	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 5
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2022-11-28
		PÁGINA: 1 de 6

Código de la dependencia. 16

**FECHA** 16/11/2021

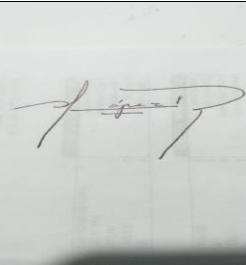
Señores  
**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
 BIBLIOTECA  
 Ciudad

<b>UNIDAD REGIONAL</b>	Extensión Soacha
<b>TIPO DE DOCUMENTO</b>	Trabajo de grado
<b>FACULTAD</b>	Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física
<b>NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO</b>	10 Semestre
<b>PROGRAMA ACADÉMICO</b>	Ciencias del Deporte y la Educación Física

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Chala Canastero	Brayan Nicolás	1024585888
Hurtado Castro	Sebastián	1073711497

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
López Riaño	Hernán
	

**TÍTULO DEL DOCUMENTO**

Implementación de un programa de siete semanas para estimular las habilidades motrices utilizando el voleibol como medio para facilitar el proceso con niños de 9 a 12 años de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida.

**SUBTÍTULO**

(Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

**TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:**  
Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía

Profesional en Ciencias del Deporte y la Educación Física

AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
2021	109

**DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS**  
(Usar 6 descriptores o palabras claves)

ESPAÑOL	INGLÉS
1 destrezas motrices	motor skills
2 estímulo de destrezas	skill stimulation
3 actividad física	physical activity
4 voleibol	volleyball
5.	
6.	

**RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS**  
(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

La actividad física, es un área muy amplia al estudiar, ya que no solo se habla de la práctica de alguna disciplina deportiva de competencia, si no de la necesidad de alcanzar el desarrollo óptimo por parte de todos los seres humanos y la contribución que los deportes pueden hacer, así no se tenga la finalidad de ingresar a alguna competencia.

En este caso, se observa que por medio de algunas actividades dirigidas desde el deporte voleibol se pudo mejorar algunas de las destrezas de los niños de la institución, en particular coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto; donde los estudiantes aplicaron unos test antes y después de desarrollar 7 semanas de entrenamiento con la intención de poder medir los cambios. A partir de eso se pudo evidenciar cambios importantes en las destrezas de los niños alcanzando claramente el objetivo del presente estudio.

Physical activity is a large broad area when studying, since it not only talks about the practice of some competitive sports discipline, but also about the need to achieve optimal development on the part of all human beings and the contribution that sports can do, even if the purpose is not to enter a competition.

In this case, it is observed that through some activities directed from the sport of volleyball, it was possible to improve some of the skills of the children of the institution, in particular manual visual coordination, visual pedal coordination and jumping; where the students applied some tests before and after developing 7 weeks of training with the intention of being able to measure the changes. From that, important changes in the children's skills could be evidenced, clearly reaching the objective of the present study.

**FUENTES (Todas las fuentes de su trabajo, en orden alfabético )**

Alexánder, E. (2014). Fisiología cardiovascular, renal y respiratoria. Mexico.

Castañeda, S. (2016). PRINCIPALES FACTORES DE DESERCIÓN EN MUJERES PORRISTAS A NIVEL COLEGIAL EN LAS CATEGORÍAS INFANTIL, JUNIOR Y JUVENIL DE SANTIAGO DE CALI ENTRE 2012 Y 2014. UNIVERSIDAD DEL VALLE.

Cigarroa, I., Sarqui, C., & Zapata-Lamana, R. (2015). Effects of physical inactivity and obesity in psychomotor development in children: A review of Latin American. *Universidad y Salud*.

Cos, I. R., & Barrios, A. R. (2010). Las capacidades físicas básicas dentro de la educación secundaria: una aproximación conceptual a través de la revisión del temario para oposiciones. *EFDeportes*.

Elliot, J. (2000). metodología de la investigación en educación. Morata, S. L.

García Rodríguez, J., & Fonseca Hernández, C. (2012). LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS Y LAS JÓVENES MEXICANOS Y MEXICANAS: UN ANÁLISIS COMPARATIVO ENTRE LAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS Y PRIVADAS. *MHSalud*.

González, J. I., Ortega, F. Z., Garófano, V. V., Martínez, A. M., Sánchez, S. G., & Díaz, M. E. (2016). Actividad física de adolescentes: implicación de sustancias nocivas, modalidad practicada y familia. *Psicología Escolar e Educativa*.

Huertas, O. R., & Tibamoso, M. M. (2011). ANÁLISIS DE LA MOTIVACIÓN DEL TALENTO HUMANO COMO FACTOR COMPETITIVO EN EL SECTOR BANCARIO DE LA CIUDAD DE TUNJA. UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA - UNAD.

Martínez, A. C., Chillón, P., Miguel, & Isaac Pérez, R. C. (2012). Motives of practice physical activity and sport in Spanish adolescents: The AVENA study. *Digitalización de las escuelas rurales asturianas: maestros rurales 2.0 y desarrollo local*.

Moreno, J. A., & Martínez, C. (2016). HACIA UNA MEJORA DE LA COMPETENCIA DEPORTIVA: ESTILOS MOTIVACIONALES EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE ESCOLAR. Universidad de Almería.

OMS. (2020). Actividad física. Organización mundial de la salud.

OMS. (2020). Obesidad y sobrepeso. OMS.

Ortega, E. (2017). Autoimagen El Espejo Interno. *wordpress*.

Picó, D. (2015). Diseño de pruebas motrices perceptivas. Hacia la autoevaluación en educación física. Tesis Doctoral. Universidad de Lleida

Sánchez Jiménez, A., & León Ariza, H. H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*.

Urrego, P. A. (2015). RIESGO DE DEPRESIÓN Y RIESGO DE ANSIEDAD EN EL ADULTO MAYOR RESIDENTE EN LA ZONA SUROESTE DEL DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA. Universidad CES.

Vidarte, J. A. (2011). ACTIVIDAD FÍSICA: ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD.

Vinuesa, M. (2016). Conceptos y métodos para el entrenamiento físico. España.

**AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN**

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son: Marque con una "X":

<b>AUTORIZO (AUTORIZAMOS)</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	X	
2. La comunicación pública, masiva por cualquier procedimiento, medio físico, electrónico y digital	X	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	X	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional con motivos de publicación, en pro de su consulta, vicivilización académica y de investigación.	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. SI \_\_\_\_\_ NO  .  
En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

#### LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).
- Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

- e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el "Manual del Repositorio Institucional AAAM003"
- i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- CompartirIgual.



- j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



**Nota:**

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. Nombre completo del trabajo.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
Implementación de un programa de siete semanas para estimular las habilidades motrices utilizando el voleibol como medio para facilitar el proceso con niños de 9 a 12 años de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida.	Texto
2.	
3.	
4.	

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:	
APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafa)
Chala Canastero Brayan Nicolás	
Hurtado Castro Sebastián	

**Implementación de un programa de siete semanas para estimular las habilidades motrices  
utilizando el voleibol como medio para facilitar el proceso con niños de 9 a 12 años de la  
Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida.**

Brayan Nicolás Chala Canastero

Sebastián Hurtado Castro

Trabajo de grado para optar al título de Profesional el Ciencias del Deporte y la Educación Física

Asesor:

Magister en

Universidad de Cundinamarca

Facultad Ciencias del Deporte y la Educación Física

Programa de Ciencias de Ciencias del Deporte y la Educación Física

Soacha, mayo 2021

### **DEDICATORIA**

Este proyecto se lo dedico a mi familia en especial a mi madre y a mi padre quienes hicieron posible con esfuerzo y dedicación, este título profesional.

*. Sebastián Hurtado*

El presente trabajo está dedicado a mis padres y a mi hija por ser la motivación en seguir dando cada paso, por haber sido mi apoyo a lo largo de toda mi carrera universitaria y a lo largo de mi vida. A todas las personas especiales que me acompañaron en esta etapa, aportando a mi formación tanto profesional como ser

humano

*Brayan Chala*



### *AGRADECIMIENTOS*

Agradecimiento a el apoyo profesional de la universidad de Cundinamarca, a cada uno de los directivos y profesores que contribuyen en mi construcción de conocimientos en el campo para mí profesión.

*Sebastián Hurtado*

Quiero agradecer a la Universidad de Cundinamarca, directivos y profesores por ser la sede de todo el conocimiento adquirido durante estos años.

Agradezco al instituto Eduardo Santos sede Florida, por darnos la oportunidad y la confianza de realizar este trabajo.

*Brayan Chala*

**Tabla de Contenido**

	<b>pág.</b>
Agradecimientos .....	9
Lista de figuras .....	12
Resumen .....	15
Abstract.....	16
Introducción .....	18
Planteamiento del problema.....	19
Pregunta problema.....	20
Objetivos .....	21
Objetivo General.....	21
Objetivo Específicos.....	21
Justificación .....	22
Marco Referencial.....	23
Marco teórico.....	23
Marco conceptual.....	26
Estado del arte.....	27
Diseño Metodológico.....	30
Tipo de investigación y limitaciones que se tendrán: .....	30
Indicación del universo, la población y la muestra con los cuales se trabajará. ..	27
Población .....	30
Muestra .....	30
Procedimientos y técnicas para la recolección de la información. ....	31
PROGRAMA ::::: .....	29
Actividades que se realizarán: .....	31
Resultados .....	32
Caracterización de la muestra, grupo 1.....	32
Caracterización de la muestra grupo 2.....	33
Test inicial grupo 1 .....	33
Test inicial grupo 2 .....	35
Programa implementado.....	37
Test final grupo 1.....	45

Test final grupo 2.....	47
Discusión.....	49
Conclusiones .....	53
Bibliografía .....	54
Anexos .....	56

**LISTA DE TABLAS**

	<b>pág.</b>
Tabla 1 Caracterización grupo 1 .....	32
Tabla 2 Caracterización grupo 2 .....	33

*LISTA DE FIGURAS*

	<b>pág.</b>
Figura 1 Edad .....	30
Figura 2 peso .....	30
Figura 3 Estatura .....	31

Figura 4 edad.....	32
Figura 5 Peso.....	32
Figura 6 Estatura.....	33
Figura 7 test motriz de percepción del esquema personal .....	33
Figura 8 test motriz de percepción espacial.....	34
Figura 9 test motriz de percepción del esquema personal .....	35
Figura 10 test motriz de percepción espacial.....	36
Figura 11 test motriz de percepción del esquema personal .....	45
Figura 12 test motriz de percepción espacial.....	46
Figura 13 test motriz de percepción del esquema personal .....	47
Figura 14 test motriz de percepción espacial.....	48

#### LISTA DE ANEXOS

	pág.
Anexo 1 Consentimientos informados.....	56

Anexo 2 asistencia .....	68
Anexo 3 pre test .....	70
Anexo 4 post test.....	90

### *RESUMEN*

La actividad física, es un área muy amplia al estudiar, ya que no solo se habla de la práctica de alguna disciplina deportiva de competencia, si no de la necesidad de alcanzar el desarrollo óptimo por parte de todos los seres humanos y la contribución que los deportes pueden hacer, así no se tenga la finalidad de ingresar a alguna competencia.

En este caso, se observa que por medio de algunas actividades dirigidas desde el deporte voleibol se pudo mejorar algunas de las destrezas de los niños de la institución, en particular coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto; donde los estudiantes aplicaron unos test antes y después de desarrollar 7 semanas de entrenamiento con la intención de poder medir los cambios. A partir de eso se pudo evidenciar cambios importantes en las destrezas de los niños alcanzando claramente el objetivo del presente estudio.

**Palabras Clave:** destrezas motrices, estímulo de destrezas, actividad física, voleibol.

\

*ABSTRACT*

Physical activity is a large broad area when studying, since it not only talks about the practice of some competitive sports discipline, but also about the need to achieve optimal development on the part of all human beings and the contribution that sports can do, even if the purpose is not to enter a competition.

In this case, it is observed that through some activities directed from the sport of volleyball, it was possible to improve some of the skills of the children of the institution, in particular manual visual coordination, visual pedal coordination and jumping; where the students applied some tests before and after developing 7 weeks of training with the intention of being able to measure the changes. From that, important changes in the children's skills could be evidenced, clearly reaching the objective of the present study.

**Key Word-** motor skills, skill stimulation, physical activity, volleyball.





## INTRODUCCIÓN

La pandemia trajo cambios en todo el globo, tales que ya la cotidianidad no fluye de la misma forma y se aumentó el uso de las comunicaciones para disminuir los efectos del aislamiento social, en que se vio todo el planeta a causa de la presencia del virus, en el caso del colegio en que se ejecutó el presente estudio la situación no es diferente, ya que durante la indagación antes de iniciar la actividad en el colegio, las maestras indicaron la existencia de las dificultades que trajo el aislamiento sobre las destrezas motrices de los niños, evidenciando así, la necesidad de la intervención. A partir de ahí surge el objetivo general que es: Estimular las destrezas motrices coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto desde la práctica del voleibol de niños de 9 a 12 años de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida.

Para alcanzar tal fin se dio uso a una metodología cuantitativa descriptiva, en la que a partir de los puntajes obtenidos en los diferentes test se describía la situación de la población específicamente en el desarrollo de las destrezas motrices, dentro de las cuales se evaluaron y estimularon 3 que fueron viso pedal, viso manual y salto.

Bajo ese orden de ideas, se aplicaron las pruebas pretest y post test que fueron: test motriz de percepción del esquema personal y test motriz de percepción espacial; donde en las primeras pruebas no se obtuvo muy buenos resultados; pero en las que se aplicaron al final de la intervención se encontró una notoria mejoría.

Finalmente se llegó a la conclusión de que se pudo generar en los estudiantes un efecto positivo sobre su desarrollo de destrezas y resulta favorable seguir desarrollando estudios como el actual para llevar a los participantes a una condición óptima.

