



**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR**  
Facultad de Ciencias de la Educación

**Guía metodológica para la implementación del Parkour y mejora de la motivación en  
estudiantes de 5to grado de la U.E. Charles Spurgeon.**

Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Magíster en Educación,  
Mención en educación Física y Deporte

**Línea de Investigación:**  
Educación, comunicación, cultura, sociedad y valores.

Autor:

Lic. Necser Alejandro Zapata Rodriguez

Director:

Mtr. Thania Quintero Castellano

Quito– Ecuador  
Julio, 2021

## APROBACIÓN DE LA TUTORA

En mi carácter de Directora del Trabajo de Posgrado Titulado: “**Guía metodológica para la implementación del Parkour y mejora de la motivación en estudiantes de 5to grado de la U.E. Charles Spurgeon**”, presentado por el maestrante **Necser Alejandro Zapata Rodriguez**, titular de la Cédula de Identidad N° 1751546340, para optar al Grado de Magíster en Educación con Mención en Educación Física y Deporte, considero que dicho Trabajo de Investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación por parte de los Lectores – Evaluadores que se designen para tal fin por parte de las autoridades de la Facultad de Ciencias de la Educación.

En la ciudad de Quito, a los 17 días del mes de enero de 2022.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'T. Quintero'.

---

Mtr. Thania Quintero Castellano

C.I.: 1756755912

Correo: [tquintero@puce.edu.ec](mailto:tquintero@puce.edu.ec)

# telefónico: 0992503030

## GUÍA METODOLÓGICA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL PARKOUR EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA MEJORA DE LA MOTIVACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE 5 GRADO DE LA UNIDAD EDUCATIVA CHARLES SPURGEON

### INFORME DE ORIGINALIDAD

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 5%

Excluir bibliografía

Activo

### NOTA:

**Se comunica que en el servicio de análisis Turnitin, el referido trabajo de titulación alcanzó el siguiente resultado: 0% índice de similitud con otras fuentes.**

Mtr. Thania Quintero Castellano

C.I.: 1756755912

Correo: [tquintero@puce.edu.ec](mailto:tquintero@puce.edu.ec)

# telefónico: 0992503030

## DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, Necser Alejandro Zapata Rodriguez, con cédula 1751546340, autor del trabajo de graduación titulado: **Guía metodológica para la implementación del Parkour y mejora de la motivación en estudiantes de 5to grado de la U.E. Charles Spurgeon**, previa a la obtención del grado académico de **MAGÍSTER EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE** en la facultad de **Ciencias de la Educación**.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos del autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Quito, 25 de Julio de 2021



Necser Alejandro Zapata Rodriguez

1751546340

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo, Necser Alejandro Zapata Rodriguez portadora de la cédula de ciudadanía No. 1751546340, declaro que los resultados obtenidos en la investigación que presento como informe final, previo la obtención del Grado de Magíster en Educación, mención en Educación Física y Deporte son absolutamente originales, auténticos y personales.

En tal virtud, declaro que el contenido, las conclusiones y los efectos legales y académicos que se desprenden del trabajo propuesto de investigación y luego de la redacción de este documento son y serán de mi sola y exclusiva responsabilidad legal y académica.

Quito, 25 de julio de 2021

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Necser Alejandro Zapata Rodriguez', is written over a horizontal line.

Necser Alejandro Zapata Rodriguez

1751546340

## **AGRADECIMIENTOS**

Quiero expresar mi sincero agradecimiento a mis padres y hermanos quienes fueron los que me motivaron a seguir con mis metas y mis sueños.

Agradezco a la Pontificia Universidad católica del Ecuador por permitir el desarrollo de mis estudios y a los docentes que con esfuerzo, dedicación y entrega aportar con nuevos conocimientos, a la coordinadora de la maestría por ser una persona amable y dedicada, a mi tutora la Mtr. Thania Quintero Castellano que supo guiarme en el desarrollo de mi trabajo de investigación, a mi docente de titulación Arian Aladro por impartir sus conocimientos exigencia.

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo de titulación dedico a mis padres, por su amor y sacrificio al forjarme con valores, gracias a ustedes he logrado llegar a una de mis metas, han sido mi orgullo, han formado en mí una persona comprometido con el saber. Me enseñaron a esforzarme y terminar con las metas que empecé.

