



**UTMACH**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

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

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS GIMNÁSTICOS EN  
ESTUDIANTES DE PRIMERO BACHILLERATO DE LA UNIDAD  
EDUCATIVA JOSÉ MORA QUIÑONES**

**NAVARRETE MOSQUERA OMAR JESUS  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**MACHALA  
2023**



**UTMACH**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

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

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS GIMNÁSTICOS EN  
ESTUDIANTES DE PRIMERO BACHILLERATO DE LA UNIDAD  
EDUCATIVA JOSÉ MORA QUIÑONES**

**CARRIEL VALENCIA STEEVEN ALEJANDRO  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**MACHALA  
2023**





**UTMACH**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

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

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS  
GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO  
BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA  
QUIÑONES**

**NAVARRETE MOSQUERA OMAR JESUS  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**MACHALA  
2023**



**UTMACH**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

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

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS  
GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO  
BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA  
QUIÑONES**

**CARRIEL VALENCIA STEEVEN ALEJANDRO  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**MACHALA  
2023**



**UTMACH**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

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

**PROYECTOS INTEGRADORES**

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS  
GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO  
BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA  
QUIÑONES**

**NAVARRETE MOSQUERA OMAR JESUS  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**AGUINDA CAJAPE VICENTE ANDERSON**

**MACHALA  
2023**



**UTMACH**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

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

**PROYECTOS INTEGRADORES**

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS  
GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO  
BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA  
QUIÑONES**

**CARRIEL VALENCIA STEEVEN ALEJANDRO  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**AGUINDA CAJAPE VICENTE ANDERSON**

**MACHALA  
2023**

FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE  
LOS EJERCICIOS GIMNÁSTICOS  
EN ESTUDIANTES DE PRIMERO  
BACHILLERATO DE LA UNIDAD  
EDUCATIVA JOSÉ MORA  
QUIÑONES. CARRIEL VALENCIA  
STEEVEN ALEJANDRO-  
NAVARRETE MOSQUERA OMAR

**Fecha de entrega:** 29-feb-2024 11:33a.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2307992658

**Nombre del archivo:** Carriel\_S-Navarrete\_J-tesis\_TURNITIN\_REVICION\_1.docx (1,020.41K)

**Total de palabras:** 14717

**Total de caracteres:** 85052

JESÚS  
*por steeven carriel valencia*

# FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA QUIÑONES. CARRIEL VALENCIA STEEVEN ALEJANDRO-NAVARRETE MOSQUERA OMAR JESÚS

---

## INFORME DE ORIGINALIDAD

---

7%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

---

ENCONTRAR COINCIDENCIAS CON TODAS LAS FUENTES (SOLO SE IMPRIMIRÁ LA FUENTE SELECCIONADA)

---

1%

★ ww1.docero.mx

Fuente de Internet

---

---

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 60 words

Excluir bibliografía

Activo

## **CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL**

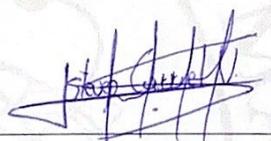
El que suscribe, CARRIEL VALENCIA STEEVEN ALEJANDRO, en calidad de autor del siguiente trabajo escrito titulado FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA QUIÑONES, otorga a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tiene potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

El autor declara que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

El autor como garante de la autoría de la obra y en relación a la misma, declara que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que asume la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.



CARRIEL VALENCIA STEEVEN ALEJANDRO

0706877255

## **DEDICATORIA**

Principalmente dedicamos este trabajo a Dios que nos brinda sabiduría, amor y paciencia nos ayuda en los momentos más difíciles bríndanos valores que nos fortalezcan no solo en el trabajo en grupo, si no como personas. A la vez también dedicamos este trabajo a la Universidad Técnica De Machala por encomendarnos la labor de realizar la presente monografía que amplia nuestra capacidad intelectual, dado que nuestra maestra Lic. Lorena Aguilar nos brindó su sabiduría en distinta campos de conocimiento, ayudándonos así en varios aspectos que requerimos para el desarrollo de nuestro informe.

Dedicamos este trabajo a nuestros padres puesto que nos brindaron apoyo y fortaleza en el desarrollo y trascurso de este, ayudándonos a concluir satisfactoriamente lo encomendado.

**OMAR JESUS NAVARRETE MOSQUERA**

A mis queridos padres, quienes han sido mi fuente inagotable de apoyo, inspiración y amor incondicional a lo largo de esta travesía académica. Su sacrificio y aliento constante han sido el motor que me impulsó a superar cada desafío. A mi amada por su comprensión, paciencia y apoyo incondicional. Tu presencia en mi vida ha sido mi mayor motivación y fuente de felicidad. A todos ustedes, les dedico este logro con profundo agradecimiento y cariño. Este éxito es también suyo.

**STEVEEN ALEJANDRO CARRIEL VALENCIA**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a dios en primer lugar por dame la oportunidad de seguir viviendo. A mis padres por su apoyo y amor a mi familia por estar siempre conmigo uy mis amigos por hacer que mi vida sea distinta, también se le agradece a la profesora Lorena Aguilar que como profesora de este curso me ha orientado, apoyado y corregido en mi labor academice con un interés y una entrega que han sobrepasado, con mucho, todas las expectativas, qué como alumno, deposite en su persona, todas estas personas han influido en mi vida para llenarla y darle sentido a ella por eso siempre le agradecédmele por ser parte de mi vida.

OMAR JESUS NAVARRETE MOSQUERA

Quisiera expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que contribuyeron de manera significativa en la realización de esta tesis. A mis padres por su invaluable orientación y apoyo a lo largo de este proceso. A mi tutora Lic. Lorena Aguilar, por su asesoría experta y valiosos aportes que enriquecieron este trabajo. También quiero agradecer a mi familia y amigos por su constante apoyo y motivación. Sin ustedes, este logro no habría sido posible. Este trabajo no solo es mío, sino de todos los que creyeron en mí y me brindaron su apoyo.

STEVEEN ALEJANDRO CARRIEL VALENCIA

## **RESUMEN**

### **ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS EN EL DESARROLLO DE PRÁCTICAS GIMNASTICAS EN ESTUDIANTES DE PRIMER CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA QUIÑONEZ.**

#### **Autores:**

Carriel Valencia Steeven Alejandro

Navarrete Mosquera Jesús Omar

#### **Tutor:**

Lic. Vicente Anderson Aguíndá Cajape, Mgs.

El presente trabajo se desarrolló el proyecto de titulación, donde se centralizó en las estrategias metodológicas en el desarrollo de practica gimnastica en estudiantes de primer curso de la unidad educativa José Mora Quiñones, cuyo objetivo se orientó en ¿determinar las estrategias metodológicas en el desarrollo de prácticas gimnasticas en estudiantes de primero (BGU) de la unidad educativa José Mora Quiñones, identificar las estrategias metodológica que se desarrollan en las prácticas gimnasticas para mejorar las habilidades condicionante mediante la revisión literaria, Aplicar estrategias metodológicas que ocupa el docente en las clases de educación física para el desarrollo de prácticas gimnasticas dentro del mejoramiento de las habilidades condicionantes en los estudiantes de primero de bachillerato de la unidad educativa José Mora Quiñones, Interpretar estrategias metodológicas a los docentes de educación física durante las prácticas gimnasticas, en contribución al mejoramiento en las habilidades condicionantes. En cuanto al objetivo de estudio se basa en determinar las estrategias metodológicas para el desarrollo de prácticas gimnastica en los estudiantes de Bachillerato. Los métodos de mayor repercusión en esta tesis es el analítico, sintético y complementario que se incorpora en calidad de asesor, como: el comparativo y el bibliográfico, mismo que proporcionaron valiosamente al

punto de obtener la información con base a los objetivos específicos para aportar al objetivo general, mismo que redacta para incluir aspectos vinculados con la exploración literaria del contenido, con el estudio de campo y finalmente mantener la propuesta integrada de la investigación realizada, cómo participación en beneficio de la institución particular José Mora Quiñones brindar el apoyo para realizar nuestra investigación.

**Palabras clave:** Fundamentos, técnicos, ejercicios, gimnásticos, estudiantes.

## **ABSTRACT**

### **METHODOLOGICAL STRATEGIES IN THE DEVELOPMENT OF GYMNASTIC PRACTICES IN FIRST YEAR STUDENTS OF THE JOSÉ MORA QUIÑONES EDUCATIONAL UNIT.**

#### **Authors:**

Carriel Valencia Steeven Alejandro

Navarrete Mosquera Jesus Omar

#### **Tutor:**

Lic. Vicente Anderson Aguinda Cajape, Mgs.

The present work developed the degree project, which focused on the methodological strategies in the development of gymnastics practice in first-year students of the José Mora Quiñones educational unit, whose objective was oriented towards determining the methodological strategies in the development of gymnastic practices in first-year students (BGU) of the José Mora Quiñones educational unit, identify the methodological strategies that are developed in gymnastic practices to improve conditioning skills through literary review, Apply methodological strategies that the teacher uses in education classes physics for the development of gymnastic practices within the improvement of conditioning skills in first year high school students of the José Mora Quiñones educational unit, Interpret methodological strategies for physical education teachers during gymnastic practices, in contribution to the improvement in skills conditions. Regarding the objective of the study, it is based on determining the methodological strategies for the development of gymnastic practices in high school students. The methods with the greatest impact in this thesis are the analytical, synthetic and complementary methods that are incorporated as an advisor, such as: the comparative and the bibliographic methods, which were provided valuable at the point of obtaining the information based on the specific objectives to contribute to

the general objective, which is written to include aspects linked to the literary exploration of the content, to the field study and finally to maintain the integrated proposal of the research carried out, as participation for the benefit of the private institution José Mora Quiñones to provide the support to carry out our investigation.

**Keywords:** Fundamentals, techniques, exercises, gymnastics, students.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA .....	IV
AGRADECIMIENTO .....	V
RESUMEN .....	VI
ABSTRACT .....	VIII
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	X
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I .....	5
EL PROBLEMA .....	5
1.1 Antecedentes de la investigación .....	5
1.2 Situación conflicto .....	7
1.3 Causas y consecuencias .....	8
1.4 Delimitación del problema.....	8
1.5 Planteamiento del problema.....	8
1.6 Formulación del problema.....	9
1.7 Objetivos.....	10
1.7.1 Objetivo general.....	10
1.7.2 Objetivos específicos .....	10
CAPÍTULO II .....	11
MARCO REFERENCIAL.....	11
2.1 Marco legal .....	11
2.1.1 Constitución de la República.....	11

2.1.2 Ley Orgánica de Educación Intercultural .....	13
2.1.3 Ley Del Deporte, Educación Física y Recreación .....	15
2.2 Marco teórico.....	16
2.2.1 Teoría de Rudolf Bode.....	16
2.2.2 Teoría de Alberto Langlade .....	16
2.3 Marco Conceptual.....	17
2.3.1 Fundamentos técnicos de la gimnasia.....	17
2.3.1.1 Definicion.....	17
2.3.1.2 Gimnasia y su potenciación de flexibilidad.....	17
2.3.1.3 Fundamentos técnicos de los ejercicios gimnástico.....	18
2.3.2 Desarrollo de prácticas gimnasticas.....	18
2.3.2.1 Definición.....	18
2.3.2.2 Importancia .....	19
2.3.2.3 Tipos de Gimnasia .....	19
2.3.2.4 La forma y la cultura escolar.....	21
2.3.2.4 La gimnasia y su forma escolar.....	21
2.3.2.5 Desarrollo del ser humano por medio de los ejercicios gimnásticos .....	21
2.3.2.6 ¿Para qué sirven los ejercicios gimnásticos? .....	22
2.3.2.6 Etapas del desarrollo de la formación de la gimnasia.....	22

CAPÍTULO III.....	23
DIAGNÓSTICO DEL OBJETO DE ESTUDIO .....	23
3.1 Enfoques diagnósticos.....	23
3.1.1 Tipo de investigación.....	23
3.1.2 Diseño de investigación .....	23
3.1.2.1 Población y muestra.....	24
3.1.2.2 Métodos de investigación.....	24
3.1.2.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	24
3.1.2.4 Validación de los instrumentos de investigación.....	25
3.2 Descripción del proceso diagnóstico.....	25
3.3 Recopilación de la información .....	26
3.4 Análisis del contexto y desarrollo de la matriz de requerimientos .....	27
3.4.1 Entrevista dirigida a los docentes de educación básica media.....	28
3.4.2 Entrevista dirigida al directivo de la Unidad Educativa José Mora Quiñonez.....	32
3.4.3 Fortalezas y debilidades.....	35
3.4.4 Matriz de requerimientos .....	35
3.4.5 Selección de requerimiento a intervenir y Justificación .....	37
CAPÍTULO IV.....	39
PROPUESTA INTEGRADORA.....	39
4.1 Descripción de la propuesta.....	39

4.2 Componentes estructurales .....	39
4.2.1 Introducción .....	40
4.2.2 Justificación .....	40
4.2.3 Objetivos de la propuesta.....	41
4.2.4 Fundamentación legal y conceptual.....	42
4.2.4.1 Fundamentación legal .....	42
4.2.4.1.1 Ley Orgánica de Educación Intercultural .....	42
4.2.4.2 Fundamentación conceptual.....	42
4.2.4.2.1 Gimnasia.....	42
4.2.4.2.2 Ejercicios gimnásticos.....	42
4.2.5 Fases de implementación .....	43
4.2.5.1 Fase I: Elaborar guía metodológica .....	43
4.2.5.2 Fase II. Elaborar una propuesta metodológica encaminada al docente de educación física.....	51
4.2.5.3 Fase III. La guía metodológica para tomar en cuenta el docente que ingresa y las autoridades del plantel .....	51
4.2.5.4 Fase IV. Desarrollo de la capacitación y recursos .....	52
4.2.6 Recursos logísticos.....	52
4.2.7 Evaluación del proyecto.....	53
4.2.8 Cronograma de la propuesta .....	55

CAPÍTULO V .....	56
VALORACIÓN DE LA FACTIBILIDAD.....	56
5.1 Análisis de la dimensión técnica de implementación de la propuesta .....	56
5.2 Análisis de la dimensión económica de implementación de la propuesta	56
5.3 Análisis de la dimensión social de implementación de la propuesta. ....	56
5.4 Análisis de la dimensión ambiental de implementación de la propuesta..	57
Capítulo VI.....	58
CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, LIMITACIONES Y PROSPECTIVA ..	58
6.1 Conclusiones.....	58
6.2 Recomendaciones.....	58
6.3 Limitaciones y prospectiva .....	59
6.3.1 Limitaciones.....	59
6.3.2 Prospectiva.....	59
Bibliografía .....	61
Anexos .....	67

## ÍNDICE DE TABLA

<b>Tabla 1</b> Organización de los objetos de estudio, dimensiones e indicadores.....	27
<b>Tabla 2</b> Fortalezas y debilidades.....	35
<b>Tabla 3</b> Requerimientos a partir de las debilidades y causas identificadas en la investigación de campo.....	36
<b>Tabla 4</b> Tabla de evaluación de la funcionalidad de la propuesta.....	52
<b>Tabla 5</b> Indicadores de evaluación a partir de las actividades.....	53

## INTRODUCCIÓN

En este trabajo se propone sobre los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos en las instituciones educativas del Ecuador, así mismo se intenta integrar a los docentes de educación física para compartir ideas y propuestas para desarrollar los ejercicios gimnásticos para el mejoramiento de las capacidades, además el medio las estrategias metodológicas nos brindará un eje para llevar una guía al educando brindándole un sin número de juegos para mejorar su motricidad; en este marco es importante que se verifique el problema para seguir con la investigación. Al respecto a las prácticas gimnásticas Torres (2020) expresa que “permitiéndole a cada estudiante apropiarse de la construcción su corporeidad y motricidad alcanzando así una mejor disponibilidad corporal para cada situación de aprendizaje. Mejores beneficios en la salud y favorece su capacidad de expresión hacia el mundo que lo rodea” (p. 1).

En cuanto a los ejercicios gimnásticos nos brinda la mejora del cuerpo cuyas acciones están orientadas en la ejecución armónica y eficiente de las habilidades de los estudiantes, donde tiene un papel importante en el entorno educativo.

Este proyecto se desarrolló con el propósito de caracterizar los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos, con la que se desarrollara una clase interactiva e inclusiva en donde tanto el docente como el estudiante logren alcanzar los objetivos propuestos. El siguiente objetivo nos permitirá identificar los fundamentos de los ejercicios gimnásticos, mediante la revisión literaria, este proyecto se investigará con los estudiantes que asuman la responsabilidad y un buen dominio del tema. El objetivo final aplicar fundamentos técnicos metodológicos que ocupa el docente en las clases de educación física para el desarrollo de los ejercicios gimnásticos dentro del mejoramiento en los estudiantes de primero de bachillerato de la unidad educativa particular José Mora Quiñones y la cual va dirigida a los docentes porque son los encargados de plantear metodologías para el desarrollo de sus clases; y el tema se propuso al nivel bachillerato general unificado.

El problema se enmarcó en la falta de fundamentos técnicos de los ejercicios gimnástico, donde el estudiante no se desenvuelve con total normalidad en sus ejercicios, dando paso a no desarrollar bien las clases y tener lesiones, así mismo el docente pueda aportar con nuevos métodos para mejorar y fortalecer su institución educativa, favoreciendo a los docentes con nuevas guías metodológicas y a los estudiantes a desarrollar toda su motricidad mediante una forma didáctica en demostrarlo en las canchas deportivas.

El desarrollo de este trabajo se da por medio de las prácticas pre profesionales que hemos realizado y revisión bibliográfica de temas que están relacionados con la investigación planteada en los cuales aportan a los objetos de estudio, teniendo un análisis preciso y permitieron continuar con el estudio teórico y trabajo de campo, desarrollando finamente plantear una proposición de orientación que se dirige principalmente al docente y al rol de los estudiantes en la institución.

Se considera una investigación de cualidad internacional a los antecedentes referenciales, que refleja ser un fenómeno mundial que está presente en todas las culturas; además, se incluyó la parte de un espacio a desarrollar a nivel nacional que tuvo como propósito la indagación de diferentes conceptos de fundamentos técnicos y ejercicios gimnástico conforme de lo que se realizó.

Este trabajo está compuesto por capítulos, el mismo que se explican a continuación:

El primero capítulo se menciona el problema en el cual tenemos a los antecedentes de la investigación cuál refleja los análisis y la investigación del tema, siguiendo con la situación del conflicto cuál es cómo surge el problema de la investigación que se da mediante la observación de clases de educación física mediante las prácticas pre-profesionales, también las causas y consecuencias que va a tener los estudiantes si no se desarrolla correctamente los ejercicios gimnástico, la delimitación del problema se da en la ciudad del Guabo, en la unidad educativa José Mora Quiñones, así mismo el planteamiento del problema la cual nos genera la pregunta del porqué se da el poco interés

del docente, finalmente tenemos los objetivos él entra y los específicos, ya que estos nos indican las expectativas de la investigación.

El segundo capítulo tenemos el marco legal donde se dirige a la unidad educativa, ya que expresa las resoluciones, las leyes y decreto que sostiene legalmente la investigación, también tenemos el marco teórico al que se expresa toda investigación y análisis de autores reconocidos que tiene que ver con el tema finalmente tenemos el marco conceptual que es toda la investigación que se realiza con el tema y los análisis que aportan los autores del mismo.

El tercer capítulo nos centramos en el diagnóstico del objeto de estudio que se comprende de los enfoques diagnósticos, la descripción del proceso de investigación, así mismo la recolecta de entrevista en la institución educativa José Mora Quiñones con su respectivo análisis del contexto, además el desarrollo y selección de la matriz de requerimiento y la justificación forma parte importante en este marco investigado.

El capítulo cuatro hablamos sobre la propuesta que presentamos la cual contiene una guía metodológica dirigida a los docentes de educación física, así misma está compuesta de distintas actividades acompañada de un objetivo que nos orienta al desarrollo de una excelente clase didáctica y mejorar sus capacidades en la vida.

En el capítulo cinco mencionamos la factibilidad que nuestra propuesta metodológica tenga la dimensión y una buena economía para poder solventar la propuesta, además el análisis de la dimensión social es fundamental ya que implementa nuestra propuesta pedagógica dando énfasis a la dimensión ambiental de implementación de nuestra guía presentada.

Para finalizar el capítulo seis, se encuentra las conclusiones donde se evidencia la relación que existe entre lo propuesto por nuestra tema investigado y los objetivos planteados al inicio de este estudio científico, además se sitúan las recomendaciones las cuales han sido determinante para el beneficio de los docentes y por consiguiente nosotros ya que propusimos nuestro investigación; del mismo modo se redacta las limitaciones

demostrando aquellas circunstancias que afectaron de forma negativa durante el desarrollo de esta investigación que se pretende alcanzar en futuro de más casos.

