



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Influencia del Mando Directo y Asignación de Tareas en la motivación y ejecución de elementos gimnásticos, en escolares de 6-8 años.

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

Autores:

Christian Ricardo Guillén Andrade
CI: 0105760136
christianbmandradeg@gmail.com

Boris Xavier Sarmiento Otavalo
CI: 0105871537
xaviersarota@gmail.com

Director:

Mgt. Ramiro Xavier Varela Solano
CI:0102424108

Cuenca-Ecuador

14- abril -2022



Resumen

La investigación tuvo lugar en la Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas COMIL - 4 “Abdón Calderón”. En la institución mencionada, los docentes manifestaron que utilizan distintos estilos para la enseñanza de los contenidos de la gimnasia, y que los resultados tanto a nivel de ejecución como en la motivación son satisfactorios. Sin embargo, lo planteado carece de sustento científico. Por tal motivo, el objetivo del estudio fue analizar el efecto entre los estilos de enseñanza Mando Directo y Asignación de Tareas sobre la ejecución de elementos gimnásticos, y su incidencia sobre la motivación en estudiantes del subnivel Elemental de Educación General Básica. Se desarrolló un estudio cuasi experimental en el que participaron 52 estudiantes, divididos en dos grupos, con edades comprendidas entre los 6-8 años. Para esto, se aplicó un programa de enseñanza bajo estos dos estilos, uno destinado a cada grupo. El programa se llevó a cabo durante 12 sesiones, el cual estuvo enfocado en la enseñanza de los elementos gimnásticos: rol adelante, rol atrás y vertical de cabeza. Los datos de la ejecución de estos elementos se recolectaron antes y después de la implementación del programa, y para evaluarlos se aplicó una lista de cotejo. En relación a la motivación se utilizó el Cuestionario de motivación en Educación Física en educación primaria (CMEF-EP). A partir de los resultados se evidenció que estos estilos produjeron una diferencia significativa (valor $p < 0,05$) en cada elemento gimnástico, y en cuanto a la motivación mantuvieron valores positivos. En conclusión, el mando directo y la asignación de tareas demostraron ser efectivos tanto en la motivación como en la ejecución de los elementos gimnásticos.

Palabras claves: Asignación de tareas. Educación física. Ejecución. Estilos de enseñanza. Gimnasia. Mando directo. Motivación.



Abstract

This research had place in the Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas COMIL - 4 “Abdón Calderón”. The mentioned institution the teachers said they used different teaching styles in order to teach gymnastic content. As well, the results were satisfactory in both execution and motivation level; nonetheless, the above lacks of scientific support. Therefore, the main objective of this study was to analyze the effect between Direct Command and Task Assignment on the execution of gymnastics elements and its incidence on the motivation of students of elementary level. Consequently, a quasi-experimental study was developed in which 52 students participated. They were divided into two groups with ages between six to eight years old. For this purpose, a teaching program was applied under these two styles, one for each group. This program had a duration of 12 sessions, which had as focus to teach about gymnastics elements: role forward, role backward and head vertical. The data on the execution of these elements were collected before and after the implementation of the program; and to evaluate them a checklist was applied, in relation to motivation, the Motivation Questionnaire in Physical Education in Primary Education (CMEF-EP) was used. From the results it was evident that these styles made a big difference (value $p < 0,05$) in each gymnastic element and, about the motivation, it kept positive values. To conclude, Direct Command and Task Assignment showed they effectiveness on motivation and execution of gymnastics elements.

Keywords: Task assignment. Physical education. Execution. Teaching styles. Gymnastics. Direct command. Motivation.



Tabla de contenido

Resumen.....	2
Abstract.....	3
Cláusula de Licencia y Autorización para Publicación en el Repositorio Institucional... 9	
Cláusula de Licencia y Autorización para Publicación en el Repositorio Institucional. 10	
Cláusula de Propiedad Intelectual.....	11
Cláusula de Propiedad Intelectual.....	12
Dedicatoria.....	13
Agradecimiento.....	14
Dedicatoria.....	15
Agradecimiento.....	16
1. Introducción.....	17
2. Planteamiento del Problema.....	19
3. Justificación.....	21
4. Objetivos.....	23
1. Capítulo I: Marco Teórico.....	24
1.1. Estilos de Enseñanza en Educación Física.....	24
1.1.1. <i>Preimpacto</i>	24
1.1.2. <i>Impacto</i>	24
1.1.3. <i>Postimpacto</i>	25
1.1.4. <i>Estilo de Mando Directo</i>	25
1.1.5. <i>Estilo Asignación de Tareas</i>	27
1.2. Definición y Clasificación de la Gimnasia.....	28
1.2.1. <i>Gimnasia Educativa</i>	30
1.2.2. <i>La Gimnasia como Bloque Curricular</i>	30
1.2.3. <i>Ejercicios Gimnásticos Elementales</i>	31
1.2.3.1. <i>Rol Adelante</i>	31



1.2.3.1. Rol Adelante	31
1.2.3.2. Rol Atrás	32
1.2.3.3. Vertical de Cabeza (Apoyo en Tres Puntos).....	32
1.3. Definición de la Motivación.....	33
<i>1.3.1. Clasificación de la Motivación</i>	<i>33</i>
1.3.1.1. Motivación Intrínseca	34
1.3.1.2. Motivación Extrínseca	34
1.3.1.3. La Desmotivación	35
<i>1.3.2. Motivación en Educación Física</i>	<i>35</i>
<i>1.3.3. Motivación en la Gimnasia</i>	<i>36</i>
1.4. Características de los Escolares en el Subnivel Elemental	37
<i>1.4.1 Maduración Motora</i>	<i>37</i>
<i>1.4.2. Maduración Física</i>	<i>38</i>
<i>1.4.3. Maduración Perceptiva</i>	<i>38</i>
<i>1.4.4. Maduración Cognoscitiva</i>	<i>39</i>
<i>1.4.5. Maduración Psicosocial</i>	<i>39</i>
2. Capítulo II: Metodología	40
2.1. Diseño de Estudio	40
2.2. Contexto	40
2.3. Población y Muestra.....	40
2.4. Criterios de Inclusión y Exclusión de la Muestra	40
<i>2.4.1. Criterios de Inclusión</i>	<i>40</i>
<i>2.4.2. Criterio de Exclusión.....</i>	<i>41</i>
2.5. Consideraciones Éticas.....	41
2.6. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	41
<i>2.6.1. Programa de Enseñanza.....</i>	<i>41</i>
<i>2.6.2. Variable de Nivel de Ejecución</i>	<i>42</i>



2.6.3. <i>Variable de Motivación</i>	42
2.7. Análisis de Datos.....	43
3. Capítulo III: Resultados y Discusión	44
3.1. Resultados del Nivel de Ejecución.....	44
3.2. Resultados de la Motivación	52
3.3. Discusión.....	56
4. Capítulo IV: Conclusiones y Recomendaciones	58
4.1. Conclusiones	58
4.2. Recomendaciones.....	60
5. Referencias	61
6. Anexos.....	66



Índice de tablas

Tabla 1: Clasificación del nivel de ejecución	42
Tabla 2: Ítems relacionados a cada tipo de motivación y desmotivación.....	43
Tabla 3: Estadísticos descriptivos – Rol adelante mando directo.....	44
Tabla 4: Prueba de muestras emparejadas – Rol adelante mando directo	44
Tabla 5: Estadísticos descriptivos – Rol atrás mando directo	45
Tabla 6: Prueba de muestras emparejadas – Rol atrás mando directo	45
Tabla 7: Estadísticos descriptivos – Vertical de cabeza mando directo	46
Tabla 8: Prueba de muestras emparejadas – Vertical de cabeza mando directo.....	46
Tabla 9: Estadísticos descriptivos – Rol adelante asignación de tareas	47
Tabla 10: Prueba de muestras emparejadas – Rol adelante asignación de tareas.....	47
Tabla 11: Estadísticos descriptivos – Rol atrás asignación de tareas	48
Tabla 12: Prueba de muestras emparejadas – Rol atrás asignación de tareas.....	48
Tabla 13: Estadísticos descriptivos – Vertical de cabeza asignación de tareas	49
Tabla 14: Prueba de muestras emparejadas – Vertical de cabeza asignación de tareas .	49
Tabla 15: Prueba de muestras independientes – rol adelante	50
Tabla 16: Prueba de muestras independientes – rol atrás	51
Tabla 17: Prueba de muestras independientes – vertical de cabeza	52
Tabla 18: Resultados de la motivación – Mando directo.....	52
Tabla 19: Promedios de la motivación – Mando directo	53
Tabla 20: Resultados de la motivación – Asignación de tareas.....	54
Tabla 21: Promedios de la motivación – Asignación de tareas	55



Índice de figuras

Figura 1: Pre-test y post-test rol adelante – Mando directo	44
Figura 2: Pre-test y post- test rol atrás – Mando directo.....	45
Figura 3: Pre-test y post-test vertical de cabeza – Mando directo	46
Figura 4: Pre-test y post- test rol adelante – Asignación de tareas	47
Figura 5: Pre-test y post- test rol atrás – Asignación de tareas.....	48
Figura 6: Pre-test y post- test vertical de cabeza – Asignación de tareas	49
Figura 7: Efecto – rol adelante.....	50
Figura 8: Efecto – rol atrás	51
Figura 9: Efecto – Vertical de cabeza.....	51
Figura 10: Porcentajes de motivación después de la aplicación del programa bajo cada estilo de enseñanza.....	55

Cláusula de Licencia y Autorización para Publicación en el Repositorio Institucional

Christian Ricardo Guillén Andrade en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Influencia del Mando Directo y Asignación de Tareas en la motivación y ejecución de elementos gimnásticos, en escolares de 6-8 años”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 14 de abril de 2022



Christian Ricardo Guillén Andrade

C.I: 0105760136

Cláusula de Licencia y Autorización para Publicación en el Repositorio Institucional

Boris Xavier Sarmiento Otavalo en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Influencia del Mando Directo y Asignación de Tareas en la motivación y ejecución de elementos gimnásticos, en escolares de 6-8 años”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 14 de abril de 2022



Boris Xavier Sarmiento Otavalo

C.I: 0105871537

Cláusula de Propiedad Intelectual

Christian Ricardo Guillén Andrade, autor del trabajo de titulación “Influencia del Mando Directo y Asignación de Tareas en la motivación y ejecución de elementos gimnásticos, en escolares de 6-8 años”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Cuenca, 14 de abril de 2022



Christian Ricardo Guillén Andrade

C.I: 0105760136

Cláusula de Propiedad Intelectual

Boris Xavier Sarmiento Otavalo, autor del trabajo de titulación “Influencia del Mando Directo y Asignación de Tareas en la motivación y ejecución de elementos gimnásticos, en escolares de 6-8 años”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Cuenca, 14 de abril de 2022



Boris Xavier Sarmiento Otavalo

C.I: 0105871537



Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi esposa Johanna, a mis padres Ricardo y María, y a mis grandes amigos Christian, Joseph, Xavier, Adriana y Viviana, con su apoyo incondicional he cumplido varias metas y he logrado superar los distintos obstáculos que se han presentado en lo académico y en lo personal. Gracias.

Christian



Agradecimiento

Agradezco a la Universidad de Cuenca y a los docentes de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte por su compromiso para formar profesionales de calidad con la capacidad para dar respuesta a las diferentes necesidades de la sociedad.

Al magíster Xavier Varela, por su valiosa ayuda en la dirección del presente trabajo.

A la Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas COMIL -4 “Abdón Calderón” por su apertura para el desarrollo del presente trabajo.

A la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación por otorgarme la beca de ayudas económicas “Eloy Alfaro”, recursos que me permitieron culminar mi formación profesional.

Christian



Dedicatoria

Le dedico el presente estudio a mi madre y a mi padre, quienes, a través de sus sacrificios y enseñanzas, me han permitido llegar a este momento. Además, a mis amigos Viviana, Joseph, Ricardo, Adriana y Christian, que me han apoyado en todos los momentos de la vida.

Xavier



Agradecimiento

Agradezco a la Universidad de Cuenca y a sus docentes de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, puesto que, me han brindado los conocimientos para mi formación profesional. Un agradecimiento especial a la Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas, COMIL - 4 “Abdón Calderón” y a su docente Ricardo, por su colaboración incondicional en el desarrollo del presente trabajo.

Xavier



1. Introducción

Históricamente, la gimnasia dentro de la educación ha estado sujeta a las concepciones políticas, culturales, ideológicas y funcionales; por tal motivo, sus contenidos han ido variando con el pasar del tiempo, configurándose, desde sus primeras incorporaciones en el siglo XIX, como una simple herramienta para el acondicionamiento físico y pasando por un criterio de utilidad en el siglo XX que la postulaba como un medio para el mantenimiento de la salud (Napolitano, 2019). Actualmente, la gimnasia en las clases de Educación Física tiene por función permitir que los estudiantes desarrollen su dominio corporal. Es por ello que, Ron y Fridman (2019) afirman que la técnica, la comprensión de la actividad y su correcta ejecución deben mantener una relación con el conocimiento de los correctos usos del cuerpo y los propósitos de la sistematización de los ejercicios.

De este modo, surge la interrogante sobre la manera en la que se enseñan los contenidos de la gimnasia dentro del contexto escolar, puesto que, los docentes de Educación Física usualmente aplican distintas formas de enseñanza que favorezcan al aprendizaje de sus estudiantes. En este sentido, se genera la necesidad de clarificar el impacto que producen las distintas acciones que el docente puede llevar a cabo durante el proceso de enseñanza – aprendizaje, las cuales tendrán repercusión en el desarrollo motriz, el estado actitudinal, y demás dimensiones del estudiante. Es por ello, que toman relevancia los estilos de enseñanza, puesto que, definen el rol tanto del docente como del estudiante dentro de dicho proceso.

Ante lo mencionado, es oportuno demostrar de manera cuantitativa que estilo es más eficaz para la enseñanza de los contenidos de gimnasia, puesto que, los docentes de la Unidad Educativa “Abdón Calderón” indican que utilizan diferentes estilos de enseñanza, los cuales dan resultados positivos en la ejecución y motivación de los niños, sin embargo, lo mencionado carece de sustento científico. Por tal motivo, el objetivo de la presente investigación es analizar el efecto que producen los estilos de enseñanza de mando directo y asignación de tareas en la ejecución de elementos gimnásticos y la incidencia de los mismos en la motivación de los estudiantes de Educación General Básica.

A lo largo de esta investigación, se profundizan los conceptos, características y clasificaciones de los estilos de enseñanza, la gimnasia y la motivación. Además, con los



resultados obtenidos se evidenciará el efecto de los estilos de enseñanza en el aprendizaje de cada uno de los elementos gimnásticos, y a su vez, cuál de estos dos estilos incide de manera positiva en la motivación estudiantil. De esta manera, se espera que este trabajo sirva de referente para otros docentes de Educación Física sobre un estilo eficaz para la enseñanza de los contenidos de la gimnasia en poblaciones escolares.



2. Planteamiento del Problema

A pesar de que la gimnasia se encuentre establecida como bloque y contenido del currículo de Educación Física en la Educación General Básica y el Bachillerato General Unificado, resulta difícil cumplir el propósito de lograr el desarrollo del dominio corporal en los estudiantes, pues, los docentes de Educación Física tienen conocimientos limitados sobre la variedad de actividades que se pueden realizar dentro de este contenido educativo, por lo que, las clases de gimnasia dentro de las horas de Educación Física se vuelven monótonas (Lugüercho, 2009), cosa que provoca varios inconvenientes; uno de ellos es el déficit de habilidades motrices y capacidades físicas limitadas en los niños (Carrasco y Barquín, 2018), que restringen sus futuras habilidades. Además, debido a esto, los estudiantes en las clases de Educación Física se sienten poco motivados, y esto resulta un aspecto importante a tener en cuenta (Ferri et al., 2010), sobre todo en las prácticas gimnásticas, puesto que, usualmente se abordan ejercicios que conllevan cierto nivel de riesgo en su ejecución, para lo cual es necesario contar con la motivación suficiente para superar los temores producidos por los elementos gimnásticos. En este sentido, Carrillo et al. (2009) indican que, la motivación es un factor determinante en el actuar de la persona, que genera una importante atracción por cierto tipo de actividades y que ayuda a efectuar cambios de hábitos a nivel académico y extraacadémico. Esto genera un impacto positivo en la vida del alumnado¹, pero, para conseguir lo mencionado, es necesario que el estudiante sea capaz de valorar la Educación Física, por lo que, es importante que exista una interacción positiva con su docente, quien ha de motivarlo para la consecución de los objetivos curriculares (Castillo et al., 2016)², que, por cierto, constituye un desafío para el profesional de Educación Física.

En este orden, considerando que, el objeto de esta investigación es determinar el estilo eficaz para enseñar los elementos básicos de gimnasia y su incidencia en la motivación de los estudiantes, resulta oportuno precisar que, con base en información recopilada a partir de entrevistas con el personal docente del Área de Educación Física, de la Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas, COMIL - 4 “Abdón Calderón”, se

¹ En el estudio de Sánchez et al. (2012), se insiste en la propuesta de Barkoukis et al. (2010) y Hagger et al. (2009), con respecto a la productividad de la motivación, como una condición fundamental para influir en el cumplimiento de ciertas actividades, y en particular, en las clases de educación física.

² Comparten esta idea de la indispensable motivación, entre otros, Moreno et al. (2013) y Méndez et al. (2013). Precisamente, esta investigación se propone evidenciar el impacto de los estilos de enseñanza sobre la motivación.



confirma que, aunque la manera de ejecutar los diferentes ejercicios y la motivación de los estudiantes son satisfactorias dentro del proceso pedagógico de los elementos gimnásticos, los docentes no emplean un estilo de enseñanza específico, puesto que optan por una combinación de estrategias que respondan bien a las características, edades, capacidades y otros tantos aspectos de sus estudiantes. Así mismo, reconocen que los elementos gimnásticos básicos deben ser enseñados adecuadamente en edades escolares tempranas, puesto que permitirán en un futuro el aprendizaje de habilidades complejas sin mayor dificultad. Cabe resaltar que esta experiencia pedagógica carece de sustento científico que ponga en evidencia cuál es el estilo de enseñanza que influye satisfactoriamente en la ejecución y la motivación de los estudiantes, al momento de encontrarse en el proceso enseñanza- aprendizaje del bloque curricular de Prácticas Gimnásticas.