### **Planteamiento del problema**

En el caso colombiano según el ministerio de salud y el DANE, En Colombia no hubo mayores variaciones este siglo. Mientras en el 2001 en 81,7 % de los jóvenes y el 86,8 % de ellas eran sedentarios, en el 2016 las cifras se ubicaban en 81 y 87 por ciento, respectivamente. En general, el sedentarismo de los adolescentes colombianos está en 83,9 % (DANE, 2020)

Por otro lado, cuando se habla de la condición mental de la población la situación no es menos preocupante ya que aproximadamente el 50% de la población o tiene un trastorno depresivo o a cursado alguna vez en su vida por una depresión mayor, que acompañada con el exceso de tiempo libre y la falta de interés en la realización de alguna actividad se pueden convertir en una bomba que termina convirtiéndose en intentos de suicidio o en consumo de sustancias psicoactivas (Urrego, 2015)

El deporte tiene un efecto importante sobre la salud de las personas a partir de la liberación de hormonas como lo son la melatonina, adrenalina y en especial de oxitocina, que estas mantienen a la persona en condiciones anímicas óptimas y le permite ver la realidad de su vida de una forma positiva, dando soporte a la situación mental que se afecta tanto por las diferentes condiciones que trae la realidad colombiana.

Lo anterior se suma al escaso desarrollo de destrezas motrices debido a la inactividad o sedentarismo, lo que implica que la motricidad está disminuida a su mínima expresión por falta de acondicionamiento físico (Cos & Barrios, 2010) , siendo este el fenómeno más observado entre la población a estudiar; ya que a causa de los cambios sociales, hace 20 o 30 años los pasatiempos de los niños era salir a jugar al parque, a tiempo presente los pasatiempos incluyen series y videojuegos, cosa que limita la movilidad y da oportunidad al sedentarismo, y si se incluye el efecto de la pandemia se puede llegar a efectos nefastos tanto para el tiempo presente como para el futuro respecto de la salud de las personas y la calidad de vida que estos han de llevar.

La problemática por estudiar se fundamenta en las necesidades de salud de la población ya que actualmente el sedentarismo se espera que sea causante de tantas muertes como la pandemia,

además de que en caso de el grupo de estudio existe una disminución en el desarrollo de destrezas motrices ya que por encontrarse en pleno desarrollo corporal requieren de la actividad física para fortalecer su motricidad tanto gruesa como fina.

Además de eso, la OMS tiene las alarmas encendidas a causa del aumento desmedido de consumidores de sicoactivos, ya que cada vez es más la población consumidora entendiendo que la razón principal del consumo se fundamenta en el conflicto que puede ser a nivel personal, familiar y social; además del escaso acceso a oportunidades tanto académicas como laborales, el exceso de tiempo libre y la falta de orientación, convirtiéndose en otra pandemia silenciosa que aqueja a la población y en la cual la práctica de una actividad deportiva puede tener un efecto importante a causa de la liberación hormonal, relajación y disminución de la ansiedad que genera la práctica de mínimo 30 minutos de deporte intenso.

Dadas las condiciones que genero la pandemia y la actual situación de alternancia en las instituciones, en el programa que se desarrolla en el actual estudio se establece una serie de actividades para desarrollar en clase de forma presencial y otras para que los niños las ejecuten en casa con la intención de que no se pierda la continuidad ni la oportunidad del programa, convirtiéndolo en un elemento novedoso y útil frente a la actual situación de pandemia que se presenta en el mundo entero.

En vista de la situación antes planteada y el interés de algunos individuos que se inscriben para iniciar la práctica de actividad física, en el presente estudio se plantea la siguiente pregunta de investigación:

### *PREGUNTA PROBLEMA*

¿Es posible estimular las destrezas motrices coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto, desde la práctica del voleibol de niños de 9 a 12 años de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida?

Objetivos

*OBJETIVO GENERAL*

Estimular las destrezas motrices coordinación, coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto desde la práctica del voleibol de niños de 9 a 12 años de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida.

*OBJETIVO ESPECÍFICOS*

Caracterizar al grupo de ingreso de acuerdo con sus habilidades motrices coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto.

Identificar los estados de desarrollo de las habilidades trabajadas con base a las pruebas tanto previa como posterior a la intervención.

Evaluar los resultados del pretest y post-test para establecer los cambios en la población intervenida y si la intervención surtió algún efecto sobre la población

### **Justificación**

La principal razón por la que se espera poder desarrollar este proyecto está fundamentada en las estadísticas de sedentarismo que según el estudio de la Carga Mundial de Enfermedades (GBD) publicado en The Lancet, el sedentarismo se ha apoderado ya del 31,1% de las personas, más mujeres que hombres, y se encuentra en la posición número dieciséis de los factores de riesgo de morbi-mortalidad a nivel global; destacando, negativamente, países como Argentina, Brasil, España, Gran Bretaña, Australia, Nueva Zelanda, Japón, Sudáfrica, Arabia Saudí, EE.UU. de Norteamérica y México..

Bajo ese orden de ideas, con este proyecto se espera contribuir en la disminución de dichas cifras para hacer un aporte a la sociedad y las necesidades que desde el área de la actividad deportiva se pueden fortalecer, también se busca disminuir la posibilidad de que los jóvenes inicien búsqueda de experiencias en opciones como el consumo de sicoactivos, y que según la encuesta mundial de consumo aproximadamente el 40% de la población consume algún tipo de sicoactivo y el 80% lo ha consumido en algún momento, situación que también genera una alerta importante ya no solo a nivel físico si no mental y social, poniendo a la población en mayor vulnerabilidad.

El presente proyecto se espera poder ejecutar con la intención de disminuir el sedentarismo en los estudiantes desarrollando sus destrezas motrices a cabalidad, motivándolos a incluir la actividad física dentro de su diario vivir para que tomen conciencia de lo que implica llevar una vida saludable conservando los hábitos correctos, que les permitan contar con una salud óptima tanto física como mental.

Además de eso, hacer el aporte a las ciencias del deporte por medio de diseño de un programa de 8 semanas que muestre resultados efectivos en las destrezas motoras de los niños, que en su momento se puede extender tanto en el tiempo como en la cantidad de asistentes de acuerdo tanto a los resultados obtenidos en los test aplicados antes de iniciar y después de terminar la intervención

## **Marco Referencial**

### ***Marco teórico***

Para comenzar es necesario hablar acerca del entrenamiento mental, que este es cada vez es más importante en el ámbito deportivo, el trabajo psicológico o mental con los deportistas. Sobre todo, en el alto rendimiento no se concibe un trabajo profesional sin considerar esta importante variable. En los países desarrollados deportivamente, el factor psicológico ya no se discute, y está integrado plenamente al trabajo multidisciplinario que recibe el deportista durante su preparación y entrenamientos. En algunas ocasiones esta labor es llevada a cabo por los mismos entrenadores (preparados para hacerlo), y en otras oportunidades, es el psicólogo (especializado en deportes), el que se encarga de dirigir y sostener el apoyo psicológico (Sánchez Jiménez & León Ariza, 2012)

Partiendo de esta premisa, es necesario conocer algunas de los diferentes factores y/o aspectos que componen el trabajo de intervención y de desarrollo de la psicología de la actividad física y deportiva.

Según Arnaldez (1992) es necesario buscar la manera de generar motivación en la práctica deportiva como si la misma fuere el motor de la conducta. Debido a que la motivación es necesaria en toda actividad psíquica; eso implica que antes de ejecutar actividad física es necesario establecer la razón por la que se ha de ejecutar, y comprenderla claramente por que esa manera se obtiene la motivación, ya que se va a resolver alguna necesidad previa llevando al individuo a una sensación importante de plenitud.

El éxito de los programas de entrenamiento para estas edades depende en gran medida de la motivación experimentada por los deportistas, ya que sentimientos de aburrimiento y experiencias humillantes contribuirán a desarrollar actitudes negativas hacia la misma, mientras que experimentar competencia y sentimientos de diversión, disfrute, etc., permitirán afianzar actitudes positivas hacia la actividad. En este sentido, la mayoría de las investigaciones revisadas reconocen la motivación como un elemento clave para lograr el compromiso y la adherencia al deporte, siendo la TAD la teoría más utilizada para explicar la adherencia a la práctica. Con este objetivo, el de relacionar la TAD con la adherencia al ejercicio físico, se ha diseñado este número especial de

RICYDE a través de artículos por invitación directa (Moreno & Martínez, 2016)

Por ello, en las últimas tres décadas se ha ido perfilando en el horizonte de la motivación una de las teorías que cuenta actualmente con uno de los constructos teóricos más coherentes y sólidos para explicar la motivación humana, y más concretamente, la motivación hacia las actividades físicas y deportivas: la Teoría de la Autodeterminación (TAD) de Deci y Ryan (1985).

Es necesario conceptualizar la promoción de la salud, la cual es entendida como el proceso que permite que las personas incrementen en control sobre los determinantes de la salud y, en consecuencia, mejorarla; además, este documento propone qué promoción de la salud representa un proceso integral social y político, que no solo abarca acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos, sino también a acciones dirigidas a las cambiantes condiciones sociales, ambientales y económicas a fin de aliviar su impacto en la salud. En este mismo sentido, para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente (Vidarte, 2011)

La promoción de la salud es complementaria con la prevención primaria, es decir, prepara y condiciona las intervenciones individuales y colectivas desde la actividad y el ejercicio físico. La promoción no es solo la difusión y masificación de la información acerca de programas de actividad y ejercicio físico, sino que también se incluyen políticas para la reducción del sedentarismo, políticas de movilidad urbana, adecuación de espacios públicos y políticas de salud en enfermedades crónicas, esto en intervención de colectivos. Por su parte, las intervenciones individuales hacen referencia a la intervención del entorno que favorezca la realización de actividad y ejercicio físico con espacios y entornos adecuados que promuevan la decisión del individuo de cambiar sus estilos de vida hacia la actividad. La actividad física se vincula al concepto de salud y calidad de vida como una estrategia o intervención efectiva que permite mejorar la autopercepción, el nivel de satisfacción de las necesidades individuales y colectivas, y los beneficios reconocidos que esta trae desde lo biológico, psicosocial y cognitivo. Por lo cual se convierte en una herramienta



efectiva para mejorar la calidad de vida de la población.

Aaron Antonovsky no podía explicarlo. ¿Cómo era posible? ¿Cómo podían estas mujeres haber vivido una vida plena y feliz, a pesar de todo lo vivido? Por aquel entonces, Aaron Antonovsky, médico sociólogo (1923-1994), se dedicaba a investigar los aspectos de carácter sociológico relacionados con la salud. En una de sus investigaciones empíricas más importantes, estudió la mala adaptación al climaterio y los efectos de malfuncionamiento a largo plazo en mujeres menopáusicas que habían estado sometidas a eventos extremadamente estresantes en sus vidas. Su población diana eran mujeres nacidas entre 1914 y 1923 en Europa Central. Dentro de su estudio, había un grupo poblacional de mujeres que habían vivido el Holocausto. La hipótesis de Antonovsky daba por hecho que ese grupo poblacional mostraría más síntomas propios de la menopausia (por una mal adaptación al climaterio, con su consiguiente peor nivel de salud) que el grupo control del estudio. Esta adaptación se midió en términos de sintomatología menopáusica, percepción subjetiva de salud, nivel de salud física y emocional y el rol de satisfacción. Y encontró algo que no sospechaba. Dentro de ese grupo que había sobrevivido al campo de concentración y al horror nazi, había un grupo de mujeres (que en proporción no resultaba estadísticamente significativo) que percibían un buen nivel de salud. Que habían vivido plenamente. Que eran felices. ¿Cómo demonios se pueden explicar? Antonovsky dijo: “¡Aunque solo hubiera sido una mujer, también habría sido importante averiguar por qué!”. Este hallazgo condujo al nacimiento del modelo salutogénico.

Antonovsky se planteó tres preguntas, a partir de las cuales empezó a desarrollar su modelo:

¿Por qué las personas se mantenían saludables a pesar de estar expuestas a tantas influencias perjudiciales? ¿Cómo se las arreglan para recuperarse de sus enfermedades? ¿Qué tienen de especial las personas que no enferman a pesar de vivir en la tensión más extrema?

El modelo salutogénico deja de centrarse en los estresores (que son los mismos para todo el mundo) y pone el foco de atención en la manera que tenemos de lidiar con ellos, con las situaciones que nos ocurren a diario. Esta capacidad de entender lo que nos ocurre, de saber utilizar los recursos a

nuestra disposición para manejarnos en estas situaciones y poder ver más allá de lo acontecido, fue lo que él denominó Sentido de Coherencia (SOC).

### *Marco conceptual*

**Motivación personal:** La motivación personal o automotivación es tener el impulso y el entusiasmo para lograr algo sin la supervisión o influencia de otros. Cuando un individuo está motivado, se siente más realizado y ve posible alcanzar sus objetivos. Contar con capacidad de automotivación es una gran ventaja, ya que puede mejorar la calidad de vida, además de desempeñar un papel importante en el desarrollo profesional (Huertas & Tibamoso, 2011). Este término es importante para la presente investigación debido a que se necesita tener claridad frente a los conceptos claves, donde en efecto la forma de pensar y las razones por las cuales participar deben verse fortalecidas tras cada jornada de entrenamiento para que los participantes no abandonen la práctica.