# CAPÍTULO I

## EL PROBLEMA

### 1.1 Antecedentes de la investigación

Como antecedente de la investigación iniciamos este proyecto desde el análisis del dominio del tema expuesto donde corresponden al desarrollo social, con base a la orientación a los procesos educativos y disposición humana que enfatizan el conocimiento de la enseñanza educativa, destacando los aprendizajes con el área de educación física, siendo su punto esencial en la problemática del desarrollo de competencias docentes, sobre las estrategias metodológicas de prácticas gimnásticas, donde se ubica en proceso social y una escasez de docentes en instituciones.

Avanzando con los antecedentes de la investigación, se recurrió a la revisión literaria de varios artículos científicos que representan el resultado de la investigación realizada internacionalmente; así que se analizó la publicación realizada por Vargas (2020) "la estrategia educativa es un procedimiento (conjunto de acciones) dirigidos a cumplir un objetivo o resolver un problema, que permita articular, integrar, construir, adquirir conocimiento en docentes y estudiantes en el contexto académico" (p. 70). En este caso las estrategias son un punto esencial para el desarrollo de una clase y el método en el que se va dirigido.

Las estrategias en el ámbito educativo son importantes para el docente, ya que permiten la focalización o dirección de la planificación de sus clases, teniendo conocimiento al objetivo por resolver dentro de sus estrategias.

Avanzando con los antecedentes de la investigación, se recurrió a la revisión literaria de varios artículos científicos que representan el resultado de la investigación realizada internacionalmente; así que se analizó la publicación realizada por Ávalos, et al. (2019) "los planteamientos más innovadores en cuanto a la metodología en el ámbito gimnástico coinciden en el fomento de la capacidad de los estudiantes para aprender por sí mismos, así como en el trabajo en equipo" (p. 582). En este ámbito de la gimnasia, los

planteamientos más innovadores están marcando pauta al enfocarse en el desarrollo integral de los estudiantes. Estos enfoques promueven no solo el dominio de las técnicas y habilidades gimnásticas, sino también la capacidad de los estudiantes para aprender de manera autónoma. Se busca fomentar un ambiente de autodescubrimiento y crecimiento personal, donde los estudiantes se convierten en protagonistas activos de su propio proceso de aprendizaje.

También menciona Aguirre (2021) “los métodos pedagógicos son importantes en cualquier área de las ciencias. Para el caso de Educación Física, permiten desarrollar nuevas estrategias de enseñanza con el fin de generar los conocimientos necesarios para el desarrollo de la gimnasia en los estudiantes” (p. 1675). En el contexto de la Educación Física, la selección adecuada de métodos pedagógicos se convierte en una herramienta fundamental para los educadores. Esto les brinda la capacidad de diseñar y ejecutar estrategias de enseñanza que se ajusten a las necesidades y capacidades de los estudiantes, permitiendo así una experiencia de aprendizaje más efectiva y enriquecedora.

Desde el ámbito nacional cuando los estudiantes están involucrados directamente en su propio aprendizaje, la experiencia se vuelve más rica y gratificante. La interacción con un compañero no solo fomenta la comunicación y la colaboración, sino que también promueve un mayor nivel de reflexión sobre el material de estudio. La habilidad de asumir diferentes roles en este proceso facilita una comprensión más completa e integral de los conceptos, ya que cada perspectiva aporta una valiosa contribución al aprendizaje según Vanegas, et al. (2021) “enfatisa que la participación en el aprendizaje es más directa, en conjunto con su compañero que evalúa tomando papeles diferentes, lo que les permite corregirse unos a otros desarrollando un mayor conocimiento tomando en cuenta parámetros específicos” (p. 629).

Avanzando con los antecedentes de la investigación se recurrió a la revisión literaria de varios artículos científicos teniendo como resultado la publicación de Ávalos, et al. (2022) sobre las definiciones de prácticas gimnásticas “estilos participativos, como la microenseñanza o los grupos reducidos, parecen contribuir al refuerzo e incremento de las relaciones interpersonales de los miembros del grupo y fomentar la disciplina en el

trabajo donde las normas se delinear en el trabajo inclusivo” (p. 808). Dando un refuerzo optimo a la buena capacitacion de los docentes sobre estrageias y la disciplinna con los ambitos sociales.

En el ambito nacional sobre las investigaciones realizadas sobre metodologia menciona Muñoz, et al. (2023) en terminar “un proceso de entrenamiento en la que se tiene que tomar en cuenta a la persona que se la va a entrenar y que de lo que se quiere conseguir para poder llevar a cabo estrategias de instrucción” (p. 16). Recomendando que los metodos son formas diferentes la cual se propone se ejecuta y va a tomar en cuenta el proceso que paso y como se concluyo para obtener una respuesta clara sobre la metodologia.

## **1.2 Situación conflicto**

El problema de esta investigación surge de varias intranquilidades que se presentaron durante las prácticas pre profesionales, determinando como problemática la deficiencia estrategias metodológicas en el desarrollo de prácticas gimnasticas en bachillerato. En casi si se mantiene el problema mencionado, se podría ocasionar desinterés en los estudiantes dentro de colegio y en sus horas de educación física. El propósito es lograr que el docente promueva las estrategias durante el periodo de educación física haciendo que el estudiante sea más empírico en la hora de actuar en clases y desarrollar todo su potencial.

Es necesario también mencionar los contenidos del currículo nacional, ya que son una selección de conocimiento de diversas naturalezas que se consideran fundamentales para el desarrollo de los estudiantes la cual está conformado por bloques curriculares y son: practicas lúdicas: él juego y el jugar, practicas gimnastica, Prácticas corporales expresivo-comunicativas, Bloque curricular (transversal) Construcción de la identidad corporal, Bloque curricular (transversal) Relaciones entre prácticas corporales y salud.

Hay que definir sobre prácticas gimnasticas que consta dentro del bloque del currículo número 2 llamado “Prácticas Gimnastica”, sin embargo, están ligadas con las

bases y pautas que nos facilita el Ministerio de Educación Física del 2016 donde Ushiña (2023) asegura lo siguiente:

Actualmente, todas las actividades orientadas al cuerpo como ejercicios gimnásticos, cuyos movimientos corporales están orientados a encontrar una implementación armoniosa y eficaz de las habilidades motrices, que a través de la gimnasia promueve el proceso y desarrollo de los estudiantes, mejorando sus habilidades motrices, habilidades como flexibilidad, fuerza, coordinación, velocidad y resistencia. (p. 3)

Siendo puntual en el mejoramiento y perfeccionamiento de la ejecución de los movimientos corporales de los estudiantes.

### **1.3 Causas y consecuencias**

Mediante el análisis de la situación conflicto determinada en el apartado anterior, se define el problema, que corresponde a la ¿deficiencia de fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos en estudiantes de primero bachillerato del colegio José Mora Quiñones? cuyas causas son el limitado conocimientos y la poca preparación del docente sobre los ejercicios gimnásticos, pocos recursos, distribución de los tiempos y la falta de materiales en el área de la educación física.

### **1.4 Delimitación del problema**

El problema se localiza en la ciudad del Guabo, en la unidad educativa José Mora Quiñones para ser más preciso en el área de bachillerato, durante el desarrollo de las clases de educación física, misma que está a cargo del docente tutor, quien asume la responsabilidad del desarrollo de la asignatura. Esta investigación es realizada en el periodo lectivo 2023-2024 y está dirigida a docentes, estudiantes y directivo.

### **1.5 Planteamiento del problema**

En la problemática sobre los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos nos enseña que los adolescentes presentan escasas actitudes en el desarrollo de las

habilidades básicas al momento de realizar ejercicios gimnásticos en las canchas, dando paso a que en un futuro pueda presentar inconveniente en el desarrollo de habilidades gimnásticas en clases de educación física.

Hay que tener en cuenta sobre las prácticas gimnástica, siendo hasta el momento muy puntual al no tener garantía de una calidad de enseñanza-aprendizaje, donde son pocos docentes profesionales que ejecutan una buena planificación acorde de lo que proponga, así mismo son muchos docentes que no respeta un orden que reforme a los espacios y equipamiento adecuado para impartir los bloques curriculares de acuerdo al desarrollo de las habilidades. Así mismo la entidad encargada, el ministerio de educación física, descuida la formación de los docentes.

En si los fundamentos técnicos y el desarrollo de habilidades son muy importante no solo en su proceso de enseñanza aprendizaje, si no también enmarcando su desarrollo óptimo en su movimiento corporal y fortaleciendo sus capacidades motoras.

Debido a la poca experiencia se menciona que, dentro del currículo, el bloque 2 sobre las prácticas gimnástica, nos encontraremos con sin números de falencia en los estudiantes donde se ve reflejado la poca aptitud en realizar las habilidades gimnásticas en el transcurso de las clases para desarrollar su potencial al máximo.

## **1.6 Formulación del problema**

El problema expuesto en este trabajo de investigación tiene una gran importancia, ya que se encamina al docente en la unidad educativa José Mora Quiñones, quien es responsable del desarrollo de los ejercicios gimnásticos en la Bachillerato General Unificado con los estudiantes de primero de bachillerato del establecimiento educativo.

### **Pregunta general**

¿Qué fundamentos técnicos se desarrollan durante los ejercicios gimnásticos estrategias metodológicas en los estudiantes de primero (BGU) de la unidad educativa José Mora Quiñones?

## **Preguntas específicas**

- ¿Qué fundamentos técnicos se aplican en los ejercicios gimnásticos para la mejora de las habilidades gimnásticas?
- ¿Qué fundamentos técnicos aplica el docente en las clases de educación física para el desarrollo de los ejercicios gimnásticos en los estudiantes de primero de bachillerato de la unidad educativa José Mora Quiñones?
- ¿Qué fundamentos técnicos deben mejorar los docentes de educación física para el mejoramiento de los ejercicios gimnásticos?

## **1.7 Objetivos**

### **1.7.1 Objetivo general**

- Analizar los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos mediante la participación de los estudiantes en sesiones de entrenamiento para desarrollar una base sólida de habilidades gimnásticas.

### **1.7.2 Objetivos específicos**

- Identificar los fundamentos técnicos que se aplican en los ejercicios gimnásticos durante las clases de educación física.
- Determinar los fundamentos técnicos que ocupa el docente en las clases de educación física para el desarrollo de los ejercicios gimnásticos en los estudiantes de primero de bachillerato de la unidad educativa José Mora Quiñones.
- Proponer nuevos conocimientos sobre los fundamentos técnicos a los docentes durante los ejercicios gimnásticos en los estudiantes de primero de bachillerato en las clases de educación física.

## CAPÍTULO II

### MARCO REFERENCIAL

#### 2.1 Marco legal

##### 2.1.1 Constitución de la República

**Art. 19.-** La ley regulará la prevalencia de contenidos con fines informativos, educativos y culturales en la programación de los medios de comunicación, y fomentará la creación de espacios para la difusión de la producción nacional independiente. Se prohíbe la emisión de publicidad que induzca a la violencia, la discriminación, el racismo, la toxicomanía, el sexismo, la intolerancia religiosa o política y toda aquella que atente contra los derechos. Lo comprendido de esta ley busca dar prioridad a contenidos informativos, educativos, culturales y medios de comunicación. Así mismo, promueve la difusión de publicidad que induzca a la violencia, discriminación, racismo, etc., cualquier contenido que atente contra los derechos fundamentales (Constitucion de la Republica del Ecuador, 2008).

**Art. 22.-** Las personas tienen derecho a desarrollar su capacidad creativa, al ejercicio digno y sostenido de las actividades culturales y artísticas, y a beneficiarse de la protección de los derechos morales y patrimoniales que les correspondan por las producciones científicas, literarias o artísticas de su autoría. Este fragmento resalta que las personas tienen el derecho a expresar su creatividad, participar en actividades culturales y artísticas de manera digna y constante, y recibir protección para los derechos relacionados con las obras que creen en ámbitos científicos, literarios o artísticos (Constitucion de la Republica del Ecuador, 2008).

**Art. 27.-** La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y

comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar. La educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano, y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional. Lo mencionado por el artículo educación, la educación debe centrarse en los derechos humanos, el medio ambiente y la democracia de las personas. Además, incentivará el pensamiento crítico, el arte, la actividad física, así como el desarrollo de habilidades para crear y trabajar (Constitución de la República del Ecuador, 2008).

**Art. 344.-** El sistema nacional de educación comprenderá las instituciones, programas, políticas, recursos y actores del proceso educativo, así como acciones en los niveles de educación inicial, básica y bachillerato, y estará articulado con el sistema de educación superior. El Estado ejercerá la rectoría del sistema a través de la autoridad educativa nacional, que formulará la política nacional de educación; asimismo regulará y controlará las actividades relacionadas con la educación, así como el funcionamiento de las entidades del sistema. Se puede decir que la educación abarca todos los niveles, desde el inicial hasta el bachillerato, y se integra con la educación superior. El Estado supervisa a través de la autoridad educativa nacional, encargada de establecer políticas y regular las actividades educativas (Constitución de la República del Ecuador, 2008).

**Art. 349.-** El Estado garantizará al personal docente, en todos los niveles y modalidades, estabilidad, actualización, formación continua y mejoramiento pedagógico y académico; una remuneración justa, de acuerdo a la profesionalización, desempeño y méritos académicos. La ley regulará la carrera docente y el escalafón; establecerá un sistema nacional de evaluación del desempeño y la política salarial en todos los niveles. Se establecerán políticas de promoción, movilidad y alternancia docente. Para el estado garantizará a los docentes estabilidad, formación continua y una remuneración justa basada en su desempeño y capacitación. Por otro lado, la ley regulará su carrera, evaluación y salarios, así como políticas de promoción y movilidad (Constitución de la República del Ecuador, 2008).

**Art. 350.-** El sistema de educación superior tiene como finalidad la formación académica y profesional con visión científica y humanista; la investigación científica y

tecnológica; la innovación, promoción, desarrollo y difusión de los saberes y las culturas; la construcción de soluciones para los problemas del país, en relación con los objetivos del régimen de desarrollo. Lo expresado por el artículo se puede decir que la educación superior busca promover investigación, innovación y difusión de conocimientos (Constitucion de la Republica del Ecuador, 2008).

### **2.1.2 Ley Orgánica de Educación Intercultural**

**Artículo 2.1.-** Principios rectores de la educación. Además de los principios señalados en el artículo 2, rigen la presente Ley los siguientes principios:

a. Acceso universal a la educación: Se garantiza el acceso universal, integrador y equitativo a una educación de calidad; la permanencia, movilidad y culminación del ciclo de enseñanza de calidad para niñas, niños, adolescentes y jóvenes, promoviendo oportunidades de aprendizaje para todas y todos a lo largo de la vida sin ningún tipo de discriminación y exclusión (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

b. No discriminación: Se prohíbe la discriminación, exclusión, restricción, preferencia u otro trato diferente que directa o indirectamente se base en los motivos prohibidos de discriminación y que tenga por objeto o por resultado anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos reconocidos en la Constitución, los instrumentos de derechos humanos y la presente Ley (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

c. Igualdad de oportunidades y de trato: Se garantizan entornos de aprendizaje accesibles y asequibles material y económicamente a todas las niñas, niños y adolescentes, respetando sus diversas necesidades, capacidades y características, eliminando todas las formas de discriminación. En este artículo se puede anunciar el acceso a la universidad sin discriminación, la garantía de igualdad de oportunidades y trato para todos los estudiantes, respetando sus diferentes necesidades y capacidades (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

**Art. 5.-** La educación como obligación del Estado. - El Estado tiene la obligación ineludible e inexcusable de garantizar el derecho a la educación de todos los habitantes del territorio ecuatoriano y de los ecuatorianos en el exterior y el acceso universal a lo largo de su vida, para lo cual generará las condiciones que garanticen la igualdad de oportunidades para acceder, permanecer, movilizarse y culminar los servicios educativos. El Estado ejerce la rectoría sobre el Sistema Educativo a través de la Autoridad Educativa Nacional de conformidad con la Constitución de la República y la Ley, y garantizará una educación pública de calidad, gratuita y laica (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

La educación en todas sus formas y en todos los niveles debe tener cuatro características interrelacionadas: disponibilidad, aceptabilidad, asequibilidad y accesibilidad. El estado tiene la responsabilidad de asegurar el acceso a la educación para todos, esto implica proporcionar igualdad de oportunidades, garantizar una educación pública de calidad y gratuita para todos (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

**Art. 42.-** Nivel de educación general básica. - La educación general básica desarrolla las capacidades, habilidades, destrezas y competencias de las rutas, niños y adolescentes, a la conclusión de la educación inicial, para participar en forma crítica, responsable y solidaria en la vida ciudadana y continuar los estudios de bachillerato. La educación general básica está compuesta por diez años de atención obligatoria en los que se refuerzan, amplían y profundizan las capacidades y competencias adquiridas en la etapa anterior, y se introducen las disciplinas básicas garantizando su diversidad cultural y lingüística. Se puede definir que la educación general básica prepara a niños y adolescentes para participar de forma crítica y responsable en la sociedad (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

**Art. 43.-** Nivel de educación bachillerato. - El bachillerato general comprende tres años de educación obligatoria a continuación de la educación general básica. (Asamblea Nacional República del Ecuador, 2021)

Tiene como propósito brindar a las personas una formación general, y una preparación interdisciplinaria y especializada, así como acceder al Sistema de Educación Superior. Desarrolla en las y los estudiantes capacidades permanentes de aprendizaje y competencias (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

Las y los estudiantes cursarán un tronco común de asignaturas derivado de la definición de competencias generales establecidas en los perfiles de salida y los estándares de calidad y podrán optar por una de las siguientes opciones:

a. Bachillerato en ciencias: además de las asignaturas del tronco común, ofrece una formación en áreas científico-humanístico, y podrá tener componentes y menciones específicas y especializadas (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

b. Bachillerato técnico: ofrece una formación en áreas técnicas, artesanales, artísticas o deportivas que permitan a las y los estudiantes ingresar al mercado laboral e iniciar actividades de emprendimiento social o económico (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

Se fundamenta en el aprendizaje teórico-práctico orientado al desarrollo de competencias, habilidades y destrezas; los establecimientos educativos que ofrezcan este tipo de bachillerato podrán constituirse en unidades educativas de producción, donde tanto las y los docentes como las y los estudiantes puedan recibir una bonificación por la actividad productiva de su establecimiento, sin que ello implique establecimiento de relación laboral. Se expresó que el bachillerato proporciona una formación amplia y prepara para la educación superior o el mercado laboral (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

### **2.1.3 Ley Del Deporte, Educación Física y Recreación**

El deporte y la educación física han sido categorizado muy diferentes pero muy concreto a su artículo mencionado.

De acuerdo a lo establecido en el artículo 381 de la Constitución de la República, "El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los y las deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad (Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, 2015).

Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado.

Art. 11.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- Es derecho de las y los ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno de acuerdo a la Constitución de la República y a la presente Ley.

## **2.2 Marco teórico**

### **2.2.1 Teoría de Rudolf Bode**

En la publicación de Larre (2023) indica que el teórico Rudolf Bode se lo representa como el inventor de la gimnasia moderna, puesto que en este contexto dicha gimnasia es expuesta como una disciplina y un movimiento, por eso la gimnasia moderna son movimientos, para Bode es una línea de gimnasia específica.

### **2.2.2 Teoría de Alberto Langlade**

Argumenta Dogliotti (2021) que el autor Langlade en la gimnasia, lo natural del ser humano se aproxima a lo estético y expresivo, por eso para cada movimiento se desarrollar un principio como de actividad natural y de construcción. También se dice

que la maduración va conforme a la estética y lo expresivo para incorporar la complejidad entre lo construido y lo natural.

## **2.3 Marco Conceptual**

### **2.3.1 Fundamentos técnicos de la gimnasia**

#### ***2.3.1.1 Definición***

Para Rojas (2019) la gimnasia consiste de varios movimientos que se compete con las necesidades innatas de las personas al moverse, este componente siempre ha estado presente durante la evolución humana. Además, la gimnasia es un elemento esencial, ya que se origina mediante las características y fundamentos que es determinada por la Federación internacional de Gimnasia.

Argumenta Echevarría, et al. (2022) sobre la práctica gimnástica ayuda a desarrollar las capacidades físicas condicionales e incluso crea buenos hábitos de comportamiento y fortalece la salud, también tiene como propósito en extender los años del ser humano, dado que desarrolla una esencia armónica al cuerpo, de esta forma se tiene una excelente calidad de vida.

Teniendo en cuenta a Romero, et al. (2019) la preparación física en la gimnasia artística convierte al ser humano capaz de enfrentarse a los requisitos que demanda el deporte, por eso en la actualidad a nivel mundial para alcanzar el éxito en las competiciones deportivas sobre la gimnasia artística se debe de tener una planificación para realizar el proceso de selección a talentos a niños, niñas y jóvenes.