Por lo anteriormente planteado, en este estudio, el problema científico es determinar de manera cuantitativa el estilo de enseñanza más apropiado para enseñar los elementos gimnásticos en las clases de Educación Física, cuyo impacto va a ser evidenciado mediante la motivación y ejecución que demuestren los estudiantes.



3. Justificación

Debido a la escasa información y a la problemática expuesta, sobre la falta de evidencia que sustente de manera cuantitativa de que estilo de enseñanza es propicio implementar en edades escolares tempranas al momento de desarrollar los contenidos educativos gimnásticos, se ha considerado pertinente realizar la presente investigación en la que se va a aplicar un programa de enseñanza de los elementos gimnásticos bajo los estilos Mando Directo y Asignación de Tareas, para conocer la incidencia que tienen sobre la ejecución y motivación de los niños en el subnivel elemental de Educación General Básica.

Con esta investigación los beneficiados serán los docentes, debido a que estará a su disposición un estilo de enseñanza más eficaz para el proceso enseñanza-aprendizaje de los elementos de gimnasia, y evidentemente los niños, ya que ellos adquirirán los beneficios que trae consigo dicho contenido educativo, los cuales según Estapé et al. (1999) mediante el aprendizaje de habilidades gimnásticas se pueden desarrollar otras capacidades físicas como la coordinación, la fuerza, la velocidad, la flexibilidad. También permiten el desarrollo perceptivo del esquema corporal, la combinación de varias habilidades, la memorización de tareas motrices, la presencia de actitudes positivas, entre otros beneficios.

Para dar cumplimiento a lo mencionado, se han seleccionado estos dos estilos de enseñanza porque han demostrado ser más eficaces al momento de enseñar contenidos que requieren de una forma de ejecución única y precisa. Esto se puede evidenciar en diferentes investigaciones; en la gimnasia Aeróbica se utiliza el mando directo debido a que minoriza el riesgo de que se produzca una lesión, existe amplio tiempo de participación y se evita el entrenamiento exagerado o la ejecución incorrecta del movimiento (Torres, 2009); en el fútbol sala inclusivo con el mando directo se adquiere con más factibilidad los elementos básicos, llegando a tal punto que estos se ejecutan de manera automática (Castaño y Gómez, 2019). En el mismo sentido, en la enseñanza de habilidades como los pases, ajustes y saques en el voleibol, el estilo basado en la tarea tuvo mayor incidencia que los estilos de inclusión y recíproco, debido a que los estudiantes en este estilo utilizan todo el tiempo para practicar de manera independiente una habilidad motora bajo sus propias decisiones (Zeng et al., 2009); con el estilo de Asignación de tareas se observa un incremento en el nivel de aprendizaje en el bote, pase



y lanzamiento en el baloncesto (Madueño, 2015). Además, los estudiantes bajo estos dos estilos de enseñanza manifiestan de manera positiva la motivación y la actitud en cada actividad, valorando además el clima de las clases y la actitud del docente durante el aprendizaje de habilidades (Valle, 2003).



4. Objetivos

4.1. Objetivo General

Analizar el efecto entre los estilos de enseñanza Mando Directo y Asignación de Tareas en el nivel de ejecución de elementos gimnásticos, y su incidencia en la motivación, en escolares del subnivel elemental en la Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas, COMIL - 4 “Abdón Calderón”.

4.2. Objetivos Específicos

- Identificar la motivación después de aplicar el programa de enseñanza bajo los estilos de Mando Directo y Asignación de Tareas, en escolares del subnivel elemental.
- Identificar el nivel de ejecución de los elementos gimnásticos antes y después de aplicar el programa de enseñanza bajo los estilos de Mando Directo y Asignación de Tareas, en escolares del subnivel elemental.
- Comparar los resultados obtenidos, de los escolares, en la motivación y en la ejecución de los elementos gimnásticos bajo cada estilo de enseñanza.



1. Capítulo I: Marco Teórico

1.1. Estilos de Enseñanza en Educación Física

Mosston y Ashworth (1993), en su teoría del Espectro de la Educación Física y los estilos de enseñanza, reconocen que dentro de cualquier proceso educativo existe una continua interrelación entre tres aspectos fundamentales: la enseñanza, el aprendizaje y los objetivos a conseguir (relación E-A-O); de esta manera, el comportamiento del profesor influirá sobre el aprendizaje de los estudiantes en función de los objetivos planteados para la práctica. En consecuencia, se configura un esquema que debe tener congruencia entre los objetivos planteados y las acciones que se desarrollarán para cumplirlos. Para ello, los estilos de enseñanza contribuyen a clarificar las relaciones entre el profesor y los estudiantes, el tipo de actividades a ejecutar y el efecto que se tendrá sobre el desarrollo de los alumnos. Cada estilo de enseñanza tiene objetivos y procedimientos particulares, aunque presentan una estructura común que puede ajustarse a las sesiones prácticas de un proceso educativo. Dicha estructura está dividida en tres momentos: preimpacto, impacto y postimpacto; a su vez, cada momento consta de un conjunto de decisiones que deberán plasmarse en una sesión de clase. A continuación, se aborda cada uno de estos momentos:

1.1.1. Preimpacto

Constituyen las decisiones tomadas antes de realizar una práctica; en este momento se deben definir las implicaciones referentes a: el objetivo de la práctica; el estilo de enseñanza apropiado de acuerdo al objetivo; los contenidos o actividades a realizar; las características de los estudiantes; los aspectos logísticos (espacio, tiempo, organización); el tipo de comunicación (verbal, demostraciones); y los métodos para la evaluación de la práctica.

1.1.2. Impacto

Representan las decisiones tomadas durante la realización de una práctica; por lo que, se deben efectuar las siguientes acciones: la ejecución de las actividades planteadas en el preimpacto; ajustes y correcciones sobre alguna decisión del preimpacto que signifique cualquier dificultad durante la práctica.



1.1.3. Postimpacto

Son las decisiones que se toman luego de la ejecución de una práctica, se refieren a: la observación y análisis de la ejecución de las tareas, y la evaluación sobre el cumplimiento de los objetivos planteados. Además, en esta fase se pretende ofrecer retroalimentación a los estudiantes, los cuales pueden ser: correctivos (identificación del error y la manera de corregirlo); de reforzamiento (positivos o negativos, influyen en la motivación del alumno); y neutros (descriptivos, no corrigen ni juzgan la ejecución).

Cabe señalar que los autores afirman que no existe un estilo de enseñanza mejor que otro, lo que significa que en un proceso educativo deben aplicarse distintos estilos en función de los objetivos pretendidos. De este modo, se clasifican los estilos de enseñanza según la finalidad que se persigue; se distinguen los estilos: mando directo, basado en la tarea o asignación de tareas, recíproco, inclusivo, de autoevaluación, descubrimiento guiado, divergente, individualizado, para alumnos iniciados y el de auto enseñanza.

1.1.4. Estilo de Mando Directo

Su principal característica se refiere al control del profesor sobre las decisiones en los tres momentos (preimpacto, impacto, postimpacto), mientras el rol del estudiante es dar una respuesta, verbal o motora, a lo solicitado por el profesor. De este modo, las interacciones bajo este estilo requieren de dos tipos de actores; uno, quien dirige la práctica de inicio a fin, impartiendo el conocimiento y la manera de cómo desarrollarlo; y el segundo, que recepta la información brindada intentando seguirla de la manera más exacta posible. Por tal motivo, el mando directo da buenos resultados cuando el contenido a tratar representa una sola forma, y, por tanto, se aprende a base de la memoria y las repeticiones, además, cuando se pretende ajustar la ejecución de los estudiantes respecto a un modelo o patrón motor, eliminando las diferencias individuales que puedan manifestarse. De tal modo, este estilo tiene los siguientes objetivos: transmitir el contenido a partir de la demostración; dar respuestas inmediatas, específicas y precisas ante una consigna; efectuar ejecuciones sincronizadas de las actividades; reproducir un modelo predeterminado.

En cuanto a las características del mando directo, dentro de la fase de preimpacto, el profesor planifica las decisiones consideradas para este momento, es decir, selecciona el contenido que se abordará, define los objetivos a alcanzar y determina las sesiones en las que se dividirá el tema. Además, en este momento prevé los aspectos logísticos para



el desarrollo de las sesiones, como el lugar en que se desarrollará la práctica, la organización del material, la organización y vestimenta de los estudiantes, la cantidad y duración de las actividades, entre otros aspectos que se necesite especificar. En la fase de impacto, antes de iniciar la práctica, el docente explica a los estudiantes el rol de cada uno; mientras su tarea es dar las señales de mando para el inicio y el fin de cada actividad, el estudiante deberá seguir dichas señales. Posteriormente, se da la transmisión de conocimientos, en donde el profesor explica la tarea y define el modelo a seguir, para ello, el profesor recurre a la demostración, de manera global y analítica, brindando los detalles suficientes para la comprensión de la actividad; en relación a esto, las demostraciones pueden darse por medio de videos, imágenes, o la ejecución de un estudiante que se asemeje al modelo. Cabe resaltar que una vez que se ha iniciado con una actividad, el profesor controlará el inicio y fin de la misma, los tiempos de descanso y el ritmo con el que se desarrolle cada tarea. Finalmente, en la fase de postimpacto, el profesor ofrece retroalimentación a los estudiantes sobre su desempeño en las tareas, corrige los errores que observó durante la práctica y señala la actitud que los estudiantes han demostrado en relación al cumplimiento de su rol dentro de este estilo.

Sin embargo, cuando se aplica este estilo de enseñanza deben evitarse ciertos problemas que pueden generarse y que obstaculicen la consecución de los objetivos planteados, entre los más evidentes se pueden señalar: los estudiantes no pueden sincronizarse durante la ejecución, esto debido a que el ritmo con que se están desarrollando las actividades es muy intenso o por el contrario muy pasivo; las voces de mando que emplea el profesor pueden resultar molestas, por lo que se puede causar malestar entre los estudiantes; exagerar en las repeticiones de una actividad, esto puede producir aburrimiento y/o fatiga; parar la actividad de toda la clase por dificultades que presenten un par de estudiantes, lo que interrumpe el flujo de la actividad y desvía la atención del resto de compañeros; una posición estática del profesor, que impedirá que pueda observar cómo realizan las actividad aquellos estudiantes distantes a él, y por lo tanto no se les brinda retroalimentación. Los errores mencionados deben ser solucionados para que una práctica bajo el Mando Directo sea efectiva.

Por otra parte, el efecto en el desarrollo de los estudiantes bajo el Mando Directo puede reflejarse en los canales de desarrollo: motriz, social, afectivo y cognitivo. En donde, su principal aporte será un rápido desarrollo motriz, aunque la estimulación para los canales social y cognitivo será menor, debido a las características del estilo que no



proponen la directa interacción entre compañeros, y que además demandan el uso principalmente de la memoria y en menor medida otras capacidades cognitivas como la toma de decisiones, la comparación, entre otras (Abusleme et al., 2020). Sin embargo, resulta favorable al momento de mantener una práctica debido a que propicia alta participación o compromiso motor. En cuanto a la estimulación afectiva, puede ser un estilo que resulte agradable especialmente para los niños pequeños, puesto que las acciones de emular, repetir, o seguir son parte importante del desarrollo en estas edades, por lo que juegos de imitación, reacción o con reglas concretas son favorables para captar la atención de los estudiantes y propiciar su participación.

1.1.5. Estilo Asignación de Tareas

El estilo de Asignación de Tareas comparte con el estilo anterior el control del docente durante las fases de preimpacto y postsimpacto, sin embargo, en la fase de impacto se traspasan las decisiones a los propios estudiantes, quienes tendrán autonomía al momento de efectuar una práctica. En efecto, se generan nuevas interacciones entre los participantes del proceso de enseñanza, en donde el docente promueve en sus estudiantes la toma de decisiones, la responsabilidad y la individualidad para llevar a cabo las tareas asignadas. Es por ello, que los objetivos bajo este estilo de enseñanza se enfocarán en que los estudiantes, de manera independiente, practiquen de la manera más exacta posible las tareas asignadas, al mismo tiempo que reconozcan, mediante la experiencia, que la correcta ejecución de una tarea está asociada con las repeticiones y el tiempo que se destinen a la misma.

Como se ha mencionado, en el preimpacto el docente planifica lo que se pretende conseguir con las sesiones de clase, selecciona el contenido y las actividades a desarrollar, aunque hace énfasis en los tiempos y cantidades adecuadas que se destinará a cada actividad, esto les servirá a los estudiantes como referencia, puesto que ellos las realizarán por su propia cuenta. Posterior a esto, en la fase de impacto, deberá aclarar los roles que le competen a él y a los estudiantes: estos últimos serán responsables de tomar las decisiones (orden de las tareas, espacio, organización, ritmo, repeticiones, entre otras) durante la ejecución. Una vez explicados los roles, el profesor debe dar las indicaciones generales para la realización de las actividades de acuerdo a lo esperado y dar paso a que cada estudiante practique tomando sus propias decisiones. Además, al dejar de dirigir directamente la práctica, el profesor tiene la posibilidad de ofrecer retroalimentación de



una manera más individualizada. Y en la fase de postimpacto el profesor se encargará de dar la retroalimentación a los estudiantes mientras ellos desarrollan su práctica, procurando realizar correcciones tanto sobre la ejecución de la tarea como en la toma de decisiones por parte el alumno.

Un aspecto positivo de este estilo es la posibilidad de trabajar mediante fichas de trabajo repartidas a los estudiantes, en este sentido, servirán de guías y tendrán la información necesaria para que los estudiantes puedan practicar de manera autónoma.; estas deben tener los suficientes detalles (explicación de la tarea, gráficos, cantidades, repeticiones) para que las actividades sean comprensibles. De esta manera, el profesor tiene mayor disponibilidad para atender y corregir, puesto que en ocasiones existen estudiantes que no prestan atención a las indicaciones generales y luego solicitan la ayuda reiterada del docente, restándole el tiempo disponible para corregir a otros alumnos. En casos de que una numerosa cantidad de estudiantes demuestren errores durante la práctica, y, por lo tanto, la retroalimentación individual sea dificultosa, se deberá optar por la corrección general para optimizar el tiempo.

En adición, el efecto sobre el canal de desarrollo motriz será menor en relación con el Mando Directo, puesto que al dar independencia a los estudiantes para que realicen su práctica según les convenga se corre el riesgo de que no estén lo suficientemente comprometidos y, por lo tanto, su participación sea reducida. Por otro lado, los estímulos de carácter social y afectivo son bien percibidos por los estudiantes ya que pueden manifestarse de manera libre en la toma de decisiones, compartiendo entre ellos información para mejorar su ejecución o incluso cambiar de actividad cuando sientan que una tarea se ha vuelto repetitiva o aburrida. Así mismo, el desarrollo cognitivo se verá estimulado gracias a que los estudiantes requerirán diferentes destrezas para cumplir su tarea, como la capacidad de diferenciar superficies en las que pueden trabajar, el ritmo con que deben ejecutar los ejercicios para evitar agotarse, o comprender que valores como la responsabilidad y la perseverancia son necesarias para cumplir los propósitos establecidos.

1.2. Definición y Clasificación de la Gimnasia

Villarroel (2017) define a la gimnasia como “una actividad sistematizada que a través del movimiento corporal y funcional permite el desarrollo de la función integral del ser humano” (p.4) con propósitos terapéuticos, educativos o competitivos. Por tanto,



la gimnasia estará presente en una gran cantidad de ámbitos: dentro del sistema educativo, como parte de los contenidos de la Educación Física; en ambientes recreativos en los que las diferentes capacidades físicas y habilidades motrices constituyan los medios para superar desafíos físicos; en el área deportiva, al tratarla como una disciplina de competición; en el ámbito de la salud, como un método de fortalecimiento o rehabilitación física; y hasta en espacios laborales como una herramienta para el mantenimiento de la salud de los empleados. En este sentido, Fleitas et al. (2003), sostienen que la gimnasia tiene múltiples aplicaciones y los ejercicios que se emplean variarán en función de lo que se pretende desarrollar, sin embargo, existen elementos gimnásticos que pueden estar incluidos dentro de distintas modalidades, por lo que, este contenido puede ser clasificado en tres grupos principales, determinados según sus especificaciones y propósitos.

El primer grupo lo conforma la Gimnasia Educativa, cuyo propósito es el fortalecimiento físico y la alfabetización motriz. Aquí se distinguen dos subdivisiones: la primera es la gimnasia básica, con sus modalidades: preescolar (desarrollar hábitos motores fundamentales para la vida a través del juego), escolar (desarrollo multilateral de destrezas, capacidades y habilidades motoras); gimnasia masiva (centrada en el desarrollo del sentido rítmico y el trabajo colectivo); y la segunda subdivisión, la gimnasia aplicada, cuyo principal objetivo es el desarrollo de las capacidades funcionales y motrices adaptadas para la función que desarrollará el individuo en otros contextos, por ejemplo, la preparación física militar, actividades adaptadas para un deporte en específico, acciones motrices necesarias en un ámbito laboral.

El segundo grupo, denominado Gimnasia Higiénica, tiene dos subdivisiones: la gimnasia preventiva, cuyo objetivo es la de contribuir al mantenimiento de la salud, mediante su aplicación en situaciones como pausas activas entre actividades rutinarias para mejorar la capacidad funcional del individuo; y la gimnasia terapéutica, utilizada para el tratamiento de afecciones morfológicas o funcionales adquiridas durante la vida.

Finalmente, el tercer grupo está compuesto por la Gimnasia Deportiva, su particularidad es la de tener para cada una de sus modalidades conjuntos de técnicas específicas y reglamentadas, constan de ejercicios acrobáticos de gran dificultad sobre aparatos, enlazados por composiciones coreográficas, con manipulación de objetos, y que obedecen a criterios estéticos y de ejecución; dentro de este grupo se tienen: gimnasia artística, rítmica, en trampolín, acrobática y aeróbica.



1.2.1. Gimnasia Educativa

En el contexto educativo, la gimnasia trata de la sistematización de prácticas relacionadas al desarrollo de destrezas, habilidades motrices, capacidades motoras, la postura y el dominio corporal. En ella se enseñan destrezas motrices, con sus maneras correctas de ser ejecutadas, según sean sus fines; además se procura desarrollar habilidades, es decir, maneras eficientes de poner en práctica dichas destrezas en distintas situaciones (Husson, 2008). En relación a esto, Bortoleto (2012), asegura que la gimnasia en el ámbito educativo debe enseñar los fundamentos de las habilidades gimnásticas, sin determinar si alguno de estos contenidos pertenece a una u otra modalidad, combinando contenidos útiles tanto para el desarrollo de habilidades naturales (correr, saltar, girar, lanzar, trepar, entre otras) como para acciones motrices definidas (ejercicios con técnicas específicas).