**Autoimagen:** La autoimagen que nos formamos es importante, porque determina nuestra actitud ante la vida. Si pensamos que somos capaces, nos vamos a sentir motivados para actuar y vamos a tener éxito. ... El problema es que esas etiquetas que formaron nuestra autoimagen no son un reflejo real de nosotros (Ortega, 2017) este es un concepto de suma importancia ya que va ligado con una sana autoestima y cualquier trastorno en esta podría terminar convirtiéndose en el fracaso de la intervención

**Actividad física:** Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. Se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo) (OMS, Actividad física, 2020) es el soporte al actual estudio ya que es a herramienta con la que cuentan los estudiantes para intervenir en la población y llevarlos a tener una condición física y mental optimas

**Índice de masa corporal:** El índice de masa corporal (IMC) es un número que se calcula con base en el peso y la estatura de la persona. Para la mayoría de las personas, el IMC es un indicador

confiable de la gordura y se usa para identificar las categorías de peso que pueden llevar a problemas de salud (OMS, Obesidad y sobrepeso, 2020) es uno de los indicadores que permite conocer la situación real del cuerpo del participante mostrando la necesidad de cambiar de hábitos transformándolos en saludables para que pueda prolongar su vida y proteger su salud

**Índice de grasa corporal:** El índice de grasa corporal ayuda a saber si un ser humano presenta un nivel excesivo de grasas. Cuando dicho indicador supera un cierto porcentaje (generalmente el 25% en los hombres y el 32% en las mujeres), revela el sobrepeso (OMS, Obesidad y sobrepeso, 2020) en este caso, este índice es un poco menos usado, sin embargo, permite a los investigadores anteponerse ante cualquier riesgo por situaciones como esclerosis o endurecimiento vascular o desplazamiento de trombos que durante la práctica pongan en riesgo la vida del participante

**Calidad de vida:** se refiere al conjunto de condiciones que contribuyen al bienestar de los individuos y a la realización de sus potencialidades en la vida social. ... Entre los factores subjetivos se encuentra la percepción de cada individuo de su bienestar a nivel físico, psicológico y social (OMS, Obesidad y sobrepeso, 2020) este término es de suma importancia y que se trata del objetivo a alcanzar, ya que se espera que luego de que se intervenga la población, esta se encuentre en óptimas condiciones tanto físicas como mentales con la intención de que alcancen la mejor calidad de vida independientemente de sus condiciones económicas

### ***Estado del arte***

Para comenzar es adecuado hablar del estudio desarrollado en España por Martínez y colaboradores (2019), donde los investigadores indican que la práctica de actividad físico-deportiva es un medio ideal para la obtención de beneficios bio-psico-sociales en la salud de los jóvenes. El objetivo del estudio fue conocer los motivos de práctica de actividad físico-deportiva en una muestra representativa de adolescentes españoles. Se efectuó un estudio descriptivo de corte transversal y se empleó la encuesta sobre comportamientos, actitudes y valores sobre actividad física y deportiva del Grupo AVENA. La muestra fueron 2.859 estudiantes, procedentes de centros públicos y privados de cinco ciudades españolas: Granada, Madrid, Murcia, Santander y Zaragoza.

Los investigadores encontraron que la diversión, la realización de ejercicio físico, estar con los amigos y el gusto hacia la práctica son, en ese orden, los principales motivos señalados para realizar actividad físico-deportiva en el tiempo libre. El género y la edad modifican significativamente los motivos de práctica físico-deportiva (Martínez, Chillón, Miguel, & Isaac Pérez, 2012)

También el estudio de García y Fonseca, donde según los autores la actividad física en la historia aparece desde el momento mismo en que el ser humano surge en la faz de la tierra como un personaje con necesidad de movimiento, el cual se ha manifestado desde el principio de la humanidad en varias facetas tales como el movimiento mecánico, laboral y social. Esto ha evolucionado directamente en proporción al desarrollo humano, llegando hasta nuestros días a presentarse como parte vital dentro de la formación de los individuos y como un medio indispensable para alcanzar salud; sin embargo, existe también un sesgo en la práctica de dicha actividad física y deportiva, que ha originado un culto al cuerpo basado en un posmodernismo influenciado por los medios masivos de comunicación y estándares de una supuesta belleza física en ocasiones inalcanzable a la realidad humana; lo que ha ocasionado la presencia de problemas físicos, biológicos, pero de igual manera psicológicos, que repercuten en la autoestima y autoimagen de la población joven y adolescente, que se encuentra en busca de su identidad.

Los jóvenes actualmente se encuentran influenciados por un estilo de vida dominado por la modernidad y los avances tecnológicos, lo que deriva en una vida sedentaria que produce efectos nocivos en todos los sentidos y todos los ámbitos; lo cual aunado a programas de un sistema institucional educativo y deportivo establecido con innumerables carencias, nos lleva a complicar más la situación, donde se añaden factores perjudiciales que abarcan desde la ignorancia, la incapacidad e intereses personales, que no nos ayudan para edificar alternativas que comiencen a funcionar. Es primordial el establecer una solución pronta y efectiva encaminada en la sistematización de una actividad física adecuada basada en argumentos científicos y métodos acordes, que nos puedan proveer de los diversos beneficios que su práctica otorga y nos ayuden a

detener el proceso de deterioro físico al cual el ritmo de vida actual no arroja (García Rodríguez & Fonseca Hernández, 2012)

También, González en su investigación dice que los objetivos de la investigación fueron: determinar los niveles de práctica de actividad física en adolescentes, consumo de tabaco y alcohol como fenómeno social, establecer qué tipo de actividad y nivel federativo y dictaminar el nivel de AF en los progenitores; y apreciar cómo influye en la práctica de actividad física regular, el consumo de sustancias, el tipo de deporte practicado y el nivel de práctica de padres y madres. Participaron un total de 2.134 adolescentes, empleándose una hoja de auto registro para las variables: Práctica de AF, Modalidad, Estado Federativo y Nivel de Actividad Física Familiar; el FTND para determinar el Consumo de Tabaco y el AUDIT para el Consumo de Alcohol. Los principales resultados indican que los adolescentes que practican actividad física no consumen habitualmente sustancias nocivas, están influenciados por parámetros familiares, realizan en mayor medida deportes de tipo colectivo y están federados en ellos (González, y otros, 2016)

### **Diseño Metodológico**

#### ***Tipo de investigación y limitaciones:***

El presente es un estudio cuantitativo, donde se busca que a partir de la orientación del instructor el estudiante ejecute su propia rutina de actividad, con la intención de que a tiempo futuro este en capacidad de continuar con la practica independientemente de si tiene a su lado docente o no; de tal manera que se genera un proceso de formación interactivo donde todos los intervinientes participan por que comprenden la intención de la actividad y la necesidad de que esta se desarrolle de la mejor manera posible.

El estudio cuantitativo según Hernández y Baptista (2018), es el que refiere al uso de recolección de datos en variables y usa de diferentes métodos de agrupación y a análisis estadístico, de tal manera que se pueden evidenciar diferencias en las pruebas aplicadas a partir de la sumatoria de las variables.

Las posibles limitaciones están dadas por el tiempo y la oportunidad de los encuentros ya que se espera poder ejecutarlas en presencialidad, pero no ser así, sería una limitación el acceso a las comunicaciones, ya sea por conexión, por aparato o por espacio personal.

#### ***Población***

La población son los estudiantes de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida, que se encuentran ubicados en la ciudad de Soacha, con edades entre los 12 y 15 años.

#### ***Criterios de inclusión***

- Estudiantes de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida
- Curso cuarto de primaria
- Con consentimiento informado por parte de los padres y acudientes.
- Ser voluntarios para participar en el estudio

#### ***Muestra***

Muestreo de selección voluntaria. En dos grupos de 6 integrantes cada uno.

#### ***Variables***

Variable	Descripción	Instrumento
----------	-------------	-------------

Coordinación viso manual	la coordinación óculo-manual o viso manual como aquella habilidad para ajustar y sincronizar los movimientos de nuestras manos y/o dedos entre sí o en relación con un objeto.	Test motriz de percepción del esquema personal (Picó, 2015)
Coordinación viso pedal	También denominada Coordinación oculo-pédica. Hace referencia a la capacidad del sujeto de realizar movimientos que cumplen una finalidad determinada, donde intervienen los agentes ojo – pie	Test motriz de percepción del esquema personal (Picó, 2015)
Salto	Saltar es un movimiento en el que un ser vivo o un objeto no viviente (por ejemplo, un robot) se impulsa a través del aire a lo largo de una trayectoria balística.	Test motriz de percepción espacial (Picó, 2015)

***Procedimientos y técnicas para la recolección de la información.***

Tamizaje previo al inicio de actividades de entrenamiento físico, que integra dos aspectos así:

Aplicación de pruebas de inicio y finalización de la intervención.

Esto permite a los investigadores conocer previamente las condiciones tanto físicas como emocionales de los participantes con el fin de hacer los ajustes pertinentes a las actividades, además de la obtención de datos tanto cuantitativos como cualitativos llevando a generar un análisis mixto de la información recolectada.

***Etapas de la investigación:***

Las actividades por desarrollar tienen dos lineamientos principales dispuestos de la siguiente manera:

- Caracterización y pretest; aquí se toman medidas básicas de los niños como edad, peso y estatura para cada uno respectivamente y luego se aplican los dos test que se encuentran en el anexo 1
- Desarrollo de las actividades de la intervención disponibles en los resultados
- Aplicación del post test; se aplican los mismos test que al principio disponibles en el anexo 1.

### ***Limitantes de la investigación***

Durante el proceso de ejecución de esta investigación se puede decir que la pandemia genero la necesidad de hacer cambios de forma contante ya que se dimito el acceso a la población para poder desarrollar la intervención, esa es una de las razones más importantes por las que se terminó ejecutando con dos grupos pequeños, ya que el colegio aún se encuentra en alternancia con aforos pequeños.

### **Resultados**

En este apartado se describen los hallazgos encontrados en la muestra y la intervención que se aplicó en la misma.

#### ***Caracterización de la muestra, grupo 1***

**Tabla 1 Caracterización grupo 1**

NOMBRES	EDAD	PESO	ESTATURA
1	11	30.5 KG	1.35 Cm
2	11	55 KG	1.51 Cm
3	11	49 KG	1.60 Cm
4	10	29 KG	1.47 Cm
5	11	30 KG	1.38 Cm
6	10	28 KG	1.35 Cm

Fuente: elaboración propia

En la tabla 1 se muestra el resumen de la caracterización del primer grupo, como es de esperarse los nombres de los niños se ocultan ya que no son relevantes para la investigación y se protege la identidad de estos. En este grupo, la edad oscilo entre los 10 y los 11 años, sin embargo, la mayoría del grupo tenía 11 años cumplidos, mostrando homogeneidad en el grupo.

Respecto del peso en kilogramos de cada estudiante, y se muestra que hay uno de ellos que tiene un peso elevado, pero el grueso del grupo tiene un peso que este alrededor de los 30 kilos y los niños tienen una estatura promedio cercana a los 140 cm, sin embargo, hay un niño que tiene una estatura superior ya que esta cercano a los 160 cm.



*Caracterización de la muestra grupo 2***Tabla 2 Caracterización grupo 2**

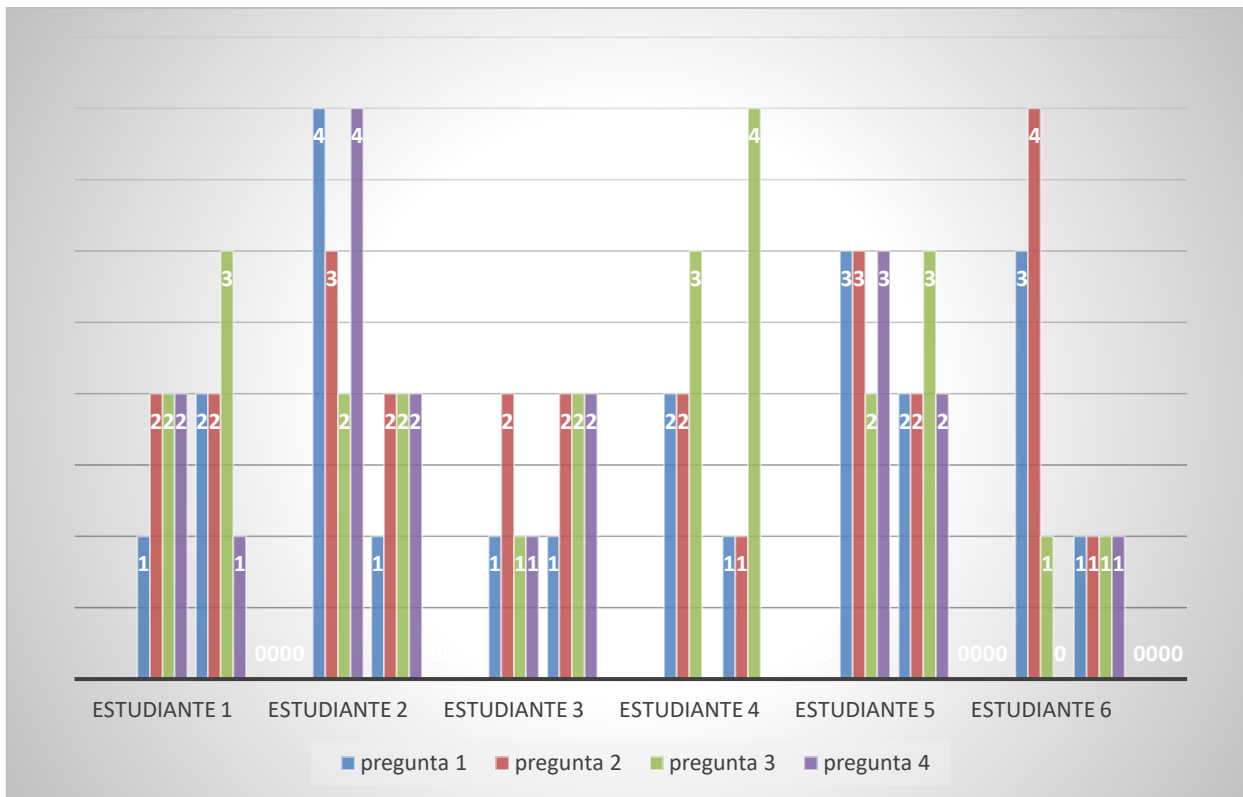
NOMBRES	EDAD	PESO	ESTATURA
1	10 AÑOS	40 KG	1.44 Cm
2	9 AÑOS	27. KG	1.28 Cm
3	9 AÑOS	38 KG	1.48 Cm
4	9 AÑOS	28 KG	1.34 Cm
5	10 AÑOS	36 KG	1.42 Cm
6	-----	-----	-----

Fuente: elaboración propia

En la tabla 2 se observa el resumen de la caracterización del segundo grupo, como es de esperarse los nombres de los niños se ocultan ya que no son relevantes para la investigación y se protege la identidad de estos, se observa que los estudiantes se encuentran con edades comprendidas entre los 9 y 10 años, siendo un grupo homogéneo ya que tres se encuentran 9 años y 2 en 10 años.