<b>1 ÍNDICE</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I:</b> .....	<b>3</b>
<b>1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	<b>3</b>
1.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	3
1.2 OBJETIVOS.....	7
Objetivo general .....	7
Objetivos específicos.....	7
1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	8
1.4 JUSTIFICACIÓN.....	8
<b>CAPÍTULO II:</b> .....	<b>12</b>
<b>2 MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>12</b>
2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN: .....	12
2.2 BASES TEÓRICAS:.....	15
El Parkour.....	15
Motivación.....	21
2.3 BASES LEGALES: .....	24
<b>CAPÍTULO III:</b> .....	<b>30</b>
<b>3 METODOLOGÍA</b> .....	<b>30</b>
3.1 GENERALIDADES .....	30
3.2 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN .....	30
3.3 TIPO DE LA INVESTIGACIÓN .....	31
3.4 UNIDADES DE ESTUDIO .....	31
3.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	33

3.6	OPERACIONLIZACIÓN DE VARIABLES .....	34
<b>CAPÍTULO IV: .....</b>		<b>36</b>
<b>4</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>36</b>
4.1	CUESTIONARIO A DOCENTES DE LA U. E. B. CHARLES SPURGEON. ....	36
4.2	CUESTIONARIO A ESTUDIANTES DE LA U. E. B. CHARLES SPURGEON.....	47
<b>CAPÍTULO V: .....</b>		<b>57</b>
<b>5</b>	<b>PROPUESTA.....</b>	<b>57</b>
5.1	INTRODUCCIÓN DE LA PROPUESTA:.....	57
	Justificación.....	59
	Objetivos de la propuesta .....	60
5.2	USUARIOS Y RESPONSABLES .....	60
5.3	FUNCIONAMIENTO .....	61
5.4	OBJETIVO 1 DE LA GUÍA .....	63
5.5	OBJETIVO 2 DE LA GUÍA .....	65
5.6	DISEÑO DE LA GUÍA METODOLÓGICA.....	65
	SEMANA: 1/6 .....	66
	SEMANA: 2/6 .....	67
	SEMANA: 3/6 .....	70
	SEMANA: 4/6 .....	72
	SEMANA: 5/6 .....	74
	SEMANA: 6/6 .....	76
5.7	OBJETIVO 3 DE LA GUÍA .....	78
	• Lista de cotejo para la semana 1 .....	78
	• Lista de cotejo para las semana 2, 3 y 4 .....	79
	• Lista de cotejo para la semana 5 .....	80

•	Lista de cotejo para la semana 6. Prueba final de cada tema.....	81
	Factibilidad .....	82
	Alcance geográfico y contextualización.....	82
	Temporalización: .....	83
	Recursos necesarios y financiamiento.....	85
<b>6</b>	<b>CAPITULO VI .....</b>	<b>86</b>
6.1	CONCLUSIONES.....	86
6.2	RECOMENDACIONES .....	87
	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>88</b>
	<b>ANEXOS.....</b>	<b>93</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Pregunta 1 docentes .....	36
Tabla 2 Pregunta 2 docentes .....	37
Tabla 3 Pregunta 3 docentes .....	37
Tabla 4 Pregunta 4 docentes .....	38
Tabla 5 Pregunta 5 docentes .....	39
Tabla 6 Pregunta 6 docentes .....	39
Tabla 7 Pregunta 7 docentes .....	40
Tabla 8 Pregunta 8 docentes .....	41
Tabla 9 Pregunta 9 docentes .....	41
Tabla 10 Pregunta 10 docentes .....	42
Tabla 11 Pregunta 11 docentes .....	43
Tabla 12 Pregunta 12 docentes .....	44
Tabla 13 Pregunta 13 docentes .....	44
Tabla 14 Pregunta 14 docentes .....	45
Tabla 15 Pregunta 15 docentes .....	46
Tabla 16 Pregunta 16 docentes .....	46
Tabla 17 Pregunta 17 docentes .....	47
Tabla 18 Pregunta 8 docentes .....	48
Tabla 19 Pregunta 19 docentes .....	48
Tabla 20 Pregunta 20 docentes .....	49
Tabla 21 Pregunta 21 docentes .....	50
Tabla 22 Pregunta 22 docentes .....	50
Tabla 23 Pregunta 23 docentes .....	51
Tabla 24 Pregunta 24 docentes .....	52
Tabla 25 Pregunta 25 docentes .....	53
Tabla 26 Pregunta 26 docentes .....	53
Tabla 27 Pregunta 27 docentes .....	54
Tabla 28 Pregunta 28 docentes .....	55
Tabla 29 Pregunta 29 docentes .....	56
Tabla 30: Contenidos del bloque curricular 2 .....	58
Tabla 31: Cronograma .....	83
Tabla 32: actividades .....	84
Tabla 33 materiales .....	85