Según la clasificación mencionada, la investigación se enmarca en la rama educativa de la gimnasia; aunque, debido a la amplitud de contenidos que se pueden tratar bajo esta modalidad, se han tomado en cuenta en concreto los elementos: rol adelante, rol atrás y vertical de cabeza, que principalmente se practican en la modalidad deportiva, pero que también están contemplados como medios de aprendizaje en el contexto educativo. Este tipo de ejercicios pese a considerarse como elementos propios de la gimnasia deportiva, están incluidos en las diferentes destrezas de prácticas gimnásticas en el currículo de Educación Física como medios para el desarrollo motriz de los estudiantes, a la vez que contribuyen a la adquisición de destrezas relacionadas al reconocimiento de las propias capacidades corporales.

1.2.2 La Gimnasia como Bloque Curricular

En el currículo de Educación Física (Ministerio de Educación del Ecuador, 2016) se mencionan los propósitos de las prácticas gimnásticas, siendo estos: mejorar la condición física de los estudiantes, en términos del desarrollo de sus capacidades motoras coordinativas y condicionales; promover la percepción y el dominio corporal; reflexionar sobre los límites y dificultades mientras se experimentan distintas acciones motrices. Entre esta amplia cantidad de contenidos, se incluyen ejercicios de la gimnasia deportiva, que están contemplados dentro de las destrezas del currículo a partir del subnivel Elemental de Educación General Básica (segundo, tercer y cuarto grado).



En particular, las destrezas EF.2.2.1 y EF.2.2.3 indican la práctica de elementos acrobáticos para este subnivel; en la primera, se menciona que los estudiantes deben practicar acrobacias básicas como el rol adelante, el rol atrás, pirámides estáticas y dinámicas, entre otras; mientras en la segunda destreza mencionada se indica el reconocimiento de las alineaciones articulares en torno a la práctica de posiciones invertidas, como la vertical de cabeza o de manos. Al considerar estos ejercicios como parte de las acciones motoras que los estudiantes deben aprender, resulta importante conocer en detalle las concepciones acerca de los elementos gimnásticos elementales, es decir, definir cuáles son los elementos adecuados que los estudiantes deben practicar durante sus primeras experiencias en la gimnasia y que signifiquen una base para una buena progresión de su desarrollo motriz.

1.2.3. Ejercicios Gimnásticos Elementales

Fleitas et al. (2003) manifiestan que los ejercicios elementales mejoran la agilidad, la coordinación, el equilibrio y la capacidad de orientación espacial. Los elementos menos dificultosos, y, por lo tanto, los que se enseñan primero, son los ejercicios a manos libres, empezando por los elementos de rodamientos en posiciones agrupadas y ejercicios en posiciones estáticas. Por tal motivo, se detalla a continuación la manera de ejecutar los elementos considerados como los principales a ser enseñados, puesto que son los de menor dificultad de ejecución, sirven de base para posteriormente tener la capacidad de ejecutar elementos más complejos y no requieren de implementos o materiales difíciles de conseguir para el profesor de Educación Física:

1.2.3.1. Rol Adelante. Desde la posición de firme, se flexionan las rodillas adoptando la posición de cuclillas; las manos se apoyan en el piso; las piernas realizan un leve impulso, a la vez que se efectúa una flexión de brazos y se apega el mentón al pecho; mientras se rueda se apoya la región dorsal del cuerpo en el piso manteniendo la posición agrupada; al finalizar el rodamiento se adopta nuevamente la posición de cuclillas o de pie.



1.2.3.2. Rol Atrás. Desde la posición de cuclillas, se realiza un impulso hacia atrás para rodar apoyando la espalda, se colocan las manos a los lados de la cabeza; el mentón debe permanecer pegado al pecho para luego apoyar la parte posterior de la cabeza sobre la superficie; cuando la cadera sobrepase la vertical se efectúa un impulso de brazos extendiendo los codos; las piernas se dirigen hacia el suelo y se termina nuevamente en la posición de cuclillas o de pie.

1.2.3.3. Vertical de Cabeza (Apoyo en Tres Puntos). Desde cuclillas, se apoyan las manos; se flexionan los codos dirigiendo la cabeza hacia el suelo; se apoya la parte frontal de la cabeza, a la altura del nacimiento del cabello; se forma una base de sustentación triangular entre estos tres apoyos (manos y cabeza); se levanta la cadera hasta la vertical; se elevan las piernas extendiendo la cadera hasta llegar a la posición vertical invertida; se conserva el equilibrio en esta posición; las piernas y las caderas descienden controladamente hasta regresar a la posición de cuclillas o de pie.

Por otro lado, tomando en cuenta el programa de desarrollo por grupos de edades de la Federación Internacional de Gimnasia (2021) se reconocen tres niveles o etapas en el desarrollo de los diferentes elementos gimnásticos. Por tanto, se definen: una etapa inicial, en la que el gimnasta apenas tiene una representación mental y una aproximación cinestésica de las acciones motoras específicas del elemento; una etapa de aprendizaje, en donde el gimnasta ya es capaz de demostrar las acciones motrices del elemento, pero aun requiere de algún tipo de ayuda, o es capaz de realizarlo sin ayuda, pero mantiene errores técnicos durante su ejecución; y una etapa de perfeccionamiento, en la que el gimnasta es capaz de demostrar el ejercicio completo, sin ayuda alguna, de manera automatizada y con ligeros o ningún error.

Con relación a los elementos definidos previamente, dicho programa de desarrollo determina que estos deben estar ya en la etapa de perfeccionamiento a las edades de 6-7 años, sin embargo, está contemplado para niños que practiquen la gimnasia en su modalidad deportiva, por lo que, no se puede reflejar lo mismo cuando el contexto de aprendizaje es escolar. De tal manera, el nivel de desarrollo dependerá de la edad en la que se empieza a practicar estos contenidos, y, en el caso de esta investigación, se trata de las primeras experiencias de los estudiantes en torno a los elementos gimnásticos. Además, la población de estudio bordea los 7-8 años, por lo que su nivel de desarrollo



estará por debajo del perfeccionamiento, pudiendo encontrarse en cualquiera de las dos etapas anteriores.

1.3. Definición de la Motivación

García y Doménech (1997) definen a la motivación como un factor determinante que influye en el actuar de la persona con el fin de conseguir un objetivo, lo cual produce cambios a nivel académico y en la vida general de cada individuo. Así mismo, desde el punto de vista de Soriano (2001) la motivación es una constante de lucha, defensa y privación que impulsa al ser humano a conseguir distintos elementos para satisfacer sus necesidades, y como consecuencia, el individuo goza de una vida placentera.

Por otro lado, la motivación en el ámbito escolar hace referencia a una motivación que únicamente posee como fin cumplir las actividades propuestas dentro de los establecimientos educativos, esto conlleva a que los alumnos no adquieran un aprendizaje significativo, debido a que se deja de lado el verdadero sentido de la educación, pues el estudiante no concibe la importancia del por qué aprender los conocimientos que el docente enseña. Para evitar lo mencionado es necesario que el docente tenga en cuenta la percepción que sus estudiantes poseen sobre los objetivos, autoeficacia y concepciones, para que de esta manera comprenda cómo se sienten y su importancia dentro del proceso de enseñanza- aprendizaje, y así producir cambios con el fin de ayudar a los estudiantes (Valenzuela, 2007).

1.3.1. Clasificación de la Motivación

Según Ryan y Deci (2000) la teoría de la autodeterminación menciona que, al cumplir las necesidades psicológicas básicas de la autonomía, competencia y relación, se ven influenciadas la motivación y la personalidad del individuo. A través de esta teoría se resalta la motivación intrínseca, motivación extrínseca y la desmotivación.



1.3.1.1. Motivación Intrínseca. Se entiende como el realizar actividades sin la incidencia de agentes externos, es decir, que no es necesario de que alguna persona solicite realizar cierta actividad, o de que exista una recompensa al momento de culminar la actividad. En este aspecto, se diferencian tres tipos de referencia hacia la motivación intrínseca; la primera es aquella relacionada a la diversión o experiencias estimulantes que son producidas por la actividad que se va a realizar o se está ejecutando; la segunda se basa en el interés de aprender nuevos conocimientos, y la última se refiere al alcanzar los objetivos que se han propuesto con anterioridad (Usán y Salavera, 2018).

De la misma manera Soriano (2001) concibe a la motivación intrínseca como la ejecución de actividades frente a la omisión de fuentes extrínsecas, esto permite que las personas busquen por sí mismas superar retos y aprendan aspectos novedosos del entorno. Las personas que participan de manera intrínseca lo hacen por placer, a diferencia de aquellas personas que participan por la influencia de factores externos. Para que las personas participen voluntariamente, la actividad que se va a realizar debe ser percibida como un reto, esto se refiere a que las características que posee la actividad signifiquen un desafío para el individuo.

Ante lo mencionado, los autores concuerdan que la motivación intrínseca es aquella que permite realizar diferentes actividades por el placer que producen las mismas, sin tener en cuenta si existe o no un estimulante para ser partícipe de lo que se va a realizar.

1.3.1.2. Motivación Extrínseca. La motivación extrínseca está basada en la recompensa, castigo e incentivo, en el cual, la recompensa y el castigo son un medio para que la persona realice cierta actividad, mismos que se dan al finalizar la acción, y que a través de esto se garantizará que la conducta del individuo se repita en un futuro. Mientras que, el incentivo es el medio que se da antes de realizar la actividad, esto permitirá que el individuo comience de manera entusiasmada su participación o por lo contrario su intervención será nula o pasiva.

Sin embargo, Usán y Salavera (2018) se refieren a la motivación extrínseca como el medio para conseguir un fin, y en la cual se diferencia tres tipos de motivación: la motivación externa, motivación identificada e introyectada. La primera hace alusión a los castigos o recompensas que se entregan al finalizar cierta participación, la segunda motivación es en la que la participación se refiere a la atribución que le da la persona a la actividad, ya que considera que aporta de manera positiva a su ser, y por último la



motivación introyectada es aquella en la que el individuo es participe de la o las actividades con el fin de incrementar su ego.

Asi mismo, Leo et al. (2016) mencionan que la motivación extrínseca es aquella que permite cumplir objetivos externos, y se divide en la regulación integrada, la regulación identificada, la regulación introyectada y la regulación externa. La regulación integrada se refiere a realizar actividades que tengan relación al estilo de vida que la persona lleva, esta regulación no se puede evidenciar en niños y adolescentes debido a que poseen una maduración insuficiente; la regulación identificada es mediante la cual se valora la actividad por los beneficios que trae consigo; la regulación introyectada indica que los sujetos realizan actividades para aumentar su ego; y la regulación externa es aquella en donde se realiza actividades solo porque al final tendrá un reconocimiento.

1.3.1.3. La Desmotivación. Es el último apartado que destaca la teoría de la autodeterminación, esta se reconoce cuando no se tiene ningún interés para realizar una determinada actividad. De igual manera, Usán & Salavera (2018) indican que, la desmotivación o también conocido como amotivacion es la falta de motivación para accionar dentro de una cierta actividad, ya que la persona puede percibirse como incapaz de realizarla de una manera óptima.

1.3.2. Motivación en Educación Física

Almagro et al. (2015) sostienen que, para que los contenidos educativos que se van a enseñar sean aprendidos por los estudiantes, de manera significativa, es inherente que la motivación vaya ligada con el aprendizaje, por lo que, el docente debe aportar con una interacción positiva con sus estudiantes para que la conducta de estos sea óptima, ya que esto llevará a que los mismos tengan un interés por lo que se enseña y así lograr el cometido mencionado.

En este sentido, las clases de Educación Física resultan un momento preciso para que el alumno se beneficie de lo que aporta la asignatura y logre una adherencia a la práctica de la actividad física tanto dentro como fuera de los establecimientos educativos. Para ello el docente que está al frente de dicha asignatura debe establecer estrategias para que la motivación de su alumnado sea la mejor posible, debido a que esto tendrá una incidencia directa en cada uno de los estudiantes, tanto en el rendimiento académico, como en la autoestima y en la disposición de ser físicamente activos en un futuro.



Cabe mencionar que, la Educación Física contribuye con el desarrollo integral de los niños, lo que según Escudero (2009) permite un aprendizaje y desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas, capacidades coordinativas, capacidades intelectuales; además, favorece una mejora a su organismo desde el punto de vista fisiológico a través de una adquisición de hábitos saludables e higiénicos. Esto a su vez se verá reflejada en la mejora de la calidad de vida, y adicionalmente contribuye al aprendizaje de valores, actitudes y emociones para una convivencia sana entre la sociedad.

Sin embargo, al existir una desmotivación dentro de las clases de Educación Física, se dificulta el proceso de enseñanza-aprendizaje, por tal motivo el docente debe aportar con estrategias en donde las actividades deben ser llamativas, que presenten un reto, pero a su vez no imposibles de realizar. De tal manera, el estudiante tendrá la motivación necesaria para ser un participante activo de las actividades en la clase, permitiendo ser beneficiario de lo que trae consigo la asignatura, y pueda utilizar estos aprendizajes en su día a día.

1.3.3. Motivación en la Gimnasia

Dentro de la gimnasia artística, Munkácsi et al. (2012) indican que la motivación proveniente del entrenador es esencial, puesto que permitirá que los deportistas alcancen los objetivos propuestos. Además, resaltan que, es importante que los deportistas sean motivados desde el contexto educativo, ya que, en esta etapa se va a formar un interés en los niños para realizar diversas actividades como las prácticas deportivas; por ende, es deber del docente de Educación Física utilizar diferentes estrategias para motivar a los estudiantes. De esta manera, al estar dentro de la disciplina de gimnasia, el entrenador tendrá más factibilidad al aplicar diferentes estrategias para que los deportistas aprendan, en donde la interacción que se establezca entre el entrenador y deportista resulte en un aprendizaje estable de los movimientos gimnásticos. Así mismo, para lograr un desarrollo óptimo, el entrenador debe establecer metas, como aprender nuevos movimientos, o la ejecución de un ejercicio de manera segura, para ello, se debe tener en cuenta aspectos como la edad, el tiempo, las características biológicas de los aprendices.



1.4. Características de los Escolares en el Subnivel Elemental

En el currículo ecuatoriano de Educación Física se distinguen dos niveles: Educación General Básica y Bachillerato General Unificado. Con respecto al nivel de Educación General Básica, que va preferiblemente desde los 5 hasta los 14 años, está constituido por cuatro subniveles; el primer subnivel es el de preparatoria y corresponde al primer grado de EGB; el segundo es el subnivel elemental, el cual agrupa el segundo, tercer y cuarto grado de EGB; a continuación, el subnivel de básica media, con el quinto, sexto y séptimo grado de EGB; y por último, el subnivel de básica superior, constituido por octavo, noveno y décimo grado de EGB.

En cuanto al subnivel elemental, se da preferentemente a los niños cuyas edades comprendan los 6 a 8 años. Los niños, a esta edad, tienen una idea más clara de cada uno de los sentimientos, emociones, situaciones o acciones que son capaces de percibir y como las personas reaccionan antes estas manifestaciones. A nivel motriz, según Clenaghan y Gallahue (2001), tienen bien desarrolladas sus habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar, lanzar, patear), en donde los patrones son ejecutados con una gran precisión, son eficaces y pueden adaptarse fácilmente a las diferentes situaciones que se presenten en las diversas actividades.

En este subnivel se espera que el y la estudiante construya conocimientos acerca de su disponibilidad corporal y motriz en diferentes prácticas corporales, a partir de la percepción de sus posibilidades de movimiento, ubicaciones en el tiempo y el espacio, el reconocimiento y comunicación de sus posibilidades y dificultades para participar junto a sus pares. (Ministerio de Educación del Ecuador, 2016, p.88)

Por otro lado, se puede entender a mayor detalle las particularidades de los niños en estas edades según lo estipulado por la Federación Internacional de Gimnasia (2021); dicho organismo manifiesta las características para el grupo poblacional que va desde los 6 años en las siguientes dimensiones: maduración motora, maduración física, maduración perceptiva, maduración cognoscitiva y maduración psicosocial.

1.4.1 Maduración Motora

A partir de los 6 años, se considera que las habilidades motrices básicas deben estar bien desarrolladas, esto permite a los niños realizar los movimientos de una manera satisfactoria, puesto que, tienen un mayor control de las partes de su cuerpo, mejorando



así sus capacidades de control motor, coordinación y equilibrio. De tal modo, el niño pasará de una etapa de movimientos generales a una etapa de desarrollo de habilidades gimnásticas específicas, por lo que, se debe precisar en los aspectos necesarios para la ejecución de los elementos gimnásticos como las habilidades requeridas, sus correctas formas, posiciones, y precisión en la ejecución.

1.4.2. Maduración Física

Las principales características en torno a la maduración física en estas edades son: el aumento de estatura entre 5,1 y 7,6 centímetros y de peso entre 1,4 y 2,7 kilogramos por año aproximadamente; los grupos musculares de mayor tamaño tienen un mayor desarrollo en comparación con el resto de músculos; se da un fortalecimiento en los tendones, músculos y ligamentos, sin embargo, aún no están aptos para mantener pesos excesivos; los huesos aumentan en espesor, es decir, el sistema óseo tiene mayor resistencia, aunque, puede producirse una deformación del hueso debido a cargas exageradas; se tiene una baja capacidad de soportar el ácido láctico, por lo tanto, no se puede aguantar un ejercicio de alta intensidad por mucho tiempo.