#### ***2.3.1.2 Gimnasia y su potenciación de flexibilidad***

Considera Gálvez, et al. (2020) una de las capacidades físicas que es más utilizada en el entrenamiento deportivo es la flexibilidad, se inicia en educación física hacia la variedad de disciplinas de los ejercicios deportivos como la gimnasia. La flexibilidad es aquella capacidad en poder realizar movimientos con gran amplitud en diferentes articulaciones.

### ***2.3.1.3 Fundamentos técnicos de los ejercicios gimnástico***

Acerca sobre los fundamentos gimnástico decimos que son la destreza que estos gimnastas adquieren, asimilan y desarrollan para mejorar todas sus capacidades físicas y deportivas, la cual son base primordial para un buen entrenamiento y obtener un rendimiento alto dentro de lo deportivo. En cuanto la gimnasia Cali (2022) menciona que “se caracteriza por ejecutar movimientos corporales secuenciales que ponen en práctica habilidades como: la flexibilidad, agilidad y sobre todo la fuerza, constituye fundamental ayuda en la parte terapéutica, educativa y competitiva” (p. 6). Además, es importante indicar que los fundamentos técnicos forma parte del buen ejecutamiento de todo movimiento y donde se involucra las habilidades mencionada para ejecutar correctamente y poder mejorar las destrezas en los estudiantes y toda persona que haga practicas gimnastica.

## **2.3.2 Desarrollo de prácticas gimnásticas**

### ***2.3.2.1 Definición***

Las prácticas gimnastica son todas actividades que se enfocan en el movimiento del cuerpo, en la cual estas acciones están ligadas con el mejoramiento del movimiento y las habilidades físicas Guarnizo (2021) argumenta lo siguiente:

La gimnasia es una de las estrategias más importantes dentro del área de educación física, históricamente ha sido utilizada para fortalecer las capacidades coordinativas y físicas en los estudiantes, por tal motivo que la inclusión de esta estrategia en el plan de estudios en esta área, es promovida por los aprendizajes motrices que se pueden generar en el desarrollo de las clases.

Es importante desarrollar el trabajo de la flexibilidad, pues esta capacidad motriz garantiza un adecuado nivel de eficiencia técnica corporal, proporciona una mejor ejecución y un mayor desenvolvimiento artístico en las selecciones de nuestras gimnastas. (p. 316)

Donde la gimnasia también mejora y también fortalece las capacidades de los estudiantes y también estimula el cerebro y la parte íntegra en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Citado por Velázquez, et al. (2021) en estos últimos años la gimnasia artística ha tenido grandes cambios, puesto que se lo caracteriza por sus precisas ejecuciones y en cada práctica son más propensas a la perfección, por esta razón hace que la tecnología y la ciencia sea un apoyo fundamental dentro de la gimnasia y otros deportes.

### ***2.3.2.2 Importancia***

Es preciso tener en cuenta en la actualidad para enseñar es necesario que los alumnos tengan un buen tiempo para desarrollar su experiencia con el movimiento corporal, el contexto en la cual se encuentra e intervención para resolver los problemas que tienen los alumnos, asimismo Napolitano (2019) argumenta:

El docente debería enseñar una batería de técnicas que puedan servirle al alumno como herramientas para luego poder construir sus propias prácticas mejorando su relación con el cuerpo e intentando ampliar el repertorio motriz de los alumnos. El dominio de la técnica es importante en la medida que el alumno aprenda a dominar su cuerpo y mejore su disponibilidad corporal en diversas situaciones motrices para adquirir más habilidades, sin buscar resultados físicos; como antes se esperaba de la gimnasia. (p. 8)

Por ello, el contenido a enseñar debería ser abierto y múltiple. Donde es importante que los docentes, estudiantes y directivos puedan aprender juntos a formar estrategias y la planificación que se lleve a cabo en el aula.

### ***2.3.2.3 Tipos de Gimnasia***

Dentro de la gimnasia sabemos que son impensable para mejorar las habilidades, según varios autores nos menciona los tipos de gimnasia. Referente a la gimnasia general Pagola (2019), indica:

La Gimnasia es una práctica corporal que toma por objeto al cuerpo. Tiene reglas dadas por la técnica, la fisiología, la biomecánica, la anatomía; tiene objetivos – aunque no dados por un reglamento–; tiene situaciones y acciones – muy diferentes de las de los deportes o los juegos. Constituye, en su sentido más amplio, una práctica que otorga la posibilidad de seleccionar ejercicios para aportar sentido y significación al saber del cuerpo. Tiene una intencionalidad y una sistematicidad que permiten enseñar destrezas y técnicas y, por medio de la ejercitación, centra su atención en la educación del cuerpo. (p. 8)

Para Aguirre (2021) la gimnasia básica tiene estrategias que no son utilizadas para el desarrollo de propias habilidades y destrezas las partes cognitiva y motoras como gruesa y fina mediante las clases de educación física. Por ello, se manifiesta que la enseñanza de habilidades gimnásticas requiere de programas y estrategias de enseñanza; que involucre a los gimnastas en mejorar las conductas motrices concretas en su medio, siendo necesaria e imprescindible la manipulación y un buen ambiente de aprendizaje, mediante la planificación, recursos y materiales que promuevan su experiencia deportiva y personal.

La gimnasia artística expresado por González, et al. (2021) no menciona que representa a los movimiento o ejercicios con una gran dificultad y riesgo, la cual “es una disciplina deportiva donde se realizan composiciones coreográficas y combinan en forma simultánea y a gran velocidad, son también movimientos del cuerpo, lo exige a los deportistas tener condición física excepcionales” (p. 97). Por ese motivo, en esta modalidad deportiva se desarrollan coreografías para que los estudiantes aprendan nuevos temas y lo ejecuten de la mejor manera.

Para Cofre, et al. (2021) en la gimnasia rítmica “se combinan muchos elementos como el ballet, gimnasia, danza, y ritmo músicas, complementado con diferente movimientos corporales y acrobáticos que exigen varios grados de flexibilidad corporal” (p. 873). Se hace referencia por su alto nivel de dificultad de la técnica y exigencias físicas de aquellas gimnastas al realizar cualquier tipo de elementos como en los ritmos musicales.

Argumenta Vernetta, et al. (2019) que la gimnasia acrobática es un deporte que implica mucho la parte “Socio-motriz” donde existe la presencia de uno o varios compañeros que sincronizan sus acciones motrices en los espacios estable, la cual se conseguí en la realización de figuras o pirámides humanas.

#### ***2.3.2.4 La forma y la cultura escolar***

La forma escolar, trata de un conjunto de coherente que se relacionan con la importancia de las reglas en el aprendizaje la organización del tiempo, la multiplicación y la repetición de ejercicios cuya única función consiste en aprender conforme a las reglas, o, dicho de otro modo, teniendo como fin nuevos modos de socialización la cual se llama cultura. Por eso, señala Santos (2020) que “todas las modalidades deportivas, tienden a regular y estructurar el tiempo de los niños, niñas y jóvenes, y presentan actividades para las que, al decir de los autores, la repetición y el respeto por las reglas son esenciales” (p. 3).

#### ***2.3.2.4 La gimnasia y su forma escolar***

La gimnasia se identifica en la forma escolar dentro una base de organizar y la regla va ser fundamental dentro de una clase, los mecanismos de evaluación y elementos técnicos se reflejan y perduran a los años y no se varía dentro de su estructura para dar mayor esencia a las clases de educación física.

La gimnasia artística menciona Santos (2020) es una de las pocas actividades deportivas en las cuales la estética es elemento intrínseco y fundamental de la propia esencia del deporte. Esto hace que el gimnasta busque en todo momento que las posiciones que adopta y sus movimientos y gestos sean siempre estéticos y armónicos donde faciliten una coordinación donde el estudiante pueda desarrollar de manera armónica.

#### ***2.3.2.5 Desarrollo del ser humano por medio de los ejercicios gimnásticos***

Referente a los ejercicios gimnástico Masa, et al. (2023) indica que la gimnasia tiene como objetivo en realizar movimientos con el cuerpo para desarrollar las habilidades

y afinar las destrezas del individuo. Estos ejercicios preparan el cuerpo al momento de ejecutar correctamente las actividades planteadas para las prácticas activas.

#### ***2.3.2.6 ¿Para qué sirven los ejercicios gimnásticos?***

Dentro del ámbito educativo en la asignatura de Educación Física la gimnasia contiene importantes estrategias, ya que hace mucho tiempo se ha utilizado para el fortalecimiento de las capacidades físicas y coordinativas en los estudiantes, por esta razón se incluye estas estrategias como un plan de estudio en dicha área, ya que promueve el aprendizaje motor en el transcurso de las clases prácticas.

#### ***2.3.2.6 Etapas del desarrollo de la formación de la gimnasia***

Referente a las etapas de la gimnasia Vera, et al. (2022) menciona que existen dos etapas usuales de la gimnasia, como la etapa general o fundamental que consiste en la enseñanza de los conocimientos que deben de ser aplicados a los normalistas dentro de las escuelas, de esta forma pasa a la siguiente etapa especial o profesional, donde pueden enseñar en delimitados programas o eventos en los establecimientos educativos.

## CAPÍTULO III

### DIAGNÓSTICO DEL OBJETO DE ESTUDIO

#### 3.1 Enfoques diagnósticos

##### 3.1.1 Tipo de investigación

Como consecuencia y de acuerdo a el objeto de estudio según lo citado por Alban, et al. (2020) la investigación descriptiva se efectúa cuando se desea describir, en todos sus componentes principales, una realidad. (p. 165); conclusion lo expresado por el autor tiene el propósito de detallar el contexto donde se realiza una investigación de acuerdo al análisis de sus partes.

Esta investigación se ejecutó con un enfoque cualitativo; puesto que, se recopiló información a través de observación directa y entrevista por lo consiguiente de acuerdo a lo citado por Sánchez (2019) refieren que este enfoque “procedimiento metodológico que utiliza palabras, textos, discursos dibujos, gráficos e imágenes” (p.104). En conclusión, nos indica que es una manera obtener información del fenómeno investigado que permitió abordar la investigación desde múltiples perspectivas, facilitando la recopilación y análisis de información de manera integral.

De igual manera, se utilizó la investigación bibliográfica y de campo. La primera fase contribuyó a la elaboración del marco teórico y conceptual mediante la exploración y elección de fuentes científicas publicadas en los últimos cinco años. La segunda fase posibilitó la implementación de instrumentos en el entorno donde se desarrollaron los eventos, específicamente en la unidad educativa José Mora Quiñones.

##### 3.1.2 Diseño de investigación

El enfoque cualitativo señalado por Cerrón (2019) es esencial para la educación, porque permite la aplicación en mejorar e innovar las estructuras ante la sociedad brindando una formación integral a los docentes, estudiantes y a su comunidad educativa.

Además, lleva la obtención de conocimientos, acciones e ideas necesarias en base a la reactivación en la corregir, modificar y renovar.

### ***3.1.2.1 Población y muestra***

Esta investigación se la realizo en la unidad educativa José Mora Quiñones, en el bachillerato considerando a los docentes como la población principal a investigar, la población de la escuela está conformada por 8 docentes y 500 estudiantes, se consideró a los docentes y estudiantes de primero de bachillerato paralelo A donde se identificaron 1 docente del área de educación física y 32 estudiantes.

Cabe destacar lo expresado por Robles (2019) la población es un grupo de objetos, personas o eventos que se tiene interés para estudiarlo. Por otra parte, acorde a la muestra Mucha, et al. (2021) menciona que al establecer el tamaño correcto para la muestra se debe de realizar un proceso vital en el trabajo investigativo.

### ***3.1.2.2 Métodos de investigación***

Para esta investigación se utilizó, el método analítico, por consiguiente, según lo citado Herrera (2020) proporcionan resultados confiables e idóneos para llevar a cabo su propósito, porque hay una variedad de decisiones o comentarios que son en base a la información que estos datos poseen dentro de las investigaciones.

En la investigación realizada se observó los datos recopilados para llegar a la discusión y resultados, en concordancia a las preguntas de partida y objetivos específicos, lo que llevo a esquematizar; y al mismo tiempo, redactar las conclusiones y recomendaciones.

### ***3.1.2.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos***

En primer lugar, dentro de las técnicas e instrumentos, se consideró la observación directa y la entrevista. Además, la observación nos ayuda a prestar atención en la problemática investigada; dónde, se utilizó como instrumentos de observación la con el propósito de percibir la realidad de la problemática esta metodología que emplea el

docente. Por eso, según Alarcón, et al. (2019) la observación directa va de la mano con la entrevista, por eso la observación tiene como objetivo en profundizar los hallazgos para poder interpretar todas las acciones analizadas en con este instrumento.

Por otra parte, manifiesta Madrigal (2021) la entrevista no es elaborada con preguntas y respuestas limitadas, sino se desarrolla el diálogo con preguntas abiertas para la construcción del tema. Al respecto a estos instrumentos y técnicas menciona Cisneros, et al. (2022) “la aplicación de las técnicas e instrumentos de la recolección de datos han mejorado sustancialmente para asegurar la calidad de los resultados de la investigación científica, y paralelamente se han adaptado ofreciendo múltiples ventajas sobre la aplicación de técnicas tradicionales” (p. 1170). Donde nos involucra hacer muy responsable en la institución donde estamos enfocados nuestra problemática la cual puede tener un riesgo muy grande en nuestra investigación.

#### ***3.1.2.4 Validación de los instrumentos de investigación***

En cuanto a la observación directa y la encuesta fueron presentadas para el proceso de validación de los instrumentos mediante una prueba piloto. Con el propósito de corregir la funcionalidad de los instrumentos y realizar los ajustes que sean conveniente. La observación directa nos ayuda en la recopilación de información utilizando nuestro sentido, donde al observar se puede determinar sus comportamientos sus aspectos físicos y ver la reacción de responder sin la necesidad de ayuda de las personas.

La entrevista se la realizo a los docentes y estudiantes de la institución educativa ya que poseen conocimiento, habilidades y competencia dentro de las habilidades pedagógicas mencionadas, además involucra al desarrollo de habilidades físicas básicas en las practicas gimnasticas.

### **3.2 Descripción del proceso diagnóstico**

En la descripción del proceso diagnostico se pudo comenzar desde el planteamiento del problema donde se redactó el problema central y los particulares; a partir de ello se enunciaron los objetivos generales y los específicos. Luego se indago las

referencias bibliográficas que dan fundamentos teóricos a la investigación, seguidamente, se expuso la referente a lo teórico para realizar los instrumentos de investigación, estos instrumentos planteados fueron puesto a validación mediante la aplicación de pruebas pilotos para lograr facilidad de las preguntas las cuales fueron corregidas y planteadas nuevamente.

Por ende, los instrumentos revisados fueron aplicados a los docentes y directivos, con los datos alcanzados se logró organizar y procesar para ser analizados y establecer coincidencia de criterios. Con los resultados ya obtenidos se pudo establecer la matriz de necesidades y plantear la propuesta que dio solución al problema.

### **3.3 Recopilación de la información**

Luego tomamos en cuenta las preguntas y objetivos de investigación donde se procedió a recopilar la información mediante la entrevista en la unidad educativa particular José Mora Quiñones del cantón el Guabo con los docentes de bachillerato y constatar se aplicó segundo instrumentó que consistió en una observación indirecta a los estudiantes en el campo recreativo.

La información obtenida está organizada a partir de los objetos de estudios clasificados por dimensiones, donde resultaron los indicadores que sirvieron de referencia para el diseño de los instrumentos de investigación, mismo que estuvieron estructurados de la siguiente manera:

**Tabla 1***Organización de los objetos de estudio, dimensiones e indicadores*

<b>Objetos de estudio</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>
		Característica de los fundamentos técnicos gimnástico
Fundamentos técnicos de la gimnasia	Implementación de los fundamentos técnicos gimnástico	Tipos de fundamentos Actividad motriz
		Beneficio de los fundamentos técnicos gimnástico
		Característica
Ejercicio gimnástico	Ejercicios gimnásticos	Proceso de enseñanza aprendizaje de los ejercicios gimnástico
	Propuesta pedagógica	Guía de ejercicio aplicada a la práctica gimnastica

**3.4 Análisis del contexto y desarrollo de la matriz de requerimientos**

La recopilación de los datos se realizó mediante la aplicación de entrevistas al docente de educación física y directivos de la institución educativa José Mora Quiñones, donde nos dieron la oportunidad de dar información muy profesional, dando paso a la

recolección de datos, que para tabular esto implica que la investigación se realizó con datos reales y audios de los docentes de educación física.

En cuanto a lo que respecta la entrevista se realizó a un docente de educación física aplicada a la directiva con sus preguntas y al docente de educación física, se organizó la información, utilizando un condigo; esto es; E1, que significa entrevistado 1, con el propósito de plasmar el respectivo criterio del docente encargado que forma parte de esta investigación.

Dándose en la recopilación de información se procedió el respectivo análisis del contexto, cuya información permitió avanzar con el desarrollo de la matriz de requerimiento.

### **3.4.1 Entrevista dirigida a los docentes de educación básica media**

#### **Dimension1.Implemetacion de los fundamentos técnicos gimnástico**

##### **1. ¿Que conoce usted sobre los fundamentos técnicos de la gimnasia?**

E1. Bueno en si los fundamentos técnicos de la gimnasia ayudan a desarrollar mucho al estudiante hoy en día la verdad ayuda en su psicomotricidad más que todo tanto en la fina, en la gruesa y como también saberse desenvolver en el día a día en el diario vivir tanto en lo institucional como prácticamente en lo deportivo.

#### **Análisis e interpretación**

El docente entrevistado expresa que la práctica en la gimnasia contribuye al desarrollo de la psicomotricidad tanto fina como gruesa, tiene aplicaciones prácticas en la vida diaria y beneficia el desenvolvimiento social y deportivo de los estudiantes. Esto da a entender que la gimnasia no solo mejora la condición física, sino que también tiene impactos positivos en varios aspectos de la vida cotidiana y el rendimiento en actividades deportivas.

## **2. ¿Cuáles son los tipos de fundamentos que usted conoce?**

E1. Bueno los fundamentos son los roles, en este caso existen tipos como son rol hacia delante, rol hacia atrás, invertido, de cabeza ósea existe un sin número de fundamentos.

### **Análisis e interpretación**

El docente comprende que los roles son fundamentos clave en la gimnasia, abarcando acciones como el rol hacia adelante, hacia atrás, invertido y de cabeza. Esto demuestra que existe una gran variedad de fundamentos presentes en este deporte para el desarrollo de las clases de Educación Física.

## **3. ¿De qué manera usted aplica los fundamentos técnicos en las clases de educación física para el mejoramiento de los ejercicios gimnástico en los estudiantes?**

E1. Bueno como dice mismo la pregunta fundamentos técnicos en si ya prácticamente ya es algo más algo de lo que es los fundamentos de la gimnasia cuando hablamos de técnicos ya es la técnica el modo o la manera en cómo se va a desarrollar cada ejercicio.

### **Análisis e interpretación**

El docente entrevistado argumento que al hablar de fundamentos técnicos en la gimnasia se hace referencia a la técnica, es decir, la manera en que se lleva a cabo cada ejercicio, enfocándose en la ejecución precisa de los movimientos. Dado a entender que los ejercicios gimnásticos son fundamentales en las clases de Educación Física.

### **Dimension2.Fundamentos técnicas gimnastica**

## **4. ¿Conoce usted como desarrollar a través de las practicas gimnasticas la actividad motriz?**

E1. Claro si la única manera en que podemos en este caso desarrollar lo que es la actividad motriz es prácticamente, practicando distintos tipos de ejercicios como pueden hacer roles como pueden ser arcos invertidos bueno simplemente coger también hacer ejercicios lo que son con las piernas, los brazos los cuales van ayudar bastante en lo que es la actividad motriz.

### **Análisis e interpretación**

El docente de educación física dice claramente que la única manera de desarrollar las practicas gimnasticas a través de distinta tipos de ejercicios que pueda ayudar a mejorar de una forma muy placentera a los estudiantes que practiquen esta actividad propuesta por los docentes de esta área. Asimismo, el docente de educación física asegura que a través de las practicas gimnastica ayuda a desarrollar la parte motriz de los estudiantes durante las clases de Educación Física.

### **5. ¿Cuáles son los beneficios de la técnica gimnastica en las clases de educación física?**

E1: Los beneficios sobre estas técnicas es el mejoramiento de la salud, lo físico y lo mental de alguna manera ayudando a desenvolverse por sí solo.

### **Análisis e interpretación**

El docente entrevistado de educación física afirma que hay beneficios al ejecutar las técnicas de la gimnasia, ya que todo ejercicio que se realiza implica el mejoramiento de la salud, tanto lo físico como lo mental. Esto quiere decir que las técnicas gimnásticas tienen varios beneficios para brindar una mejor calidad de vida al estudiante.