## **ÍNDICE DE GRAFICOS**

Gráfico 1. El Parkour.....	20
Gráfico 2. Free Running. ....	20
Gráfico 3. Diagrama de pertinencia de la propuesta (causa-efecto).....	61
Gráfico 4. Diagrama de pertinencia de la propuesta (medios-fines). ....	62
Gráfico 5: Esquema de la guía.....	63
Gráfico 6: Esquema del bloque curricular 2 prácticas gimnásticas.....	64

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**MAESTRÍA EN INNOVACIÓN EN EDUCACIÓN**

**Guía metodológica para la implementación del Parkour y mejora de la motivación  
en estudiantes de 5to grado de la U.E. Charles Spurgeon.**

**Autor:**

Necser Alejandro Zapata Rodriguez

**Tutora:**

Mgr. Thania Quintero Castellano

**Fecha:**

Julio, 2021

**RESUMEN**

Este trabajo establece generar una propuesta para la enseñanza del Parkour, ya que en el ámbito educativo la asignatura de Educación Física ha empezado a tener un papel fundamental en la formación académica e integral de los niños y jóvenes. Esta investigación propone que los docentes tengan interés por implementar nuevas estrategias metodológicas en sus clases y posiblemente disminuir la falta de innovación en las instituciones a las que pertenezcan. Este trabajo tiene como objetivo elaborar una guía metodológica para la implementación del Parkour en las clases de Educación Física para la mejora de la motivación en los estudiantes de básica media de la Unidad Educativa Charles Spurgeon. La metodología de este trabajo se basa en el tipo mixto cualitativo y cuantitativo pero en pequeña parte proyectiva. El instrumento para la recolección de datos que se utilizaron en los estudiantes de 5to grado de EGB y docente de la jornada matutina fue la encuesta. La población estuvo conformada por 17 estudiantes, 2 del área de Educación Física, el tutor, la vicerrectora quien permitió realizar mi trabajo y la inspectora como autoridad y conocimientos didácticos en la asignatura. Los resultados de las encuestas aplicadas demuestran que los estudiantes tienen una motivación hacia la competencia donde su objetivo no es el aprendizaje sino el sentimiento de superioridad y tanto los docentes como estudiantes están de acuerdo con la implementación de este deporte, Entonces como conclusión final se puede decir que las clases de Parkour ayudaran a que las clases de educación física sean más entretenidas y por ende mejorando el estilo de vida de los alumnos.

**Palabras clave:** Cooperativo, estrategias, enseñanza, guía, innovación, motivación.

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**MAESTRÍA EN INNOVACIÓN EN EDUCACIÓN**

**Methodological guide for the implementation of Parkour and improvement of  
motivation in 5th grade students of the U.E. Charles Spurgeon.**

**Author:**

Necser Alejandro Zapata Rodriguez

**Tutora:**

Mgr. Thania Quintero Castellano

**date:**

Julio, 2021

**ABSTRACT**

This work establishes generating a proposal for the teaching of Parkour, since in the educational field the Physical Education subject has begun to have a fundamental role in the academic and comprehensive training of children and young people. This research proposes that teachers have an interest in implementing new methodological strategies in their classes and possibly reducing the lack of innovation in the institutions to which they belong. This work aims to develop a methodological guide for the implementation of Parkour in Physical Education classes to improve motivation in middle school students at the Charles Spurgeon Educational Unit. The methodology of this work is based on the mixed qualitative and quantitative type but in a small projective part. The instrument for the collection of data that were used in the 5th grade students of EGB, morning shift and teacher was the survey. The population consisted of 17 students, 2 from the area of Physical Education, the tutor, the vice chancellor who allowed me to do my work and the inspector as authority and didactic knowledge in the subject. The results of the applied surveys show that the students have a motivation towards competition where their objective is not learning but the feeling of superiority and both teachers and students agree with the implementation of this sport, then as a final conclusion it can be say that Parkour classes will help physical education classes to be more entertaining and therefore improve the lifestyle of students.

**keywords:** Cooperative, strategies, teaching, guidance, innovation, motivation.

## INTRODUCCIÓN

La motivación se puede definir como una acción que comienza, continúa o termina cada alumno de acuerdo al estado de ánimo que tengan durante las clases de Educación Física, por lo que el docente debe de estar pendiente de usar la metodología correcta, pero cuando no lo pone en práctica los estudiantes pierden interés por aprender y permanecer en la hora clase que pertenece esta asignatura en las instituciones.