1.4.3. Maduración Perceptiva

En esta etapa los niños tienen la capacidad de percibir diferencias con respecto a un objeto (distancia, forma, altura, trayectoria, entre otros) y actuar de acuerdo a esto; también, son capaces de diferenciar orientaciones espaciales (diagonales, horizontales, verticales), sin embargo, usualmente se confunden entre las direcciones derecha e izquierda. Con respecto a lo último, es común que tengan preferencias, distinguiendo un lado como dominante, esto se ve reflejado al momento de realizar ejercicios que implican giros o cambios de dirección, en donde suelen efectuar dichas acciones motrices siempre por un mismo lado, o comenzar el ejercicio con el mismo pie o mano. Por otro lado, la integración inter sensorial como las capacidades visual-auditiva, visual-cinestésica y auditiva-cinestésica tienen un importante desarrollo. Además, el tiempo en procesar una información y la velocidad con que se emite una respuesta son bajas, lo que al inicio de esta etapa representan dificultades sobre la coordinación óculo-manual y óculo-podal; ante lo mencionado, estas capacidades llegan casi a su madurez a la edad de 12 años.



1.4.4. Maduración Cognoscitiva

Los niños de estas edades se encuentran en un período en el que pueden distinguir características de objetos que perciben a través de sus sentidos, de tal modo, son capaces de comparar y clasificar, e incluso, entender que se trata de un mismo elemento pese a que este tenga cambios en su apariencia. En esta etapa, los niños tienen un corto tiempo de concentración, por lo que se distraen fácilmente; además, mantienen una visión globalizada de las cosas, pasando por alto los detalles. Con el pasar del tiempo su capacidad de memoria aumenta progresivamente; a la edad de 7-8 años son conscientes de que sus conocimientos y habilidades pueden mejorarse mediante la práctica y la repetición, por lo que tienen una alta capacidad para aprender y guardar información.

1.4.5. Maduración Psicosocial

Con respecto a esta dimensión, los niños de estas edades presentan diferencias individuales en torno a su personalidad, tienden a ser más egocéntricos y suelen compararse constantemente con sus pares. Durante esta etapa, los niños construyen su autoestima en base a los criterios de capacidad o incapacidad, en donde el éxito o cumplimiento de un objetivo les permite sentirse competentes y motivados, además, reconocen que el éxito es causa del esfuerzo, pero aún no logran comprender que también influyen las habilidades que dispongan. Por otro lado, suelen establecer amistades con niños de su mismo sexo y edad, con quienes buscan el reconocimiento social tanto como con sus familias. Por último, tienen poca capacidad de manejar el estrés y se ajustan bien a la autoridad, los castigos justos y la disciplina.



2. Capítulo II: Metodología

2.1. Diseño de Estudio

El presente estudio es de diseño cuasi experimental, en el que se trabajó con dos grupos, el grupo experimental 1 al cual fue asignado el programa de enseñanza basado en el estilo de mando directo, mientras que al grupo experimental 2 se le asignó el programa relacionado al estilo de enseñanza asignación de tareas.

2.2. Contexto

El estudio se desarrolló en el transcurso del año lectivo 2021-2022, bajo la modalidad online debido a la actual situación sanitaria provocada por la Covid 19. El programa de enseñanza implementado tuvo una duración de 4 semanas, en las que se realizaron 12 sesiones de clase dentro del horario escolar en las horas dedicadas a la asignatura de Educación Física, las clases correspondieron al bloque curricular 2: Prácticas Gimnásticas. La investigación se desarrolló en la Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas COMIL - 4 "Abdón Calderón", ubicada en la ciudad de Cuenca, provincia del Azuay. La aplicación del programa de enseñanza bajo los dos estilos fue efectuada por el docente de Educación Física de la institución, a quien se le capacitó previamente sobre los estilos mencionados.

2.3. Población y Muestra

La población está conformada por aproximadamente 270 estudiantes de nueve paralelos (tres paralelos por cada año escolar), pertenecientes al subnivel elemental de Educación General Básica (2do, 3ro y 4to de EGB) cuyas edades oscilan entre los 6-8 años. De esta población se seleccionaron a dos grupos, mediante un muestreo no probabilístico aplicando la técnica a conveniencia, a los cuales se les asignó el programa de enseñanza bajo cada uno de los estilos, obteniendo una muestra total de 52 estudiantes (26 estudiantes por cada grado) entre niños y niñas.

2.4. Criterios de Inclusión y Exclusión de la Muestra

2.4.1. Criterios de Inclusión

- Los estudiantes que asisten regularmente a clases de Educación Física.
- Los estudiantes que se encuentren cursando el grado escolar en donde se ha



incluido las destrezas EF.2.2.1 y EF.2.2.3 dentro de la planificación curricular anual.

2.4.2. Criterio de Exclusión

- Los estudiantes que se han retirado de la Unidad Educativa “Colegio Militar Abdón Calderón”.

2.5. Consideraciones Éticas

Para realizar la investigación, se solicitó la debida autorización a la máxima autoridad de la Unidad Educativa de las Fuerzas Armadas COMIL - 4 “Abdón Calderón”, al cual se le expresó el propósito de la investigación y se garantizó la confidencialidad de los datos obtenidos, los cuales se utilizarán exclusivamente para fines investigativos y no serán compartidos con terceros. Una vez aprobada la solicitud, se procedió a enviar un consentimiento informado a los representantes de cada participante incluido en el estudio, el mismo que debía ser enviado con su respectiva aprobación.

2.6. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

2.6.1. Programa de Enseñanza

Para la enseñanza de los elementos gimnásticos: rol adelante, rol atrás y vertical de cabeza, se elaboró un programa de enseñanza el cual constó de 12 sesiones (4 sesiones para cada elemento). En el programa se incluyeron ejercicios que siguieron los métodos sugeridos por Guillén (2012) para el aprendizaje de las habilidades gimnásticas, siendo el primero el método sucesivo, según el cual los elementos gimnásticos se dividieron en momentos para poderlos enseñar de manera progresiva, de este modo, las distintas acciones motoras se pueden practicar por separado, y, una vez que se han aprendido los diferentes movimientos se unen para ejecutar de manera completa el ejercicio. El segundo método está constituido por ejercicios auxiliares: estos ejercicios deben representar acciones similares al del ejercicio principal, aunque estos son practicados en situaciones cómodas y pueden incluir ayudas como materiales de apoyo adaptados, variación de superficies o ayudas del profesor.

En este caso, al desarrollarse las sesiones de manera virtual, se solicitó a los estudiantes tener los materiales necesarios para desarrollar la práctica, estos materiales son los que usualmente se pueden conseguir dentro del hogar, como: colchones, cobijas,



cojines, sillas, entre otros. Además, se elaboraron videos como material de apoyo para los estudiantes, en los que se observan la demostración de diferentes ejercicios para aprender la ejecución de cada elemento indicado.

2.6.2. Variable de Nivel de Ejecución

Para el propósito que se ha planteado en la investigación, el cual es evaluar la ejecución de los elementos gimnásticos, se ha identificado la investigación de “*La demostración de los errores técnicos como medio para la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje de la gimnasia artística*” (León, 1999). En dicha investigación, para la recolección de datos se utilizaron tres cuestionarios, registro audiovisual, dos hojas de errores, dos hojas de valoración y una hoja de tópico. Para el registro audiovisual se utilizó una cámara con el fin de grabar las sesiones para un posterior análisis y las hojas de valoración se utilizaron para conocer el efecto del programa en el nivel de ejecución.

Por tal motivo, para la presente investigación se ha considerado el uso de la grabación de video para un posterior análisis de la ejecución que tienen los alumnos antes y después de la implementación del programa. Además, la hoja de valoración que se utiliza en la investigación mencionada, por sus características será adaptada a una lista de cotejo, en el que cada elemento gimnástico a ser evaluado constará de nueve criterios, donde se incluirán los aspectos referidos a la correcta ejecución a tener en cuenta del rol adelante, rol atrás y la vertical de cabeza, y que cada uno de ellos tendrá el valor de un punto. De tal manera, para determinar que la ejecución demostrada, en cada elemento gimnástico, se encuentra en el nivel de perfeccionamiento se debe obtener una valoración de 7 a 9 puntos; si el puntaje obtenido es de 4 a 6 puntos, se corresponde al nivel de aprendizaje, y por último el nivel inicial se establece en el puntaje 0 a 3 puntos.

Tabla 1

Clasificación del nivel de ejecución

Nivel de ejecución	Puntaje
Perfeccionamiento	7-9 puntos
Aprendizaje	4-6 puntos
Inicial	0-3 puntos

2.6.3. Variable de Motivación

Debido a que, en la presente investigación, en la cual se va a necesitar la participación de los niños de Educación General Básica Elemental, se ha considerado la utilización del Cuestionario de motivación en Educación Física en educación primaria



(CMEF-EP) del estudio de Leo et al. (2016), dicho cuestionario está conformado por 18 ítems, y son valorados de acuerdo a la escala de Likert. Los ítems están relacionados con la motivación intrínseca, la regulación identificada, la regulación introyectada, la regulación externa y la desmotivación.

Tabla 2

Ítems relacionados a cada tipo de motivación y desmotivación

	Preguntas agrupadas
Motivación Intrínseca	1, 6, 11, 15
Motivación Identificada	2, 7, 12, 16
Motivación Introyectada	3, 8
Motivación Externa	4, 9, 13, 17
Desmotivación	5, 10, 14, 18

2.7. Análisis de Datos

Una vez obtenidos los datos numéricos, en relación al nivel de ejecución, se procedió a ingresarlos y tabularlos en el programa Microsoft Excel. Posterior a ello, para conocer el efecto que ha producido tanto el mando directo como el de asignación de tareas, se realizó una prueba T de datos pareados en el software estadístico SPSS, por cada elemento gimnástico. Por último, se realizó una prueba T de dos muestras para comparar el efecto entre los dos programas de enseñanza. Las pruebas mencionadas se las realizaron con un nivel de confianza del 95%.

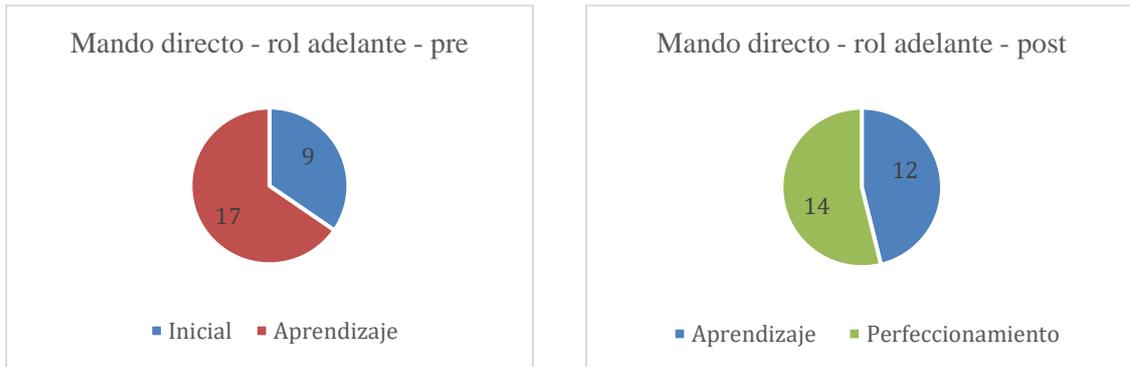
Para valorar la motivación, los datos del cuestionario se ingresaron y tabularon en el programa Microsoft Excel, obteniendo los porcentajes y frecuencias por cada uno de los ítems relacionados a cada tipo de motivación y desmotivación. Después, tanto para cada tipo de motivación y desmotivación se obtuvo el promedio de los porcentajes obtenidos, cabe mencionar que el procedimiento mencionado se realizó para los datos del programa bajo el estilo de mando directo y para los de la asignación de tareas.

3. Capítulo III: Resultados y Discusión

3.1. Resultados del Nivel de Ejecución

Figura 1

Pre-test y post-test rol adelante – Mando directo



En los gráficos se observa la cantidad de participantes que se encuentran en cada nivel de ejecución referente al rol adelante, antes (pre) y después (post) de aplicar el programa de enseñanza bajo el mando directo.

Tabla 3

Estadísticos descriptivos – Rol adelante mando directo

	N	Media	Desv. Desviación
RAPOST	26	6,58	1,206
RAPRE	26	3,88	1,071

Según los resultados, el grupo de mando directo incrementó su media en la ejecución del rol adelante luego de la implementación del programa.

Tabla 4

Prueba de muestras emparejadas – Rol adelante mando directo

	Media	T	Sig. (bilateral)
RAPOST – RAPRE	2,692	10,172	0,000

La diferencia de medias entre el post test y pre test es de 2,692. Además, en base al valor $p < 0,05$, se determina que existe una diferencia significativa entre las dos mediciones. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95% se concluye que el programa tuvo un efecto positivo en la ejecución de rol adelante en el grupo de mando directo.

Figura 2

Pre-test y post- test rol atrás – Mando directo



En los gráficos se identifica el número de participantes, en el pre test y post test, clasificados en cada nivel de ejecución en relación al rol atrás.

Tabla 5

Estadísticos descriptivos – Rol atrás mando directo

	N	Media	Desv. Desviación
RATRÁSPOST	26	5,04	1,800
RATRÁSPRE	26	0,08	0,272

Los valores de las medias entre el pre test y post test indican un aumento en el nivel de ejecución del rol atrás luego de la aplicación del programa.

Tabla 6

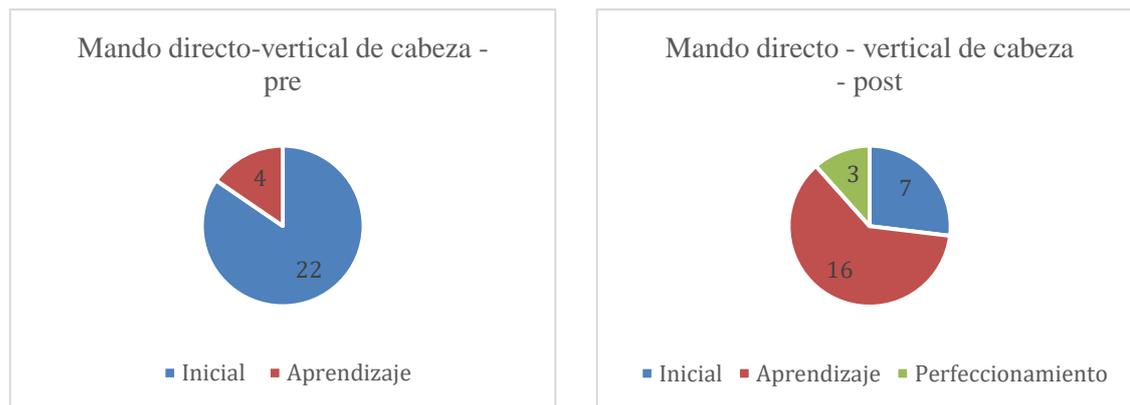
Prueba de muestras emparejadas – Rol atrás mando directo

	Media	T	Sig. (bilateral)
RATRÁSPOST - RATRÁSPRE	4,962	14,419	0,000

La diferencia de medias entre el post test y pre test es de 4,962. Además, en base al valor $p < 0,05$, se determina que existe una diferencia significativa entre las dos mediciones. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95% se concluye que el programa tuvo un efecto positivo en la ejecución de rol atrás en el grupo de mando directo.

Figura 3

Pre-test y post-test vertical de cabeza – Mando directo



En los gráficos se identifica el número de participantes, en el pre test y post test, ubicados en cada nivel de ejecución en relación a la vertical de cabeza.

Tabla 7

Estadísticos descriptivos – Vertical de cabeza mando directo

	N	Media	Desv. Desviación
VCPOST	26	4,50	1,503
VCPRE	26	2,31	1,258

Los resultados en el pre test y post test indican que el grupo de mando directo aumentó su media después de la implementación del programa en la ejecución de la vertical de cabeza.

Tabla 8

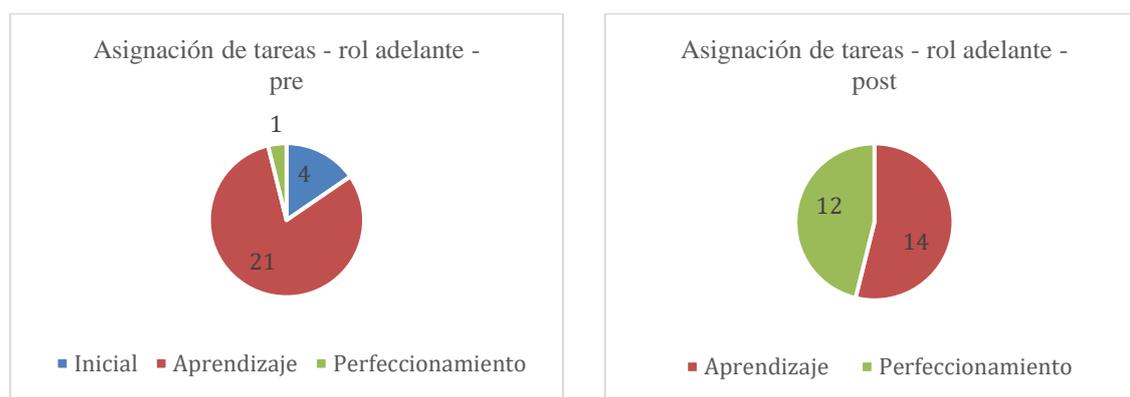
Prueba de muestras emparejadas – Vertical de cabeza mando directo

	Media	T	Sig. (bilateral)
VCPOST – VCPRE	2,192	8,423	0,000

La diferencia de medias entre el post test y pre test es de 2,192. Además, en base al valor $p < 0,05$, se determina que existe una diferencia significativa entre las dos mediciones. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95%, se concluye que el programa tuvo un efecto positivo en la ejecución de la vertical de cabeza en el grupo de mando directo.

Figura 4

Pre-test y post- test rol adelante – Asignación de tareas



En los gráficos se observa la cantidad de participantes en el pre test y post test, del grupo de asignación de tareas, ubicados en los diferentes niveles de ejecución respecto al rol adelante.

Tabla 9

Estadísticos descriptivos – Rol adelante asignación de tareas

	N	Media	Desv. Desviación
RAPOST	26	6,35	1,294
RAPRE	26	4,27	1,687

Los valores promedio del pre test y post test del grupo de asignación de tareas indican un aumento en la ejecución del rol adelante luego de la aplicación del programa.