### **Dimension3.Ejercicios gimnástico**

### **6. ¿Que conoce sobre los ejercicios gimnástico?**

E1: Sobre los ejercicios gimnástico como hemos estado hablando decimos que es como desenvolver al estudiante, también con ejercicios pedagógicos y ejercicios físicos la cual valla de la mano por el tema expuesto

### **Análisis e interpretación**

El docente de educación física menciona que, si conoce sobre los ejercicios gimnástico, puesto que se puede desarrollarlo con ejercicios físicos y pedagógicos acorde al tema de la clase. Esto demuestra que los docentes conocen poco sobre los ejercicios gimnástico y su desarrollo, por eso es necesario recomendar al docente que utilice guías y materiales para aplicar en estos ejercicios dentro de su clase.

### **7. ¿Qué característica tiene los ejercicios gimnásticos?**

E1: Prácticamente la característica que tiene son los movimientos del cuerpo, movimiento de los brazos, las piernas, la flexibilidad que tiene cada uno de los estudiantes.

### **Análisis e interpretación**

El docente entrevistado señala que los ejercicios gimnásticos se caracterizan por los movimientos del cuerpo, como los brazos y las piernas para conocer la flexibilidad del estudiante. Quiere decir que el docente tiene poco conocimiento acerca de las características de los ejercicios gimnástico, por ende, se recomienda al docente que se capacite de este importante tema.

### **Dimension4.Propuesta pedagógica**

### **8. ¿Considera usted que los ejercicios gimnásticos son partes fundamentales dentro del proceso de enseñanza aprendizaje en la clase de educación física?**

E1: Claro a mi criterio yo considero que es demasiado importante hoy en día los ejercicios gimnásticos como parte fundamental del proceso de enseñanza aprendizaje, porque sin esto los estudiantes serían sedentarios, la cual no se va desenvolver por sí solo.

### **Análisis e interpretación**

El docente entrevistado manifiesta que hoy en día es muy importante el desarrollo de los ejercicios gimnásticos mediante el proceso de enseñanza aprendizaje para que los estudiantes no sean sedentarios. Es decir que el docente tiene muy en claro la importancia de los ejercicios gimnásticos para la enseñanza aprendizaje del estudiante.

**9. ¿Considera usted que una guía metodológica ayudaría a orientar el proceso de enseñanza aprendizaje dentro de las practicas gimnastica?**

E1: A mi criterio sí, creo que ayudaría bastante de una manera a los distintos docentes, ya que nos ayudaría saber de qué manera poder trabajar con ciertos estudiantes.

### **Análisis e interpretación**

El docente entrevistado asegura que es importante tener una guía a los profesores de educación física, dado que ayudaría a trabajar correctamente el bloque curricular 2 sobre prácticas gimnastica. Esto quiere decir que la guía metodológica permitirá que el docente se oriente y guíen su acción pedagógica en las clases de Educación Física.

### **3.4.2 Entrevista dirigida al directivo de la Unidad Educativa José Mora Quiñonez.**

**1. ¿Su institución educativa dispone de un docente especialista en el área de educación física?**

E1. Si, si disponemos.

### **Análisis e interpretación**

La directora de la institución nos hizo saber que sí disponen de un docente especialista en el área de educación física.

**2. ¿En su institución educativa tiene la infraestructura deportiva y material didáctico para la enseñanza de las practicas gimnastica?**

E1. Dentro de lo que dice materiales he, por ejemplo, ulas, conos esos palos sí, sí.

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo a lo que la directora nos contó podemos observar que, dentro de la categoría de materiales, se mencionan ejemplos específicos como "aros", "conos" y "esos palos". Además, se confirma afirmativamente la disponibilidad de estos materiales.

### **3. ¿Usted conoce sobre el currículo de educación física especialmente las practicas gimnastica en el bloque número 2?**

La directiva nos menciona que conoce muy poco sobre el bloque curricular de las practicas gimnastica ya que ella se especialista en el área de lengua y comunicación y directora de la institución donde su cargo no la lleva a estar envuelta a los bloques curriculares de educación física

Donde el poco conocimiento de los directivos lleva a una pérdida de interés de los estudiantes en la hora de educación física y estos realicen otras actividades donde no se involucra el desarrollo de los ejercicios gimnástico en su colegio.

### **Análisis e interpretación**

En la entrevista se manifiesta que la directora tiene poco conocimiento sobre el bloque curricular 2 sobre las practicas gimnastica y no saber las habilidades para poder desarrollar a los jóvenes a mejorar su estado físico y tener mejor armonía al momento de realizar juegos o rutinas.

Además, concluyo, que la poca importancia de los rectores de la institución lleva a una pérdida de sus estudiantes al poder que se puedan desenvolver mejor en sus ejercicios gimnástico y sus clases de educación físicas, recomiendo a los docentes y directivos en llenarnos de información sobre los ejercicios gimnásticos.

### **4. ¿Usted conoce sobre los fundamentos técnicos de las practicas gimnastica?**

Nos menciona que si conoce algo sobre los fundamentos técnicos ya que son los movimientos ejercidos por el cuerpo donde se implique una secuencia a seguir, así mismo

recomiendo poco sobre las practica gimnastica ya que teniendo materiales en la institucion no son adecuadamente utilizados. Además, dentro de la institucion pocos son referente a conocer sobre ejercicios gimnástico.

### **Análisis e interpretación**

la directora de la institucion reconoce saber muy poco sobre los fundamentos técnicos dentro las prácticas gimnastica donde se ve forzado la determinación de la institucion y la poca importancia que los ejercicios gimnásticos ayuda a los jóvenes al desarrollo de la enseñanza aprendizaje.

En conclusión, la directora tiene que tener conocimientos previos sobre los fundamentos técnicos para poder ayudar a su institucion ya que es la representante máxima de proteger y desarrollar una educación de calidad a los estudiantes, se recomienda que la guía metodológica sea observada y analizada para un futuro sea aplicada en las clases de educación física o en algunos deportes.

### **5. ¿Qué necesita su institucion educativa para que las clases de educación física especialmente en el desarrollo de la practicas gimnastica sean optima?**

Se cabe recalcar que se necesita que el docente de educación física plante una buena planificación donde intervenga las practicas gimnastica para fundamentar actividades físicas y de aprendizaje y que vallan enfocada a la necesidad que tiene la escuela y los estudiantes.

Dentro de nuestra institucion necesitamos que el docente tenga capacidad para fomentar los ejercicios gimnásticos en todo el año lectivo y por toda la etapa de bachillerato.

### **Análisis e interpretación**

La directora de la institucion nos menciona que por faltas de recursos didácticos y económicos y por estar en sus labores que ejerce se ha descuidado en la parte de las

necesidades de los estudiantes a no verse involucrado en actividades físicas o directamente en los fundamentos técnicos de la gimnasia.

En conclusión, cómo base para mejorar en la institución se recomienda tener en cuenta al momento de revisar las planificaciones de los docentes de educación física y mejorar sus capacidades motrices en la institución educativa.

### 3.4.3 Fortalezas y debilidades

**Tabla 2**

*Fortalezas y debilidades*

<b>Fortalezas</b>	<b>Debilidades</b>
El docente está interesado en informarse sobre la guía metodológica.	Limitados conocimientos sobre los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos.
El docente emplea el modelado como táctica para llevar a cabo las clases de Educación Física.	Durante las clases de Educación Física, el docente no utiliza fundamentos técnicos como enfoque.
Existe una iniciativa por parte del docente para recibir una guía metodológica que ayude a mejorar sus clases.	El docente carece de una guía metodológica particular para las clases de educación física.

### 3.4.4 Matriz de requerimientos

Después de examinar el contexto y considerar las debilidades, se pudo crear la matriz de requerimiento, la cual facilitó la organización de las debilidades junto con sus

causas relacionadas con el problema central. Estas causas y efectos se detallan en el primer capítulo del problema de investigación.

**Tabla 3**

*Requerimientos a partir de las debilidades y causas identificadas en la investigación de campo*

<b>Debilidades</b>	<b>Causas ¿Por qué</b>	<b>Requerimiento (Estrategias de solución)</b>
Limitados conocimientos sobre los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos.	No se ha capacitado.	Guía metodológica para el docente.
Durante las clases de Educación Física, el docente no utiliza fundamentos técnicos como enfoque.	El docente no tiene una directriz sobre los fundamentos técnicos. El docente no es profesional en el área de Educación Física.	Dirigir al docente en la enseñanza de ejercicios gimnásticos con deficiencia mediante el uso de una guía metodológica.
El docente carece de una guía metodológica particular para las clases de educación física.	Dado que previamente no se ha llevado a cabo un estudio de caso que aborde la necesidad de contar con una guía metodológica para las clases de Educación Física.	Suministrar un material de respaldo al profesor tutor encargado de la materia de Educación Física.

### **3.4.5 Selección de requerimiento a intervenir y Justificación**

Dentro de la matriz de requerimiento se recogió las debilidades que se pudieron detectar en la investigación de campo, así mismo permitió seleccionar el requerimiento a intervenir para luego justificar la razón de lo seleccionado.

Teniendo en cuenta los objetivos planteados en la investigación, donde se seleccionó que los maestros no aplican el modelo de la programación de ejercicios gimnástico durante las clases de Educación Física como debilidad detectada en el Colegio José Mora Quiñonez cuya causa es el docente tiene orientación sobre los modelos, pero no aplica por estar orientado en otros beneficios en su entorno.

Además, esta causa fue propuesta en el planteamiento del problema, teniendo como efecto los pocos fundamentos técnicos de los ejercicios gimnástico, donde el desbalance en los aprendizajes del estudiante y el interés del docente a plantear otros deportes y no desarrollar el potencial de los jóvenes dentro de lo que enmarca al bloque 2 curricular de prácticas gimnastica. Esta selección se justifica porque responde al problema central establecido desde el inicio de este trabajo; como también a de las causas, y al reducir la problemática se achica los efectos como clases monótonas o desinterés de los estudiantes y observar que el docente y la institución si presentan materiales, pero no son utilizados adecuadamente al momento de realizar ejercicios gimnásticos.

Por otra parte, se justifica porque se trata de una investigación socioeducativa y contribuirá en el mejoramiento de la calidad educativa; puesto que, el modelo de la programación de ejercicios gimnástico a estudiantes de bachillerato, donde el tema que aporta significativamente a mejorar procesos de aprendizaje en la educación física y la salud de los estudiantes.

La propuesta permite que el docente que este encargado sea participe de dicho material sobre los ejercicios gimnásticos y lo aplique en las clases de educación física con los jóvenes que tengan algún problema en las practicas gimnasticas. La estrategia que se propone para reducir los efectos de la debilidad determinada es la elaboración de la propuesta metodológica que contribuirá en la orientación del docente en la aplicación de

actividades físicas y deportivas dirigida a los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnástico.

## **CAPÍTULO IV**

### **PROPUESTA INTEGRADORA**

#### **GUÍA DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA QUIÑONES**

##### **4.1 Descripción de la propuesta**

En el presente trabajo sobre la descripción de la propuesta se añadió una guía metodología dirigida al docente encargado del área de educación física, que trabajan con lo ofrecido por el currículo sobre las practicas gimnastica en los jóvenes con problemas de fundamentos técnicos en la unidad educativa José Mora Quiñones.

Esta herramienta o guía, sirvió de mucha ayuda al docente a tener una estructura clara sobre las clases a impartir en su planificación, de manera continua y evitar una carencia o inconsciente de contenido al momento de enseñar, permitiendo que los jóvenes con problemas de técnica al momento de hacer practica gimnastica adquieran facilidad al realizar los gestos y ritmos.

##### **4.2 Componentes estructurales**

Los componentes estructurales de la presente propuesta que se refiere al diseño expuesto en la guía metodológica que asumirá el docente que imparte la asignatura de educación física para que pueda desarrollar las capacidades de los jóvenes que tengan deficiencia de técnicas en las practicas gimnastica en la unidad educativa José Mora Quiñones son: introducción, justificación, objetivos, fundamentación legal y teórica, fases de implementación, recursos y evaluación.

#### **4.2.1 Introducción**

A lo que corresponde con los antecedentes identificados en la realización del diagnóstico, con el que se va reducir las siguientes debilidades: los docentes no tienen orientación sobre el modelo de las practicas gimnastica, si s profesional del área de educación física, no cuenta con una guía metodológica que oriente el proceso de las clases de esta asignatura.

Además, se conoce pocos sobre una guía para las practicas gimnastica y como aplicarlo en las clases de educación física, especialmente con los niños que tenga deficiencia en los fundamentos técnicos de las practica gimnastica.

Por otra parte, este trabajo tiene relación con los antecedentes referenciales identificados con la revisión literaria al revisar varias investigaciones lo publicado Vélez, et al. (2023) manifiesta que:

La educación significa identificarlas como un proceso múltiples bordes formados a partir de sus relaciones, a menudo, usando conceptos tales como la inclusión, el uso, la articulación y la integración que le permiten enmarcar generalmente, que identifica la función no sólo como complementaria desde la perspectiva del aula, es decir, su parte didáctica, sino también desde la perspectiva currículo y marco pedagógico general. (p. 4)

Así mismo, se manifiesta que el rendimiento académico de los estudiantes debe tener en cuenta con el estilo de aprendizaje y la cual enmarca la función de la clase mediante la interacción de los docentes mediante lo pedagógico.

#### **4.2.2 Justificación**

Tras identificar que en la unidad educativa José Mora Quiñones, en el nivel de bachillerato, los profesores necesitan perfeccionar el proceso de enseñanza-aprendizaje de Educación Física, se ha introducido una guía metodológica. Esta guía busca mejorar

la labor docente, especialmente en los jóvenes con dificultades en las actividades gimnásticas. La investigación se llevó a cabo durante el ciclo lectivo 2022-2023.

La guía metodológica se ha creado con el propósito de orientar a los docentes en la materia de Educación Física, proporcionando fundamentos técnicos que permitan la participación activa y entusiasta de los jóvenes con deficiencias en los ejercicios gimnásticos. Se pretende que los estudiantes se involucren de manera activa y participativa, disfrutando de la actividad física y recreativa.

Esta propuesta pretende ser un respaldo para el docente, proporcionándole una herramienta que lo orientará a lo largo de su labor en relación con los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos. Esto busca evitar métodos adecuados a las necesidades e intereses de los jóvenes, así como la monotonía en las clases y el escaso interés de los estudiantes en participar en las lecciones de Educación Física, lo cual podría afectar su desarrollo y disfrute de las clases.

La justificación se basa en la realidad presente en la institución educativa, ya que contribuye a resolver un problema latente en la misma. Además, busca mejorar la calidad de la educación, influenciando positivamente la formación de los jóvenes y fomentando su disfrute durante las clases.

#### **4.2.3 Objetivos de la propuesta**

Diseñar una guía metodológica de fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos dirigido a docentes de la unidad educativa José Mora Quiñones para que apliquen en la asignatura de educación física en estudiantes de primero Bachillerato.

## **4.2.4 Fundamentación legal y conceptual**

### **4.2.4.1 Fundamentación legal**

#### ***4.2.4.1.1 Ley Orgánica de Educación Intercultural***

La educación en todas sus formas y en todos los niveles debe tener cuatro características interrelacionadas: disponibilidad, aceptabilidad, asequibilidad y accesibilidad. Según lo mencionado el estado tiene la responsabilidad de asegurar el acceso a la educación para todos, esto implica proporcionar igualdad de oportunidades, garantizar una educación pública de calidad y gratuita para todos (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2021).

### **4.2.4.2 Fundamentación conceptual**

#### ***4.2.4.2.1 Gimnasia***

Acorde a los fundamentos de la gimnasia general en la publicación de Chávez (2023) señala que es una disciplina deportiva, el primordial autor es el cuerpo, en todo el mundo se ha realizado muchos cambios para realizarla para mantener una mejor calidad de vida, por eso se lo ha incluido dentro del ámbito educativo, especialmente en el área de Educación Física.

#### ***4.2.4.2.2 Ejercicios gimnásticos***

Manifiesta Mesías, et al. (2020) la gimnasia incluye los ejercicios de coordinación facilitan la capacidad motriz, donde los movimientos involucrados permiten la obtención del movimiento que se desea realizar, tales como, rotar, gatear, reptar, saltar y trepar, además no se debe de perder el equilibrio al ejecutar ciertos ejercicios.

## 4.2.5 Fases de implementación

### 4.2.5.1 Fase I: Elaborar guía metodológica

La primera fase de implementación metodológica se analizó los requerimientos que se propuso para mejorar las clases de educación física y además se consideró las respuestas del docente en su entrevista la cual nos facilitó proponer ejercicios gimnásticos para docentes que integren en la institución con el fin de ayudar el fortalecimiento del área educativa.

También se presencié dentro del análisis de requerimiento presentado durante la investigación, el análisis de la respuesta del docente de educación física donde no utiliza fundamentos técnicos para poder ejecutar movimientos armónicos de desplazamiento corporal en las clases de educación física la cual no tiene ningún conocimiento del tema, donde se recomienda la guía propuesta a la institución para que pueda tener en cuenta el docente que ingrese en su área de educación física.

#### Guía metodológica

<b>Actividad No. 1</b>	<b>Nombre de la actividad: Saltos de conejo</b>	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Mejorar la coordinación trabajando las piernas y brazos.	Los estudiantes se arrodillan en el suelo y deben de saltar hacia adelante, aterrizando suavemente con ayuda de sus pies y manos.	

<b>Actividad No. 2</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Planchas básicas	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Fortalecer los músculos de la espalda y abdomen.	En posición de cúbito prono, se apoyan con sus codos y la punta de los pies para mantener el cuerpo recto durante un minuto.	

<b>Actividad No. 3</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Circuito de obstáculos	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Mejorar la agilidad y velocidad mediante carreras en zig zag.	En el circuito los estudiantes deben correr en zig zag en los conos, saltar la valla y realizar un rol en la colchoneta.	

<b>Actividad No. 4</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Chocar los cinco	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Ejercitar las piernas y abdomen mediante la posición isométrica en pareja.	En pareja, los estudiantes deben de colocarse espalda con espalda en posición de sentadilla isométrica e intentar chocar las manos de manera alterna.	

<b>Actividad No. 5</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Voleibol con globos	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Ejercitar todo el cuerpo del estudiante.	Se puede jugar en equipo o todos contra todos. El globo no debe de caer al suelo, el jugador que lo haga caer realiza una penitencia.	

<b>Actividad No. 6</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Puente en movimiento	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Fortalecer la coordinación y el musculo del abdomen a través de desplazamiento.	Realizar un puente con el cuerpo, el primero de la hilera pase reptando por debajo y se coloca en la parte ultima realizando el puente, seguir el mismo proceso hasta que pasen todos.	

<b>Actividad No. 7</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Pino con cabeza	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Reforzar el equilibrio y la fuerza.	En la colchoneta apoyar la cabeza y las manos haciendo un triángulo. Juntar los pies hacia la cabeza para luego alzarlos y estirar las piernas hacia el techo.	

<b>Actividad No. 8</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Transporte de conos	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Mejorar el equilibrio y la coordinación al trasportar el cono sobre su cabeza.	En grupo de 5 integrantes, el primer estudiante debe de transportar el cono sobre su cabeza pasando los obstáculos de conos en zig zag.	

<b>Actividad No. 9</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Caminata sobre cinta	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Fortalecer las piernas mediante la caminata sobre la cinta.	Pegar la cinta en el suelo en forma de círculo y el estudiante tiene que caminar sobre la línea sin salirse de los bordes hasta llegar al punto de inicio.	

<b>Actividad No. 10</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Rayuela	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Mejorar el equilibrio mediante saltos en espacios limitados de la rayuela.	Con una tiza dibujar una figura con líneas en el suelo, donde se debe de saltar con uno o dos pies dependiendo del cuadro de la figura hasta llegar a la final.	

<b>Actividad No. 11</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Equilibrio en un solo pie	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Perfeccionar el equilibrio al levantar un pie y mantenerse en un tiempo determinado.	Los participantes deben levantar un pie y el otro pie mantenerlo en el suelo, para variar la dificultad se deben de colocar un cuaderno sobre su cabeza y mantener el equilibrio en 1min o más tiempo.	

<b>Actividad No. 12</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Pelota de gimnasia	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Ejercitar el equilibrio de todo el cuerpo al sentarse sobre la pelota de gimnasia.	Los estudiantes deben de sentarse encima de la pelota y no deben de poner sus pies en el suelo, también se les puede decir que hagan ciertos movimientos conservando su posición.	

<b>Actividad No. 13</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Mini retos	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Reconocer la lateralidad de los estudiantes por medio de la realización de mini retos.	Al tener una serie de actividades como lanzar una pelotita en la canasta, mantener el equilibrio con un pie, patear el balón al arco, etc., para que los estudiantes lo realicen y el docente reconozca la lateralidad del estudiante.	

