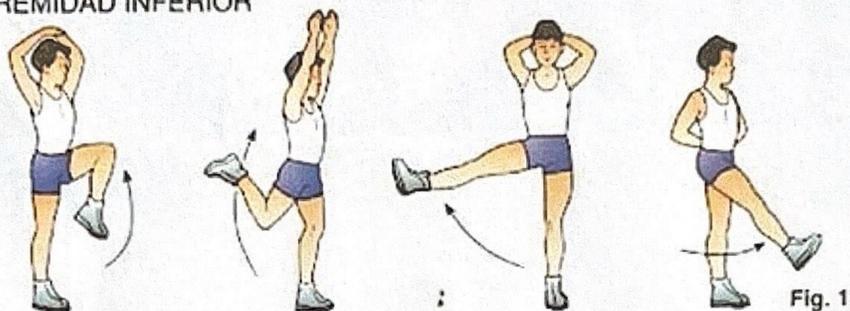
Colegio Liceo Andakí
"calidad humana y excelencia académica"
Pitalito Huila – Vía. Vereda el Macal

Teléfono: 320 8035448 E-mail: hjcpitalito@hotmail.com

Página web: https://www.facebook.com/profile.php?id=100049882938688&locale=es_ES



EXTREMIDAD INFERIOR



Recursos didácticos: elementos que tengas en el colegio, botellas con agua o conos.

3. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN

Criterio de Evaluación y forma de retroalimentación del trabajo realizado por parte del estudiante: Cada estudiante recolectará fotografías de las actividades realizadas en el aula de clase junto a las docentes.

Anexo I. Triangulación

Triangulación de datos

Preguntas / Estudiantes	¿Qué actividades te gusta hacer en la escuela, especialmente en educación física o en los recreos?	¿Puedes darme un ejemplo de algo que haces que te haga sentir fuerte?	¿Te gusta hacer actividades donde tienes que usar tus manos y pies al mismo tiempo? ¿Puedes describir alguna?	¿Hay alguna actividad que hagas donde necesitas seguir moviéndose por mucho tiempo? ¿Cómo te sientes después de hacerla?	¿Te gusta correr? ¿Hay algún juego o deporte donde necesitas ser muy rápido? ¿Cuál es?	¿Realizas alguna actividad donde tienes que estirarte mucho, como tocar tus pies o hacer una rueda? ¿Te gustan?	De todas las actividades que haces, ¿cuál es tu favorita y por qué?	¿Hay alguna habilidad física que te gustaría mejorar o aprender?
Danna Sofía Vargas Astudillo	En el recreo me gusta jugar a la lleva y en educación física correr y trotar	Cuando alzó cosas siento fuerza y cuando alzó las sillas	Taekwondo porque puedo aprender a defenderme	Me siento muy bien porque puedo descansar	Jugar a la lleva a correr	Me gusta hacer volteretas	Me gusta girar mucho en los columpios	Hacer volteretas o saltar cuerda
Matías Macías	Jugar correr carreras	Taekwondo	taekwondo	Taekwondo	Correr	Taekwondo	Taekwondo	Taekwondo
Sebastián Rivera	Fútbol	Taekwondo	No respondió	Taekwondo	Carreras	Estiramiento	Ingeniero	Futbol
Samuel g	Jugar fútbol en la cancha pequeña y grande	Yo siento fuerza cuando estoy corriendo	Cuando estoy jugando fútbol estoy arqueando y salgo a melear	Cuando estoy jugando a la lleva y me persigue	Es la lleva y me persigue	Cuando estoy en los scouts y esto nos entrenan	El fútbol porque me gusta correr	Pegarle al balón duro
Sarahí Cano	En los recreos me gusta practicar taekwondo	Correr en educación o hacer ejercicios	Rollos y volteretas	Mareada y cansada	Correr o Hacer una carrera	Un arco a caer	Voltereta y arco	Taekwondo y patinaje Marcial
Samuel Calderón	Fútbol y lleva	Correr	Correr muy rápido	Resisto, aunque me caí saqué sangre	Tomar velocidad con mi bicicleta	Estar siempre con mi mamá y papá	Hacer con mis mejores amigos	Hacer trucos en bicicleta

Salomé	Jugar con mis amigas a veces a la lleva zombi y en educación nos dejan tiempo libre	Haciendo ejercicio con mi amiga y yo a veces y a veces no	Correr cargar pesas y más cosas chéveres con mis amigas	Pues saltar mucho contando desde el uno hasta el 100 o 1000	A la llevas zombi o a la lleva y lleva televisión	Sí y mucho a veces hacemos arcoíris o ruedas	Tengo dos favoritos la lleva zombi y lleva televisión porque sí	De todo con mis amigas
Gabriela Olaya Sánchez	Me gusta hacer volteretas en la guadua porque es divertido y relajante y también me gusta	Levantar pesas me ayuda	Yo hago volteretas en la guadua	Muy agotada	El rey manda	Si me gustas mucho y también me divierte mucho	Hacer volteretas	Hacer gimnasia
Gabriel Melgarejo Wilches	Fútbol	Tratando haciendo bicicleta lagartijas	Jugar fútbol y tapar	Hacer actividad de Barro de agua	Si me gusta correr	Enterado	Fútbol	En el columpio
Mariana Vélez	Correr	Sacarme yucas	Si porque estiramos	Me gusta el equilibrio	Carreras	Me gusta hacer una medialuna	Carreras porque me gustan	Dibujar mejor
Juan Sebastián	Fútbol baloncesto y jugar a la lleva	Entrenamiento de fútbol	tapar	Correr	En el fútbol	En taekwondo	Fútbol	Jugar como béisbol
Sara	Artes y por qué aprendes	Lagartijas	Una vaca	Natación	Si me gusta la lleva	Me gusta las volteretas	voleibol	Quiero mejorar parada de manos
Isabela Curillos	Columpiarme	Mi papá y mi mamá	Ballet	Artes	Fútbol	Parada de manos	El arte porque chévere	Danzas
Santiago Polonia	Matemáticas y educación física correr y en el recreo fútbol	El deporte	Andar en bicicleta y fútbol	En la bicicleta	En el de correr	En deporte	El fútbol	el arte por qué lo quise hacer corriendo
Juan David Montoya	Fútbol y columpiarme	Educación física	No sólo correr	El fútbol	El fútbol	Sí	El gato y el ratón porque soy rápido	El fútbol