Tabla 10

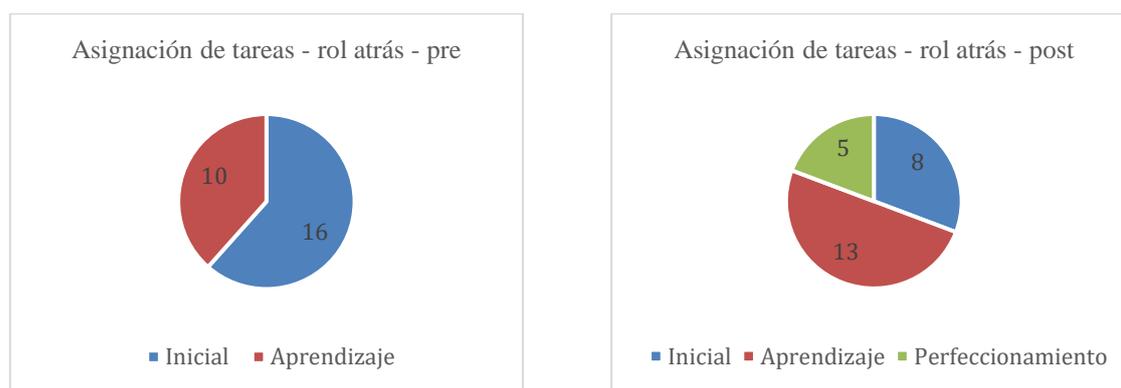
Prueba de muestras emparejadas – Rol adelante asignación de tareas

	Media	T	Sig. (bilateral)
RAPOST – RAPRE	2,077	5,783	0,000

La diferencia de medias entre el post test y pre test es de 2,077. Además, en base al valor $p < 0,05$, se determina que existe una diferencia significativa entre las dos mediciones. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95%, se concluye que el programa tuvo un efecto positivo en la ejecución del rol adelante correspondiente al grupo de asignación de tareas.

Figura 5

Pre-test y post- test rol atrás – Asignación de tareas



Los gráficos indican la cantidad de participantes, del grupo de asignación de tareas, ubicados en los distintos niveles de ejecución del rol atrás, antes y después de la aplicación del programa.

Tabla 11

Estadísticos descriptivos – Rol atrás asignación de tareas

	N	Media	Desv. Desviación
RATRÁSPOST	26	4,65	1,742
RATRÁSPRE	26	2,65	1,999

En el grupo de asignación de tareas se observa un incremento en la media respecto a la ejecución del rol atrás luego de la implementación del programa.

Tabla 12

Prueba de muestras emparejadas – Rol atrás asignación de tareas

	Media	T	Sig. (bilateral)
RATRÁSPOST - RATRÁSPRE	2,000	7,211	0,000

La diferencia de medias entre el post test y pre test es de 2. Además, en base al valor $p < 0,05$, se determina que existe una diferencia significativa entre las dos mediciones. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95%, se concluye que el programa tuvo un efecto positivo en la ejecución del rol atrás del grupo de asignación de tareas.

Figura 6

Pre-test y post- test vertical de cabeza – Asignación de tareas



En los gráficos se ubica el número de estudiantes en cada nivel de ejecución de la vertical de cabeza, antes y después de la aplicación del programa.

Tabla 13

Estadísticos descriptivos – Vertical de cabeza asignación de tareas

	N	Media	Desv. Desviación
VCPOST	26	4,12	1,336
VCPRE	26	2,08	1,765

Los resultados indican que el grupo de asignación de tareas incrementó su promedio de ejecución de la vertical de cabeza luego del programa.

Tabla 14

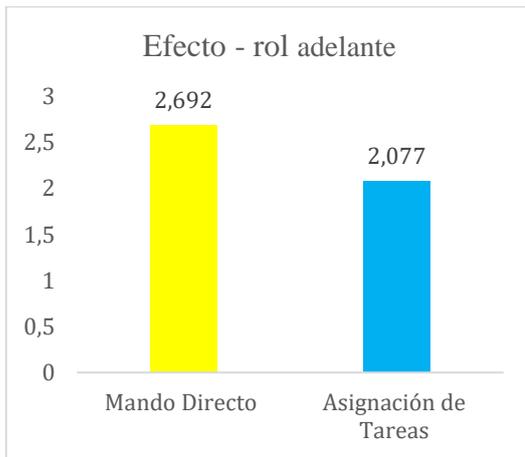
Prueba de muestras emparejadas – Vertical de cabeza asignación de tareas

	Media	T	Sig. (bilateral)
VCPOST – VCPRE	2,038	6,448	0,000

La diferencia de medias entre el post test y pre test es de 2,038. Además, en base al valor $p < 0,05$, se determina que existe una diferencia significativa entre las dos mediciones. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95%, se concluye que el programa tuvo un efecto positivo en la ejecución de la vertical de cabeza del grupo de asignación de tareas.

Figura 7

Efecto – rol adelante



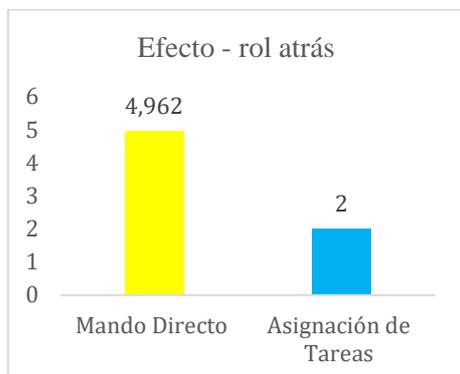
En el gráfico se observa un efecto mayor en el grupo de mando directo referente a la ejecución del rol adelante.

Tabla 15

Prueba de muestras independientes – rol adelante

	T	Diferencia de medias	Sig. (bilateral)
Rol Adelante Efecto	1,379	0,615	0,174

La diferencia de medias entre el efecto del grupo de mando directo y el grupo de asignación de tareas es de 0,615. Además, en base al valor $p > 0,05$, se determina que no existe una diferencia significativa entre dichos valores. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95%, se concluye que el programa fue igual de efectivo en ambos grupos, con respecto a la ejecución del rol adelante.

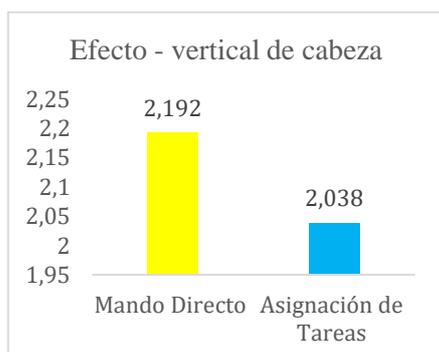
Figura 8*Efecto – rol atrás*

En el gráfico se observa un mayor efecto en el grupo de mando directo referente a la ejecución del rol atrás.

Tabla 16*Prueba de muestras independientes – rol atrás*

	T	Diferencia de medias	Sig. (bilateral)
Rol Atrás Efecto	6,701	2,962	0,000

La diferencia de medias entre el efecto del grupo de mando directo y el grupo de asignación de tareas es de 2,962. Además, en base al valor $p < 0,05$, se determina que existe una diferencia significativa entre dichos valores. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95%, se concluye que el programa fue más efectivo en el grupo de mando directo, con respecto a la ejecución del rol atrás.

Figura 9*Efecto – vertical de cabeza*



En el gráfico se observa un mayor efecto en el grupo de mando directo referente a la ejecución de la vertical de cabeza.

Tabla 17*Prueba de muestras independientes – vertical de cabeza*

	T	Diferencia de medias	Sig. (bilateral)
Vertical de Cabeza	0,376	0,154	0,709

La diferencia de medias entre el efecto del grupo de mando directo y el grupo de asignación de tareas es de 0,154. Además, en base al valor $p > 0,05$, se determina que no existe una diferencia significativa entre dichos valores. Por lo tanto, con un nivel de confianza del 95%, se concluye que el programa fue igual de efectivo en ambos grupos, con respecto a la ejecución de la vertical de cabeza.

3.2. Resultados de la Motivación

Tabla 18*Resultados de la motivación – Mando directo*

Motivación Intrínseca																
Ítem	Totalmente de acuerdo			De acuerdo			Indiferente			Desacuerdo			Totalmente en desacuerdo		Total	
	%	F	f	%	f	%	F	f	%	F	f	%	f	%	f	
1	92,3	24	2	7,7	2	0,0	0	0	0,0	0	0	0,0	0	0,0	0	100 26
6	88,5	23	2	7,7	2	0,0	0	3,8	1	0,0	0	3,8	1	0,0	0	100 26
11	88,5	23	1	3,8	1	7,7	2	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100 26
15	92,3	24	2	7,7	2	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100 26
Motivación Identificada																
Ítem	Totalmente de acuerdo			De acuerdo			Indiferente			Desacuerdo			Totalmente en desacuerdo		Total	
	%	F	f	%	f	%	F	f	%	F	f	%	f	%	f	
2	73,1	19	6	23,1	6	0,0	0	3,8	1	0,0	0	3,8	1	0,0	0	100 26
7	88,5	23	2	7,7	2	0,0	0	3,8	1	0,0	0	3,8	1	0,0	0	100 26
12	73,1	19	5	19,2	5	7,7	2	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100 26
16	84,6	22	4	15,4	4	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100 26
Motivación Introyectada																
Ítem	Totalmente de acuerdo			De acuerdo			Indiferente			Desacuerdo			Totalmente en desacuerdo		Total	
	%	F	f	%	f	%	F	f	%	F	f	%	f	%	f	



3	50,0	13	23,1	6	3,8	1	11,5	3	11,5	3	100	26
8	73,1	19	19,2	5	7,7	2	0,0	0	0,0	0	100	26

Motivación Externa

Totalmente de acuerdo		De acuerdo		Indiferente		Desacuerdo		Totalmente en desacuerdo		Total		
Ítem	%	F	%	f	%	F	%	f	%	f	%	f
4	50,0	13	42,3	11	3,8	1	3,8	1	0,0	0	100	26
9	53,8	14	11,5	3	23,1	6	11,5	3	0,0	0	100	26
13	46,2	12	26,9	7	23,1	6	3,8	1	0,0	0	100	26
17	53,8	14	30,8	8	11,5	3	3,8	1	0,0	0	100	26

Desmotivación

Totalmente de acuerdo		De acuerdo		Indiferente		Desacuerdo		Totalmente en desacuerdo		Total		
Ítem	%	F	%	f	%	F	%	f	%	f	%	f
5	15,4	4	19,2	5	7,7	2	38,5	10	19,2	5	100	26
10	7,7	2	0,0	0	3,8	1	38,5	10	50,0	13	100	26
14	11,5	3	3,8	1	7,7	2	26,9	7	50,0	13	100	26
18	7,7	2	3,8	1	0,0	0	30,8	8	57,7	15	100	26

En la tabla se observan los porcentajes y frecuencias de acuerdo a cada ítem relacionado a los diferentes tipos de motivación, y desmotivación. En la motivación intrínseca, identificada, introyectada y externa los mayores porcentajes se ubican en totalmente de acuerdo, mientras que en la desmotivación los mayores porcentajes se encuentran en desacuerdo y totalmente en desacuerdo.

Tabla 19*Promedios de la motivación – Mando directo*

Motivación Intrínseca %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
90,4	6,7	1,9	1,0	0,0
Motivación Identificada %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
79,8	16,3	1,9	1,9	0,0
Motivación Introyectada %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
61,5	21,2	5,8	5,8	5,8
Motivación Externa %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
51,0	27,9	15,4	5,8	0,0
Desmotivación %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
10,6	6,7	4,8	33,7	44,2



Se distingue el promedio de los porcentajes en los diferentes tipos de motivación y desmotivación, en los cuales el mayor porcentaje se ubica en totalmente de acuerdo y totalmente en desacuerdo, respectivamente.

Tabla 20*Resultados de la motivación – Asignación de tareas*

Motivación Intrínseca												
Totalmente de acuerdo		De acuerdo		Indiferente		Desacuerdo		Totalmente en desacuerdo		Total		
Ítem	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f
1	92,3	24	7,7	2	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100	26
6	92,3	24	7,7	2	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100	26
11	73,1	19	23,1	6	3,8	1	0,0	0	0,0	0	100	26
15	84,6	22	15,4	4	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100	26
Motivación Identificada												
Totalmente de acuerdo		De acuerdo		Indiferente		Desacuerdo		Totalmente en desacuerdo		Total		
Ítem	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f
2	69,2	18	30,8	8	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100	26
7	76,9	20	23,1	6	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100	26
12	69,2	18	23,1	6	7,7	2	0,0	0	0,0	0	100	26
16	92,3	24	7,7	2	0,0	0	0,0	0	0,0	0	100	26
Motivación Introyectada												
Totalmente de acuerdo		De acuerdo		Indiferente		Desacuerdo		Totalmente en desacuerdo		Total		
Ítem	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f
3	69,2	18	15,4	4	7,7	2	3,8	1	3,8	1	100	26
8	65,4	17	30,8	8	0,0	0	0,0	0	3,8	1	100	26
Motivación Externa												
Totalmente de acuerdo		De acuerdo		Indiferente		Desacuerdo		Totalmente en desacuerdo		Total		
Ítem	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f
4	53,8	14	30,8	8	7,7	2	3,8	1	3,8	1	100	26
9	46,2	12	38,5	10	11,5	3	0,0	0	3,8	1	100	26
13	30,8	8	46,2	12	11,5	3	7,7	2	3,8	1	100	26
17	50,0	13	38,5	10	7,7	2	0,0	0	3,8	1	100	26
Desmotivación												
Totalmente de acuerdo		De acuerdo		Indiferente		Desacuerdo		Totalmente en desacuerdo		Total		
Ítem	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f
5	7,7	2	7,7	2	23,1	6	26,9	7	34,6	9	100	26
10	0,0	0	0,0	0	0,0	0	30,8	8	69,2	18	100	26
14	7,7	2	3,8	1	3,8	1	15,4	4	69,2	18	100	26
18	0,0	0	0,0	0	0,0	0	26,9	7	73,1	19	100	26



En la tabla se reconocen los diferentes porcentajes y frecuencias de acuerdo a cada uno de los ítems relacionado a los diferentes tipos de motivación, y desmotivación. Por lo que, tanto en la motivación intrínseca, identificada, introyectada y externa los mayores porcentajes se ubican en totalmente de acuerdo y de acuerdo, mientras que en la desmotivación los mayores porcentajes se encuentran en desacuerdo y totalmente en desacuerdo.

Tabla 21

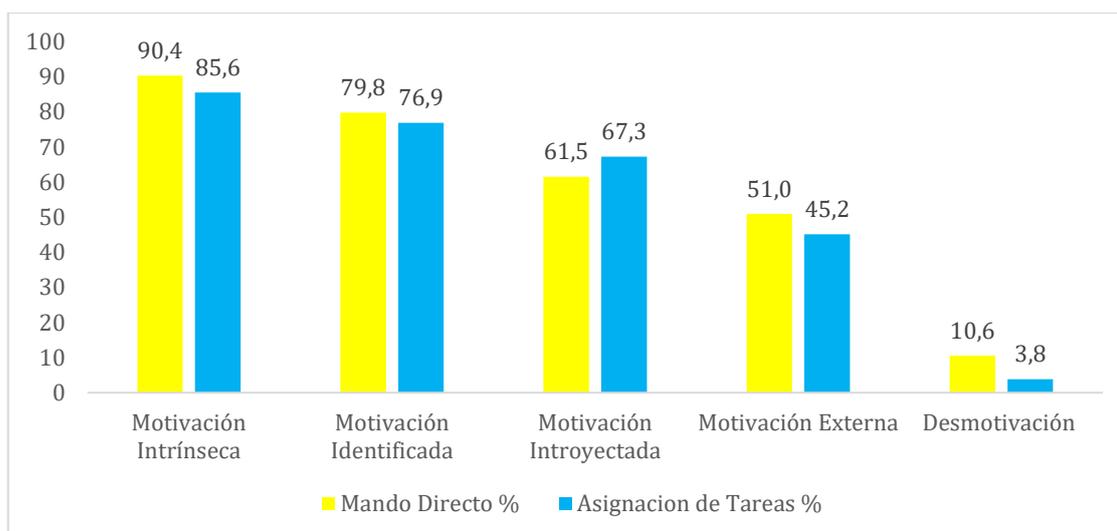
Promedios de la motivación – Asignación de tareas

Motivación Intrínseca %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
85,6	13,5	1,0	0,0	0,0
Motivación Identificada %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
76,9	21,2	1,9	0,0	0,0
Motivación Introyectada %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
67,3	23,1	3,8	1,9	3,8
Motivación Externa %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
45,2	38,5	9,6	2,9	3,8
Desmotivación %				
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
3,8	2,9	6,7	25,0	61,5

Se identifica el promedio de los porcentajes en los diferentes tipos de motivación y desmotivación, en los cuales el mayor porcentaje, en la motivación intrínseca, identificada, introyectada y externa se ubican en totalmente de acuerdo y en la desmotivación en totalmente en desacuerdo.

Figura 10

Porcentajes de motivación después de la aplicación del programa bajo cada estilo de enseñanza



En el gráfico se observa que el grupo de mando directo presentó porcentajes más elevados en la motivación intrínseca, identificada, externa y la desmotivación; sin embargo, el grupo de asignación de tareas tiene un porcentaje superior con respecto a la motivación introyectada.

3.3. Discusión

Los resultados obtenidos en la presente investigación van de acuerdo a los resultados de diferentes estudios, en los cuales se han investigado la relación de los estilos de enseñanza de mando directo y el de asignación de tareas, en la motivación y en la enseñanza de diferentes técnicas en diferentes disciplinas deportivas.

En la enseñanza de los elementos gimnásticos bajo el mando directo, los resultados demuestran que existió un efecto positivo entre los datos obtenidos antes y después de aplicar el programa, estos resultados concuerdan con el estudio de Castaño y Gómez (2019) en el cual se indica que para la enseñanza de los elementos básicos del fútbol sala inclusivo es propicio el uso del mando directo.

Así mismo, con respecto al programa bajo el estilo de asignación de tareas, los resultados indican que de igual manera se obtuvo un impacto positivo en la enseñanza de los diferentes elementos gimnásticos, dichos resultados coinciden con los de los estudios de Madueño (2015) y de Fuentes (2020), en los cuales de manera respectiva, mencionan que en el baloncesto se incrementa el aprendizaje en relación a los elementos técnicos bajo el estilo de asignación de tareas; y en la natación los alumnos aprenden de mejor manera las habilidades motrices, por lo que mejoran su técnica.