<b>Actividad No. 14</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Pisar las huellas	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Reconocer el lado izquierdo y derecho en los estudiantes realizando el juego de pisar las huellas.	Colocamos en el suelo imágenes de huellas del pie izquierdo y derecho para que cada estudiante pise acorde a su extremidad y para variar la dificultad se puede poner huellas en diferentes posiciones y ellos puedan reconocer su lado derecho e izquierdo.	

<b>Actividad No. 15</b>	<b>Nombre de la actividad:</b> Circuito de equilibrio y coordinación	
<b>Objetivo</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Gráfica</b>
Reforzar el equilibrio y la coordinación mediante el traslado del balón de básquet.	En formación de tres hileras, los tres primeros estudiantes salen saltando con su pie dominante y realizando botes con el balón hasta llegar a la canasta y lanzar el balón.	

#### **4.2.5.2 Fase II. Elaborar una propuesta metodológica encaminada al docente de educación física**

Esta fase se elaboró las propuestas metodológicas al docente de educación física y a la institución educativa. Las actividades que se van a ejecutar tendrán el propósito de brindar un mejor direccionamiento para el docente la cual encamina un mejor diseño para interactuar con los estudiantes y ejecutar movimientos gimnásticos donde se observó la respuesta del docente llegando a proponer que el docente tenga amplio conocimiento y así mismo brindar seguridad a los estudiantes para ejecutar los ejercicios gimnásticos.

Por otra parte, también se tomó en cuenta los bloques curriculares y más en prácticas gimnastica del bloque 2 la cual nos ayudó el a la adaptación de fundamentos técnicos para desarrollar los ejercicios gimnásticos en las actividades físicas, además se tuvo en cuenta en llevar estas actividades con materiales convencionales y no convencionales, colchonetas, conos, platillos, vayas, entre otros. La cual facilite el desarrollo de las prácticas de actividades en las horas de educación física de primero de bachillerato.

#### **4.2.5.3 Fase III. La guía metodológica para tomar en cuenta el docente que ingresa y las autoridades del plantel**

Ya culminada la guía metodológica se procedió a coordinar con el directivo del plantel la socialización de la guía para los docentes de educación física. Esto con la finalidad de que observen los contenidos, los objetivos y las actividades a realizar. La guía metodológica contribuye a fortalecer el proceso de enseñanza de la educación física en la unidad educativa José Mora Quiñones en el área de bachillerato.

Además, para la socialización de la herramienta propuesta se utilizó la herramienta WhatsApp la cual nos sirvió de mucha ayuda para socializar con el rector y docentes de educación física para explicar la estructura de la guía metodológica para fortalecer la enseñanza y aprendizaje de los ejercicios gimnásticos en primero de bachillerato.

#### 4.2.5.4 Fase IV. Desarrollo de la capacitación y recursos

**Tabla 4**

*Tabla de evaluación de la funcionalidad de la propuesta*

<b>Aspectos a evaluarse</b>	<b>Excelente</b>	<b>Muy bueno</b>	<b>Bueno</b>	<b>Regular</b>	<b>Deficiente</b>
Funcionalidad de la propuesta					
Objetivos planteados					
Contenidos propuestos					
Recursos empleados					

#### 4.2.6 Recursos logísticos

Dentro de la fase establecida para el desarrollo de actividades propuesta se determinó los siguientes recursos:

**Materiales:**

- Colchoneta y vallas
- Conos - Platillos
- Globos
- Cinta adhesiva

- Pelota de gimnasia - Pelotitas
- Imágenes de huellas de los pies
- Balón de básquet

**Humanos:**

- Estudiantes
- Docentes

**Tecnológico:**

- Proyector de imagen
- Tecnologías avanzadas
- Laptop

**4.2.7 Evaluación del proyecto**

La propuesta es evaluada haciendo uso de una lista de saberes, considerando cada una de la fase propuesta en consonancia con el objetivo planteado, además se evidencio la ruta de evaluación se propuso lo siguiente:

**Tabla 5**

*Indicadores de evaluación a partir de las actividades*

### Objetivo de la propuesta

Proponer una guía metodológica direccionada al docente de educación física del colegio José mora Quiñonez para trabajar con los estudiantes de primero de bachillerato que presentan deficiencia de conocimientos y practicas gimnastica para mejorar el desarrollo de actividades coordinativas y armónicas de su ejecución.

Fases	Actividades	Indicadores
Fase I. Elaborar guía metabólica	Análisis de las entrevistas a los directivos Análisis de la entrevista a los docentes y estudiantes	Se guio a través de la entrevista para determinar el desarrollo de la guía para fortalecer los ejercicios dentro del plantel educativo
Fase II. Elaborar una propuesta metodológica encaminada al docente de educación física.	Elaboración de la guía metodológica Actividades propuestas Se tomó en cuenta el bloque curricular	Se elaboró una guía metodológica para al docente de educación física con actividades propuestas con materiales convencionales y no convencionales y lo que implique la gimnasia para el desarrollo de los ejercicios.
Fase III. La guía para tomar en cuenta el docente que ingresa y las autoridades del plantel	Se organizó una reunión con mi compañero de tesis y la rectora de la instrucción. Socializar fecha para presentar Convocar al docente encargado	Socializar la guía metodológica al docente de educación física para fortalecer los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnástico.
Fases	Actividades	Indicadores
Fase IV. Desarrollo de la capacitación y recursos	Indicadores de materiales Recursos humanos Tecnología	Aplicar al docente el desarrollo de evaluaciones y materiales a obtener la institución para involucrar las tecnológicas para fortalecer la practicas gimnasticas

#### 4.2.8 Cronograma de la propuesta

No.	Actividades	Responsable	Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero			
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaborar la guía metodológica	Estudiante investigador																
2	Coordinar con la autoridad del plantel para organizar la socialización de la guía metodológica	Estudiante investigador																
3	Elaborar diapositivas para la socialización de las actividades	Estudiante investigador																
4	Convocar al docente de educación física y a los directivos	Director(a) del plantel																
5	Desarrollo de la ejecución de la actividad	Estudiante investigador																
6	Elaborar una lista de los estudiantes para observar el desarrollo de actividades	Estudiante investigador																
7	Aplicar la ejecución de los ejercicios en el colegio	Estudiante investigador																
8	Elaborar un informe dirigido a la directora del plantel como evidencia de los ejercicios	Estudiante investigador																

## CAPÍTULO V

### VALORACIÓN DE LA FACTIBILIDAD

#### **5.1 Análisis de la dimensión técnica de implementación de la propuesta**

En lo que respecta al aspecto técnico, se confirmó la existencia de la tecnología necesaria para implementar la guía metodológica, respecto a los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos en estudiantes de primero de la unidad educativa José Mora Quiñones. De igual manera, se sostuvo una conversación con la autoridad de la institución educativa para verificar que los profesores cuentan con los medios tecnológicos y las herramientas de comunicación en línea necesarias para llevar a cabo las actividades contempladas en la guía metodológica lo cual garantiza la viabilidad del proyecto.

#### **5.2 Análisis de la dimensión económica de implementación de la propuesta**

Según el aspecto económico el desarrollo de la propuesta es viable, ya que no implica costos adicionales para los docentes en términos de comunicación con sus estudiantes y poder dar las clases de manera presencial. En lo que respecta a los estudiantes, tampoco genera desembolsos adicionales más allá de los ya destinados para asistir a las clases diarias, los cuales comprenden los costos de transporte.

Es importante destacar que los modestos costos asociados con la implementación de la propuesta resultan insignificantes en comparación con los beneficios que el proyecto aporta. Además, es factible replicar la propuesta en diferentes subniveles de educación.

#### **5.3 Análisis de la dimensión social de implementación de la propuesta.**

La propuesta se enfoca en la unidad educativa José Mora Quiñones que ha facilitado la realización de la investigación de campo. Esta institución alberga a un considerable número de estudiantes que participan en interacciones tanto con el docente como entre ellos, lo que contribuye al fomento de relaciones sociales y al desarrollo de la guía por lo tanto las interacciones se ven reforzadas y se impulsa la participación activa

de los jóvenes en la sociedad, fomentando la inclusión de manera significativa lo cual tendrá repercusiones en el contexto social.

#### **5.4 Análisis de la dimensión ambiental de implementación de la propuesta**

En cuanto a la perspectiva ambiental, la viabilidad está presente, dado que la propuesta excluye actividades que impliquen el uso de materiales que puedan causar contaminación. En su lugar, se emplearán elementos como colchonetas, aros y otros elementos, con el objetivo de prevenir la contaminación y contribuir así a la protección y preservación del medio ambiente.

La guía no será impresa, en cambio se emplearán recursos electrónicos y digitales para distribuir tanto la guía a la autoridad del colegio y los docentes, de igual manera como los materiales esenciales para llevar a cabo la propuesta.

## **Capítulo VI**

### **CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, LIMITACIONES Y PROSPECTIVA**

#### **6.1 Conclusiones**

Se decidió realizar este proyecto en la unidad educativa José Mora Quiñones ubicado en el cantón El Guabo. La cual nos permitió estar cerca del campo de estudio además se ha demostrado que los ejercicios gimnásticos son importantes el desarrollo de las clases de educación física.

Lo expuesto a lo largo de este trabajo no permite arribar a la siguiente conclusión:

Partiendo del objetivo general, el docente de educación física no está capacitado para enseñar métodos o fundamentos técnicos de ejercicios gimnástico que permita al estudiante desenvolverse de mejor manera en las clases de educación física.

Contestando al primer objetivo específico el docente no está apto para manejar sus clases de educación física donde no tiene idea sobre señalar fundamentos técnicos para la enseñanza aprendizaje afectando a la institución y alumnos.

En virtud al segundo objetivo específico se concretó, que el docente no expreso ninguna información clara de las técnicas que utiliza para sus clases de educación física afectando la socialización de profesor estudiantes.

Finalmente, con el tercer objetivo específico se concluyó que la mejor manera de ayudar a los docentes de la unidad educativa José Mora Quiñones es mediante la guía metodología que se presentó como un recurso apropiado por la falta de conocimiento del docente.

#### **6.2 Recomendaciones**

Basándonos en las referencias bibliográficas, considerando los resultados y conclusiones de la investigación, se propone la introducción de una guía metodológica

destinada a guiar a los docentes que enseñan la asignatura de educación física en el nivel de bachillerato con el objetivo de evitar la monotonía en las clases, transformándolas en sesiones activas y participativas, con la consecuencia de aumentar el interés de los estudiantes.

La implementación de la guía metodológica posibilitará la mejora de los procesos de aprendizaje en la asignatura de Educación Física, especialmente con estudiantes que presentan pocos conocimientos sobre los ejercicios gimnásticos realizando con ellos actividades físicas y recreativas, es esencial llevar a cabo una planificación que contemple fases ordenadas junto con sus procedimientos correspondientes.

### **6.3 Limitaciones y prospectiva**

#### **6.3.1 Limitaciones**

Durante la creación de la propuesta, surgieron ciertas limitaciones, tales como:

- El escaso conocimiento por parte de los docentes acerca de los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos lo cual llevó a que los investigadores tuvieran que brindar explicaciones al respecto.
- La utilización de los instrumentos de investigación se llevó a cabo de manera presencial, lo cual implicó la necesidad de ajustarse a la disponibilidad de tiempo tanto del director como de los docentes, generando así una espera.
- Inicialmente, se distribuyeron encuestas a los docentes correspondientes; sin embargo, estas no fueron devueltas con la información a la investigadora, lo cual implicó una demora significativa en la recolección de datos. Este contratiempo resultó en una inversión adicional de tiempo y en el retraso del progreso en el trabajo de titulación.

#### **6.3.2 Prospectiva**

- En este trabajo investigativo se puede realizar nuevas líneas de indagaciones en base a las recomendaciones.

- Los docentes del área de Educación Física deben de capacitarse sobre los fundamentos técnicos de los ejercicios gimnásticos.
- En futuras investigaciones pueden aplicar los ejercicios gimnásticos para promover la gimnasia en los estudiantes de diferentes edades.
- Las variables planteadas en este trabajo de investigación pueden ser utilizadas para próximos proyectos e investigarlo de acuerdo a la población analizada.

## Bibliografía

- Aguirre, M. (2021). Estrategias metodológicas en proceso de enseñanza y aprendizaje de la gimnasia para estudiantes de Educación Física. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5(21), 326-335. doi:<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i21.307>
- Aguirre, M. (2021). Estrategias metodológicas en proceso de enseñanza y aprendizaje de la gimnasia para estudiantes de Educación Física. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5(21), 1673-1682. doi:<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i21.307>
- Alarcón, M., Alcas, N., Alarcón, H., Natividad, J., & Rodríguez, A. (2019). Empleo de las estrategias de aprendizaje en la universidad. Un estudio de caso. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 10-32. doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.265>
- Asamblea Nacional. (2015). *Ley del Deporte, Educación Física y Recreación*. Obtenido de <https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf>
- Asamblea Constituyente. (2008). *Constitucion de la Republica del Ecuador*. Obtenido de [https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4\\_ecu\\_const.pdf](https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf)
- Asamblea Nacional República del Ecuador. (2021). *Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural*. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/05/Ley-Organica-Reformatoria-a-la-Ley-Organica-de-Educacion-Intercultural-Registro-Oficial.pdf>
- Ávalos, M., Benavídez, P., & Vega, L. (2022). Percepciones del alumnado de Educación Secundaria hacia el aprendizaje de las habilidades. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 45, 807-813. Obtenido de <file:///C:/Users/MarinaJanet/Downloads/Dialnet-PercepcionesDelAlumnadoDeEducacionSecundariaHaciaE-8418407.pdf>

- Ávalos, M., Martínez, M., & Merma, G. (2019). Implementación y evaluación de una estrategia gimnástica colaborativa. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 19(76), 579-598. doi:10.15366/rimcafd2019.76.001
- Cali, S. (2022). La gimnasia formativa en las habilidades motrices específicas en escolares de educación general básica superior. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/35896/1/EST.%20CALI%20VALLE%20DIEGO%20SEBASTIA%cc%81N%20TESIS%20FINAL-signed-signed-signed%20%281%29.pdf>
- Cerrón, W. (2019). La investigación cualitativa en educación. *Horizonte de la Ciencia*, 9(17), 1-8. doi:<https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2019.17.510>
- Chávez, D. (2023). La gimnasia educativa y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas básicas: revisión sistemática. *GADE: Revista Científica*, 3(2), 89-107. Obtenido de [https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/215/84?fbclid=IwAR2JrupFJKk3WOSOJtjsrUfTjiN6ohyNYaD2oElG2GVfhfv\\_kLEGYT8q8p4](https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/215/84?fbclid=IwAR2JrupFJKk3WOSOJtjsrUfTjiN6ohyNYaD2oElG2GVfhfv_kLEGYT8q8p4)
- Cisneros, A., Guevara, A., Urdánigo, J., & Garcés, J. (2022). Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que apoyan a la Investigación Científica en tiempo de Pandemia. *Domino de las Ciencias*, 8(1), 1165-1185. doi:<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i41.2546>
- Cofre, C., Sosa, G., & Guallasamín, F. (2021). Efectividad de la flexibilidad activa y pasiva en el entrenamiento de gimnasia rítmica. *Podium. Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(3), 871-880. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n3/1996-2452-rpp-16-03-871.pdf>
- Dogliotti, P. (2021). Salud, educación integral y belleza: la gimnasia en las obras de los langlade (Uruguay, 1948-1970). *Políticas Educativas–PolEd*, 15(2), 202-222. Obtenido de <https://seer.ufrgs.br/index.php/PolEd/article/view/121254/65904>

- Echeverría, M., Govea, Y., Armenteros, Z., Noda, Y., & Ilisástigui. (2022). Ejercicios especiales para mejorar la flexibilidad en las atletas de gimnasia artística femenina. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 132-148. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522022000100132](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522022000100132)
- Gálvez, N., Téquiz, W., Chichaiza, C., Terín, R., Rodríguez, S., & Carchipulla, S. (2020). Potenciación de la capacidad flexibilidad en la gimnasia artística masculina infantil. *Lecturas: Educación física y deportes*, 24(261), 46-56. doi:<https://doi.org/10.46642/efd.v24i261.1943>
- González, H., Isaza, G., & Parra, L. (2021). Práctica pedagógica para la enseñanza de la gimnasia artística: Etapa de iniciación deportiva. *Cultura, Educación y Sociedad*, 12(2), 96-112. doi:<https://doi.org/10.17981/10.17981/cultedusoc.12.2.2021.06>
- Guarnizo, N., Talero, E., & Campos, F. (2021). Cambios de estrategias didácticas de la gimnasia en cuarentena: un estudio de caso. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 316-322. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986329>
- Guevara, G., Verdesoto, A., & Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 163-173. doi:10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173
- Herrera, J. (2020). Validación y estimación de incertidumbre de un método analítico para cuantificar hierro total por el método colorimétrico de la fenantrolina en agua potable y natural. *Revista Científica de FAREM-Estelí*(34), 154-168. doi:<https://doi.org/10.5377/farem.v0i34.10014>
- Larre, T. (2023). La gimnasia expresiva de Rudolf Bode según Teoría general de la gimnasia. *Movimento*, e29061-e29061. doi:<https://doi.org/10.22456/1982-8918.130218>

- Madrigal, R. (2021). La entrevista en la investigación narrativa. Reflexiones teóricas para un acercamiento al referente empírico de las trayectorias académicas. *Saberes y prácticas. Revista de Filosofía y Educación*, 6(1), 1-15. doi:<https://doi.org/10.48162/rev.36.010>
- Masa, A., & Tillaguango, J. (2023). Gimnasia Cerebral, método de estimulación para el desarrollo Psicomotor de niños de 4 a 5 años. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 920-933. Obtenido de <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/659/858>
- Mesías, M., & Castro, E. (2020). Ejercicios de desplazamiento de la gimnasia rítmica en el desarrollo de la psicomotricidad en niños de preparatoria. *Polo conocimiento*, 8(9), 1098-1114. doi:10.23857/pc.v8i8.6056
- Mucha, L., Chamorro, R., Oseda, M., & Alania, R. (2021). Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. *Desafíos*, 12(1), 50-57. doi:<https://doi.org/10.37711/desafios.2021.12.1.253>
- Muñoz, M., & Salazar, L. (2023). Educación física en el desarrollo integral de la psicomotricidad en menores de 12 años. 1-73. Obtenido de <https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/96c66fe1-4518-4561-9391-10a62d8a14d6/content>
- Napolitano, M. (2019). La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. Recorridos, avances y revisiones. *Educación Física y Ciencia*, 21(3), 91-91. doi:<http://dx.doi.org/https://doi.org/10.24215/23142561e091>
- Pagola, M., & Yutzis, D. (2019). Gimnasia y Sensopercepción: La problemática frente al paradigma de la medicalización. *Memoria Académica*, 1-11. Obtenido de [https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.12891/ev.12891.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.12891/ev.12891.pdf)
- Robles, B. (2019). Población y muestra. *Pueblo continente*, 30(1), 245-247. doi:<http://doi.org/10.22497/PuebloCont.301.30121>

- Rojas, M. (2019). Gimnasia para todos como actividad física integradora desde una perspectiva pedagógica. *Revista de Investigación*, 43(96), 196-221. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3761/376168555011/376168555011.pdf>
- Romero, E., Tirira, A., & Vivas, A. (2019). Detección masiva de niñas y niños de Ecuador de 5-6 años para la gimnasia artística. *Lecturas: Educación Física Y Deporte*, 63-75. Obtenido de <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/1392/808>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista digital de investigación en docencia universitaria*, 13(1), 102-122. doi:<http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Santos, L. (2020). Ámbitos de desarrollo de la Gimnasia Artística en el Uruguay. *Educación Física y Deportes*, 25(270), 83-93. doi:<https://doi.org/10.46642/efd.v25i270.2127>
- Torres, C. (2020). Práctica Gimnásticas y Expresiva. *Educación Física*”, 2. Obtenido de [https://ensagulla-cba.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/03/SECUNDARIO\\_CO\\_Practica-Gimn-Y-Exp.-5%C2%B0-F.pdf](https://ensagulla-cba.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/03/SECUNDARIO_CO_Practica-Gimn-Y-Exp.-5%C2%B0-F.pdf)
- Ushiña, C. (2023). Las prácticas gimnásticas en el desarrollo de las capacidades físicas condicionales en escolares de Educación General Básica Media. 1-74. Obtenido de [https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/38952/1/EST.%20USHI% c3 %91A% 20SIGCHO% 20CHRISTIAN% 20RICARDO% 2c% 20TESIS% 20FINA L-signed-signed-signed.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/38952/1/EST.%20USHI%c3%91A%20SIGCHO%20CHRISTIAN%20RICARDO%2c%20TESIS%20FINAL-signed-signed-signed.pdf)
- Vanegas, J., & Aldas, H. (2021). Estrategias Innovadoras para el Desarrollo Motriz en la Educación Física. Bloque Curricular Prácticas Gimnásticas. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 623-648. doi:<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1257>