La presente investigación tiene como finalidad dar a conocer actividades innovadoras y llamativas para que el docente obtenga las herramientas necesarias y promover la enseñanza-aprendizaje en los estudiantes, logrando enriquecer sus clases, mantener motivados a los estudiantes en aprender y participar, además de perder el sentimiento de superioridad ante los demás compañeros al momento de competir. También inculcar valores morales hacia sí mismo, los demás y el medio ambiente. Estos conocimientos pueden servir a los estudiantes durante su etapa escolar y fuera de ella.

Es importante mencionar la deficiencia en el desarrollo de las habilidades motrices, ya que los estudiantes manifiestan con facultad el coordinar ciertas actividades, tienen pérdida de la conciencia de su cuerpo en cuanto al espacio que lo rodea, además tienen inseguridad para participar y temor a perder ya que los alumnos fueron desarrollados con un método deportivista y por ende competitivo que hacía que los estudiantes no aprendan de igual manera, al contrario algunos se quedan en el proceso de enseñanza aprendizaje pero igual eran promovidos.

Está presente guía metodológica tiene como objetivo la enseñanza del Parkour (esta palabra será abreviada con las letras PK cuando sea pertinente) en los niños de 5to grado EGB de la Unidad Particular Bautista Charles Spurgeon, por lo que la estructura de la presente investigación consta de los siguientes capítulos.

Capítulo I se encuentra el planteamiento del problema el cual explica el motivo para el desarrollo de este trabajo, cuál sería el aporte para la posible solución, se establece el objetivo principal y los secundarios, la pregunta de investigación y la justificación de la investigación.

Capítulo II se presenta el marco teórico con los antecedentes, bases teóricas para un adecuado desarrollo del tema y finalmente las bases legales.

Capítulo III se pone el tipo de metodología con la que se desarrolla este trabajo de investigación la cual es mixto, cualitativo y cuantitativo pero una pequeña parte será proyectiva, se menciona las unidades de estudio, la población y la muestra para ejecutar la técnica e instrumento de recolección de datos el cual fue la encuesta para ambos grupos.

Capítulo IV aborda los resultados que arrojaron las encuestas y por consecuencia el análisis presentado mediante tablas y gráficos por cada una de las preguntas tanto de la encuesta de los docentes como de los estudiantes.

Capítulo V se desarrolló la propuesta que cuenta con la introducción reflejada en una tabla que presenta los contenidos que componen el bloque curricular 2 del área de Educación Física, la justificación aclara aspectos importantes del análisis de resultados, se presenta los objetivos, usuario y responsables indicando la persona idónea para ejecutar la guía, a continuación se coloca el funcionamiento, diseño de la guía, factibilidades, cronograma, recursos y financiamientos.

Capítulo VI se tomó en cuenta este aporte porque se encuentra las conclusiones y recomendaciones de esta investigación, así como también las referencias bibliográficas.

## **CAPÍTULO I:**

### **1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1 Formulación del problema**

La Educación Física ha ido ganando terreno en el ámbito de la educación y por ende prestigio, planteándose nuevos retos para la mejora y disfrute de los estudiantes. Pastor et al. (2016) menciona que en las “últimas décadas se han ido planteando diferentes retos para conformar un modelo más completo de (EF): la adherencia a la actividad física en el tiempo, la condición física orientada a la salud, la recreación, la iniciación deportiva, la educación en valores, etc.” (p.182). A nivel nacional la falta de innovación en las instituciones es notoria con los mismos contenidos año tras año y por esa razón se busca cambios o innovaciones en las instituciones sin embargo en varios colegios no se han tomado en cuenta para esta área ya sea por falta de información o desinterés.

Esto conlleva a que algunos padres de familia busquen otra institución que esté en concordancia con los objetivos que quieren que sus hijos aprendan, pueden ser: algo nuevo, entretenido, atractivo o dinámico, por lo que la enseñanza del PK podría ayudar con la formación física y mental de los niños, se sabe que es un deporte en el cual los participantes pasan saltando de un lugar a otro, girando por el suelo, trepando muros entre otros y al ser novedosa e innovadora puede ser utilizado en los estudiantes para motivarlos ya que este deporte post-moderno de acuerdo a lo mencionado es una disciplina apta para el terreno educativo y de la misma manera puede surgir inquietudes en los padres de familia por ser una actividad poco conocida.