Además, los resultados demuestran que entre el mando directo y la asignación de tareas no existe una diferencia significativa al momento de enseñar el rol hacia adelante y la vertical de cabeza, por lo que, estos estilos son igual de eficaces para enseñar dichos elementos gimnásticos; lo mencionado concuerda con los que indica Boyce (1992, citado en Guedea, 2010) en el que se evidencia que al momento de enseñar la técnica en el tiro con rifle, el estilo de mando directo y el de asignación de tareas son los más adecuados en comparación con otros estilos de enseñanza. En la misma investigación se señala que el mando directo y la asignación de tareas son los estilos más utilizados por los profesionales de Educación Física.

Sin embargo, en la ejecución del rol hacia atrás el estilo de mando directo mostró ser más efectivo en comparación con el estilo de asignación de tareas, este resultado concuerda con los del estudio de Torres (2009) en el que se menciona que para la enseñanza de la gimnasia aeróbica es óptimo el empleo del mando directo puesto que hay mayor tiempo de participación, se evita que se ejecuta de manera incorrecta los diferentes movimientos, etc.

Por otro lado, en relación a la motivación, los datos obtenidos indican que tanto el estilo de mando directo y el de asignación de tareas tuvieron un impacto positivo en cada tipo de motivación; lo mencionado se ve reflejado en la investigación de Valle (2003) en el cual se manifiesta que el estudiante mediante estos dos estilos presenta una motivación satisfactoria. Sin embargo, cabe mencionar que el estilo de mando directo presentó un mayor porcentaje de desmotivación, esto se corrobora en el estudio de Izquierdo (2015) que indica que los estudiantes al estar bajo el mando directo van perdiendo la motivación, debido a que, al realizar lo que se les indica, no logran ejecutarlo de la manera solicitada y esto puede generarles frustración.

En la presente investigación queda demostrado que, los estilos tanto el estilo de mando directo como el de asignación de tareas son los más adecuados para la enseñanza de los elementos gimnásticos, debido a que, presentan un efecto positivo al momento de enseñar el rol hacia adelante, el rol hacia atrás y la vertical de cabeza; y en cuanto a la motivación dichos estilos tuvieron una incidencia positiva en la motivación intrínseca, identificada, introyectada y externa, pero se debe tener en cuenta que el estilo que presentó mayor desmotivación en la investigación fue el mando directo.



4. Capítulo IV: Conclusiones y Recomendaciones

4.1. Conclusiones

Tal y como se ha podido comprobar, tras el análisis de los resultados, se cumplieron con los propósitos de la investigación; en lo referente al nivel de ejecución, es posible indicar que el mando directo obtuvo las mejores calificaciones en los tres elementos, lo cual parecería indicar que es el mejor estilo de enseñanza, sin embargo, mediante la comprobación estadística, se puede reconocer que, entre la ejecución de los participantes bajo el mando directo y los de asignación de tareas únicamente en el rol atrás existió una diferencia significativa, mientras en el rol adelante y la vertical de cabeza no se presentó lo mismo. Por tal motivo, se puede concluir en este aspecto que los dos estilos son efectivos para enseñar una acción motriz. En relación a esto, se consideran igual de satisfactorios debido a que en el contexto de la Educación Física, no se pretende valorar mejor a los resultados perfectos o más altos, más bien se valora el progreso o desarrollo que los estudiantes van demostrando durante el proceso educativo y la consecución de los objetivos pedagógicos.

En base a los datos obtenidos, el rol adelante resultó ser el ejercicio más fácil de ejecutar, ya que presenta los puntajes más altos en los dos estilos, seguido del rol atrás. Con respecto a estos ejercicios, al obtenerse valores ubicados en el nivel de aprendizaje y de perfeccionamiento luego del programa aplicado, se puede afirmar que los estudiantes han desarrollado capacidades coordinativas como la agilidad o el equilibrio dinámico, además de la habilidad motriz de rodar, que son condiciones necesarias para ejecutar estos ejercicios. Por otro lado, la vertical de cabeza parece ser el más dificultoso de ejecutar, en base a que tiene los puntajes más bajos, esto demuestra que, por las características de este elemento, ciertas capacidades coordinativas como el equilibrio estático y la orientación espacial, además de la fuerza muscular que se requiere para completar este ejercicio, aún no están muy desarrolladas en los estudiantes, pero que, sin duda, con la práctica de esta clase de ejercicios mejorarán dichas cualidades.

Además, a pesar del corto tiempo que se destinó al aprendizaje de los elementos gimnásticos (4 sesiones por ejercicio), los estudiantes lograron mejorar de manera satisfactoria, lo que demuestra que los dos estilos de enseñanza son eficaces para que una técnica o acción motriz sea aprendida de manera rápida. De este modo, se pretende confirmar que, mediante el aprendizaje de estos ejercicios, el desarrollo motriz de los



estudiantes mejora, lo que contribuye positivamente al conjunto de habilidades que estos van adquiriendo, para en lo posterior tener la capacidad de desempeñarse motrizmente de manera satisfactoria en ámbitos deportivos o recreativos; además, así se contribuye a los propósitos de las prácticas gimnásticas plasmadas en el currículo de Educación Física, como la contribución al desarrollo de capacidades, habilidades y destrezas en torno al movimiento corporal.

Considerando los resultados obtenidos en la motivación, tanto el estilo de mando directo como el de asignación de tareas tuvieron un impacto positivo en los estudiantes, ya que, según cada tipo de motivación, con los dos estilos se obtuvieron valores altos, y en relación a la desmotivación los valores fueron bajos. El porcentaje más alto con los dos estilos fue la motivación intrínseca, lo que permite indicar que la práctica de los elementos gimnásticos les generó interés y entusiasmo por aprender a ejecutarlos, además del disfrute que les generó estas experiencias con la gimnasia.

En referencia a la motivación identificada, se puede deducir que las acciones del docente bajo cada estilo de enseñanza fueron efectivas para transmitir los conocimientos a los estudiantes, ya que el valor alto que demostraron en este tipo de motivación sugiere que sintieron el interés de aprender estos ejercicios porque su adquisición tiene un propósito o significado para ellos, como puede ser que comprendieron que estas habilidades pueden ser una herramienta para luego tener la competencia de ejecutar elementos más difíciles, o que estos ejercicios pueden beneficiarles en otros contextos, como la práctica de diferentes deportes.

Por otro lado, teniendo en cuenta a los resultados de la motivación introyectada, sus altos valores permiten expresar que los estudiantes también sintieron interés por motivos como competir con sus compañeros por averiguar quien realiza mejor los ejercicios, lo que corresponde a la necesidad de satisfacer necesidades psicológicas como la afirmación de ser competente motrizmente y ser reconocido por esto. En relación a la motivación externa, como presentó valores positivos, pero medianamente altos, se puede concluir que sintieron cierto incentivo de terceros, como podría significar la acción docente, al pedirles constantemente a los estudiantes que practiquen, o reconocerlos cuando su desempeño es satisfactorio.

Por su parte, con respecto a la desmotivación se pudo evidenciar que los participantes demostraron valores muy bajos con los dos estilos, lo que puede indicar que



un muy reducido porcentaje de niños no consiguieron satisfacción. En este sentido, es interesante resaltar que el mando directo obtuvo un porcentaje tres veces superior al estilo de asignación de tareas, lo que parece indicar que, a pesar de tratarse de un porcentaje significativamente pequeño, bajo el mando directo se puede generar en algunos estudiantes cierta presión o limitación en sus acciones, lo que él podría percibir como algo insatisfactorio. En el caso contrario, con la asignación de tareas, al brindarles mayor autonomía a los estudiantes se evidencia que este estilo puede producirles menor insatisfacción, pues, ellos tuvieron la decisión de trabajar bajo su propia manera.

En definitiva, por todo lo mencionado, la investigación confirma que estos estilos de enseñanza tienen una influencia positiva sobre la motivación de los escolares y su desarrollo motriz, por lo que son recomendables para ser utilizados por el docente de Educación Física para enseñar habilidades gimnásticas. Finalmente, cabe recordar que estos estilos de enseñanza no son los únicos, y que a lo largo de todo un proceso educativo el profesor de Educación Física requerirá de otros estilos que faciliten el cumplimiento de los objetivos que se pretenden alcanzar.

4.2. Recomendaciones

Para futuras investigaciones se recomienda:

- Implementar el programa de enseñanza bajo la modalidad presencial, para conocer si existe un efecto diferente bajo esta circunstancia.
- Analizar otros estilos de enseñanza que no se han incluido en el presente estudio, para determinar su influencia en la enseñanza de los elementos de la gimnasia.
- Aplicar el estilo de mando directo y el de asignación de tareas en diferentes contenidos de la Educación Física, para conocer su impacto.
- Profundizar en el análisis de otros aspectos que pueden ser determinantes para la enseñanza de los contenidos de la gimnasia, como: la edad, el género, el nivel socioeconómico, recursos disponibles, entre otros.



5. Referencias

- Abusleme, R., Hurtado, J. y Páez, J. (2020). Una mirada crítica al estilo de enseñanza tradicional de mando directo: entre la eficiencia y la calidad educativa en educación física. *EmásF: revista digital de educación física*, (64), 46-58.
- Almagro, J., Navarro, I., Paramio, G. y Sáenz, P. (2015). Consecuencia de la motivación en las clases de educación física. *EmásF : Revista Digital de Educación Física*, (34), 26-41.
- Bortoleto, M. (2012). La lógica pedagógica de la gimnasia: entre la ciencia y el arte. *Acciónmotriz*, (9), 48-61.
- Castaño, R. y Gómez, H. (2019). Fútbol sala inclusivo: Proyecto Escuela AvilaSala. *EmásF: revista digital de educación física*, (59), 17-27.
- Carrasco, P. y Barquín, C. (2018). *La gimnasia formativa en la motricidad gruesa de los niños de Tercer año de Educación General Básica de la Escuela Básica Patate* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato.
- Carrillo, M., Padilla, J., Rosero, T. y Villagómez, M. (2009). La motivación y el aprendizaje. *Alteridad*, 4(1), 20-33.
- Castillo, K., Cid, F., Flores, C., Sandoval, F. y Serri, E. (2016). *Motivación y obesidad en la clase de educación física y salud en estudiantes de sexto año básico de tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de la Santísima Concepción]. Repositorio Académico UCSC.
- Clenaghan, B. y Gallahue, D. (2001). *Movimientos fundamentales su desarrollo y rehabilitación*. Ediotrial Médica Panamericana, <https://books.google.es/books?id=Tu2HsfvflooC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Escudero, D. (2009). La Educación Física y su influencia en la formación integral del hombre para la vida. *Lecturas: Educación física y deportes*, (131), 16-16. <https://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>



- Estapé, E., López, M. y Grande, I. (1999). *Las Habilidades Gimnásticas y Acrobáticas en el ámbito educativo: el placer de aprender*. INDE. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=nFQaHevHtCoC&oi=fnd&pg=PA7&dq=Estap%C3%A9,+L%C3%B3pez+y+Grande+\(1999\)+gimnasia&ots=rOH20mfnc-&sig=punCNdao8B1j9jNWarRf0qHXe4I#v=onepage&q=Estap%C3%A9%2C%20L%C3%B3pez%20y%20Grande%20\(1999\)%20gimnasia&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=nFQaHevHtCoC&oi=fnd&pg=PA7&dq=Estap%C3%A9,+L%C3%B3pez+y+Grande+(1999)+gimnasia&ots=rOH20mfnc-&sig=punCNdao8B1j9jNWarRf0qHXe4I#v=onepage&q=Estap%C3%A9%2C%20L%C3%B3pez%20y%20Grande%20(1999)%20gimnasia&f=false)
- Federación Internacional de Gimnasia. (2021). *Programa de Desarrollo para Grupos de Edades* [Archivo PDF]. <https://www.gymnastics.sport/site/pages/education-agegroup.php>
- Ferri, A., Lagos, M. y Rossini, M. (2010). *Falta de interés y motivación del adolescente para las clases de Educación Física* [Archivo PDF]. https://isfd86-bue.infod.edu.ar/sitio/metodologia-de-investigacion-en-ef/upload/Tesis_Falta_de_interes_y_motivacion_del_adolescente_para_las_clases_de_Educacion_Fisica..pdf
- Fleitas, I., Fuentes, M., Saiz, H., Álvarez, I., Pérez, T., Torrado, O., Cortázar, R., Gómez, A. y Verdecía, B. (2003). *Teoría y práctica general de la gimnasia* [Archivo PDF]. https://www.academia.edu/33946259/INSTITUTO_SUPERIOR_DE_CULTURA_F%C3%8DSICA_MANUEL_FAJARDO_TEORIA_Y_PRACTICA_GENERAL_DE_LA_GIMNASIA
- Fuentes, J. (2020). *Interacción de estrategias didácticas en el aprendizaje de la natación en estudiantes de la EPEF, 2018* [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio Institucional – UNAP.
- García, F y Doménech, F. (1997). Motivación, aprendizaje y rendimiento escolar. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción* , 1(0), 1-18. <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/158952>
- Guedea, J. C. (2010). *Análisis de los Estilos de Enseñanza utilizados por los profesores de Educación Física del nivel primaria en la ciudad de Chihuahua* [Tesis de doctorado, Universidad de Granada]. Repositorio DIGIBUG.



- Guillén, R. (2012). *Diseño de un manual de ejercicios básicos de la gimnasia artística* [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca.
- Husson, M. (2008). *La gimnasia como contenido educativo. Su didáctica* [Archivo PDF]. <https://www.aacademica.org/000-021/9>
- Izquierdo, A. (2015). *Análisis de los estilos de enseñanza docente en educación física y la influencia de los hábitos físico deportivos paternos sobre la motivación de los alumnos* [Tesis de licenciatura, Universidad de Cantabria]. Repositorio Abierto de la Universidad de Cantabria.
- Leo, F., García, J., Sánchez, D., Pulido, J. y García, T. (2016). Validación del cuestionario de motivación en Educación Física en educación primaria (CMEF-EP). *Universitas Psychologica*, 15(1), 15-26.
- León, F. M. (1999). *La demostración de los errores técnicos como medio para la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje de la gimnasia artística* [Tesis de doctorado, Universidad de Extremadura]. Repositorio Institucional de la Universidad de Extremadura.
- Lugüercho, S. (2009). Gimnasia en la escuela. *Educación Física y Ciencia*, 11. 139-152.
- Madueño, C. (2015). *Estilo de enseñanza asignación de tareas en aprendizaje de fundamentos del básquetbol en estudiantes de economía de la UNSCH*, 2015 [Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga]. Repositorio UNSCH.
- Méndez, A., Fernández, J. y Cecchini, J. (2013). Climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física. *Aula abierta*, 41(1), 63-72.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2016). *Currículo de Educación Física* [Archivo PDF]. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/08/EF-completo.pdf>
- Moreno, J., Zomeño, T., Marín de Oliveira, L., Ruiz, L. y Cervelló, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de educación*, (362), 380-401. DOI: 10.4438/1988-592X-RE-2011-362-165



- Mosston, M. y Ashworth, S. (1993). *La enseñanza de la educación física*. Hispano europea, S.A. <https://vdocuments.mx/la-ensenanza-de-la-ef-libro-completo-muska-mosston.html>
- Munkácsi, I., Kalmár, Z., Hamar, P., Katona, Z., y Dancs, H. (2012). Role of motivation in artistic gymnastics by results of a questionnaire based international survey. *Journal of Human Sport and Exercise*, 7(1), 91-102
- Napolitano, M. (2019). La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. Recorridos, avances y revisiones. *Educación Física y Ciencia*, 21(3), 1-10. <https://doi.org/10.24215/23142561e091>
- Ron, O. y Fridman, J. (2019). *La Educación Física en la escuela y su enseñanza. Homogeneidades, diversidades y particularidades*. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (UNLP). <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/92612>
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi: 10.1037/110003-066X.55.1.68
- Sánchez, D., Leo, F., Amado, D., González, I. y García, T. (2012). Desarrollo de un cuestionario para valorar la motivación en educación física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7(2), 227-250. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=qO5BCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA226&dq=DESARROLLO+DE+UN+CUESTIONARIO+PARA+VALORAR+LA+MOTIVACIÓN+EN+EDUCACIÓN+FÍSICA+&ots=M8sd0_47ha&sig=B4gDfoLEQi4taTXqEGV_nTLczC8#v=onepage&q=DESARROLLO DE UN CUESTIONARIO PARA VALORAR
- Soriano, M. (2001). La motivación, pilar básico de todo tipo de esfuerzo. Proyecto social: *Revista de relaciones laborales*, (9), 163-184.
- Torres, I. (2009). La Gimnasia Aeróbica En El Aula. *Revista De Invocación Y Experiencias Educativas*, (18), 1-12. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_18/IGNACIO_OSTOS_TORRES01.pdf



- Usán, P. y Salavera, C. (2018). Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria. *Actualidades en Psicología*, 32(125), 95-112. <https://doi.org/10.15517/ap.v32i125.32123>
- Valenzuela, J. (2007). Más allá de la tarea: pistas para una redefinición del concepto de Motivación Escolar. *Educacao e pesquisa*, 33 (3), 409-426. <https://doi.org/10.1590/S1517-97022007000300002>
- Valle, I. (2003). Influencia en la tasa de aprendizaje de habilidades específicas de baloncesto en base a la metodología de la enseñanza. *Análisis motivacional. Publicaciones*, (33), 29-42. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/23959>
- Villarroel, M. (2017). *Gimnasia educativa* [Tesis de licenciatura, Universidad NACIONAL DE EDUCACIÓN ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE “Alma Máter del Magisterio Nacional”]. Repositorio Institucional UNEG.V.
- Zeng, H. Leung, R. Liu, W. y Bian, W. (2009). Learning Outcomes Taught by Three Teaching Styles in College Fundamental Volleyball Classes. *Clinical Kinesiology (Online)*, 63(1), 1-6. https://spectrumofteachingstyles.org/assets/files/articles/15_Zeng_et_al_63_1_1-6.pdf



6. Anexos

Anexo 1. Consentimiento Informado

UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Carrera de la Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES

Propósito

Reciba un cordial saludo, la presente tiene por objeto comunicarle que su representado está invitado para participar en la investigación “Influencia del Mando Directo y Asignación de Tareas en la motivación y ejecución de elementos gimnásticos”. Esta investigación es realizada por el estudiante Christian Ricardo Guillén Andrade y el estudiante Boris Xavier Sarmiento Otavalo. El estudio se realizará como trabajo de graduación, requisito exigido previo a la obtención del título de Licenciatura en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad de Cuenca.