- Vargas, G. (2020). Estrategias educativas y tecnología digital en el proceso enseñanza aprendizaje. *Cuadernos Hospital de Clínicas*, 61(1), 114-129. Obtenido de [http://www.scielo.org.bo/pdf/chc/v61n1/v61n1\\_a10.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/chc/v61n1/v61n1_a10.pdf)
- Velázquez, D., & Borges, E. (2021). Ejercicios para el mejoramiento de la fuerza en atletas escolares de gimnasia artística. *Athlos: Revista internacional de ciencias sociales de la actividad física, el juego y el deporte*, 1-15. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7840751>
- Vélez, P., & Santana, G. (2023). Guía metodológica para mejorar el uso de las TIC del docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Unidad Educativa “Rosa Herlinda Zambrano Ganchozo”. *Tesla Revista Científica*, 3(2), e211-e211. doi:<https://doi.org/10.55204/trc.v3i2.e211>
- Vera, L., Amgarten, E., & Moraes, M. (2022). Gimnasia en el proceso de formación de profesores en la Escola Normal do Paraná (1917-1923). *Contextos Educativos. Revista De Educación*, 57-72. doi:<https://doi.org/10.18172/con.5110>
- Vernetta, M., Peláez, E., Ariza, L., & López, J. (2019). Dieta mediterránea, estima corporal y parámetros antropométricos en adolescentes practicantes de gimnasia acrobática. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 10(2), 148-161. doi:<https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.2.543>

## **Anexos**

### **Anexo 1. Guía de preguntas**

#### **ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA MEDIA**

##### **Dimension1.Implemetacion de los fundamentos técnicos gimnástico**

**1. ¿Que conoce usted sobre los fundamentos técnicos de la gimnasia?**

---

---

---

**2. ¿Cuáles son los tipos de fundamentos que usted conoce?**

---

---

---

**3. ¿De qué manera usted aplica los fundamentos técnicos en las clases de educación física para el mejoramiento de los ejercicios gimnástico en los estudiantes?**

---

---

---

##### **Dimension2.Fundamentos técnicas gimnastica**

**4. ¿Conoce usted como desarrollar a través de las practicas gimnasticas la actividad motriz?**

---

---

---

**5. ¿Cuáles son los beneficios de la técnica gimnastica en las clases de educación física?**

---

---

---

**Dimension3.Ejercicios gimnástico**

**6. ¿Que conoce sobre los ejercicios gimnástico?**

---

---

---

**7. ¿Qué característica tiene los ejercicios gimnásticos?**

---

---

---

**Dimension4.Propuesta pedagógica**

**8. ¿Considera usted que los ejercicios gimnásticos son partes fundamentales dentro del proceso de enseñanza aprendizaje en la clase de educación física?**

---

---

---

**9. ¿Considera usted que una guía metodológica ayudaría a orientar el proceso de enseñanza aprendizaje dentro de las practicas gimnastica?**

---

---

---

**ENTREVISTA DIRIGIDA AL DIRECTIVO DE LA UNIDAD EDUCATIVA  
JOSÉ MORA QUIÑONEZ.**

**1. ¿Su institución educativa dispone de un docente especialista en el área de educación física?**

---

---

---

**2. ¿En su institución educativa tiene la infraestructura deportiva y material didáctico para la enseñanza de las practicas gimnastica?**

---

---

---

**3. ¿Usted conoce sobre el currículo de educación física especialmente las practicas gimnastica en el bloque número 2?**

---

---

---

**4. Usted conoce sobre los fundamentos técnicos de las practicas gimnastica**

---

---

---

**5. ¿Qué necesita su institución educativa para que las clases de educación física especialmente en el desarrollo de la practicas gimnastica sean optima?**

---

---

---

## Anexo 2. Autorización de la autoridad del establecimiento educativo



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

D.L. No. 69-04 de 14 de abril de 1969

*Calidad, Pertinencia y Calidez*

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

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

Pasaje, 05 de enero de 2024

Lic. Mónica Bravo Carrión  
Directora de la Unidad Educativa "José Mora Quiñones"

Ciudad. -

De nuestra consideración:

Reciba un cordial saludo y mis mejores deseos de éxito en sus funciones profesionales, en esta oportunidad le escribo para informarle que los estudiantes de octavo semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Técnica de Machala, en su proceso de titulación tienen que elaborar una investigación para poder realizar su tesis.

Por tal motivo, con el debido respeto le solicitamos se digne autorizar el permiso correspondiente a los estudiantes Carriel Valencia Steeven Alejandro y Navarrete Mosquera Omar Jesús, para realizar su trabajo de investigación denominado: "FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LOS EJERCICIOS GIMNÁSTICOS EN ESTUDIANTES DE PRIMERO BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MORA QUIÑONES".

Cabe mencionar que los datos que se obtengan se mantendrán en absoluta reserva y se utilizarán únicamente con fines del presente estudio.

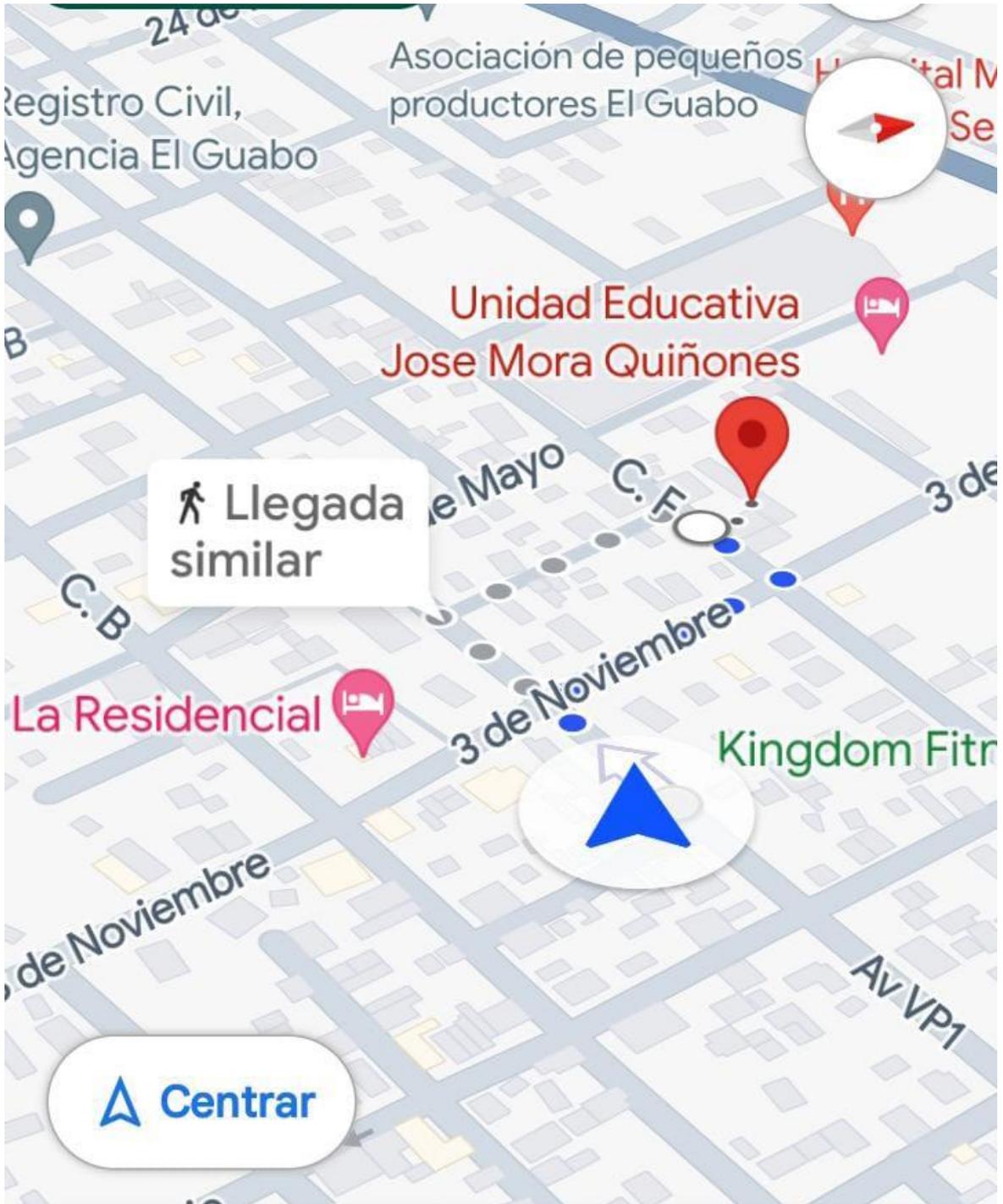
Por la favorable atención, le expresamos nuestro sincero agradecimiento.

Atentamente,

PROF. YUBBER ALEXANDER CEDEÑO, MGS.  
Coordinador de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte



Anexo 3. Mapa de ubicación del establecimiento



3 de noviembre y la D calle 9 de mayo

## Anexo 4. Capturas de pantalla de los artículos científicos

### Artículo No. 1



ESCUELA NORMAL SUPERIOR "DR. AGUSTÍN GARZÓN AGULLA"  
Ciclo Básico - Ciclo Orientado: "Ciencias Sociales y Humanidades", "Ciencias Naturales", "Arte-Audiovisuales", "Educación Física"  
Viamonte 150 - B° Gral. Paz - Córdoba - C.P. 5000 - Tel. 4339177/78/79 - E-mail: nivelmedioensaga@yahoo.com.ar

---

### "CICLO ORIENTADO EN EDUCACIÓN FÍSICA" - AÑO 2020

**Asignatura:** Práctica Gimnásticas y Expresiva

**Curso:** 5° F

**Profesora:** Torres Cecilia.

#### **Guía de Actividades**

Tema: Gimnasia. Concepto. Su origen y evolución histórica.

Estas prácticas procuran colaborar en la construcción de sentidos motrices para que sea un medio efectivo de comunicación personal y colectiva. **Permitiéndole a cada estudiante apropiarse de la construcción de su corporeidad y motricidad alcanzando así una mejor disponibilidad corporal para cada situación de aprendizaje. Mejores beneficios en la salud y favorece su capacidad de expresión hacia el mundo que lo rodea.**

**ISSN:** No tiene.

**Año:** 2020

**Revista:** Ninguna.

**Título:** Gimnasia. Concepto. Su origen y evolución histórica.

**Autores:** Cecilia Torres

**Página:** 1-3

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** [https://ensagulla-cba.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/03/SECUNDARIO\\_CO\\_Practica-Gimn-Y-Exp.-5%C2%B0-F.pdf](https://ensagulla-cba.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/03/SECUNDARIO_CO_Practica-Gimn-Y-Exp.-5%C2%B0-F.pdf)

Artículo No. 2

Cuadernos Hospital de Clínicas

versión impresa ISSN 1562-6776

Cuad. - Hosp. Clín. vol.61 no.1 La Paz jul. 2020

ACTUALIZACIÓN

## **Estrategias educativas y tecnología digital en el proceso enseñanza aprendizaje**

En consideración a diferentes concepciones y abordajes, para el investigador la estrategia educativa es un procedimiento (conjunto de acciones) dirigidos a cumplir un objetivo o resolver un problema, que permita articular, integrar, construir, adquirir conocimiento en docentes y estudiantes en el contexto académico.

**ISSN:** 1562-6776

**Año:** 2020

**Revista:** Cuadernos Hospital de Clínicas

**Título:** Estrategias educativas y tecnología digital en el proceso enseñanza aprendizaje

**Autores:** Vargas Murillo G.

**Página:** 114-129

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S1652-67762020000100010&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S1652-67762020000100010&script=sci_arttext)

Ávalos Ramos, M.A.; Martínez Ruiz, M.A.; Merma-Molina, G. (2019). Implementation and Evaluation of a Collaborative Gymnastic Strategy. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 19 (76) pp. 579-598  
[Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista76/artimplementacion1100.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista76/artimplementacion1100.htm)  
DOI: 10.15366/rimcafd2019.76.001

## ORIGINAL

### IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN DE UNA ESTRATEGIA GIMNÁSTICA COLABORATIVA

### IMPLEMENTATION AND EVALUATION OF A COLLABORATIVE GYMNASTIC STRATEGY

**Ávalos Ramos, M.A.; Martínez Ruiz, M.A. y Merma-Molina, G.**

Los planteamientos más innovadores en cuanto a la metodología en el ámbito gimnástico coinciden en el fomento de la capacidad de los estudiantes para aprender por sí mismos, así como en el trabajo en equipo, enfatizando valores sociales tales como la colaboración, la participación y la integración (Bähr, 2010; Fernández-Río & Méndez-Giménez, 2012; Vernetta, Gutiérrez, López-Bedoya, & Ariza, 2013). Llamas, Hellín y Moreno (2004) consideran que se deben llevar a cabo aquellos estilos de enseñanza que proporcionen al alumno autonomía personal, junto con aquellos que consigan implicarle cognitivamente.

ISSN: 1577-0354

Año: 2019

**Revista:** Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Título:** Implementación y evaluación de una estrategia gimnástica colaborativa

**Autores:** Ávalos Ramos, M.A.; Martínez Ruiz, M.A. y Merma-Molina, G.

**Página:** 579-598

**DOI:** 10.15366/rimcafd2019.76.001

**Enlace:** <https://core.ac.uk/download/pdf/275661574.pdf>

## **Estrategias metodológicas en proceso de enseñanza y aprendizaje de la gimnasia para estudiantes de Educación Física**

Los métodos pedagógicos son importantes en cualquier área de las ciencias. Para el caso de la Educación Física, permiten desarrollar nuevas estrategias de enseñanza con el fin de generar los conocimientos necesarios para el desarrollo de la gimnasia en los estudiantes. Los docentes deben hacer procesos sinérgicos con actitudes motivacionales que impulsen las técnicas deportivas en los estudiantes. La motivación, compromiso, responsabilidad y los conocimientos permitirán desarrollar las actividades físicas con éxitos, enmarcadas en altas tasas de calidad.

**ISSN:** 2616-7964

**Año:** 2021

**Revista:** Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación

**Título:** Estrategias metodológicas en proceso de enseñanza y aprendizaje de la gimnasia para estudiantes de Educación Física

**Autores:** Mirta Aguirre Valdeyglesias

**Página:** 326-335

**DOI:** <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i21.307>

**Enlace:** [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642021000500326&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642021000500326&script=sci_arttext)

## Artículo No. 5

Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA

Año VI. Vol VI. N°2. Edición Especial: Educación. 2021

Hecho el depósito de Ley: FA2016000010

ISSN: 2542-3088

FUNDACIÓN KOINONIA (F.K). Santa Ana de Coro, Venezuela.

Jonathan Vanegas-Cuenca; Helder Guillermo Aldas-Arcos

<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1257>

### **Estrategias Innovadoras para el Desarrollo Motriz en la Educación Física. Bloque Curricular Prácticas Gimnásticas**

Como se puede apreciar no todos los métodos de enseñanza son perfectos, pero este método en particular, permite una participación más activa e independiente del estudiante, según (Hernández-Nieto, 2009), enfatiza que la participación en el aprendizaje es más directa, en conjunto con su compañero que evalúa tomando papeles diferentes, lo que les permite corregirse unos a otros desarrollando un mayor conocimiento tomando en cuenta parámetros específicos, fortaleciendo el compañerismo y la cooperación motivándolos a cumplir con los objetivos propuestos.

**ISSN:** 2542-3088

**Año:** 2021

**Revista:** Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía

**Título:** Estrategias Innovadoras para el Desarrollo Motriz en la Educación Física. Bloque Curricular Prácticas Gimnásticas.

**Autores:** Jonathan Vanegas Cuenca – Helder Guillermo Aldas Arcos

**Página:** 623-648

**DOI:** <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1257>

**Enlace:** <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7968476>

## Artículo No. 6

2022, *Retos*, 45, 807-813

© Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>)

### Percepciones del alumnado de Educación Secundaria hacia el aprendizaje de las habilidades gimnásticas y acrobáticas

#### Perceptions of High School students towards the learning of gymnastic and acrobatic skills

M<sup>a</sup>. Alejandra Ávalos-Ramos, Paula Benavidez Lozano, Lilyan Vega-Ramírez

Por otro lado, en el contexto gimnástico, los estilos participativos, como la microenseñanza o los grupos reducidos, parecen contribuir al refuerzo e incremento de las relaciones interpersonales de los miembros del grupo y fomentar la disciplina en el trabajo donde las normas se delinearán en el trabajo inclusivo, de apoyo y no jerárquico (Bayraktar, 2011; Goodyear, Casey, & Kirk, 2014), permitiendo un desarrollo de estos aspectos en los estudiantes (O'Leary & Griggs, 2010). El propio grupo ofrece información y apoyo casi inmediatos a sus miembros y las contribuciones están interconectadas y añadidas (O'Grady, 2012). Compartir responsabilidades y abordar y resolver las dificultades juntos les permitirá aprender en un entorno más real. En esta línea, el profesorado podrá adquirir un rol de guía en el proceso de enseñanza-aprendizaje para poder orientar a los estudiantes, por ejemplo, en las reflexiones grupales.

**ISSN:** 1988-2041

**Año:** 2022

**Revista:** Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación

**Título:** Percepciones del alumnado de Educación Secundaria hacia el aprendizaje de las habilidades

**Autores:** María Alejandra Ávalos Ramos, Paula G. Benavidez Lozano, Lilyan Vega Ramírez

**Página:** 807-813

**DOI:** No tiene

**Enlace:** <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8418407>

**Artículo No. 7**

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

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

**TÍTULO DEL PROYECTO:**

**“EDUCACIÓN FÍSICA EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA  
PSICOMOTRICIDAD EN MENORES DE 12 AÑOS”**

**Autor:**

Muñoz Suárez Milena Yaritza,  
Salazar Paris Moreno Lisbeth Milady

Es la forma como se va a llevar a cabo un proceso de entrenamiento en la que se tiene que tomar en cuenta a la persona que se la va a entrenar y que de lo que se quiere conseguir para poder llevar a cabo estrategias de instrucción.

**ISSN:** No tiene.

**Año:** 2023

**Revista:** Ninguna.

**Título:** Educación física en el desarrollo integral de la psicomotricidad en menores de 12 años

**Autores:** Muñoz Suárez Milena Yaritza – Salazar Paris Moreno Lisbeth Milady

**Página:** 1-73

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/96c66fe1-4518-4561-9391-10a62d8a14d6/content>

**Artículo No. 8**

**TEMA:**

---

**LAS PRÁCTICAS GIMNASTICAS EN EL DESARROLLO DE  
LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES EN  
ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA MEDIA**

---

**AUTOR: USHIÑA SIGCHO CHRISTIAN RICARDO**

**TUTOR: LIC. MEDINA PAREDES SEGUNDO VÍCTOR, MG**

Ambato - Ecuador

2023

Bloque Curricular Practicas Gimnasticas. Actualmente, todas las actividades orientadas al cuerpo como ejercicios gimnásticos, cuyos movimientos corporales están orientados a encontrar una implementación armoniosa y eficaz de las habilidades motrices, que a través de la gimnasia promueve el proceso y desarrollo de los estudiantes, mejorando sus habilidades motrices, habilidades como flexibilidad, fuerza, coordinación, velocidad y resistencia.

**ISSN:** No tiene.

**Año:** 2023

**Revista:** Ninguna.

**Título:** Las prácticas gimnasticas en el desarrollo de las capacidades físicas condicionales en escolares de Educación General Básica Media

**Autores:** Ushiña Sigcho Christian Ricardo

**Página:** 1-74

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/38952/1/EST.%20USHI%c3%91A%20SIGCHO%20CHRISTIAN%20RICARDO%2c%20TESIS%20FINAL-signed-signed-signed.pdf>

## LA GIMNASIA EXPRESIVA DE RUDOLF BODE SEGÚN TEORÍA GENERAL DE LA GIMNASIA

*A GINÁSTICA EXPRESSIVA DE RUDOLF BODE DE ACORDO COM A  
TEORIA GERAL DA GINÁSTICA* 

*RUDOLF BODE'S EXPRESSIVE GYMNASTICS ACCORDING TO  
GENERAL GYMNASTICS THEORY* 

 <https://doi.org/10.22456/1982-8918.130218>

interpretar que se identifica una gimnasia específica con esta denominación, pero, al continuar con la explicación, se abre la posibilidad de que sean varias, ya que el autor presenta la gimnasia moderna como un movimiento. “El verdadero creador de este movimiento gimnástico es el Dr. Rudolf Bode”<sup>5</sup> (1986, p. 39). Por segunda vez en el libro se presenta a Bode como el creador de la gimnasia moderna, pero en este caso la gimnasia moderna es mostrada como un movimiento y no como una disciplina en particular, cuestión que puede ser interpretada como consecuencia de que la gimnasia moderna es tanto un movimiento, como en el caso de la gimnasia de Bode, una línea gimnástica específica. Es necesario aclarar que unas páginas más adelante Langlade refiere a Bode como el “creador” de la “gimnasia expresiva”, explicando entre las páginas 87 y 103 algunas de las contribuciones que esta gimnasia realizó al mundo de la gimnasia en Europa.