Respecto del peso, el grupo no es homogéneo, ya que hay una diferencia superior a los 3 kilos entre los participantes y el rango oscila entre los 40 y 27 kilogramos respectivamente. Por su parte en la estatura no es tan grande la diferencia entre los estudiantes, y el intervalo esta entre 144 y 128 cm

*Test inicial grupo 1***Figura 1 test motriz de percepción del esquema personal**

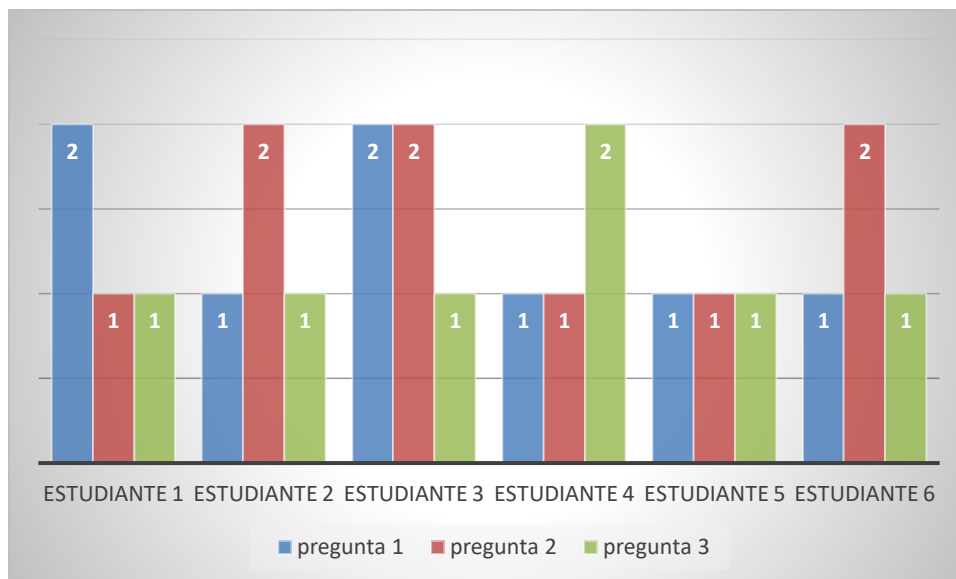


Fuente: elaboración propia

En la figura 7 se observa el puntaje que obtuvieron los estudiantes del grupo 1 en el test motriz de percepción del esquema personal, donde se evalúan las destrezas de coordinación viso manual, coordinación viso pedal., se encontró que la coordinación respecto de la lateralidad es la que obtuvo mayor puntaje, mientras que el viso manual es la que tiene menor puntaje.

Eso tiene implicaciones de importancia no solo en la práctica deportiva, si no en el desarrollo motriz del individuo; las razones pueden ser muy variadas, sin embargo, se puede destacar el efecto del encerramiento que trajo la pandemia y la presencia del abuso de la tecnología, ya que estos dos factores han generado una disminución importante en la práctica de actividad física.

**Figura 2 test motriz de percepción espacial**

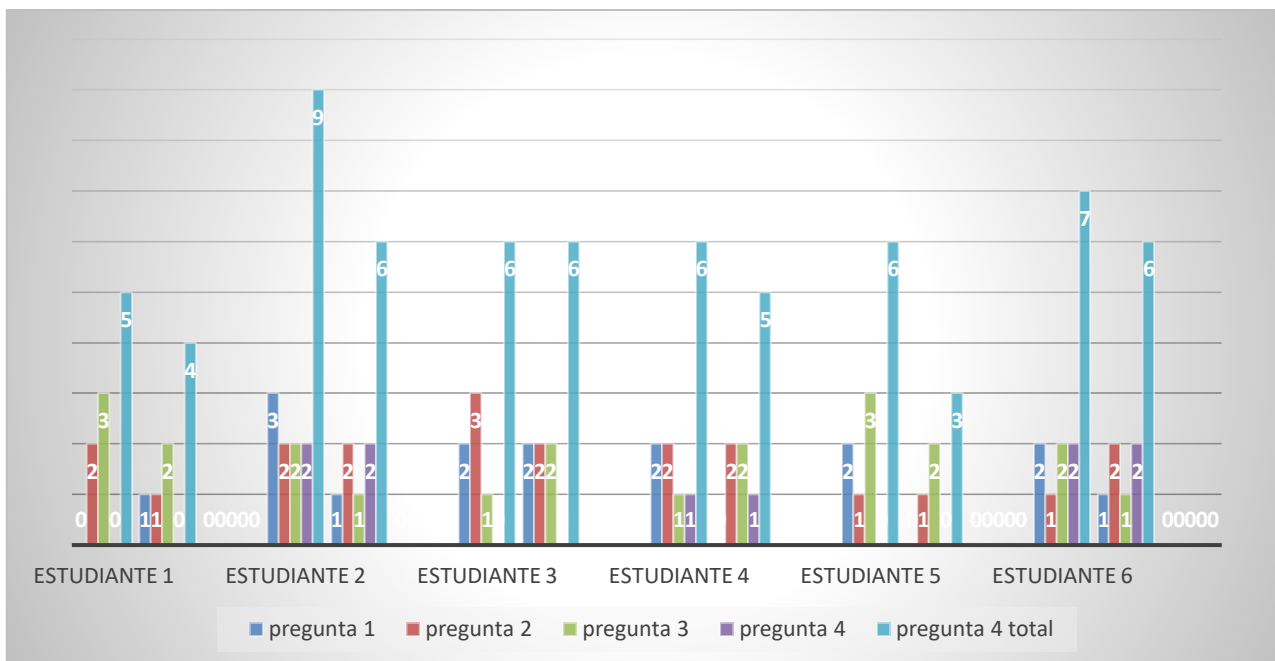


Fuente: elaboración propia

Respecto de la coordinación, en la figura 8 se puede decir que no hay un común denominador entre la población, ya que cada estudiante tiene calificación diferente en cada una de las preguntas que integra el test, pero ninguno tiene un nivel óptimo, ya que el puntaje global no llega a los 6 puntos posibles.

Aquí también se ve el efecto de la pandemia, ya que es la razón por la que se dio la disminución de la actividad física y el tiempo de ocio se convirtió en tiempo frente a las pantallas y las salidas al parque, incluso a la cuadra se limitaron de forma brusca y por un periodo de tiempo elevado.

**Test inicial grupo 2**  
**Figura 3 test motriz de percepción del esquema personal**

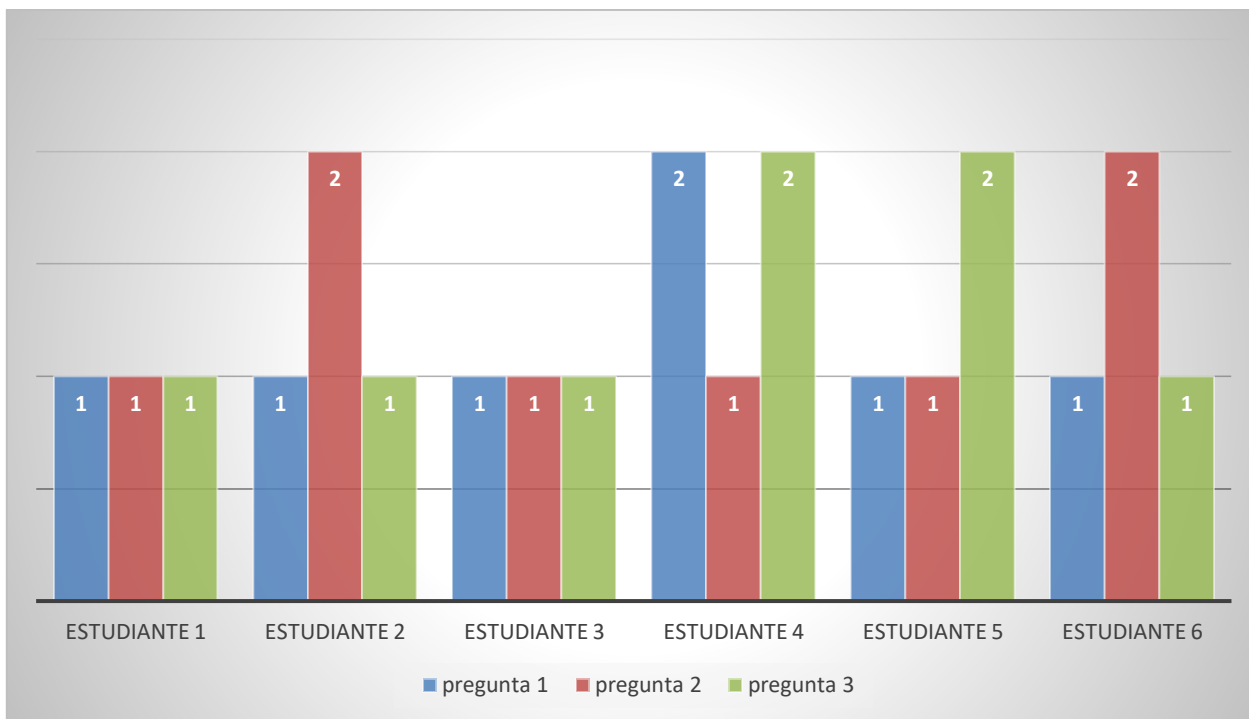


Fuente: elaboración propia

En esta grafica se observa el test motriz de percepción del esquema personal, del segundo grupo donde solo el estudiante numero dos sobresale en su coordinación, pero en el lado derecho de su cuerpo, vale la pena resaltar que sobre sale solo con un lado de su cuerpo, de tal manera que requiere de un estímulo importante en el lado contrario para igualar las cargas.

El resto del grupo muestra homogeneidad o cercanía en sus dos hemisferios, aunque los puntajes no son los mejores, ya que la escala de evaluación permite llegar a 12 puntos por hemisferio y la mayoría se queda por la mitad.

**Figura 4 test motriz de percepción espacial**



Fuente: elaboración propia

Respecto del test motriz de percepción espacial, se puede decir tampoco se obtuvieron muy buenos resultados, ya que por el contrario se evidencia que de los 6 puntos posibles solo uno de los estudiantes obtiene 5, y el resto tiene puntajes inferiores a este, mostrando que en efecto la población tiene dificultades respecto de sus destrezas.

También se puede destacar el hecho de que 2 de los 6 individuos, obtienen el puntaje mínimo, que es de 3 puntos lo que implica que sus destrezas son escasas mostrando la necesidad de la intervención que se describe a continuación:

***Programa implementado***

**FECHA:** 07/09/2021 - 08/09/2021 **Semana # 1**

**GRUPO:** #1

**ENCARGADOS:** Sebastián Hurtado, Brayán Chala.

**OBJETIVO GENERAL:** Caracterizar la población con la cual se espera implementar este programa de ocho semanas, en donde se espera estimular las habilidades motrices en niños de 9 a

12 años

FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b> Movilidad articular.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Desplazamientos en diferentes direcciones en el espacio reducidos enfrentando estímulos ya conocidos (silbato, números...)</li> <li>-Juego dinámico (De a parejas jugar a las “cogidas” siendo el #1 el perseguidor y el #2 el participante que debe evitar ser atrapado, haciendo variantes en los desplazamientos.)</li> </ul>	10min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>Ejercicios:</b> Test de inicio del programa, para evidenciar destrezas motrices de cada participante de este proyecto.</p> <p>Test:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Test motriz de percepción del esquema personal. (Lateralidades extremidades superiores, extremidades inferiores, lateralidad global, equilibrio estático y dinámico.)</li> <li>-Test de percepción espacial</li> <li>-Test de salto vertical</li> </ul>	40min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Elongación muscular</li> <li>-Equilibrarían de la frecuencia cardiaca por medio de la técnica de respiración 1 (inhala y sostengo) y 2(exhalación prolongada)</li> <li>-Explicación de actividades para realizar en casa en la semana NO presencial</li> </ul>	10min

**FECHA:** 14/09/2021 - 15/09/2021 **Semana # 1****GRUPO:** #2**ENCARGADOS:** Sebastián Hurtado, Brayan Chala.

**OBJETIVO GENERAL:** Caracterizar la población con la cual se espera implementar este programa de ocho semanas, en donde se espera estimular las habilidades motrices en niños de 9 a 12 años

FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
------	-----------	--------

<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b> Movilidad articular.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Desplazamientos en diferentes direcciones en el espacio reducidos enfrentando estímulos ya conocidos (silbato, números...)</li> <li>-Juego dinámico (De a parejas jugar a las “cogidas” siendo el #1 el perseguidor y el #2 el participante que debe evitar ser atrapado, haciendo variantes en los desplazamientos.)</li> </ul>	10 min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>Ejercicios:</b> Test de inicio del programa, para evidenciar destrezas motrices de cada participante de este proyecto.</p> <p>Test:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Test motriz de percepción del esquema personal. (Lateralidades extremidades superiores, extremidades inferiores, lateralidad global, equilibrio estático y dinámico.)</li> <li>-Test de percepción espacial.</li> <li>-Test de salto vertical</li> </ul>	40 min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b></p> <p>Elongación muscular</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilibrio de la frecuencia cardiaca por medio de la técnica de respiración 1 (inhala y sostengo) y 2(exhalación prolongada)</li> <li>-Explicación de actividades para realizar en casa en la semana NO presencial</li> </ul>	10 min

**FECHA:** 21/09/2021 - 22/09/2021    **Semana # 2**

**GRUPO:** #1

**ENCARGADOS:** Sebastián Hurtado, Brayan Chala.

**OBJETIVOS:** Generar estímulos coordinativos “visos manuales”, por medio de actividades realizadas con materiales de fácil obtención en el colegio y en casa.

FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
------	-----------	--------

<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b>  <b>-Movilidad articular.</b>  - Los participantes se desplazan por el espacio hacia diferentes direcciones sin dejar caer el objeto que el profesor determine para la actividad, incrementando el nivel de dificultad por medio de variantes como: Desplazarse (caminando, trotando y corriendo.)</p>	10 min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>DIA #1</b>  - Lanzamos el globo y sin que éste toque el suelo nos acostamos en posición decúbito supino y nos levantamos  -Lanzamos un globo y sin dejar caer este tocamos los conos que están a cierta distancia avanzando así todos los conos.</p> <p><b>DIA #2</b>  -De a parejas: Ejercicio de agarre y pase a una extremidad ya sea mano derecha o mano izquierda, realizando 20 repeticiones por cada una, sin dejar caer la pelota de tenis desplazándose en eslalon hacia adelante por los conos ubicados hilera; hacer 3 repeticiones de este ejercicio por extremidad.</p>	40 min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b>  - Equilibrio de la frecuencia cardiaca por medio de ejercicios de flexibilidad  - Elongación muscular  -Explicación de actividades para realizar en casa en la semana NO presencial.</p>	10 min

**FECHA:** 28/09/2021 - 29/09/2021 **Semana # 2**

**GRUPO:** #2

**ENCARGADOS:** Sebastián Hurtado, Brayan Chala.

**OBJETIVOS:** Generar estímulos coordinativos “visos manuales”, por medio de actividades realizadas con el objeto “balón de voleibol”.

<b>FASE</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>
-------------	------------------	---------------



<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b>  <b>-Movilidad articular.</b>  - Los participantes se desplazan por el espacio hacia diferentes direcciones sin dejar caer el balón de voleibol que el profesor determine para la actividad, incrementando el nivel de dificultad por medio de variantes como: Desplazarse (caminando, trotando y corriendo.)</p>	10 min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>Ejercicios:</b>  <b>DIA #1</b>  - Lanzamos el balón de golpe de dedos pasándolo al compañero (20 pases por parejas)  - Lanzamos el balón con golpe de antebrazo frente a la pared (25 golpes).  <b>DIA #2</b>  -De a parejas: Ejercicio de respuesta y pase de antebrazo ya sea lado derecho o izquierdo, realizando 20 repeticiones por cada una, sin dejar caer el balón de voleibol desplazándose en esalon hacia adelante por los conos ubicados hilera; y respondiendo con pase de antebrazo con un gesto técnico óptima. Hacer 3 repeticiones de este ejercicio por extremidad.</p>	40 min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b>  - Equilibrio de la frecuencia cardiaca por medio de ejercicios de flexibilidad  - Elongación muscular  -Explicación de actividades para realizar en casa en la semana NO presencial.</p>	10 min

**FECHA: 28/10/2021 - 29/10/2021    Semana # 3**

**GRUPO: #1**

**ENCARGADOS: Sebastián Hurtado, Brayan Chala.**

**OBJETIVOS:** Adquirir principios para toma de decisiones autónomas en donde se involucre el tiempo y espacio en la práctica de actividades físicas y/o deportivas determinadas por el profesor.

<b>FASE</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>
-------------	------------------	---------------

<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b> Movilidad articular.</p> <p>Juego de relevos y triqui pasando por obstáculos durante el desplazamiento a obtener el punto, el jugador debe pasar por una zona que será llamada la “zona minada” esto, por que abran diferentes topes y obstáculos que ayudarán a que durante su desplazamiento tenga que percibir y determinar tiempo y espacio para no ser detenido por alguno de estos. El grupo que logre TRIQUI gana 1 punto.</p>	10 min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>Ejercicios:</b></p> <p><b>DIA #1</b></p> <p>-Con la escalera de coordinación van pasando de acuerdo con la indicación que da el profe y finaliza con un salto largo intentando llegar a una zona marcada. 3 series de 3 repeticiones.</p> <p>-Pasando por una línea demarcada en el suelo, los compañeros a cierta distancia en lado y lado lanzan pelotas al compañero que va pasando por la línea y este trata de evitar el contacto con las pelotas hasta llegar al final.</p> <p><b>DIA #2</b></p> <p>-De a parejas, el niño debe estar desplazándose por una zona que está demarcada con obstáculos y en donde debe llegar a un espacio determinado por un cuadro de 4 platillos a realizar el agarre de pelota ya que su compañero le lanzara a una distancia de 5 metros con el objetivo de NO dejarla caer y sin tocar ningún obstáculo durante su trayecto por el circuito.</p>	40 min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b></p> <p>Elongación muscular</p> <p>- Equilibrio de la frecuencia cardiaca por medio de la técnica de respiración 1 (inhala y sostengo) y 2(exhalación prolongada)</p> <p>-Retroalimentación de las sesiones de trabajo realizadas para los posts test</p>	10 min

**FECHA:** 19/10/2021 - 20/10/2021 **Semana # 3**

**GRUPO:** #2

**ENCARGADOS:** Sebastián Hurtado, Brayan Chala.

**OBJETIVOS:** Adquirir principios para toma de decisiones autónomas en donde se involucre el tiempo y espacio en la práctica de actividades físicas y/o deportivas determinadas por el voleibol.

FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
------	-----------	--------

<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b> Movilidad articular.</p> <p>Juego de relevos y triqui pasando por obstáculos durante el desplazamiento a obtener el punto, el jugador debe pasar por una zona que será llamada la “zona minada” esto, por que abran diferentes topes y obstáculos que ayudarán a que durante su desplazamiento tenga que percibir y determinar tiempo y espacio para no ser detenido por alguno de estos. El grupo que logre TRIQUI gana 1 punto.</p>	10 min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>Ejercicios:</b></p> <p><b>DIA #1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Con la escalera de coordinación van pasando de acuerdo con la indicación que da el profe y finaliza con un remate de voleibol en respuesta a un pase de un compañero intentando golpear un objeto a cierta distancia.</li> <li>-Pasando por una línea demarcada en el suelo van avanzando con el balón alternando golpe de dedos con antebrazo.</li> </ul> <p><b>DIA #2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-De a parejas, el niño debe estar desplazándose por una zona que está demarcada con obstáculos y en donde debe llegar a un espacio determinado por un cuadro de 4 platillos a responder con pase dedos, ya que su compañero le lanzara a una distancia de 5 metros con el objetivo de NO dejarla caer el balón y que vuelva a su compañero, sin haber tocado ningún obstáculo durante su trayecto por el circuito.</li> </ul>	40 min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b></p> <p>Elongación muscular</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilibrio de la frecuencia cardiaca por medio de la técnica de respiración 1 (inhala y sostengo) y 2(exhalación prolongada)</li> <li>-Retroalimentación de las sesiones de trabajo realizadas para los posts test</li> </ul>	10 min

**FECHA:** 26/10/2021 - 27/10/2021 **Semana # 4**

**GRUPO:** #1

**ENCARGADOS:** Sebastián Hurtado, Brayan Chala.

**OBJETIVOS:** Determinar la confiabilidad de las actividades propuestas en la población durante estas semanas (sesiones) aplicando los mismos test de entrada, para concluir con el programa

FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
------	-----------	--------

<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b> Movilidad articular. Desplazamientos en diferentes direcciones en el espacio reducido enfrentando estímulos ya conocidos (silbato, números...) -Juego dinámico (De a parejas jugar a las “cogidas” siendo el #1 el perseguidor y el #2 el participante que debe evitar ser atrapado, haciendo variantes en los desplazamientos.)</p>	10 min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>Ejercicios:</b> Post test para cierre del programa, estimulación en destrezas motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Test motriz de percepción del esquema personal. (Lateralidades extremidades superiores, extremidades inferiores, lateralidad global, equilibrio estático y dinámico.)</li> <li>-Test de percepción espacial.</li> <li>-Test de salto vertical</li> </ul>	40 min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b> Elongación muscular</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilibrio de la frecuencia cardiaca por medio de la técnica de respiración 1 (inhala y sostengo) y 2(exhalación prolongada)</li> <li>- Charla con los niños y socialización sobre el programa aplicado, dejando en ellos hábitos de vida</li> </ul>	10 min

**FECHA:** 02/11/2021 - 03/11/2021 **Semana # 4**

**GRUPO:** #2

**ENCARGADOS:** Sebastián Hurtado, Brayan Chala.

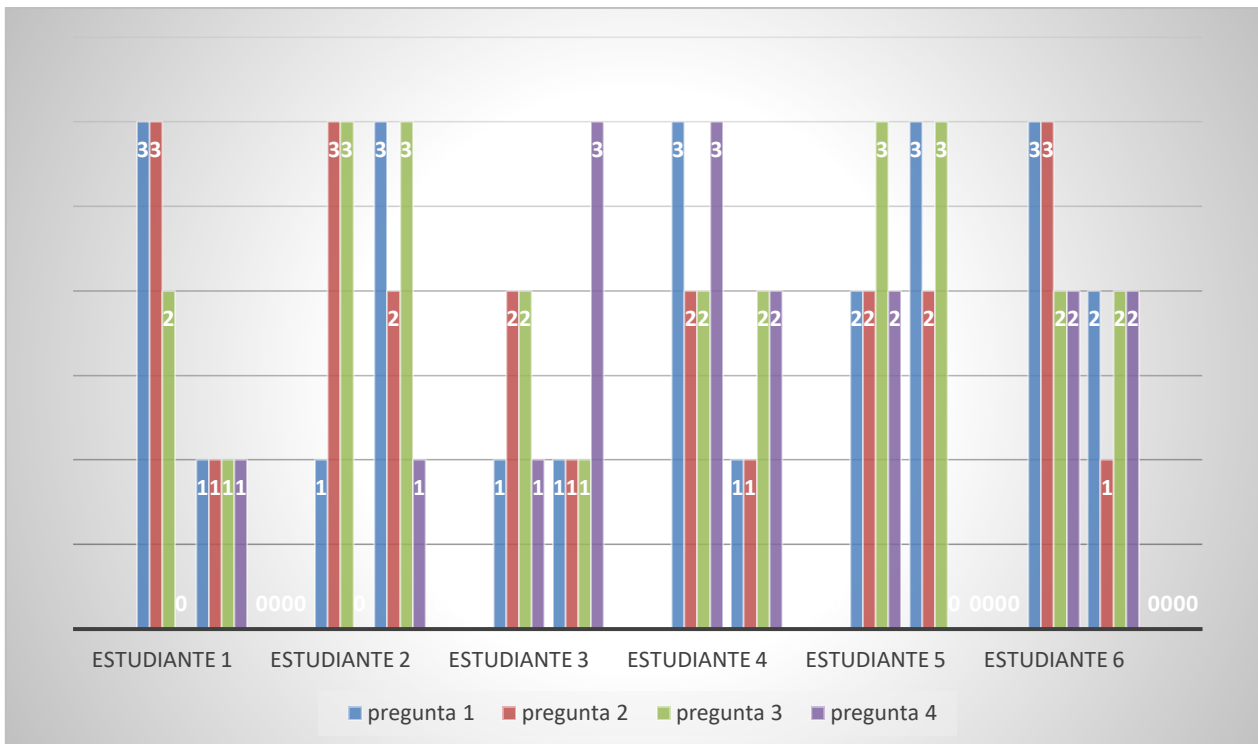
**OBJETIVOS:** Determinar la confiabilidad de las actividades propuestas en la población durante estas semanas (sesiones) aplicando los mismos test de entrada, para concluir con el programa

<b>FASE</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>
-------------	------------------	---------------

<b>INICIAL</b>	<p><b>Calentamiento:</b> Movilidad articular. Desplazamientos en diferentes direcciones en el espacio reducido enfrentando estímulos ya conocidos (silbato, números...) -Juego dinámico (De a parejas jugar a las “cogidas” siendo el #1 el perseguidor y el #2 el participante que debe evitar ser atrapado, haciendo variantes en los desplazamientos.)</p>	10 min
<b>CENTRAL</b>	<p><b>Ejercicios:</b> Post test para cierre del programa, estimulación en destrezas motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Test motriz de percepción del esquema personal. (Lateralidades extremidades superiores, extremidades inferiores, lateralidad global, equilibrio estático y dinámico.)</li> <li>-Test de percepción espacial.</li> <li>-Test de salto vertical</li> </ul>	40 min
<b>FINAL</b>	<p><b>Vuelta a la calma:</b> Elongación muscular</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilibrio de la frecuencia cardiaca por medio de la técnica de respiración 1 (inhala y sostengo) y 2(exhalación prolongada)</li> <li>- Charla con los niños y socialización sobre el programa aplicado, dejando en ellos hábitos de vida</li> </ul>	10 min