Salomé Calderón	En los recreos me gusta jugar mucho con mis amigas en la escuela la clase de artes porque se puedo en física me gusta usar el arco	La pasada de manos la voltereta en el tronco	La pasada de manos la voltereta en el tronco	la pasada de manos	Correr y después me siento cansada	Él ula	El ula porque puedo jugar con el	Me gustaría aprender a ser el arco hacia atrás
Stefany	patinaje danzas por qué en patinaje puedo correr y porque danzas puedo divertirme	Patinaje	No, me gusta	Correr y después me siento cansada	Patinaje	Danzas y patinaje	patinaje porque corro	Voltereta
Luis José Cano	Me gusta jugar fútbol	Levanto a mi hermana	No	Bien	Fútbol	Pararme de manos	Fútbol	Hacer volteretas en el agua
Mariana Vargas Osorio	Jugar correr saltar porque me puedo alegrar casar por eso me gusta	Coger cosas que siento muy cansado	Caminar como un perro o gato	Cansada y respirando muy rápido	La danza	Abrirse de piernas tetas tocar los pies a la cabeza y hombros	Mi favorita es física porque puedo ser alegre y feliz	Jugar fútbol muy bien porque también puedo jugar
Sofía Márquez	Correr porque si uno tiene energía es muy chévere	Hacer piruetas	Usar mis manos y pies haciendo la parada de manos	Cansada	La lleva	Más o menos	Los juegos porque uno se divierte mucho	Piruetas
Jerónimo Castaño	Jugar y correr y saltar	Cuando como bien	Correr y jugar	Correr y saltar	No respondió	Tocar los pies y estirarse	Me gusta hacer educación física	Estirarme
Miguel	Fútbol	Lagartijas	No	Cansado	Fútbol	Sí	El fútbol porque tengo que correr	El mejor en cubo Rubik
Samuel Salamanca	Jugar fútbol	Qué cuando juego fútbol cuando meto cuerpo tumbo al menos uno	Correr	Cansado	El fútbol	Sí	Mantener un pie arriba y otro abajo porque no me canso	El fútbol

Matías Molina	Correr saltar jugar	Correr	Trepar un árbol	Súper cansado	Patinaje	No	Estar en el aire	Nadar
Conclusión	Leyendo cada una de la respuesta del estudiante se puede deducir que el deporte que más practican es el futbol, aunque la mayoría menciona que este lo practican en horas de recreo y son muy pocas las personas que mencionan algún deporte o practica desarrollada en horas de educación física.	La mayoría de los estudiantes relacionan la fuerza con algún deporte, el deporte más menciona es el Taekwondo, lo que nos da a entender que lo practican actualmente o lo han practicado una gran cantidad de estudiante, son muy pocos, pero algunos si relacionan la fuerza con cualquier movimiento cotidiano como los que hacen cuando juegan como correr, hacer piruetas o levantar cosas pesadas.	Una gran cantidad de estudiante afirman que, si les gusta y mencionan algún de porte, en esta pregunta los deportes varían, entre juegos que desarrollar en el diario vivir con sus amigos hasta deportes profesionales como Ballet. Son muy pocos los estudiantes que dicen que no les gusta hacen actividades donde deben usar manos y pies al tiempo, aunque estos estudiantes son una minoría es importante centrar nuestra atención en ellos.	En la respuesta de esta pregunta también relacionan los movimientos con algún deporte como futbol, natación o taekwondo, y afirman que sienten cansancio o agotamiento, pero es curiosos que algunos de estos estudiantes hacen referencia las actividades desarrolladas en el ámbito artístico.	En esta pregunta una gran mayoría se refieren no menciona en si el deporte, sino que hace referencia a correr	En la respuesta de estas preguntas puedo confirmar que si practican una variedad de actividades que le permiten estirarse o mejorar su flexibilidad la cuales son practicadas no solo en el área de educación física sino también en horas libre como encasa o en recreo.	Los estudiantes mencionan mucho el futbol, aunque también hacen referencias a juegos cotidianos con los cual además de hacer deporte les permite divertirse y compartir con compañeros o amigos como “la lleva”.	Aquí la respuesta varía, ya que los estudiantes mencionan algún deporte como futbol, natación entre otras o simplemente menciona algún movimiento como correr, nadar, estirarse incluso hacen mención a movimientos más finos como dibujar.