**ISSN:** 1982-8918

**Año:** 2023

**Revista:** Movimiento

**Título:** La gimnasia expresiva de Rudolf Bode según Teoría general de la gimnasia

**Autores:** Tamara Parada Larre Borges

**Página:** e29061-e29061

**DOI:** <https://doi.org/10.22456/1982-8918.130218>

**Enlace:** <https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/130218/90757>

## Salud, educación integral y belleza: la gimnasia en las obras de los langlade (Uruguay, 1948-1970)

Paola Dogliotti

Al igual que para la educación física, los dos objetivos centrales de la gimnástica son la educación y la salud, y para ello se vale de movimientos “naturales y “construidos. Es importante aclarar que si bien en 1956 se tenía una delimitación más estricta entre actividades naturales y construidas (“creadas por el hombre”), en 1970 se realiza, en diversas partes del libro, a partir de algunos autores, una relativización de esta distinción, destacando su complejidad y debilidad. Al citar a Buytendijk<sup>12</sup>, señalan que en el hombre lo natural es efecto de la oposición entre el interior y el exterior, lo natural como consecuencia de su autonomía y de la determinación interior de manifestarse, está ligado a su carácter rítmico, “no hay en el hombre un natural somático. Todo natural humano no es natural más que por el espíritu” (LANGLADE, REY DE LANGLADE, 1970, p. 427-428). Aquí lo natural se acerca a lo expresivo y estético y se distancia de lo no “creado por el hombre”. En 1970 desarrollan un principio para cada tipo de movimiento: “Principio de la actividad de base o ‘naturales’<sup>13</sup>”; “Principio de la construcción” (LANGLADE; REY DE LANGLADE, 1970, p. 507). En sintonía con la maduración hacia lo estético-expresivo y distanciándose de la delimitación tan estricta e incorporando la complejidad de la división entre lo natural y lo construido, en la bolilla nº 16 del primer curso de Teoría de la Gimnasia del Plan 1966 se agrega: “El error de no considerar complementarios en la obra formativa a los ejercicios construidos [sic] y los naturales. La ‘naturalidad’ en los movimientos y ejercicios como característica posible de los ejercicios construidos [sic] y de los naturales” (ISEF, 1966b, p. 2).

**ISSN:** 1982-3207

**Año:** 2021

**Revista:** Políticas Educativas–PolEd

**Título:** Salud, educación integral y belleza: la gimnasia en las obras de los langlade (Uruguay, 1948-1970)

**Autores:** Paola Dogliotti

**Página:** 202-222

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://seer.ufrgs.br/index.php/Poled/article/view/121254/65904>



## Gimnasia para todos como actividad física integradora desde una perspectiva pedagógica

---

Rojas H., Marly

La GPT es un importante componente de la gimnasia, y se basa en los fundamentos, la identificación y características establecidas por la Federación Internacional de Gimnasia (FIG). El origen y desarrollo de esta modalidad data de largo tiempo, existiendo muchas posibilidades de ejercicios, sin limitaciones en edad, sexo, ejecución técnica, entre otras. Se plantea que la GPT se refiere a una amplia gama de movimientos, que se corresponde con la necesidad natural que tienen las personas de moverse, elemento que ha estado siempre presente en la evolución humana.

**ISSN:** 0798-0329

**Año:** 2019

**Revista:** Revista de Investigación

**Título:** Gimnasia para todos como actividad física integradora desde una perspectiva pedagógica

**Autores:** Rojas Marly

**Página:** 196-221

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://www.redalyc.org/journal/3761/376168555011/376168555011.pdf>

[f](#)

## Artículo No. 12

### [Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física](#)

versión On-line ISSN 1996-2452

Rev Podium vol.17 no.1 Pinar del Río ene.-abr. 2022 Epub 09-Abr-2022

Marlen Echevarría Pérez<sup>1</sup>  
 <http://orcid.org/0000-0001-9151-3127>

Yolainy Govea Díaz<sup>1</sup>  
 <http://orcid.org/0000-0001-9151-3127>

Zaily Armenteros Vázquez:  
 <http://orcid.org/0000-0001-9151-3127>

#### ARTÍCULO ORIGINAL

Yardleys Noda Rabelo<sup>1</sup>  
 <http://orcid.org/0000-0001-9151-3127>

### **Ejercicios especiales para mejorar la flexibilidad en las atletas de gimnasia artística femenina**

Melix Ilisástigui Avilés<sup>2</sup>

La práctica de la gimnasia desarrolla la fuerza, rapidez, resistencia, flexibilidad, educa valores, crea hábitos de conducta y contribuye al fortalecimiento de la salud. [Guardo \(1998\)](#) refiere que su objetivo es alargar los años de existencia porque hay que tener presente una adecuada calidad, unida al desarrollo con armonía de las funciones del cuerpo humano, pues al final hay que preparar al hombre para la vida. Es necesario entonces observar la preparación con una óptica integral de las capacidades físicas, que en su conjunto garantizan el éxito en el rendimiento competitivo.

**ISSN:** 1996-2452

**Año:** 2022

**Revista:** Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

**Título:** Ejercicios especiales para mejorar la flexibilidad en las atletas de gimnasia artística femenina

**Autores:** Echevarría Pérez, M., Govea Díaz, Y., Armenteros Vázquez, Z., Noda Rabelo, Y., & Ilisástigui Avilés, M.

**Página:** 132-148

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522022000100132](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522022000100132)





**Detección masiva de niñas y niños de Ecuador  
de 5-6 años para la gimnasia artística**  
**Massive detection of Ecuadorian children  
5-6 years old for artistic gymnastics**  
**Detecção maciça de crianças equatorianos com idade  
entre 5 e 6 anos para ginástica artística**

**Edgardo Romero Frómata**

eeromero4@espe.edu.ec

**Amílcar Tirira Cuayal**

abtirira@espe.edu.ec

**Adriana Vivas Jácome**

por influencia de la herencia o por una actividad dentro de la familia más comprometida; lo cierto es que hay un conjunto de niños que muestran un estado de la preparación física y antropométrica que los convierte en poseedores de una mayor aptitud para enfrentar los requerimientos del deporte. Lamentablemente no se conocen de forma precisa las características físicas de la población infantil en Ecuador, lo que limita grandemente poder aplicar la localización, detección y selección de posibles talentos deportivos. Actualmente a escala mundial se tiene la certeza que los éxitos deportivos en la Gimnasia Artística dependen en gran medida de la calidad de planificación y de que se lleve a cabo de una manera muy cuidadosa el proceso de detección y selección de talentos a edades tempranas. (Pino Haro, 2016)

**ISSN:** 1514-3465

**Año:** 2019

**Revista:** Lecturas: Educación Física Y Deportes

**Título:** Detección masiva de niñas y niños de Ecuador de 5-6 años para la gimnasia artística

**Autores:** Romero, Edgardo; Tirira, Amílcar; Vivas, Adriana

**Página:** 63-75

**DOI:** <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/1392>

**Enlace:** <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/1392>

[92/808](#)

## Potenciación de la capacidad flexibilidad en la gimnasia artística masculina infantil

ISSN 1514-3465

**Ninfa Julissa Gálvez Eras**

Colegio Militar 'Eloy Alfaro'



efdeportes.com

Lecturas: Educación Física y De

La flexibilidad es una de las capacidades físicas más trabajadas en la teoría del entrenamiento deportivo, desde la educación física y las diversas disciplinas deportiva existentes (Ruiz, 2012; Morales & González, 2014) con énfasis en el entrenamiento de deportes como la gimnasia (Santos, Arce, Lebre, & Ávila-Carvalho, 2015; Niaradi & Batista, 2018). Existen numerosos conceptos de flexibilidad, entre ellos el de Grosser, Starischka, & Zimmerman (1988) en cuanto a que es la "capacidad de ejecutar movimientos voluntarios con mayor amplitud en determinadas articulaciones", con influencia directa en el desarrollo físico y motor de niños y niñas (Valencia, 2015) y ya en el ámbito deportivo, en la técnica y el rendimiento (Zhelyaskov, 2018) quien igualmente acota que es distinto en cada deporte y disciplina.

**ISSN:** 1514-3465

**Año:** 2020

**Revista:** Lecturas: Educación física y deportes

**Título:** Potenciación de la capacidad flexibilidad en la gimnasia artística masculina infantil

**Autores:** Ninfa Julissa Gálvez Eras - Wilson Fernando Téquiz Rojas - Cristian Andreé Chichaiza Jácome - Roberto Javier Terán Díaz - Soledad Rocío Rodríguez Boada - Sofía Carolina Carchipulla Enríquez

**Página:** 46-56

**DOI:** <https://doi.org/10.46642/efd.v24i261.1943>

**Enlace:**

<https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/1943/1135>

---

**LA GIMNASIA FORMATIVA EN LAS HABILIDADES  
MOTRICES ESPECIFICAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN  
GENERAL BÁSICA SUPERIOR**

---

**AUTOR: CALI VALLE DIEGO SEBASTIÁN**

**TUTOR: LIC. SÁNCHEZ CAÑIZARES CHRISTIAN MAURICIO, MG.**

Ambato – Ecuador

2022

La gimnasia como disciplina deportiva se caracteriza por ejecutar movimientos corporales secuenciales que ponen en práctica habilidades como: la flexibilidad, agilidad y sobre todo la fuerza, constituye fundamental ayuda en la parte terapéutica, educativa y competitiva. La gimnasia es una disciplina en la que se utiliza muchos ejercicios y movimientos corporales como en las escuelas o la parte deportiva, tiene múltiples beneficios que aportan al bienestar de las personas, al igual

**ISSN:** No tiene.

**Año:** 2022

**Revista:** Ninguna.

**Título:** La gimnasia formativa en las habilidades motrices específicas en escolares de educación general básica superior

**Autores:** Cali Valle Diego Sebastián

**Página:** 1-77

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/35896/1/EST.%20C%20ALI%20VALLE%20DIEGO%20SEBASTIA%cc%81N%20TESIS%20FINAL-signed-signed%20%281%29.pdf>

## Artículo No. 16

2021, *Retos*, 42, 316-322

© Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>,

# Cambios de estrategias didácticas de la gimnasia en cuarentena: un estudio de caso

## Changes in didactic strategies of gymnastics in quarantine: a case study

Nicolás Guarnizo, Edgar Talero, Fernando Campos

La gimnasia es una de las estrategias más importantes dentro del área de educación física, históricamente ha sido utilizada para fortalecer las capacidades coordinativas y físicas en los estudiantes, por tal motivo que la inclusión de esta estrategia en el plan de estudios en esta área, es promovida por los aprendizajes motrices que se pueden generar en el desarrollo de las clases, por lo que Gato (2017) menciona que «es importante desarrollar el trabajo de la flexibilidad, pues esta capacidad motriz garantiza un adecuado nivel de eficiencia técnica corporal, proporciona una mejor ejecución y un mayor desenvolvimiento artístico en las selecciones de nuestras gimnastas.» (p. 1).

**ISSN:** 1988-2041

**Año:** 2021

**Revista:** Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación

**Título:** Cambios de estrategias didácticas de la gimnasia en cuarentena: un estudio de caso

**Autores:** Guarnizo Nicolás – Talero Edgar – Campos Fernando

**Página:** 316-322

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986329>

**Artículo No. 17**

## Ejercicios para el mejoramiento de la fuerza en atletas escolares de gimnasia artística

**Autores:** Danneris Velázquez Ramírez, Eduardo Borges Santiago

**Localización:** Athlos: Revista internacional de ciencias sociales de la actividad física, el juego y el deporte, ISSN-e 2253-6604, N°. 23, 2021, págs. 1-15

La gimnasia artística en los últimos años ha evolucionado grandemente y es apreciable el grado de desarrollo y de maestría técnica que alcanzan los deportistas en cada competencia, caracterizado por precisas ejecuciones cada vez más tendientes a la perfección, lo que hace cada vez más necesario el apoyo de las ciencias y la tecnología.

**ISSN:** 2253-6604

**Año:** 2021

**Revista:** Athlos: Revista internacional de ciencias sociales de la actividad física, el juego y el deporte

**Título:** Ejercicios para el mejoramiento de la fuerza en atletas escolares de gimnasia artística

**Autores:** Danneris Velázquez Ramírez, Eduardo Borges Santiago

**Página:** 1-15

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7840751>

## Educación Física y Ciencia

versión en línea ISSN 2314-2561

### resumen

**NAPOLITANO, María Emilia . La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. Recorridos, avances y revisiones. *Educativo. fís. científico*. [en línea]. 2019, vol.21, n.3, pp.91-91. ISSN 2314-2561. <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.24215/23142561e091>.**

El docente debería enseñar una batería de técnicas que puedan servirle al alumno como herramientas para luego poder construir sus propias prácticas mejorando su relación con el cuerpo e intentando ampliar el repertorio motriz de los alumnos. El dominio de la técnica es importante en la medida que el alumno aprenda a dominar su cuerpo y mejore su disponibilidad corporal en diversas situaciones motrices para adquirir más habilidades, sin buscar resultados físicos; como antes se esperaba de la gimnasia. Por ello, el contenido a enseñar debería ser abierto y múltiple.

**ISSN:** 2314-2561

**Año:** 2019

**Revista:** Educación Física y Ciencia

**Título:** La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. Recorridos, avances y revisiones

**Autores:** María Emilia Napolitano

**Página:** 91-91

**DOI:** <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.24215/23142561e091>

**Enlace:** [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S2314-25612019000300091&script=sci\\_abstract&tlng=en](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S2314-25612019000300091&script=sci_abstract&tlng=en)





La Gimnasia es una práctica corporal que toma por objeto al cuerpo. Tiene reglas dadas por la técnica, la fisiología, la biomecánica, la anatomía; tiene objetivos –aunque no dados por un reglamento–; tiene situaciones y acciones – muy diferentes de las de los deportes o los juegos. Constituye, en su sentido más amplio, una práctica que otorga la posibilidad de seleccionar ejercicios para aportar sentido y significación al saber del cuerpo. Tiene una intencionalidad y una sistematicidad que permiten enseñar destrezas y técnicas y, por medio de la ejercitación, centra su atención en la educación del cuerpo.

**ISSN:** 1853-7316

**Año:** 2019

**Revista:** Memoria Académica

**Título:** Gimnasia y Sensopercepción: La problemática frente al paradigma de la medicalización

**Autores:** Pagola María - Yutzis Daniela

**Página:** 1-11

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** [https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.12891/ev.12891.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.12891/ev.12891.pdf)

## **Estrategias metodológicas en proceso de enseñanza y aprendizaje de la gimnasia para estudiantes de Educación Física**

Sin embargo, la poca utilización de estrategias metodológicas para el desarrollo del gimnasta no permite el desarrollo de sus propias habilidades y destrezas, cognitivas y motoras mediante la gimnasia. Por ello, la enseñanza de habilidades gimnásticas requiere de programas y/o estrategias de enseñanza; que involucre a los gimnastas en conductas motrices concretas en sus propósitos, siendo necesaria e imprescindible la manipulación intencionada de los ambientes de aprendizaje, mediante la planificación de espacios, recursos y materiales que promuevan su experiencia deportiva y personal (Mamani, Laque y Mamani, 2019). En consecuencia, Huamani (2019) afirma la importancia de la práctica de la gimnasia rítmica favorece el desarrollo psicomotor de los niños y hasta los jóvenes, a su vez, contribuye su formación integral.

**ISSN:** 2616-7964

**Año:** 2021

**Revista:** Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación

**Título:** Estrategias metodológicas en proceso de enseñanza y aprendizaje de la gimnasia para estudiantes de Educación Física

**Autores:** Mirta Aguirre Valdeyglesias

**Página:** 326-335

**DOI:** <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i21.307>

**Enlace:** [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642021000500326&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642021000500326&script=sci_arttext)

## Artículo No. 21

 **Cultura Educación y Sociedad**

al    Números Anteriores    Instrucciones para los autores    Acerca de    Políticas de Publicación     B

vío de contribuciones

Inicio / Archivos / Vol. 12 Núm. 2 (2021): Cultura Educación y Sociedad / ARTÍCULOS

### Práctica pedagógica para la enseñanza de la gimnasia artística: Etapa de iniciación deportiva

#### Idioma

 English

 Español (España)

**Heriberto González-Valencia**

Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, Cali (Colombia)

<https://orcid.org/0000-0001-9103-2152>



**ISSN**

e-ISSN : 2389-7724 / ISSN : 2145-9258

La Federación Colombiana de Gimnasia (Fedecolgin, 2021) define este campo como una disciplina deportiva donde se realizan composiciones coreográficas, y combinan en forma simultánea y a una gran velocidad, los movimientos del cuerpo, lo que exige a los deportistas condiciones físicas excepcionales. Este es un deporte olímpico donde las mujeres y hombres compiten en diferentes aparatos por separado, se puede afirmar que esta es una de las disciplinas modernas más antiguas desde el comienzo de las olimpiadas. Históricamente, la gimnasia artística se ha desarrollado dentro de la transformación progresiva de una figuración aficionada a otra profesional (Sánchez y Martín, 2019).

**ISSN:** 2389-7724

**Año:** 2021

**Revista:** Cultura, Educación y Sociedad

**Título:** Práctica pedagógica para la enseñanza de la gimnasia artística: Etapa de iniciación deportiva

**Autores:** González, Heriberto - Isaza German - Parra Luz

**Página:** 96-112

**DOI:** <https://doi.org/10.17981/10.17981/cultedusoc.12.2.2021.06>

**Enlace:** <https://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionysociedad/article/view/3046/3676>

ARTÍCULO ORIGINAL

## Efectividad de la flexibilidad activa y pasiva en el entrenamiento de gimnasia rítmica

La gimnasia es una disciplina que se enfoca en el acondicionamiento físico de las personas que la practican y entrenan, [Lasma & Rachman, \(2019\)](#). En la actualidad, la gimnasia se subdivide en seis modalidades o categorías, de las cuales tres son de competición dentro de los juegos olímpicos (artística, rítmica y de trampolín). La gimnasia rítmica es un deporte que se caracteriza por el elevado nivel de dificultad técnica y exigencia física de las gimnastas, [Santos, Arce, Lebre, & Ávila-Carvalho, \(2015\)](#); [Skopal, Netto, Aisbett, Takla, & Castricum, 2020](#); [Coppola, Albano, Sivoccia, & Vastola, \(2020\)](#) en el cual se combinan diferentes elementos de ballet, gimnasia, danza y ritmo musical, complementados con diferentes movimientos corporales y acrobáticos que requieren varios grados de flexibilidad corporal, con diferentes grados de dificultad.