*Test final grupo 1*

**Figura 5** test motriz de percepción del esquema personal

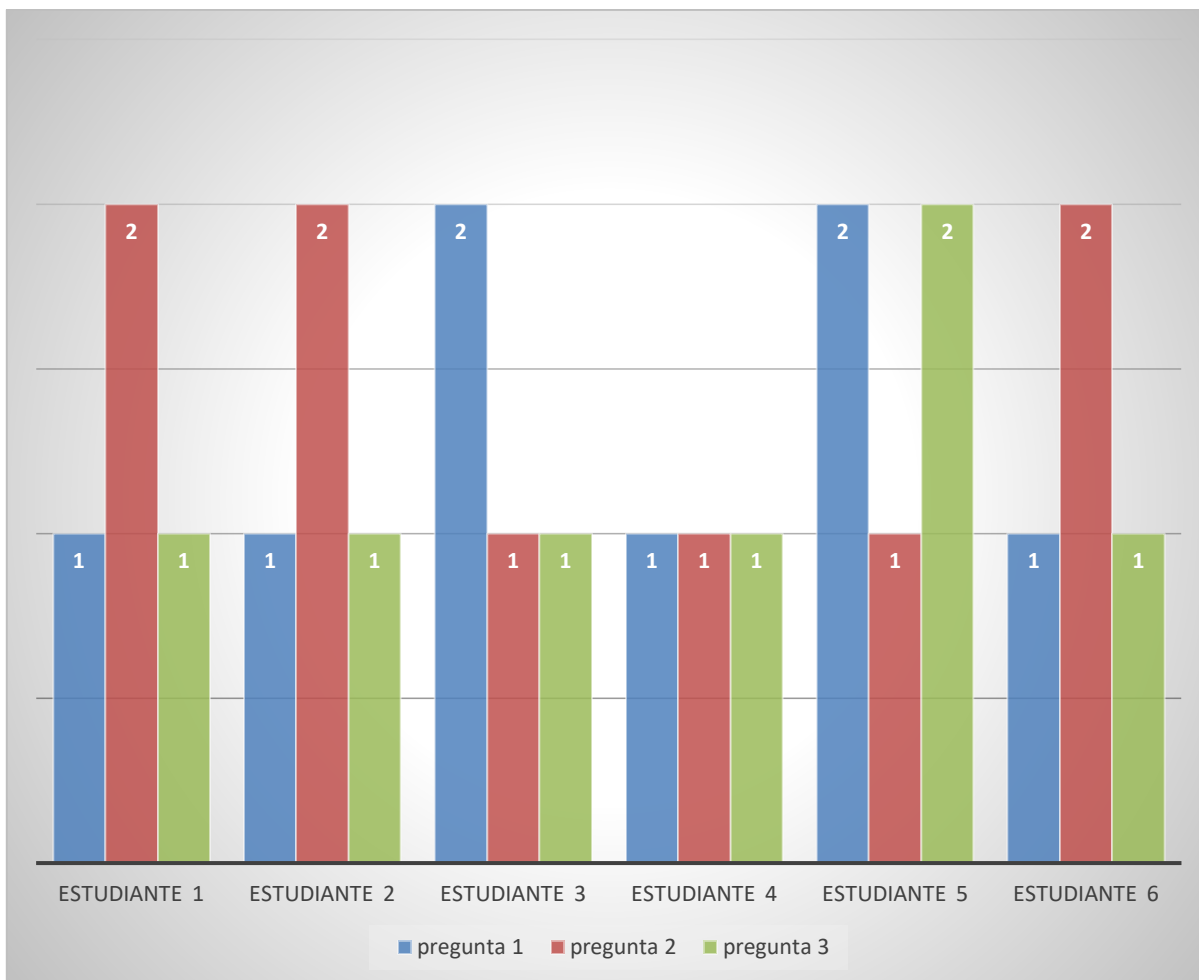


Fuente: elaboración propia

En la aplicación del test motriz de percepción del esquema personal, después de la ejecución de las actividades se puede notar un cambio importante en los resultados de las pruebas lo que implica que las actividades tuvieron un efecto positivo sobre la población, ya que si bien aún no se alcanza el total de la escala de 12 puntos por lado del cuerpo si se acerca a los 9 puntos luego de que en el pretest solo se llegaba a 6 o 7 puntos como máximo.

Bajo ese orden de ideas en la figura 11 se demuestra que hay cambios significativos a partir de la intervención desarrollada respecto de las destrezas en coordinación viso manual y viso pedal respectivamente.

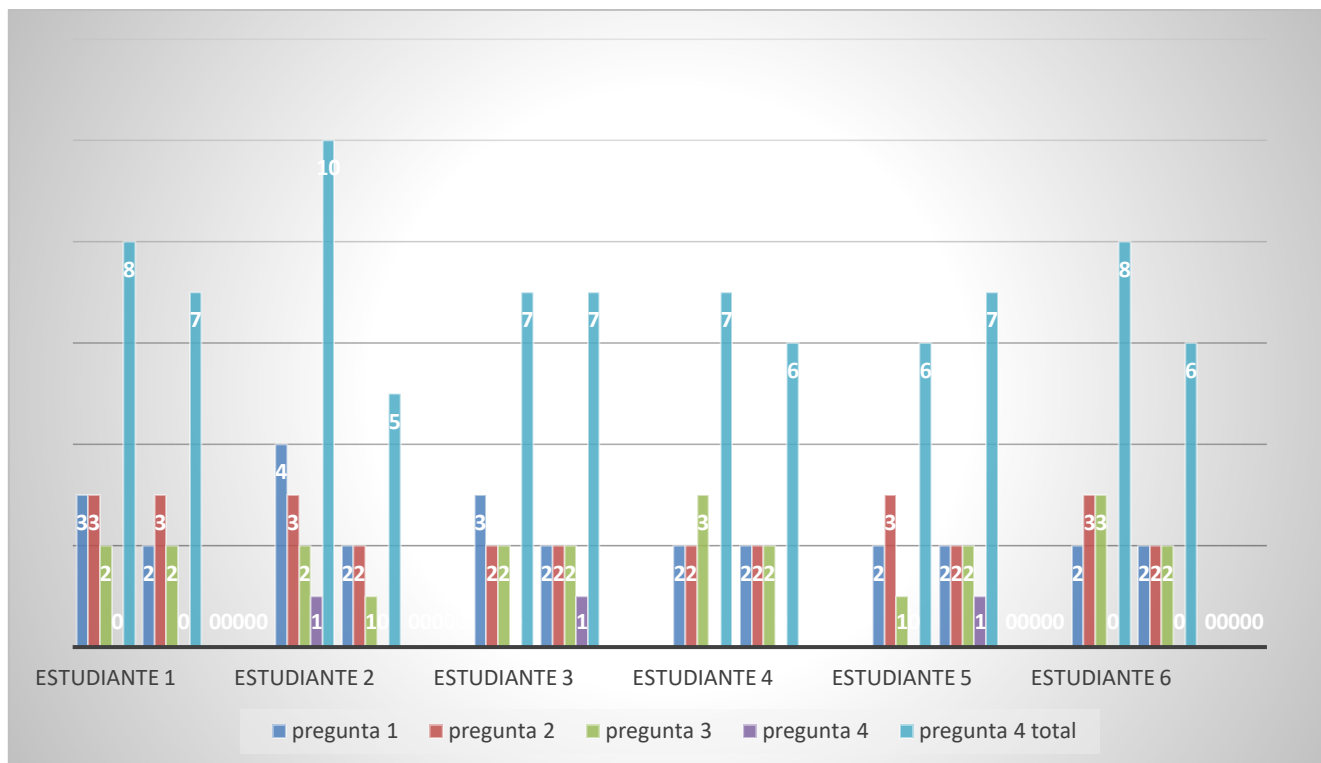
**Figura 6 test motriz de percepción espacial**



Fuente: elaboración propia

En la figura 12 que corresponde al test motriz de percepción espacial, se puede decir que los cambios, aunque están presentes, no son tan evidentes como en el test anterior, de tal manera que se requiere de intensificar actividades respecto de esta escala en investigaciones futuras.

**Test final grupo 2**  
**Figura 7 test motriz de percepción del esquema personal**



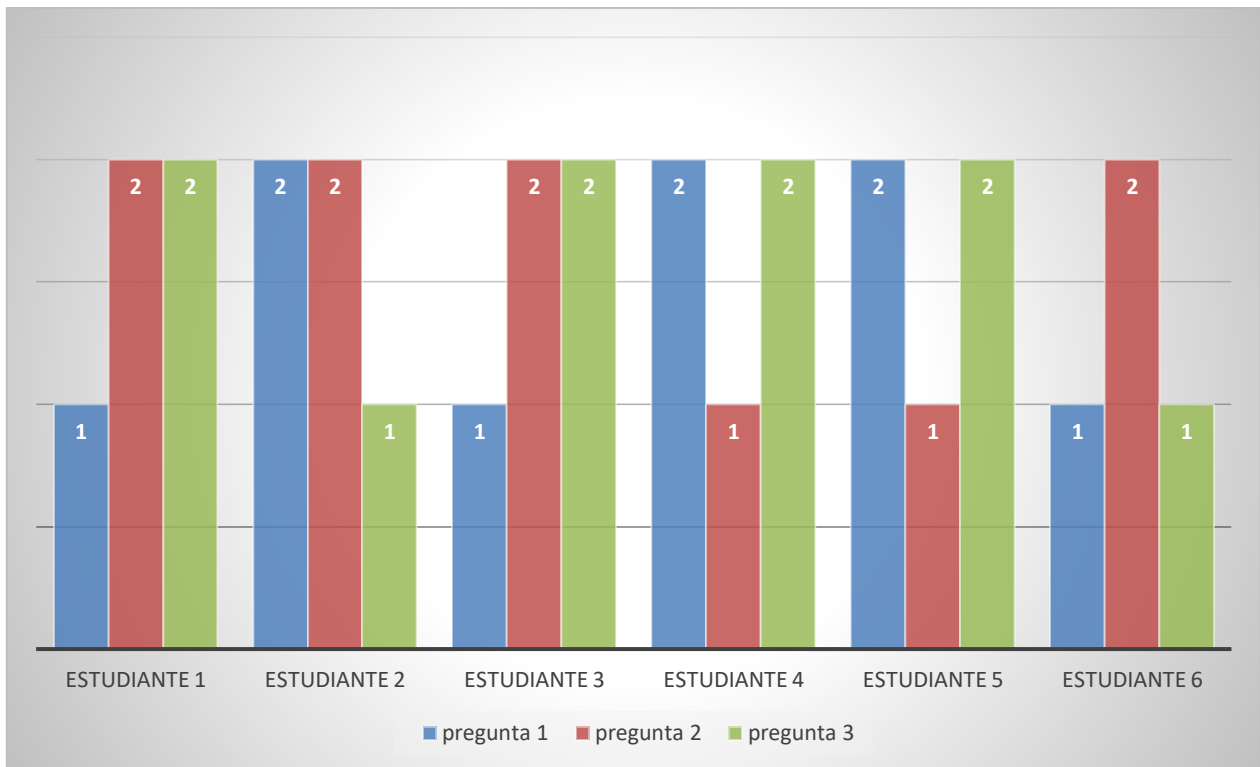
Fuente: elaboración propia

Respecto del test motriz de percepción del esquema personal en el segundo grupo, también se observan cambios importantes, no con la misma significancia que en el grupo anterior per si las hay, con una evidente mejoría en los puntajes obtenidos por los individuos evaluados.

Cabe resaltar que a pesar de la mejoría después de la intervención, el estudiante numero 2 aun no iguala las cargas de su cuerpo, la distancia entre los dos hemisferios se mantiene por que aumentaron de puntaje los dos por igual. De tal manera que también se observa que las actividades desarrolladas trabajan ambos hemisferios de forma homogénea.

**Figura 8 test motriz de percepción espacial**





Fuente: elaboración propia

Por su parte, el test motriz de percepción espacial que se aplicó luego de la intervención en el segundo grupo, si muestra cambios importantes respecto de la puntuación; ya que si bien aún no se alcanzan los 6 puntos posibles la mayoría quedo en 5 puntos. Lo que quiere decir que hay una mejoría importante respecto de las pruebas que se aplicaron antes de iniciar la intervención.

## Discusión

Al observar los resultados surgen varias dudas; ya que, si bien es evidente la mejoría respecto de las destrezas motrices en coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto, hay algunos hallazgos y diferencias que vale la pena discutir.

Para comenzar, en el primer grupo se encontró un niño con sobre peso y otro en bajo peso, generando un contraste estando en los dos extremos nutricionales; que si bien la nutrición no es un tema de interés para el presente estudio si lo es las características físicas que aportan dichas diferencias, ya que es claro que el niño con sobre peso seguramente va a tener algunas dificultades en la ejecución de algunas de las actividades, y en el caso del niño en bajo peso se vio algo escaso de energía pero con mayor facilidad para desarrollar las actividades. Sin embargo, se puede asegurar que a pesar de dichas situaciones que llaman la atención el grupo alcanzo una mejoría importante respecto de las destrezas evaluadas.

Por otra parte, en el segundo grupo que estaba más heterogéneo, se encontró un niño con la particularidad respecto de que tiene mejor desempeño de un lado del cuerpo que del otro, y el estímulo fue uniforme lo que genero en este caso particular que el niño conservara la diferencia ya que el estímulo lo recibió en todo el cuerpo.

Otra situación que vale la pena estudiar él es hecho de que en el primer grupo la mejoría fue más notoria respecto de las destrezas de coordinación mientras que el equilibrio no mejoro tanto como se esperaba y en el grupo 2 paso lo contrario. Esto implica la posibilidad de que las actividades que se ejecutaban en casa no se hicieran de forma correcta o simplemente no se hicieran y por eso un grupo estimulo unas destrezas más que las otras generando dicha contradicción.

Esto está directamente relacionado con la dificultad más grande que se enfrentó durante la realización del presente estudio, que fue definitivamente el efecto de la pandemia; ya que la institución aún se encuentra en alternancia y los niños de cada curso están divididos en dos grupos, de tal manera que asisten en semanas opuestas a la institución, con la intención de disminuir el aforo, conservar el distanciamiento social y de paso prevenir que la institución se pudiera convertir en un vector de proliferación del virus de Covid-19.