Explicación del estudio

El objetivo de la investigación es analizar el efecto de los estilos de enseñanza Mando Directo y Asignación de Tareas, en la ejecución de elementos gimnásticos y su incidencia en la motivación de los niños, para ello se realizará un estudio experimental el cual está dividido en 3 fases.

Primera Fase. Se grabará mediante video la ejecución, que realizan los estudiantes, de los elementos gimnásticos (rol adelante, rol atrás y vertical de cabeza) para posteriormente analizarlos mediante una lista de cotejo.

Segunda Fase. Se aplicará un programa de enseñanza de los elementos gimnásticos. el mismo que tendrá el siguiente orden:

1. Rol adelante
2. Rol atrás
3. Vertical de cabeza

El programa será guiado bajo el estilo de enseñanza de Mando Directo y bajo el estilo Asignación de Tareas, el cual será impartido por el docente de Educación Física de la Unidad Educativa. La duración de este programa será de un mes (12 clases), con una frecuencia por semana de 3 clases, y cada una tendrá un tiempo de duración de 40 minutos.

Tercera Fase. Se realizará una grabación de video de la ejecución de los elementos gimnásticos, para una posterior valoración a través de la lista de cotejo, con el propósito



de conocer el efecto que tuvo el programa de enseñanza mediante un análisis de los datos obtenidos antes y después de la implementación del programa. Después se aplicará un cuestionario para conocer la motivación de los niños en las clases de Educación Física.

Riesgos

Existe el riesgo de que durante la práctica de los elementos gimnásticos se produzca algún tipo de lesión física. Por ello, para precautelar la seguridad de su representado durante el desarrollo del programa se deberá contar con implementos necesarios que se pueden encontrar en el hogar (superficie blanda: colchón, colchoneta, cobija, entre otros, que permitan mantener en todo momento una práctica segura.

Beneficios

- Los participantes de esta investigación desarrollarán sus habilidades motrices y capacidades físicas para realizar movimientos complejos.
- Obtendrán actitudes positivas.
- Tendrán mejoras en su memoria, concentración, atención, entre otros.

Cabe mencionar que los participantes no percibirán ningún beneficio económico.

Confidencialidad

La información recolectada será confidencial y se utilizará para fines académicos, por tal motivo para precautelar su privacidad, los datos personales serán registrados e ingresados a un computador a través de códigos, A dicho ordenador los únicos que tendrá acceso son los investigadores

Derechos e información acerca de su consentimiento

Es necesario que tenga conocimiento de que la participación de su representado es voluntaria y puede retirarse de la investigación en cualquier momento, **notificando a los encargados de la investigación**. La participación de su representado no presentará un gasto para Ud., debido a que la investigación no tiene fines de lucro.

Ante cualquier duda se puede comunicar con los investigadores a los números de teléfono +593 099 525 3581 y +593 099 067 4624, o a los correos electrónicos christian.guillen@ucuenca.edu.ec y xavier.sarmiento@ucuenca.edu.ec .

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo (escriba su nombre completo)

comprendo la participación de mi representado en este estudio, así como los riesgos y



beneficios de esta investigación. He tenido el tiempo suficiente para revisar este documento y el lenguaje del consentimiento fue claro y comprensible. Todas mis preguntas fueron

contestadas. Me han entregado una copia de este formulario de consentimiento informado.

Acepto que mi representado (Nombre de su hijo/a)

participe voluntariamente en este estudio de investigación.

Grado de su hijo/a: Paralelo:

Nombre de la Unidad Educativa:

Fecha:

.....

Firma del Representante Legal

Anexo 2. Lista de Cotejo para Evaluar la Ejecución

Rol adelante	Observaciones	Sí	No
Posición inicial. 1p	Se encuentra en posición de pie o de cuclillas antes de rodar		
Pies paralelos. 1p	Las piernas pueden posicionarse juntas o con una ligera separación		
Apoyo de las manos en el piso. 1p	Apoya las palmas de las manos aproximadamente al ancho de los hombros		
Apega el mentón al pecho. 1p	Agacha la cabeza antes de rodar		
Impulso de piernas. 1p	Se impulsa con las dos piernas al mismo tiempo para rodar		
Flexión de codos. 1p	Flexiona los codos para apoyar la cabeza en el piso		
Rueda de manera adecuada. 1p	Apoya la nuca y/o la parte superior de la espalda mientras rueda, demostrando una curvatura en su columna vertebral		
Mantiene el agrupamiento mientras rueda. 1p	Rodillas juntas y flexionadas, pies juntos, no cruzados		
Posición final. 1p	Termina de pie o de cuclillas sin el apoyo de las manos en el piso, y las piernas paralelas o juntas		
	Total		
Rol atrás	Observaciones	Sí	No
Posición inicial. 1p	Se encuentra en posición de pie o de cuclillas antes de rodar		



Flexión de brazos. 1p	Posiciona las manos al lado de la cabeza		
Apega el mentón al pecho. 1p	Agacha la cabeza antes de rodar		
Impulso hacia atrás. 1p	Genera velocidad para rodar, echando el cuerpo hacia atrás, con rodillas juntas y flexionadas		
Rueda de manera adecuada. 1p	Apoya las palmas de las manos en el piso y cercanas a la cabeza, y demuestra una curvatura en su columna vertebral		
Mantiene el agrupamiento mientras rueda. 1p	Rodillas juntas y flexionadas, pies juntos, no cruzados		
Impulso de brazos. 1p	Extiende los codos al final de la vuelta		
Apoyo de los pies en el piso. 1p	Luego de dar la vuelta los pies entran en contacto con el piso, no las rodillas		
Posición final. 1p	Termina de pie o de cuclillas con las piernas paralelas o juntas		
	Total		
Vertical de cabeza	Observaciones	Sí	No
Posición inicial. 1p	Se encuentra en posición de pie o de cuclillas		
Apoya las manos. 1p	Apoya las manos en el piso, aproximadamente al ancho de los hombros		
Apoya la cabeza. 1p	Contacto de la frente con el piso		
Forma una base de apoyo. 1p	Manos y cabeza forman una base triangular		
Eleva la cadera. 1p	La cadera se eleva hasta una posición vertical		
Extiende las piernas. 1p	Extiende las piernas hasta la vertical, manteniéndolas juntas		
Conserva el equilibrio estático (3 seg.). 1p	Controla mínimo 3 segundos la posición vertical		
Descenso de la vertical. 1p	Desciende una o dos piernas a la vez de manera controlada		
Posición final. 1p	Termina el ejercicio en posición de cuclillas		
	Total		

Anexo 3. Cuestionario de Motivación

Cuestionario de motivación en Educación Física en el tercer ciclo de educación primaria (CMEF: EP)

Indica hasta qué punto las frases se corresponden a lo que sientes, usando la escala desde totalmente desacuerdo (1) hasta totalmente de acuerdo (5)

Yo participo en las clases de Educación Física.....

1. Porque la Educación Física es divertida.
2. Porque puedo aprender habilidades que podría usar en otras áreas de mi vida.
3. Porque me siento mal si no participo en las actividades.
4. Porque está bien visto por el profesor y los compañeros.

5. Pero no comprendo por qué debemos tener Educación Física.
6. Porque esta asignatura me resulta agradable e interesante.
7. Porque valoro los beneficios que puede tener esta asignatura para desarrollarme como persona.
8. Porque me siento mal conmigo mismo si falto a clases.
9. Porque quiero que el profesor/a piense que soy un/a buen/a estudiante.
10. Pero realmente siento que estoy perdiendo mi tiempo con esta asignatura.
11. Porque me la paso bien realizando las actividades.
12. Porque, para mí, es una de las mejores formas de conseguir capacidades útiles para mi futuro.
13. Porque quiero que mis compañeros/as valoren lo que hago.
14. No lo sé; tengo la impresión de que es inútil seguir asistiendo a clases.
15. Por la satisfacción que siento al participar.
16. Porque esta asignatura me aporta conocimientos y habilidades que considero importantes.
17. Para demostrar al profesor/a y compañeros/as mi interés por la asignatura.
18. No lo sé claramente; porque no me gusta nada.

Anexo 4. Ejecución de los Elementos Gimnásticos









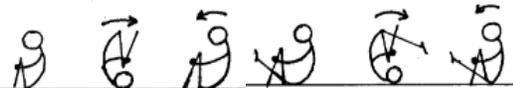
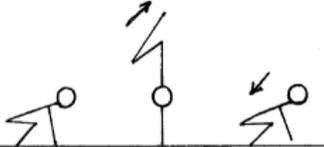
Anexo 5. Programa de Enseñanza (Planes de Clase)

1. DATOS INFORMATIVOS

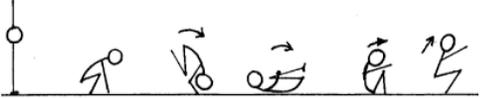
NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 1
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.								
EJES TRANSVERSALES									
OBJETIVO DE LA CLASE	Desarrollar las acciones motoras (agrupación, impulso, rolar, erguirse) para el rol adelante a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.								

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y practicar diferentes tipos de	ANTICIPACIÓN (10 min) <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos Presentación del tema a tratar en la clase 	<ul style="list-style-type: none"> Computadora Aplicación zoom 	I.EF.2.3.1. Realiza diferentes acrobacias, destrezas	Técnica: <ul style="list-style-type: none"> Observación

<p>destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas) individuales y con otros, de manera segura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Organización: individual • Presentación del objetivo de la clase • Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Juego de rodar</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con una pierna flexionada y la otra extendida; con cambio de piernas; dos piernas flexionadas.</p>  <p>2. Balanceos a posición de pie: Realizar 3 balanceos agrupados y en el último ponerse de pie con brazos al frente, ayudado por el profesor.</p>  <p>3. "Conejitos": Se apoyan las manos en el piso mientras se impulsa con las piernas elevando la cadera.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio adecuado • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. 	<p>y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)</p>	<p>Instrumento: Lista de cotejo</p>
---	--	--	---	--



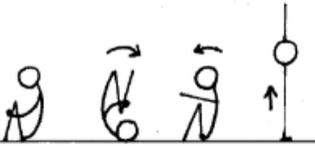
	<p>4. Ejecución completa del rol adelante:</p>  <p>CONSOLIDACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hidratación • Ejercicios de vuelta a la calma • Espacio de reflexión sobre las actividades • Espacio de preguntas hacia los estudiantes • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	---	--	--	--

1. DATOS INFORMATIVOS

NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 2
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.								
EJES TRANSVERSALES									

OBJETIVO DE LA CLASE	Ejecutar las acciones motoras (agrupación, impulso, rolar, erguirse) para el rol adelante a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.
-----------------------------	--

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y practicar diferentes tipos de destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas) individuales y con otros, de manera segura.	<p>ANTICIPACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos Presentación del tema a tratar en la clase Organización: individual Presentación del objetivo de la clase Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos).</p> <p>-Específico: Juego de reacción</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con piernas juntas y separadas.</p>  <p>2. Balanceos a posición de pie: Realizar 3 balanceos agrupados y en el último ponerse de pie con brazos al frente.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Computadora Aplicación zoom Espacio adecuado Colchón, colchoneta, cobijas, otros. Silla 	I.EF.2.3.1. Realiza diferentes acrobacias, destrezas y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)	<p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> Observación <p>Instrumento: Lista de cotejo</p>



	<p>3. Rodamientos: Desde la posición de plancha, apoyando los pies sobre una base a una altura de 30 centímetros, apegar el mentón al pecho, flexionar los brazos, encorvar la columna vertebral, rodar hacia adelante.</p>  <p>4. Ejecución completa del rol adelante: Sobre superficies a desnivel.</p>  <p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hidratación • Ejercicios de vuelta a la calma • Espacio de reflexión sobre las actividades • Espacio de preguntas hacia los estudiantes • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	---	--	--	--

1. DATOS INFORMATIVOS

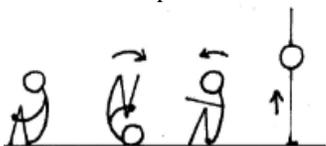
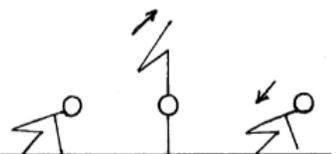
NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 3
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS			FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE		
						FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE		



OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.
EJES TRANSVERSALES	
OBJETIVO DE LA CLASE	Mejorar las acciones motoras (agrupación, impulso, rolar, erguirse) para el rol adelante a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y practicar diferentes tipos de destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas) individuales y con otros, de manera segura.	<p>ANTICIPACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos Presentación del tema a tratar en la clase Organización: individual Presentación del objetivo de la clase Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos).</p> <p>-Específico: Ejercicios pliométricos</p>	<ul style="list-style-type: none"> Computadora Aplicación zoom Espacio adecuado Colchón, colchoneta, cobijas, otros. 	I.EF.2.3.1. Realiza diferentes acrobacias, destrezas y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)	<p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> Observación <p>Instrumento: Lista de cotejo</p>

	<p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con variaciones en la posición de las piernas.</p>  <p>2. Balanceos a posición de pie: Realizar un balancee agrupado y ponerse de pie con brazos al frente. Repetir la acción de manera continua.</p>  <p>3. “Conejitos”: Se apoyan las manos en el piso mientras se impulsa con las piernas elevando la cadera, extendiendo además las piernas, y retornando a la posición inicial.</p>  <p>4. Ejecución completa del rol adelante:</p>  <p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none">• Hidratación• Ejercicios de vuelta a la calma• Espacio de reflexión sobre las actividades• Espacio de preguntas hacia los estudiantes			
--	--	--	--	--



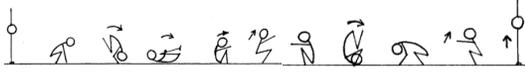
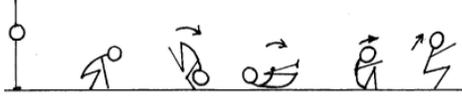
	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	---	--	--	--

1. DATOS INFORMATIVOS

NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 4
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.								
EJES TRANSVERSALES									
OBJETIVO DE LA CLASE	Reforzar las acciones motoras (agrupación, impulso, rolar, erguirse) durante la realización del rol adelante aplicando variantes.								

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

<p>EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y practicar diferentes tipos de destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas) individuales y con otros, de manera segura.</p>	<p>ANTICIPACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indagación de conocimientos previos • Presentación del tema a tratar en la clase • Organización: individual • Presentación del objetivo de la clase • Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Juego de reacción</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con variaciones.</p>  <p>2. Enlace rol adelante-atrás: Ejecutar un rol adelante, seguido ejecutar un rol hacia atrás.</p>  <p>3. Rol con velocidad: Realizar el rol utilizando la técnica correcta en el menor tiempo posible.</p>  <p>4. Roles consecutivos:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Computadora • Aplicación zoom • Espacio adecuado • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. 	<p>I.EF.2.3.1. Realiza diferentes acrobacias, destrezas y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)</p>	<p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observación <p>Instrumento: Lista de cotejo</p>
--	--	--	--	---



	<p>Sobre una carrilera, enfatizar la técnica correcta.</p>  <p>5. Roles con aplicación en juegos CONSOLIDACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hidratación • Ejercicios de vuelta a la calma • Espacio de reflexión sobre las actividades • Espacio de preguntas hacia los estudiantes • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	--	--	--	--

1. DATOS INFORMATIVOS

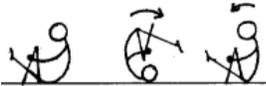
NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 5
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.								



EJES TRANSVERSALES	
OBJETIVO DE LA CLASE	Desarrollar las acciones motoras (agrupación, desequilibrio, apoyos y rotación) para el rol atrás a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y practicar diferentes tipos de destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas) individuales y con otros, de manera segura.</p>	<p>ANTICIPACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indagación de conocimientos previos • Presentación del tema a tratar en la clase • Organización: individual • Presentación del objetivo de la clase • Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Juego de rodar</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con una pierna flexionada y la otra extendida; con cambio de piernas; dos piernas flexionadas.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Computadora • Aplicación zoom • Espacio adecuado • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. 	<p>I.EF.2.3.1. Realiza diferentes acrobacias, destrezas y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)</p>	<p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observación <p>Instrumento: Lista de cotejo</p>

	 <p>2. Balanceos con apoyo de manos: Realizar 3 balanceos agrupados, apoyando las manos en el piso (junto a la cabeza) cuando la cadera se eleva.</p>  <p>3. Rechazos: Inicia en posición cuadrupedia alta. Despegar las manos del piso ejecutando un rebote de los brazos.</p>  <p>4. Ejecución completa del rol atrás:</p>  <p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none">• Hidratación• Ejercicios de vuelta a la calma• Espacio de reflexión sobre las actividades• Espacio de preguntas hacia los estudiantes• Espacio de sugerencias para mejorar las actividades• Aseo personal.			
--	--	--	--	--

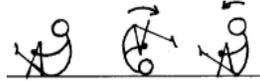


1. DATOS INFORMATIVOS

NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 6
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.								
EJES TRANSVERSALES									
OBJETIVO DE LA CLASE	Ejecutar las acciones motoras (agrupación, desequilibrio, apoyos y rotación) para el rol atrás a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.								