**ISSN:** 1996-2452

**Año:** 2021

**Revista:** Podium. Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

**Título:** Efectividad de la flexibilidad activa y pasiva en el entrenamiento de gimnasia rítmica

**Autores:** Christian Fabricio Cofre Taipe - Gustavo Paúl Sosa Gutiérrez - Fernando Guallasamín Díaz

**Página:** 871-880

**DOI:** No tiene

**Enlace:** <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n3/1996-2452-rpp-16-03-871.pdf>

## Artículo No. 23

Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios 2019; 10 (2)

# Dieta mediterránea, estima corporal y parámetros antropométricos en adolescentes practicantes de gimnasia acrobática ♡

Vernetta SM, Peláez EM, Ariza L, López BJ

*La gimnasia acrobática es "un deporte sociomotriz, donde existe siempre la presencia de uno o varios compañeros que sincronizan sus acciones motrices en un espacio estable reglado, para conseguir la realización de figuras o pirámides humanas" (Vernetta, López y Gutiérrez, 2008, p. 134).*

**ISSN:** 2007-1523

**Año:** 2020

**Revista:** Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios

**Título:** Dieta mediterránea, estima corporal y parámetros antropométricos en adolescentes practicantes de gimnasia acrobática

**Autores:** Vernetta Mercedes - Peláez Eva - Ariza Leopoldo - López Jesús

**Página:** 148-161

**DOI:** <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.2.543>

**Enlace:** <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=108660>





efdeportes.com

Lecturas: Educación Física y Deportes

ISSN 1514-3465

## Ámbitos de desarrollo de la Gimnasia Artística en el Uruguay

Recepción: 08/10/2020 - Aceptación: 15/09/2020

1ª Revisión: 05/09/2020 - 2ª Revisión: 09/09/2020



Documento accesible. Ley N° 26.653. WCAG 2.0



Esta obra está bajo licencia Creative Commons  
Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0)  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>

Santos Costa, Lucía (2020). Ámbitos de desarrollo de la Gimnasia Artística en el Uruguay. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(270), 83-93.  
Recuperado de: <https://doi.org/10.46642/efd.v25i270.2127>

Los espacios de práctica de la GA, así como el de todas las modalidades deportivas, tienden a regular y estructurar el tiempo de los niños, niñas y jóvenes, y presentan actividades para las que, al decir de los autores, "la repetición y el respeto por las reglas son esenciales" (Vincent, Lahire, & Thin, 2001, p. 7). Estos aspectos parecen ser constitutivos de la modalidad y se evidencian en todo momento. La sistematicidad presente en la gimnasia se ve reflejada en la manera en la que se organiza desde la enseñanza hasta la competición. En gimnasia se encuentran tiempos y espacios específicos, se clasifica a los gimnasta en función de sus categorías (edades) y niveles, y a partir de estos aspectos se fragmentan los conocimientos. Al respecto Ron (2003) nos aporta que:

**ISSN:** 1514-3465

**Año:** 2020

**Revista:** Educación Física y Deportes

**Título:** Ámbitos de desarrollo de la Gimnasia Artística en el Uruguay

**Autores:** Lucía Santos Costa

**Página:** 83-93

**DOI:** <https://doi.org/10.46642/efd.v25i270.2127>

**Enlace:** <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/2127/1302?inline=1>

## **Gimnasia Cerebral, método de estimulación para el Desarrollo Psicomotor de niños de 4 a 5 años**

Brain Gymnastics, stimulation method for the Psychomotor  
Development of children from 4 to 5 years old

**Alexandra Masa**

alexandramasaramon321@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0003-2534-4256>  
Universidad Nacional de Loja  
Loja – Ecuador

**Juliana Tillaguango**

“La gimnasia cerebral (Brain Gym) es un programa creado con el propósito de utilizar movimientos del cuerpo para resolver bloqueos, desarrollar habilidades, perfeccionar destrezas” (párr. 4). Por lo tanto, estos ejercicios preparan e integra al cerebro y el cuerpo a la hora ejecuta eficazmente cualquier tarea en el campo educativo, debido a que contribuye a la activación de

**ISSN:** 2789-3855

**Año:** 2023

**Revista:** LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades

**Título:** Gimnasia Cerebral, método de estimulación para el Desarrollo Psicomotor de niños de 4 a 5 años

**Autores:** Masa Alexandra, Tillaguango Juliana

**Página:** 920–933

**DOI:** <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.659>

**Enlace:** <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/659/858>



## Artículo No. 26

2021, *Retos*, 42, 316-322

© Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)

ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (<https://recyt.fecyt.es/index.php/>).

### Cambios de estrategias didácticas de la gimnasia en cuarentena: un estudio caso

### Changes in didactic strategies of gymnastics in quarantine: a case study

Nicolás Guarnizo, Edgar Talero, Fernando Campos

sido utilizada para fortalecer las capacidades coordinativas y físicas en los estudiantes, por tal motivo que la inclusión de esta estrategia en el plan de estudios en esta área, es promovida por los aprendizajes motrices que se pueden generar en el desarrollo de las clases, por lo que Gato

**ISSN:** 1988-2041

**Año:** 2021

**Revista:** Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación

**Título:** Cambios de estrategias didácticas de la gimnasia en cuarentena: un estudio de caso

**Autores:** Guarnizo Nicolás – Talero Edgar – Campos Fernando

**Página:** 316-322

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986329>

## Artículo No. 27

CONTEXTOS EDUCATIVOS, 29 (2022), 57-72. <http://doi.org/10.18172/con.5110> ISSN 1575-023X/EISSN 1695-5714

### GIMNASIA EN EL PROCESO DE FORMACIÓN DE PROFESORES EN LA ESCOLA NORMAL DO PARANÁ (1917-1923)

**Vera Luiza Moro**

*Universidad Federal de Paraná (UFPR), Brasil*

**Evelise Amgarten Quitzau**

*Universidad de la República (UDELAR), Uruguay*

**Marcelo Moraes e Silva**

Por otro lado, si el análisis es direccionado para las finalidades establecidas para cada etapa del nuevo curso de la *Escola Normal*, queda perceptible que los conocimientos que deberían ser enseñados en la etapa general eran aquellos que serían aplicados por los futuros normalistas en el interior de la escuela y aprendidos a enseñar en la etapa profesional, los cuales serían delimitados por los programas de las escuelas primarias, conforme establecido por Lysimaco Ferreira da Costa en las "Ba-

**ISSN:** 1695-5714

**Año:** 2022

**Revista:** Contextos Educativos. Revista De Educación

**Título:** Gimnasia en el proceso de formación de profesores en la Escola Normal do Paraná (1917-1923)

**Autores:** Vera, Luiza; Amgarten, Evelise; Moraes, Marcelo

**Página:** 57–72

**DOI:** <https://doi.org/10.18172/con.5110>

**Enlace:** <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/5110/3941>

Artículo No. 28

recimundo 

Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento

**DOI:** 10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173

**URL:** <http://recimundo.com/index.php/es/article/view/860>

**EDITORIAL:** Saberes del Conocimiento

**REVISTA:** RECIMUNDO

**ISSN:** 2588-073X

**TIPO DE INVESTIGACIÓN:** Artículo de Revisión

**CÓDIGO UNESCO:** 5802 Organización y Planificación de la Educación

**PAGINAS:** 163-173



### Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción)

Educational research methodologies (descriptive, experimental, participatory, and action research)

Metodologias de pesquisa educacional (descritiva, experimental, participativa e de ação)

Gladys Patricia Guevara Alban<sup>1</sup>; Alexis Eduardo Verdesoto Arguello<sup>2</sup>; Nelly Esther Castro Molina<sup>3</sup>

**RECIBIDO:** 10/04/2020 **ACEPTADO:** 26/05/2020 **PUBLICADO:** 01/07/2020

La investigación descriptiva se efectúa cuando se desea describir, en todos sus componentes principales, una realidad. La investigación explicativa es aquella que tiene relación causal, no sólo persigue describir o acercarse a un problema, sino que intenta precisar las causas del mismo.

**ISSN:** 2588-073X

**Año:** 2020

**Revista:** Recimundo

**Título:** Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción)

**Autores:** Gladys Patricia Guevara Alban - Alexis Eduardo Verdesoto Arguello - Nelly Esther Castro Molina

**Página:** 163-173

**DOI:** [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)

**Enlace:** <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860/1363>

**Artículo No. 29**

**Revista Digital de Investigación en Docencia  
Universitaria**

*versión On-line* ISSN 2223-2516

**Rev. Digit. Invest. Docencia Univ. vol.13 no.1 Lima ene./jun. 2019**

<http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

**ARTÍCULO DE REVISIÓN**

**Fundamentos epistémicos de la investigación  
cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos**

Por enfoque cualitativo se entiende al “**procedimiento metodológico que utiliza palabras, textos, discursos dibujos, gráficos e imágenes**” [...] la investigación cualitativa estudia diferentes objetos para comprender la vida social del sujeto a través de los significados desarrollados por éste” (Mejía, como se citó en Katayama, 2014, p. 43).

**ISSN:** 2223-2516

**Año:** 2019

**Revista:** Revista digital de investigación en docencia universitaria

**Título:** Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa:  
Consensos y disensos

**Autores:** Fabio Anselmo Sánchez Flores

**Página:** 102-122

**DOI:** <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

**Enlace:** [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s2223-25162019000100008&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s2223-25162019000100008&script=sci_arttext)



Horizonte de la Ciencia  
ISSN: 2413-936X  
horizontedelaciencia@uncp.edu.pe  
Universidad Nacional del Centro del Perú  
Perú

## La investigación cualitativa en educación

Cerrón Rojas, Waldemar

La investigación cualitativa en educación

Horizonte de la Ciencia, vol. 9, núm. 17, 2019

Universidad Nacional del Centro del Perú, Perú

DOI: <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2019.17.510>

La investigación cualitativa se configura de manera pertinente para la Educación. Permite aplicar y proponer mejoras continuas a la estructura de la realidad social emergente de la formación de estudiantes, docentes y comunidad educativa. Se soporta en la transferencia, producción concreta de conocimientos, ideas, acciones, materiales, las que necesariamente a partir de la revitalización se corrigen, rectifican, modifican, superan y renuevan.

**ISSN:** 2413-936X

**Año:** 2019

**Revista:** Horizonte de la Ciencia

**Título:** La investigación cualitativa en educación

**Autores:** Waldemar Cerrón Rojas

**Página:** 1-8

**DOI:** <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2019.17.510>

**Enlace:** <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/59/59717003/59717003.pdf>

CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN  
LITERATURA

# PUEBLO CONTINENTE

VICIO ACERCA DE... INGRESAR REGISTRO BUSCAR ACTUAL ARCHIVOS

Inicio > Vol 30, No 1 (2019) > Robles Pastor

1099 1 / 3 125%

PuebloCont. Vol. 30(1): 245-246, 2019  
http://doi.org/10.22497/PuebloCont.301.30121

ISSN 1991 - 5837 (ed. impresa)  
ISSN 2617 - 9474 (ed. en línea)

## Población y muestra

Blanca Flor Robles Pastor<sup>1</sup>

McClave, Benson y Sincich (2008) afirman “una población es un conjunto de unidades usualmente personas, objetos, transacciones o eventos; en los que estamos interesados en estudiar” (p.7), y definen la muestra como “subconjunto de las unidades de una población” (p. 7). Para Lind, Marchal y Wathen (2008) definen la población como: “conjunto de individuos u objetos de interés o medidas obtenidas a partir de todos los individuos u objetos de interés” (p.7), y afirman que la muestra “es una porción o parte de la población de interés” (p. 7).

**ISSN:** 2617-9474

**Año:** 2019

**Revista:** Pueblo continente

**Título:** Población y muestra

**Autores:** Blanca Flor Robles Pastor

**Página:** 245-247

**DOI:** <http://doi.org/10.22497/PuebloCont.301.30121>

**Enlace:** <http://journal.upao.edu.pe/PuebloContinente/article/view/1269/1099>

## Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado

Evaluation of procedures used to determine the population and sample in postgraduate research works

Luis Florencio Mucha-Hospinal <sup>✉</sup> <sup>1a</sup>

En relación con los criterios, se hace imprescindible determinar el tamaño adecuado de la muestra, procedimiento vital en un trabajo de investigación. Al respecto, Marín y Pérez (1985) mencionan que determinar el tamaño adecuado de la muestra es, posiblemente, uno de los aspectos más complejos del diseño muestral y el más demandado por los investigadores, "para abordar el problema es necesario conocer el nivel de precisión, el nivel de confianza y el grado de variabilidad del atributo que se mide" (p. 161).

**ISSN:** 2307-6100

**Año:** 2021

**Revista:** Desafíos

**Título:** Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado

**Autores:** Mucha Luis - Chamorro Rafael - Oseda Máximo - Alania Rubén

**Página:** 50-57

**DOI:** <https://doi.org/10.37711/desafios.2021.12.1.253>

**Enlace:** <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/udh/article/view/253e/23>

## **Validación y estimación de incertidumbre de un método analítico para cuantificar hierro total por el método colorimétrico de la fenantrolina en agua potable y natural**

### **Validation and estimation of uncertainty of an analytical method to quantify total iron by the colorimetric method of phenantrolin in potable and natural water**

Jonathan Herrera M.

Una de las principales motivaciones en este estudio, es el arranque de la acreditación del laboratorio de Aguas Naturales del CIRA/ UNAN-Managua, esto puesto que hoy en día los laboratorios a nivel nacional como a nivel internacional deben demostrar que sus métodos analíticos proporcionan resultados fiables y adecuados para su finalidad y propósito ya que muchas de las decisiones que se toman están basadas en la información que estos datos proporcionan.

**ISSN:** 2305-5790

**Año:** 2020

**Revista:** Revista Científica de FAREM-Estelí

**Título:** Validación y estimación de incertidumbre de un método analítico para cuantificar hierro total por el método colorimétrico de la fenantrolina en agua potable y natural

**Autores:** Jonathan Herrera M.

**Página:** 154-168

**DOI:** <https://doi.org/10.5377/farem.v0i34.10014>

**Enlace:** <https://camjol.info/index.php/FAREM/article/view/10014/11520>

## Empleo de las estrategias de aprendizaje en la universidad. Un estudio de caso

### Use of Learning Strategies in the University. A Case Study

Mitchell Alberto Alarcón Díaz\* 

La metodología se basó en la aplicación del enfoque cualitativo con un diseño de estudio de caso en el que se consideró la caracterización del empleo de las estrategias de aprendizaje por parte de un grupo de estudiantes de educación superior. A través de la observación directa y la entrevista persona a persona, se identificaron aquellas estrategias que marcaban la praxis constante de los estudiantes y las conversaciones realizadas con 13 de ellos, que tuvieron como propósito el profundizar en los hallazgos venidos de la observación con el fin de interpretar la acción de éstos. El rigor científico de la investigación estuvo demarcado por los criterios de credibilidad y confirmabilidad expresados en la selección de los sujetos participantes y el diálogo auténtico plasmado en las entrevistas realizadas.

**ISSN:** 2310-4635

**Año:** 2019

**Revista:** Propósitos y Representaciones

**Título:** Empleo de las estrategias de aprendizaje en la universidad. Un estudio de caso

**Autores:** Alarcón Mitchell - Alcas Noel - Alarcón Henry - Natividad José - Rodríguez Antonio

**Página:** 10-32

**DOI:** <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.265>

**Enlace:** [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992019000100002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992019000100002&script=sci_arttext)



## La entrevista en la investigación narrativa. Reflexiones teóricas para un acercamiento al referente empírico de las trayectorias académicas

*The interview in narrative research. Theoretical reflections for an approach to the empirical reference of academic trajectories*

**Rubén Madrigal**

Instituto Superior de Ciencias de la Educación del Estado de México (ISCEEM), México.

<https://orcid.org/0000-0002-8568-2279>  
ruben.madrigal@isceem.edu.mx

Recibido: 26/02/2021  
Aceptado: 30/03/2021

El instrumento elegido para la investigación es la entrevista, no la elaborada con parámetros de pregunta respuesta, sino una que “mediante el diálogo se desarrolla un *significado compartido y se construye el sentido* sobre el asunto” (Bolívar et al, 2011, p. 150). El reto es hacer que el entrevistado y el entrevistador se encuentren en un mismo plano a la hora de comenzar la entrevista narrativa.

**ISSN:** 2525-2089

**Año:** 2021

**Revista:** Saberes y prácticas. Revista de Filosofía y Educación

**Título:** La entrevista en la investigación narrativa. Reflexiones teóricas para un acercamiento al referente empírico de las trayectorias académicas

**Autores:** Rubén Madrigal

**Página:** 1-15

**DOI:** <https://doi.org/10.48162/rev.36.010>

**Enlace:** <https://revistas.uncu.edu.ar/ojs3/index.php/saberesypracticas/article/view/4496/3803>

## Artículo No. 36

Dom. Cien., ISSN: 2477-8818  
Vol. 8, núm. 1. Enero-marzo, 2022, pp. 1165-1185



Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que apoyan a la Investigación Científica en tiempo de Pandemia

---



DOI: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i41.2546>

Ciencias Económicas y Empresariales  
Artículo de Investigación

### *Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que apoyan a la Investigación Científica en tiempo de Pandemia*

La tradicional forma de recolectar datos ha asegurado a través de la estandarización metodológica el levantamiento de información de calidad. A esto, la evolución de las TICs propicia herramientas digitales que acoge la comunidad científica, mismas que hace mucho han permitido la recolección de datos de manera online y offline (17), y que a partir de la pandemia por la COVID-19 algunas técnicas e instrumentos en el entorno virtual han sido ampliamente aplicadas, a diferencia que en pre-pandemia; debido a que se consideraban menos precisos en ciertas investigaciones. Es importante mencionar que en el entorno virtual el avance de las TICs en **la aplicación de las técnicas e instrumentos de la recolección de datos han mejorado sustancialmente para asegurar la calidad de los resultados de la investigación científica, y paralelamente se han adaptado ofreciendo múltiples ventajas sobre la aplicación de técnicas tradicionales.**

**ISSN:** 2477-8818

**Año:** 2022

**Revista:** Dominio de las Ciencias

**Título:** Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que apoyan a la Investigación Científica en tiempo de Pandemia

**Autores:** Cisneros, Alicia; Guevara, Alex; Urdánigo, Johnny; Garcés, Julio

**Página:** 1165-1185

**DOI:** <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i41.2546>

**Enlace:** <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/2546/57>

14

**Guía metodológica para mejorar el uso de las TIC del docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Unidad Educativa “Rosa Herlinda Zambrano Ganchozo”**

**Methodological guide to improve the use of TIC by the teacher in the teaching-learning process of the Educational Unit "Rosa Herlinda Zambrano Ganchozo"**

Pepina Elizabeth Vélez Bravo <sup>1</sup>[0009-0002-0192-5112], Gustavo Adolfo Santana Sardi <sup>2</sup> [0000-0003-1916-1878]

Hablar de tecnologías de la información y la comunicación en el campo de la educación significa identificarlas como un proceso múltiples bordes formados a partir de sus relaciones, a menudo, usando conceptos tales como la inclusión, el uso, la articulación y la integración que le permiten enmarcar generalmente, que identifica la función no sólo como complementaria desde la perspectiva del aula, es decir, su parte didáctica, sino también desde la perspectiva currículo y marco pedagógico general.

**ISSN:** 2796-9320

**Año:** 2023

**Revista:** Tesla Revista Científica

**Título:** Guía metodológica para mejorar el uso de las TIC del docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Unidad Educativa “Rosa Herlinda Zambrano Ganchozo”.

**Autores:** Vélez Pepina - Santana Gustavo

**Página:** e211-e211

**DOI:** <https://doi.org/10.55204/trc.v3i2.e211>

**Enlace:** <https://tesla.puertomaderoeditorial.com.ar/index.php/tesla/article/view/2>

[11/266](#)

**LA GIMNASIA EDUCATIVA Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS  
CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS: REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**EDUCATIONAL GYMNASTICS AND ITS INFLUENCE ON THE DEVELOPMENT  
OF BASIC PHYSICAL ABILITIES: SYSTEMATIC REVIEW**

David Sebastian Chávez Ligna<sup>a</sup>

La Gimnasia en general es una disciplina deportiva donde el cuerpo es el principal autor, a nivel mundial ha tenido una serie de cambios, y formas de usarla en relación a la calidad de vida, es por ello que se la ha incluido en la educación moderna específicamente en clases de Educación Física donde toma relevancia el desarrollo de las capacidades físicas básicas, por tal razón el objetivo de este trabajo es realizar una revisión sistemática de la literatura científica de la Gimnasia educativa en el desarrollo de las capacidades físicas básicas; se emplearán como principales motores de búsqueda las bases de datos como: Redalyc, Dialnet, Scielo y Google Académico y el periodo de búsqueda será de los años 2016 al 2022, donde se utilizarán palabras claves en idioma español e inglés como “Gimnasia”, “Educación física”, Capacidades Físicas Básicas/ “Gymnastics”, “Physical education”, “Basic Physical Capabilities” y se va a emplear como operadores booleanos “y / and” y el operador de concatenación “+ / or”. Por consiguiente, como resultados principales se pudo encontrar que implementar la Gimnasia educativa en las clases de Educación física específicamente en el desarrollo de las capacidades físicas básicas es un aspecto positivo en el aprendizaje y mejora de las mismas.

**ISSN:** 1745-2891

**Año:** 2023

**Revista:** GADE: Revista Científica

**Título:** La gimnasia educativa y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas básicas: revisión sistemática

**Autores:** David Sebastián Chávez Ligna

**Página:** 89-107

**DOI:** No tiene.

**Enlace:** <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/215/84>



*Ejercicios de desplazamiento de la gimnasia rítmica en el desarrollo de la  
psicomotricidad en niños de preparatoria*

*Movement exercises of rhythmic gymnastics in the development of psychomotor  
skills in high school children*

*Exercícios de movimento da ginástica rítmica no desenvolvimento da  
psicomotricidade em crianças do ensino médio*

María Susana Mesías Aguirre <sup>1</sup>

La Educación Física considerar toda una serie de **acciones motrices** que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, receptor. Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento. Parra (2019) define la **coordinación motriz** como la función de reaccionar de manera segura y económica frente a las múltiples situaciones sin perder el equilibrio articular, por consiguiente, es indispensable para la ejecución de los movimientos. **Los ejercicios de coordinación posibilitan la facilidad de un grupo de capacidades motrices en las que los movimientos ayudan al movimiento que se pretende conseguir como reptar, gatear, marchar, correr, brincar y trepar.**

**ISSN:** 2550-682X

**Año:** 2020

**Revista:** Polo conocimiento

**Título:** Ejercicios de desplazamiento de la gimnasia rítmica en el desarrollo de la psicomotricidad en niños de preparatoria

**Autores:** Mesías María - Castro Edison

**Página:** 1098-1114

**DOI:** 10.23857/pc.v8i8.6056

**Enlace:** <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/6069/15312>