Lo que genero la necesidad de idear una nueva manera de enseñar y desarrollar las actividades, de tal manera que los niños que asisten al colegio desarrollan las actividades de forma presencial y el grupo que estaba en casa debía ejecutarlas desde allá, pero verificar que en efecto se cumpla con

dicha condición es muy complejo ya que actividades de una hora y algo más de duración se traducen en 2 minutos de video, cuando se ejecutaban porque muchas veces simplemente no se hacía nada.

Por otro lado es importante mencionar la importancia de las pruebas utilizadas durante el presente estudio ya que son pruebas previamente validadas en la tesis doctoral de Picó (2015), ya que en dicho estudio el investigador siguiendo el objetivo de diseñar los test también hizo una importante aplicación de los mismos en niños entre 6 y 12 años lo que indica que la población respecto de la edad coincide con el actual estudio, y descubrió no solo que los instrumentos estaban correctamente realizados, sino que también existe la posibilidad desde la practica deportiva de fomentar el desarrollo de las habilidades motrices, y que en la medida en que el joven desarrolla una práctica de esta índole también alcanza niveles óptimos de rendimiento; respaldando así los resultados obtenido, ya que a pesar de las dificultades en la aplicación de las pruebas se evidencia el avance de los niños de tal manera que si se pudiese desarrollar mas estrategias como esta y extenderlas por un poco más de tiempo, seguramente los niños alcanzarían los niveles óptimos de puntaje en las pruebas.

En otro estudio, desarrollado por Pérez & Beleño (2013), los investigadores idearon la forma de fortalecer las habilidades motrices, desde la clase de educación física de la institución, con la intención de demostrar que dicho proceso es ejecutable en la práctica académica y no debe quedarse solo en la planeación, de tal manera que midieron las destrezas al inicio del año y al final nuevamente y notaron una importante mejoría en los procesos de los estudiantes, en este caso no se ejecutó desde la visión de ningún deporte en específico, ya que durante el año escolar se esbozan varios deportes pero si se enfocaron todos al desarrollo de habilidades, y obtuvieron excelentes resultados.

Eso quiere decir que, en condiciones normales, sin la presencia de la pandemia, y con aforo del 100% es posible hacer muchas cosas en pro del desarrollo de los estudiantes, de tal manera que es deber del docente sacar dicho estímulo de la teoría y la planeación y llevarla a la práctica.



### **Conclusiones**

A partir de la información antes dispuesta es posible llegar las siguientes conclusiones:

En efecto es posible asegurar que se estimuló las destrezas motrices coordinación viso manual, coordinación viso pedal y salto desde la práctica del voleibol de niños de 9 a 12 años de la Institución Educativa Eduardo Santos Sede Florida, de forma positiva, debido a que los participantes mejoraron sus puntuaciones en las pruebas aplicadas al contrastar las que se aplicaron antes y después de la intervención.

Al iniciar el estudio se aplicó una pequeña caracterización que mostro las particularidades más grandes de los dos grupos como son edad, peso y talla; donde llama la atención, el hecho que en el grupo 1 no hay relación entre el estudiante que esta con peso elevado y el que esta con estatura elevada, de tal manera que hay un estudiante con sobrepeso y otro con bajo peso en su relación peso-estatura, situación que no genero mayor dificultad durante la ejecución de las actividades; aunque es recomendable hacer el seguimiento a los dos casos puntuales.

También, se concluye la necesidad de la intervención a partir de los resultados del pretest ya que las puntuaciones que obtuvieron los estudiantes en las dos pruebas fueron bajas, ya que en promedio el puntaje superaba escaso la mitad de la posibilidad de la prueba, es decir, de 12 puntos el grueso de la muestra alcanzo el 7, demostrando que está en la mitad de la oportunidad de puntaje.

### **Bibliografía**

- Alexánderson, E. (2014). *Fisiología cardiovascular, renal y respiratoria*. Mexico.
- Castañeda, S. (2016). PRINCIPALES FACTORES DE DESERCIÓN EN MUJERES PORRISTAS A NIVEL COLEGIAL EN LAS CATEGORÍAS INFANTIL, JUNIOR Y JUVENIL DE SANTIAGO DE CALI ENTRE 2012 Y 2014. *UNIVERSIDAD DEL VALLE*.
- Cigarroa, I., Sarqui, C., & Zapata-Lamana, R. (2015 ). Effects of physical inactivity and obesity in psychomotor development in children: A review of Latin American. *Universidad y Salud* .
- Cos, I. R., & Barrios, A. R. (2010). Las capacidades físicas básicas dentro de la educación secundaria: una aproximación conceptual a través de la revisión del temario para oposiciones. *EFDeportes*.
- Elliot, J. (2000). *metodología de la investigación en educación*. Morata, S. L.
- García Rodríguez, J., & Fonseca Hernández, C. (2012). LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS Y LAS JÓVENES MEXICANOS Y MEXICANAS: UN ANÁLISIS COMPARATIVO ENTRE LAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS Y PRIVADAS. *MHSalud*.
- González, J. I., Ortega, F. Z., Garófano, V. V., Martínez, A. M., Sánchez, S. G., & Díaz, M. E. (2016). Actividad física de adolescentes: implicación de sustancias nocivas, modalidad practicada y familia. *Psicología Escolar e Educativa*.
- Huertas, O. R., & Tibamoso, M. M. (2011). ANÁLISIS DE LA MOTIVACIÓN DEL TALENTO HUMANO COMO FACTOR COMPETITIVO EN EL SECTOR BANCARIO DE LA CIUDAD DE TUNJA. *UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA - UNAD*.
- Martínez, A. C., Chillón, P., Miguel, & Isaac Pérez, R. C. (2012). Motives of practice physical activity and sport in Spanish adolescents: The AVENA study. *Digitalización de las escuelas rurales asturianas: maestros rurales 2.0 y desarrollo local*.
- Moreno, J. A., & Martínez, C. (2016). HACIA UNA MEJORA DE LA COMPETENCIA DEPORTIVA: ESTILOS MOTIVACIONALES EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE ESCOLAR. *Universidad de Almería*.
- OMS. (2020). Actividad física. *Organización mundial de la salud*.
- OMS. (2020). Obesidad y sobrepeso. *OMS*.
- Ortega, E. (2017). Autoimagen El Espejo Interno. *wordpress*.
- Picó, D. (2015). Diseño de pruebas motrices perceptivas. Hacia la autoevaluación en educación física. Tesis Doctoral. Universidad de Lleida
- Sánchez Jiménez, A., & León Ariza, H. H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*.
- Urrego, P. A. (2015). RIESGO DE DEPRESIÓN Y RIESGO DE ANSIEDAD EN EL ADULTO MAYOR RESIDENTE EN LA ZONA SUROESTE DEL DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA . *Universidad CES*.

Vidarte, J. A. (2011). ACTIVIDAD FÍSICA: ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD.

Vinuesa, M. (2016). *Conceptos y métodos para el entrenamiento físico*. España.

**Anexos**  
**Anexo 1 test de evaluación**

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante		testeador		Fecha		
					coincidencia	
	Preguntas	respuesta	realización practica		si	no
			puntos derecha	puntos izquierda		
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?					
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?					
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?					
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de punticas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota					
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					



TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>		
Total			

## Anexo 2 Consentimientos informados

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e Índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Eusebio Rodolfo Rincon, identificado(a) con C.C  
No. 3963874 madre/padre/acudiente  
de Laura Sofia Rodolfo Rincon, identificado  
con tarjeta de identidad No. 705039833 de Bogota  
autorizo su participación en el estudio. Florida Baja

Eusebio Rodolfo Rincon 3963874  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Alison Julieht Vega, identificado(a) con C.C  
No. 107369867 madre/padre/acudiente  
de Samuel Marín Vega identificado  
con tarjeta de identidad No. 1074811808 de Soacha.  
autorizo su participación en el estudio.

Alison Julieht Vega 107369867  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Viliana Rodríguez C, identificado(a) con C.C. No. 103975745 madre/padre/acudiente de Dilan Fernando Ramirez R, identificado con tarjeta de identidad No. 10336998422 de Soacha Cundinamarca autorizo su participación en el estudio.

Marian R. 103975745  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Magda Victoria Rubio Huera, identificado(a) con C.C. No. 1002240027 madre/padre/acudiente de Acudiente mamá identificado con tarjeta de identidad No. 1023691640 de Marcelo Rubio Rubio autorizo su participación en el estudio.

Magda Victoria Rubio Huera  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.


La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Pablo Finca Santayra, identificado(a) con C.C No. 11154133 madre/padre/acudiente de Santiago Camacho identificado con tarjeta de identidad No. 111122641 de Bogotá, autorizo su participación en el estudio.

  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.


La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Yina Catherine Chivata Cochuelo, identificado(a) con C.C. No. 1012300069 Augusta madre/padre/acudiente de Seana Juliana Pascal Chivata identificado con tarjeta de identidad No. 1034845615 de Sococha autorizo su participación en el estudio.

Yina Catherine Chivata C.   
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C 1012300069 Btu 1034845615

Estimado padre/madre/acudiente  
Cordial saludo.  
Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física  
Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.  
Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.  
La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.  
Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**  
He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.  
Yo, DIANA MARCELA CAPERA, identificado(a) con C.C. No. 65 882 517 madre/padre/acudiente de Jhonatan Silver Tine Capera identificado con tarjeta de identidad No. 7033 709 503 de Pitalito autorizo su participación en el estudio.

DIANA MARCELA CAPERA  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C



Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

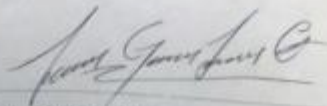
La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo economico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Javier Gustavo Lavacude Corderos identificado(a) con C.C No. 80219564 madre/padre/acudiente de Dylan Esteban Lavacude Corderos con tarjeta de identidad No. \_\_\_\_\_ de Bogotá identificado autorizo su participación en el estudio.



Firma Padre/Madre / Acudiente C.C

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Luisa Fernanda Gantiva Morales, identificado(a) con C.C. No. 1024528386 BOGOTÁ madre/padre/acudiente de MARYAN WADSONA GORDO GANTIVA identificado con tarjeta de identidad No. 1102379032 de SOACHA autorizo su participación en el estudio.

Luisa Fernanda Gantiva Morales  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C 1024528386

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreacion y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo económico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, soicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Clara Ines Diaz identificado(a) con C.C

No. 39673058 Madre madre/padre/acudiente

de Soacha Madre

con tarjeta de identidad No. 1073697 de Soacha identificado

autorizo su participación en el estudio.

Clara Ines Diaz

Firma Padre/Madre / Acudiente C.C 39 673 058

Estimado padre/madre/acudiente

Cordial saludo.

Somos estudiantes de Decimo Semestre del Programa de Licenciatura en Educación Física

Recreación y Deporte de la UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA y nos encontramos nuestra tesis de grado.

Por esa razón necesitamos su autorización para que su hijo o hija participe en unas actividades deportivas en el deporte voleibol, con la intención de tomar las mediciones necesarias para la elaboración de la investigación. En estas actividades se va a medir los cambios en la fuerza de miembros inferiores y superiores, velocidad, resistencia aeróbica, flexibilidad e índice de masa corporal. Las pruebas que se aplicarán NO representan ningún riesgo para la salud de su hijo. Los resultados y la información de este estudio serán de carácter confidencial y solo tendrá fines académicos.

La participación de su hijo es voluntaria. No representa costo economico alguno para usted. De igual manera, ni usted ni su hijo recibirá compensación económica por participar en el estudio. El beneficio que recibirá será un informe sobre la condición física de su hijo. Usted como padre de familia o tutor tiene el derecho de retirar a su hijo del estudio en el momento que lo desee.

Muy respetuosamente, solicitamos su autorización para que su hijo(a) participe en este estudio. De antemano agradecemos su colaboración.

**AUTORIZACIÓN**

He leído el consentimiento descrito arriba. Los investigadores me han explicado el estudio y han contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe de esta investigación.

Yo, Adriana Avila Riosca, identificado(a) con C.C. No. 1030635170 madre/padre/acudiente de Sami Yolat Ojeda Avila identificado con tarjeta de identidad No. 1141382490 de Bogota autorizo su participación en el estudio.