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y	ANTICIPACIÓN (5 min) <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos Presentación del tema a tratar en la clase 	<ul style="list-style-type: none"> Computadora Aplicación zoom 	I.EF.2.3.1. Realiza diferentes	Técnica: <ul style="list-style-type: none"> Observación

<p>practicar diferentes tipos de destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas) individuales y con otros, de manera segura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Organización: individual • Presentación del objetivo de la clase • Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos).</p> <p>-Específico: Juego de reacción</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con una pierna flexionada y la otra extendida; con cambio de piernas; dos piernas flexionadas</p>   <p>2. Balanceos con apoyo de manos: Realizar 3 balanceos agrupados, apoyando las manos en el piso (junto a la cabeza) cuando la cadera de eleva.</p>  <p>3. Velas: En posición de vela, descender lentamente las piernas extendidas (flexionando la cadera) hasta que toquen el piso. Luego elevarlas nuevamente hasta la posición inicial.</p>  <p>4. Ejecución completa del rol atrás: Sobre una superficie a desnivel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio adecuado • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. 	<p>acrobacias, destrezas y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)</p>	<p>Instrumento: Lista de cotejo</p>
---	--	--	---	--



<p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hidratación • Ejercicios de vuelta a la calma • Espacio de reflexión sobre las actividades • Espacio de preguntas hacia los estudiantes • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 				

1. DATOS INFORMATIVOS

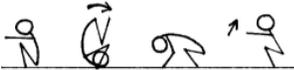
NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 7
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
FECHA TÉRMINO							26 DE DICIEMBRE		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.								
EJES TRANSVERSALES									



OBJETIVO DE LA CLASE	Mejorar las acciones motoras (agrupación, desequilibrio, apoyos y rotación) para el rol atrás a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.
-----------------------------	--

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y practicar diferentes tipos de destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas) individuales y con otros, de manera segura.</p>	<p>ANTICIPACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indagación de conocimientos previos • Presentación del tema a tratar en la clase • Organización: individual • Presentación del objetivo de la clase • Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Ejercicios pliométricos</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con variaciones en la posición de las piernas.</p>   <p>2. Balanceos a posición de pie: Realizar 3 balanceos agrupados y en el último rodar hacia atrás para ponerse de pie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Computadora • Aplicación zoom • Espacio adecuado • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. 	<p>I.EF.2.3.1. Realiza diferentes acrobacias, destrezas y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)</p>	<p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observación <p>Instrumento: Lista de cotejo</p>

	  3. Burpees: Iniciar de pie, pasar a la posición de cuclillas, extender las piernas hacia atrás mientras se apoyan las manos (plancha), retornar a la posición inicial pasando por las posiciones mencionadas en orden inverso.  4. Ejecución completa del rol atrás:  CONSOLIDACIÓN (10 min) <ul style="list-style-type: none">• Hidratación• Ejercicios de vuelta a la calma• Espacio de reflexión sobre las actividades• Espacio de preguntas hacia los estudiantes• Espacio de sugerencias para mejorar las actividades• Aseo personal.			
--	---	--	--	--

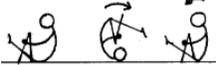
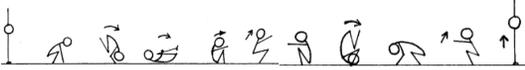
1. DATOS INFORMATIVOS



NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 8
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.3 Reconoce diferentes tipos de acrobacias, destrezas y habilidades motrices básicas individuales y grupales, y las realiza percibiendo las acciones motrices que necesita mejorar y las diversas posiciones que adopta su cuerpo en el tiempo y el espacio, reconociendo sus condiciones y disposiciones en vínculo con la práctica e identificando los posibles riesgos durante la realización de las mismas, y construyendo con pares la confianza necesaria para participar de manera segura en la construcción de combinaciones gimnásticas.								
EJES TRANSVERSALES									
OBJETIVO DE LA CLASE	Reforzar las acciones motoras (agrupación, desequilibrio, apoyos y rotación) durante la ejecución del rol atrás aplicando variantes.								

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
EF.2.2.1. Identificar, diferenciar y practicar diferentes tipos de destrezas y acrobacias (rol adelante, rol atrás, pirámides, estáticas y dinámicas)	ANTICIPACIÓN (10 min) <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos Presentación del tema a tratar en la clase Organización: individual Presentación del objetivo de la clase Calentamiento: 	<ul style="list-style-type: none"> Computadora Aplicación zoom Espacio adecuado 	I.EF.2.3.1. Realiza diferentes acrobacias, destrezas y/o habilidades motrices básicas, percibiendo las posiciones de su cuerpo en el tiempo y	Técnica: <ul style="list-style-type: none"> Observación Instrumento: Lista de cotejo

<p>individuales y con otros, de manera segura.</p>	<p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Juego de reacción</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceos agrupados: Con variaciones.</p>   <p>2. Enlace rol adelante-atrás: Ejecutar un rol adelante, seguido ejecutar un rol hacia atrás.</p>  <p>3. Rol con velocidad: Realizar el rol atrás utilizando la técnica correcta en el menor tiempo posible.</p>  <p>4. Roles atrás consecutivos: Sobre una carrillera, enfatizar la técnica correcta</p>  <p>5. Roles con aplicación en juegos</p> <p>CONSOLIDACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hidratación 	<ul style="list-style-type: none"> • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. 	<p>el espacio e identificando las acciones que debe mejorar de modo seguro. (J.4., S.3.)</p>	
--	---	--	--	--



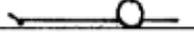
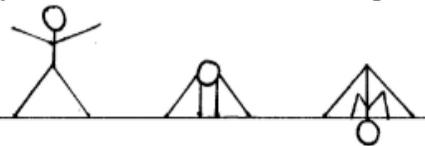
	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de vuelta a la calma • Espacio de reflexión sobre las actividades • Espacio de preguntas hacia los estudiantes • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	--	--	--	--

1. DATOS INFORMATIVOS

NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 9
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.4 Realiza de manera segura y saludable posiciones invertidas, destrezas y acrobacias individuales y grupales, identificando las posiciones, apoyos, contracciones, relajaciones, contactos del cuerpo, las articulaciones y el predominio de diferentes capacidades motoras (coordinativas y condicionales) que participan cuando se trabajan en diferentes situaciones.								
EJES TRANSVERSALES									
OBJETIVO DE LA CLASE	Desarrollar las acciones motoras (contracciones, apoyos, alineación corporal, equilibrio) para la vertical de cabeza a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.								

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>EF.2.2.3. Identificar cuáles son las articulaciones que deben alinearse cuando se trabajan posiciones invertidas y percibir contracciones y movimientos que favorecen la elevación del centro de gravedad en diferentes situaciones.</p>	<p>ANTICIPACIÓN (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos Presentación del tema a tratar en la clase Organización: individual Presentación del objetivo de la clase Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Juego de reacción</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceo cuerpo extendido: Acostado en el piso con tendido supino, elevar brazos y piernas extendidas (adoptando una posición convexa) apoyando únicamente la zona dorso-lumbar; balancearse manteniendo la posición, asemejando el movimiento de una mecedora. Variante: realizar el mismo ejercicio, pero en tendido prono.</p>  <p>2. Rodadas laterales:</p>	<ul style="list-style-type: none"> Computadora Aplicación zoom Espacio adecuado Colchón, colchoneta, cobijas, u otros. Pared 	<p>I.EF.2.4.1. Reconoce y percibe durante la realización de posiciones invertidas, destrezas y acrobacias la alineación de sus articulaciones, las posiciones, apoyos, tomas, agarres y posturas adecuadas, contracciones, relajaciones y contactos del cuerpo involucrados en la práctica segura de las mismas. (J.4., S.3.)</p>	<p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> Observación <p>Instrumento: Lista de cotejo</p>

	<p>Desplazarse lateralmente rodando, cuerpo extendido, manteniendo brazos y piernas elevados durante la realización (sólo se apoya la región media del cuerpo); alternar la posición corporal entre convexa (supino) y cóncava (prono) según el momento (boca arriba o abajo).</p> <p>3. Posiciones estáticas: Recostado, enfatizar las contracciones musculares (fuerza isométrica) para mantener la posición.</p>  <p>4. Apoyo en tres puntos: Iniciar de pie con piernas separadas, señalar en el piso la posición en donde deben apoyarse las manos y la cabeza (forma de base triangular).</p>  <p>5. Ejecución completa de la vertical de cabeza: Con ayuda de una pared, realizar el apoyo correcto de manos y cabeza, elevar la cadera, rodillas flexionadas; encontrar el equilibrio para mantener la posición.</p>  <p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none">• Hidratación• Ejercicios de vuelta a la calma• Espacio de reflexión sobre las actividades• Espacio de preguntas hacia los estudiantes			
--	--	--	--	--



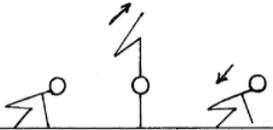
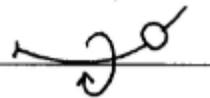
	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	---	--	--	--

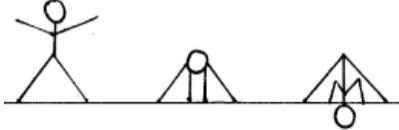
1. DATOS INFORMATIVOS

NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 10
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.4 Realiza de manera segura y saludable posiciones invertidas, destrezas y acrobacias individuales y grupales, identificando las posiciones, apoyos, contracciones, relajaciones, contactos del cuerpo, las articulaciones y el predominio de diferentes capacidades motoras (coordinativas y condicionales) que participan cuando se trabajan en diferentes situaciones.								
EJES TRANSVERSALES									
OBJETIVO DE LA CLASE	Ejecutar las acciones motoras (contracciones, apoyos, alineación corporal, equilibrio) para la vertical de cabeza a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.								

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
	ANTICIPACIÓN (5 min)	<ul style="list-style-type: none"> • Computadora 		Técnica:

<p>EF.2.2.3. Identificar cuáles son las articulaciones que deben alinearse cuando se trabajan posiciones invertidas y percibir contracciones y movimientos que favorecen la elevación del centro de gravedad en diferentes situaciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Indagación de conocimientos previos • Presentación del tema a tratar en la clase • Organización: individual • Presentación del objetivo de la clase • Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Juego de reacción</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. “Conejitos”: Se apoyan las manos en el piso mientras se impulsa con las piernas elevando la cadera hasta la vertical.</p>  <p>2. Rodadas laterales: Desplazarse lateralmente rodando, cuerpo extendido, manteniendo brazos y piernas elevados durante la realización (sólo se apoya la región media del cuerpo); alternando la posición corporal entre convexa (supino) y cóncava (prono) según el momento (boca arriba o abajo). Enfatizar en las contracciones musculares.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicación zoom • Espacio adecuado • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. • Pared 	<p>I.EF.2.4.1. Reconoce y percibe durante la realización de posiciones invertidas, destrezas y acrobacias la alineación de sus articulaciones, las posiciones, apoyos, tomas, agarres y posturas adecuadas, contracciones, relajaciones y contactos del cuerpo involucrados en la práctica segura de las mismas. (J.4., S.3.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Observación <p>Instrumento: Lista de cotejo</p>
---	--	--	---	--

	<p>3. Posiciones estáticas: Realizar la vertical de cabeza apoyando la espalda contra una pared. Cadera flexionada o extendida.</p>  <p>4. Apoyo en tres puntos: Iniciar de pie con piernas separadas, señalar en el piso la posición en donde deben apoyarse las manos y la cabeza (forma de base triangular).</p>  <p>5. Ejecución completa de la vertical de cabeza: Realizar el apoyo correcto de manos y cabeza, elevar la cadera, rodillas flexionadas; encontrar el equilibrio para mantener la posición.</p>  <p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none">• Hidratación• Ejercicios de vuelta a la calma• Espacio de reflexión sobre las actividades• Espacio de preguntas hacia los estudiantes• Espacio de sugerencias para mejorar las actividades			
--	---	--	--	--



	<ul style="list-style-type: none"> Aseo personal. 			
--	--	--	--	--

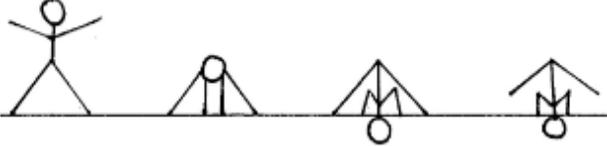
1. DATOS INFORMATIVOS

NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.		ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 11
N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS				FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE	
							FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.4 Realiza de manera segura y saludable posiciones invertidas, destrezas y acrobacias individuales y grupales, identificando las posiciones, apoyos, contracciones, relajaciones, contactos del cuerpo, las articulaciones y el predominio de diferentes capacidades motoras (coordinativas y condicionales) que participen cuando se trabajan en diferentes situaciones.								
EJES TRANSVERSALES									
OBJETIVO DE LA CLASE	Mejorar las acciones motoras (contracciones, apoyos, alineación corporal, equilibrio) para la vertical de cabeza a través ejercicios metodológicos de fácil ejecución para los estudiantes.								

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
EF.2.2.3. Identificar cuáles son las	ANTICIPACIÓN (5 min) <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos 	<ul style="list-style-type: none"> Computadora 	I.EF.2.4.1. Reconoce y percibe	Técnica: <ul style="list-style-type: none"> Observación

<p>articulaciones que deben alinearse cuando se trabajan posiciones invertidas y percibir contracciones y movimientos que favorecen la elevación del centro de gravedad en diferentes situaciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación del tema a tratar en la clase • Organización: individual • Presentación del objetivo de la clase • Calentamiento: <p>-General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares. Activación sistema cardiovascular (desplazamientos).</p> <p>-Específico: Juego de reacción.</p> <p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min)</p> <p>1. Balanceo cuerpo extendido: Aplicación en juegos (3 balanceos, ponerse de pie y correr ida y vuelta).</p>  <p>2. Rodadas laterales: Aplicación en juegos de reacción.</p>  <p>3. Posiciones estáticas: Apoyar las manos en el piso y los pies en una pared, manteniendo una posición inclinada, enfatizando en la contracción muscular y la alineación del cuerpo.</p>  <p>4. Apoyo en tres puntos:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicación zoom • Espacio adecuado • Colchón, colchoneta, cobijas, otros. • Pared 	<p>durante la realización de posiciones invertidas, destrezas y acrobacias la alineación de sus articulaciones, las posiciones, apoyos, tomas, agarres y posturas adecuadas, contracciones, relajaciones y contactos del cuerpo involucrados en la práctica segura de las mismas. (J.4., S.3.)</p>	<p>Instrumento: Lista de cotejo</p>
--	--	--	--	--

	<p>Iniciar de pie con piernas separadas, señalar en el piso la posición en donde deben apoyarse las manos y la cabeza (forma de base triangular). A manera de balanceo elevar las piernas buscando mantener el apoyo en la posición correcta.</p>  <p>5. Ejecución completa de la vertical de cabeza: Realizar el apoyo correcto de manos y cabeza, elevar la cadera, rodillas flexionadas; encontrar el equilibrio para mantener la posición. Luego extender las piernas hacia la vertical.</p>  <p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hidratación • Ejercicios de vuelta a la calma • Espacio de reflexión sobre las actividades • Espacio de preguntas hacia los estudiantes • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	---	--	--	--

1. DATOS INFORMATIVOS

NOMBRE DEL DOCENTE:	Guillén, C. Sarmiento, X.	ÁREA / ASIGNATURA:	Educación Física	GRADO / CURSO:	Tercero	PARALELO:	A B	Sesión 12
----------------------------	------------------------------	---------------------------	------------------	-----------------------	---------	------------------	----------------	----------------------



N° DE UNIDAD DE PLANIFICACIÓN:	2	TÍTULO DE LA UNIDAD:	PRÁCTICAS GIMNASTICAS	FECHA INICIO	22 DE NOVIEMBRE
				FECHA TÉRMINO	26 DE DICIEMBRE
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD:	O.EF.2.4. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas, expresivo-comunicativas y gimnásticas), que favorezcan la combinación de habilidades motrices básicas y capacidades motoras, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan.				
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	CE.EF.2.4 Realiza de manera segura y saludable posiciones invertidas, destrezas y acrobacias individuales y grupales, identificando las posiciones, apoyos, contracciones, relajaciones, contactos del cuerpo, las articulaciones y el predominio de diferentes capacidades motoras (coordinativas y condicionales) que participan cuando se trabajan en diferentes situaciones.				
EJES TRANSVERSALES					
OBJETIVO DE LA CLASE	Reforzar las acciones motoras (contracciones, apoyos, alineación corporal, equilibrio) para la ejecución de la vertical de cabeza con autocontrol.				

2. PLANIFICACIÓN:

¿QUÉ VAN A APRENDER? DESTREZA CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	¿CÓMO VAN A APRENDER? ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
EF.2.2.3. Identificar cuáles son las articulaciones que deben alinearse cuando se trabajan posiciones invertidas y percibir contracciones y movimientos que favorecen la elevación del centro	ANTICIPACIÓN (5 min) <ul style="list-style-type: none"> Indagación de conocimientos previos Presentación del tema a tratar en la clase Organización: individual Presentación del objetivo de la clase Calentamiento: -General: Movilidad articular. Elongación de grupos musculares.	<ul style="list-style-type: none"> Computadora Aplicación zoom Espacio adecuado Colchón, colchoneta, cobijas, otros. Pared 	I.EF.2.4.1. Reconoce y percibe durante la realización de posiciones invertidas, destrezas y acrobacias la alineación de sus articulaciones, las posiciones, apoyos, tomas, agarres y	Técnica: <ul style="list-style-type: none"> Observación Instrumento: Lista de cotejo

<p>de gravedad en diferentes situaciones.</p>	<p>Activación sistema cardiovascular (desplazamientos). -Específico: Juego de reacción CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO (25 min) 1. Posiciones estáticas: Apoyar las manos en el piso y los pies en una pared, manteniendo una posición inclinada, enfatizando en la contracción muscular y la alineación del cuerpo.</p>  <p>2. Ejecución completa de la vertical de cabeza (con ayuda): Contra una pared, realizar el apoyo correcto de manos y cabeza, elevar la cadera, rodillas flexionadas; encontrar el equilibrio para mantener la posición. Luego extender las piernas hacia la vertical. Mantener la mayor cantidad de tiempo posible.</p>  <p>3. Ejecución completa de la vertical de cabeza (sin ayuda): Enfatizar la técnica correcta y el autocontrol en la posición de equilibrio.</p> 		<p>posturas adecuadas, contracciones, relajaciones y contactos del cuerpo involucrados en la práctica segura de las mismas. (J.4., S.3.)</p>	
---	---	--	--	--



	<p>CONSOLIDACIÓN (10 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hidratación • Ejercicios de vuelta a la calma • Espacio de reflexión sobre las actividades • Espacio de preguntas hacia los estudiantes • Espacio de sugerencias para mejorar las actividades • Aseo personal. 			
--	--	--	--	--

Anexo 6. Cronograma

CRONOGRAMA													
Tiempo	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7	Mes 8	Mes 9	Mes 10	Mes 11	Mes 12	Responsables
Selección del tema de investigación	X												Guillén - Sarmiento
Redacción del protocolo de investigación	X	X	X	X									
Aprobación de la propuesta de investigación					X								Comité
Desarrollo de la tesis						X	X	X	X	X			Guillén - Sarmiento
Recolección de datos antes de aplicar el programa											X		
Aplicación del programa de enseñanza											X		Docente de la Unidad Educativa
Recolección de datos después de aplicar el programa											X		



Interpretación y redacción de los datos												X	Guillén - Sarmiento
Elaboración del informe final												X	
Revisión del informe final												X	Tutor