Adriana Avila R.  
Firma Padre/Madre / Acudiente C.C. 1030635170

### Anexo 3 asistencia

CONTROL DE ASISTENCIA  
 PRACTICAS PROYECTO DE GRADO  
 DE LA UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA



PRACTICANTES: NICOLAS CHALA, SEBASTIAN HURTADO Grupo #2

FECHA	ACTIVIDADES	FIRMA DOCENTE
14-09-2021	Presentación del proyecto, toma de talla, peso, Datos personales de la población y entrega de cuestionarios	[Firma]
15-09-2021	Implementación de tests de inicio, evidencias de errores coordinativos, lateralidad y salto	[Firma]
28-09-2021	Estímulos coordinativos "viteo-manuales" por conductas realizadas con materiales deportivo como "balón"	[Firma]
29-09-2021	Ejercicios de recepción y pase con diferente extensión con balón de Voleibol.	[Firma]
19-10-2021	Adquisición principios de toma de decisiones autónomas en donde se involucra tiempo-espacio	[Firma]
20-10-2021	Desplazamientos a diferentes direcciones con obstáculos sin tocarlos, Reducción pase de dedos con balón	[Firma]
02-11-2021	Determinar contribución de actividades propuestas en la población	[Firma]
03-11-2021	Presentación de post-test al cierre de programa.	[Firma]

**CONTROL DE ASISTENCIA  
PRACTICAS PROYECTO DE GRADO  
DE LA UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**



**UDEC**  
UNIVERSIDAD DE  
CUNDINAMARCA

**PRACTICANTES: NICOLAS CHALA, SEBASTIAN HURTADO Grupo #1**

FECHA	ACTIVIDADES	FIRMA DOCENTE
07-09-2021	Presentación del proyecto, toma de talla, peso, datos físicos de la población. Entrega de consentimientos	<i>[Signature]</i>
08-09-2021	Implementación de test de inicio, evidencias de errores coordinativos, lateralidad y color.	<i>[Signature]</i>
21-09-2021	Estímulos coordinativos "video-manuales" por actividades realizadas con materiales de fácil obtención	<i>[Signature]</i>
22-09-2021	Ejercicio de agarre y pase a una extremidad mano derecha e izquierda.	<i>[Signature]</i>
12-10-2021	Adquirir principios de toma de decisiones autónomas en donde se involucra el tiempo y espacio	<i>[Signature]</i>
13-10-2021	Desplazamientos a diferentes direcciones con obstáculos sin necesidad de tomar notas.	<i>[Signature]</i>
26-10-2021	Determinar confiabilidad de actividades preparadas en la población	<i>[Signature]</i>
27-10-2021	Presentación de post-tes de cierre de programa.	<i>[Signature]</i>

**Anexo 4 pretest**

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testeador	fecha	consistencia			
Jairo Soria Robalo Bander		22 - 09 - 2011				
Preguntas	respuesta	realización práctica			si	no
			puntos derecha	puntos izquierda		
lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 intentos	1	2		
lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	3 intentos	2	2		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 puntos	2	3		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 puntos	2	1		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MATRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
opción b (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	X	
Total		4	1



TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testeador	fecha	coincidencia			
Samuel Moira Vega		22-09-2014				
	Preguntas	respuesta	realización practica	si	no	
			puntos derecha	puntos izquierda		
lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 intentos	4	1		
lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 pies	3	2		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 rotas	2	2		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	¿eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota?	4 intentos	4	2		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL		
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos
		3 2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	Y
8 (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	X
Total		4 2 puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante		testeador		fecha 22-09-2021		
Dilan Fernando Ramirez				coincidencia		
Preguntas	respuesta	realización práctica		coincidencia		
		puntos derecha	puntos izquierda	si	no	
lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 intentos	1	1		
lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 intentos	2	2		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 intentos	1	2		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 intentos	1	2		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	8	
Total		5	8 puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testeador	fecha 22-09-2021				
Marcelo Rubio Rubio		coincidencia				
Preguntas	respuesta	realización practica		si no		
		puntos derecha	puntos izquierda			
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 intencio	2	1		
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	11 Pie	2	1		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	3	4		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	¿eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota?	4 Puntos	0	0		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tu gimn, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>		X
Total		4	Puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testador		fecha		residencia	
Non	Andrés	Fortis	Salcedo	22 - 09 - 2021		
Preguntas	respuesta	realización práctica		si	no	
		puntos derecha	puntos izquierda			
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 izquierda	3	2		
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 derecha	3	2		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 derecha	2	3		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntillas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 Puntos	3	2		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de apuntar tus gomas, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	8	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	8	
9 (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	8	
Total		3	7 puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL					
participante	testeador	fecha	coincidencia		
Juan Camilo Arceca Tolo					
	Preguntas	respuesta	realización práctica	si	no
			puntos derecha	puntos izquierda	
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 intentos	3	1	
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 Puntos	4	1	
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	1	1	
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?				
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 Puntos	0	1	
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?				

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL		
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos
		1 2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retrato al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	X
Total		4 puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testeador	fecha 29-09-2021		coincidencia		
Donna Juliana Bernal de Plata						
	Preguntas	respuesta	realización	coincidencia		
			practica	si	no	
			puntos derecha	puntos izquierda		
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 derecha	0	1		
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 derecha	2	1		
lateralidad global	hacia que lado giras más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 derecha	3	2		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntillas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 derecha	0	0		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					



TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No coincidencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	1	2
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>		
Total		3	2

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL					
participante	testeador	fecha 29-09-2024			
Jonathan Steven Tok				coincidencia	
	Preguntas	respuesta	realización practica	si	no
			puntos derecha	puntos izquierda	
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	9 puntos	3	1	
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	2 puntos	2	2	
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	9 puntos	2	1	
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?				
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 puntos	2	2	
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?				

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	✓	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		✓
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	✓	
Total			

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testeador	fecha 29-09-2021				
Dilan Huaccede						
	Preguntas	respuesta	realización	coincidencia		
			practica	si	no	
			puntos derecha	puntos izquierda		
lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 puntos	2	2		
lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 puntos	3	2		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 puntos	1	2		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 puntos	0	0		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	Y	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	Y	
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	Y	
Total		3	Puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testeador	fecha		coincidencia		
Haripon	Madezna	Endo	29-09-2021		si	no
	Preguntas	respuesta	realización practica	puntos derecha	puntos izquierda	
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	1 punto	2	0		
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 puntos	2	2		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 puntos	1	2		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 puntos	1	1		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>		X
Total		5	Puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testeador	fecha	coincidencia			
Hizeth Valentina Pico Diaz		2/1-09-2021				
Preguntas	respuesta	realización practica		coincidencia		
		puntos derecha	puntos izquierda	si	no	
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 puntos derecha	2	0		
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 puntos derecha	1	1		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 puntos derecha	3	2		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 puntos derecha	0	0		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN ESPACIAL		Puntos	
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>		X
Total		X	9 puntos



TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL							
participante	testeador	fecha 29-09-2021					
Sami Crozo Aulo						coincidencia	
	Preguntas	respuesta	realización	coincidencia			
			practica	si	no		
			puntos derecha	puntos izquierda			
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 puntos	2	1			
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 puntos	1	2			
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 puntos	2	1			
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?						
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 puntos	2	2			
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?						

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	8	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		8
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	8	
Total		16	8

Anexo 5 post test

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante <i>Ed. test / testador</i>			fecha <i>06-11-2021</i>		<i>Grupo #1</i>	
<i>Don Comb Auca Tola</i>			coincidencia			
	Preguntas	respuesta	realización practica		si	no
			puntos derecha	puntos izquierda		
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	<i>4 intentos</i>	<i>3</i>	<i>1</i>	<i>x</i>	
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	<i>4 puntos</i>	<i>3</i>	<i>1</i>		<i>x</i>
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	<i>4 Puntos</i>	<i>2</i>	<i>1</i>		<i>x</i>
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	<i>4 Puntos -</i>	<i>0</i>	<i>1</i>	<i>x</i>	
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	0	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		0
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	0	
Total		0	0

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante <u>Rey-Javi</u> testeador		fecha <u>06-11-2021</u>		Grupo <u>H1</u>		
<u>Harol Rubia Rubia</u>				coincidencia		
	Preguntas	respuesta	realización práctica		si no	
			puntos derecha	puntos izquierda		
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 <u>manos</u>	1	3		X
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 <u>pies</u>	3	2		X
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 <u>pies</u>	3	3		X
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 <u>Pies</u>	0	1		X
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus gis, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
B (5 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	X	
Total		4	Puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante <u>los test</u>		testeador		fecha <u>06-11-2021</u>		
<u>Dilan Fernando Ramirez</u>				coincidencia		
Preguntas	respuesta	realización práctica		si no		
		puntos derecha	puntos izquierda			
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 Intentos	1	1		X
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 Puntos	2	1		X
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	2	1		X
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2kg sin dejar de saltar a pata coje de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con peso de pelota	4 Puntos	1	3		X
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	X	
Total		4	Puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	fel-test	testeador	fecha	Grupo #1		
Samuel Martín Ungo			06-11-2021	coincidencia		
Preguntas	respuesta	realización practica	puntos		si no	
			derecha	izquierda		
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 intentos	3	1		X
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 Puntos	3	1		X
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	2	2	X	
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 Puntos	3	2		X
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					



TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	X	
Total		3	puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL Grupo #1						
participante	Prat test	testeador	fecha 06-11-2021			
	Laura Lopez Rubio	Bandera	coincidencia			
	Preguntas	respuesta	realización	coincidencia		
			práctica	si	no	
			puntos derecha	puntos izquierda		
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 intentos	2	3		
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 Puntos	2	2		
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	3	3		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 Puntos	2	0		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X	
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>		X
Total			

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante <i>Paul Ruiz</i>		realizador <i>Salvador</i>		Fecha <i>06-11-2021</i>		Ejercicio # <i>1</i>
Nombre <i>Andrés Francisco</i>		coincidencia				
Preguntas	respuesta	realización práctica		si no		
		puntos derecha	puntos izquierda			
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	<i>4 puntos</i>	<i>3</i>	<i>2</i>	<i>x</i>	
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	<i>4 puntos</i>	<i>3</i>	<i>1</i>		<i>x</i>
Intercalidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	<i>4 puntos</i>	<i>2</i>	<i>2</i>		<i>x</i>
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pisar de pelota	<i>4 puntos</i>	<i>2</i>	<i>2</i>		<i>x</i>
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus gnomes, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	<i>x</i>	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		<i>x</i>
8 (8 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	<i>x</i>	
Total		<i>4</i>	<i>puntos</i>

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN DEL ESQUEMA PERSONAL <span style="float: right;">Grupo #2</span>						
participante	testeador	fecha				
Dibon	Avacuda	06-11-2021	coincidencia			
	Preguntas	respuesta	realización			
			práctica	si	no	
			puntos derecha	puntos izquierda		
lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 Puntos	3	2	x	
lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 Puntos	3	3	>	
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	2	2	x	
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	¿Eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota?	4 Puntos	0	0	x	
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	✓	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		8
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>		2
Total		5	Puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	fecha	testeador	fecha	grupo #2		
Jordan	11-11-2021	Steven Tak		coincidencia		
Preguntas	respuesta	realización practica		coincidencia		
		puntos derecha	puntos izquierda	si	no	
lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 puntos	4	2		X
lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 puntos	3	2		X
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 puntos	2	1	X	
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	4 puntos	1	0		X
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		Y
8 (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	X	
Total		5	foto



TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						
participante	testador	fecha	Grupo # 2			
Sami	Cruz	Avila	06-11-2001			
Preguntas	requisito	realización practica		coincidencia		
		puntos derecha	puntos izquierda	si	no	
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 Puntos	3	2		x
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 Puntos	2	2		x
lateralidad global	¿hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (jineta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	2	2		x
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?					
equilibrio estático de segmentos inferiores	¿eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota?	4 Puntos	0	1		x
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus gomas, apoyando de pies y manos sobre sus líneas del suelo?					

TEST MOTRIZ DE PERCEPCIÓN ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	✓	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		✓
8 (5 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	✓	
Total		5	Puntos

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL <span style="float: right;">Grupo #2</span>							
participante <i>Vol. test</i>		testeador	fecha <i>06-11-2021</i>		coincidencia		
Preguntas	respuesta	realización práctica		si	no		
		puntos derecha	puntos izquierda				
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	<i>4 Puntos</i>	2	2			x
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	<i>4 Puntos</i>	2	2			x
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	<i>4 Puntos</i>	3	2		x	
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?						
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntillas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	<i>4 Puntos -</i>	0	0		x	
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?						

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL <span style="float: right;">Grupo #2</span>							
participante <i>Vol. test</i>		testeador	fecha <i>06-11-2021</i>		coincidencia		
Preguntas	respuesta	realización práctica		si	no		
		puntos derecha	puntos izquierda				
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	<i>4 Puntos</i>	2	2			x
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	<i>4 Puntos</i>	3	2			x
lateralidad global	hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	<i>4 Puntos</i>	1	2		x	
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?						
equilibrio estático de segmentos inferiores	eres capaz de mantener el equilibrio de puntillas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 5 intentos con pase de pelota	<i>4 Puntos -</i>	0	1			x
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?						

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			Puntos	
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	1	2	
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>			X
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	X		
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>			X
Total				

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION DEL ESQUEMA PERSONAL						Grupo # 2	
participante	testador	fecha					
Diana	Jilana Rosal Cruz	06-11-2021					
Preguntas	respuesta	realización práctica		coincidencia			
		puntos derecha	puntos izquierdo	si	no		
Lateralidad de extremidades superiores	¿Con que mano tienes más puntería lanzando una pelota?	4 Puntos	2	2		X	
Lateralidad de extremidades inferiores	¿Con que pie tienes más puntería golpeando una pelota?	4 Puntos	3	2		X	
lateralidad global	¿hacia que lado gira más al realizar un giro saltando (pirueta, salto vertical con giro sobre el eje longitudinal del cuerpo)?	4 Puntos	3	2	X		
equilibrio dinámico de segmentos inferiores	¿Eres capaz de coger un balón de 2Kg sin dejar de saltar a pata coja de lado a lado?						
equilibrio estático de segmentos inferiores	¿eres capaz de mantener el equilibrio de puntitas sobre una barra estrecha con un pie delante y el otro detrás, durante 3 intentos con pase de pelota	4 Puntos	0	0	X		
equilibrio estático de segmentos superiores	¿Eres capaz de ajustar tus giros, apoyando de pies y manos entre dos líneas del suelo?						

TEST MOTRIZ DE PERCEPCION ESPACIAL			
Parte (valor)	(valor) Concepto de penalización	Puntos	
		1	2
opción a1 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>No conciencia de pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea.</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>	8	
opción a2 (4 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada fotograma de anticipación o retraso al instante de coincidencia del pisado de la línea de adaptación con el contacto de la pelota con dicha línea</li> <li>No realizar el apoyo sobre el banco previo a la pisada</li> <li>No pasar por encima del banco</li> <li>No pisar la línea de adaptación</li> </ul>		8
B (6 puntos)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en la zona de adaptación</li> <li>Realizar el intento de adaptación/contacto con la pelota en el espacio siguiente. Hasta el límite del recorrido de la pelota</li> </ul>	8	
Total		4	puntos