Otros autores han afirmado lo siguiente:

El PK, derivado del “Arte del Desplazamiento”, sienta las bases de lo que prácticamente todo niño en su infancia ha tenido que desarrollar: la carrera, el salto, la trepa y toda

una serie de movimientos para el desplazamiento por el entorno. Por ello, esta actividad tiene cabida en el ámbito escolar, pero tras una depuración adecuada. (Barbero, 1989, como se citó en Álvarez y Fernández, 2012, p.1).

La falta de innovación en el área de Educación Física de la Unidad Educativa Charles Spurgeon en los últimos años es notoria, debido a la metodología de los docentes que es dirigida hacia el deporte (fútbol, baloncesto, test de resistencia, etc.) lo cual, se puede observar que los docentes repiten cada año los mismo contenidos sin tener en cuenta la progresión de los aprendizajes, además de no cumplir con los bloques curriculares dispuestos por el Ministerio de Educación. Según Pastor et al. (2016) “Este enfoque de EF todavía sigue vivo en muchos de nuestros centros educativos, especialmente en educación secundaria y en algunos centros de formación inicial del profesorado de EF” (p.182). el mismo autor menciona también que “la EF se orientaba hacia el entrenamiento de las capacidades físicas y habilidades motrices del alumnado” (2016, p.182).

Otro de los factores es la era tecnológica en la que vivimos y el mal uso de la misma que hace la vida más simple y tareas más fáciles de realizarlas para el diario vivir de las personas como, por ejemplo, bases de consultas en internet o videos en YouTube, transportes y videojuegos en el smartphone, no hay por qué molestarse en salir al parque o con amigos a jugar, los juegos virtuales en línea ocupan todo el tiempo libre de los niños. Escobar y Salazar (2015), afirman que “se ha encontrado que en promedio, los adolescentes jugaban videojuegos 6.3 horas por semana y que casi la mitad (47%) jugaban uno o más videojuegos intensamente violentos.” (p.10), no todos los juegos son malos pero cuando son mal direccionados se vuelve destructivos para los niños.

El siguiente autor menciona:

Los juegos online bien seleccionados y supervisados son herramientas que pueden ayudar y mucho en el aprendizaje de todos los educandos, sin embargo, cuando estos no tienen nada que ver con educación se vuelven una herramienta destructiva no solo para el aprendizaje de los niños sino también para su vida social. (Córdova, 2019, s.p.).

Por lo tanto la consecuencia de este problema es el sedentarismo en los niños que perjudica el desarrollo del mismo tanto físico, mental y social a esto se suma la falta de motivación por lo cual el niño pierde las ganas de salir y jugar fomentando a incrementar el índice de inactividad física que ha ido aumentando la tasa de obesidad afectando a la población de todos los grupos de edad. (Ortiz et al., 2017 citado en, Cartas et al., 2021) afirma de acuerdo a datos ofrecidos por el Instituto Nacional de Estadísticas y censo “cerca del 47% de la población adulta sufre de sobrepeso u obesidad un problema que también se detecta en población infantil, donde se llega a reportar más del 20% de niños menores de 12 años que sufren de obesidad infantil” (p.80). Además la obesidad favorece al desarrollo de otras patologías como enfermedades cardiovasculares, diabetes, problemas de articulaciones entre otros. Curimilma y Aguas (2021), consideran un riesgo por la aparición de “complicaciones de tipo respiratorias como disnea, ortopédicas como la osteoartritis, digestivas como es el caso de la colelitiasis, trastornos psicológicos y endocrinológicas como dislipidemias, resistencia a la insulina, hipogonadismo y prediabetes” (p.14).

Otro problema alarmante es la falta de docentes calificados, que no realizan pruebas diagnósticas al inicio de cada bloque curricular lo que no permite realizar actividades progresivas adecuando las cargas a los alumnos, esto se debe a la falta de una cultura en la prevención de lesiones, lo cual puede producir serios problemas de salud en los estudiantes estas situaciones de violencia simbólica se reproducen a menudo a través del ambiente

competitivo-deportivo y el sistema de evaluación basado en criterios determinados y comunes característicos de la asignatura y que, entre otros aspectos, obstaculizan la inclusión en el aula. Pero si reorientamos la buena conducta en las clases puede ser de gran utilidad López et al. (2016) Menciona “Consideramos importante la mejora de la conducta de la competitividad puesto que influye en su rendimiento y diversión en el deporte, y a largo plazo, en la forma de afrontar desafíos similares de la vida.” (p.41).

Por ello de la presente propuesta busca solucionar estos aspectos de la E.F. a través de la enseñanza del PK conocida en la actualidad como deporte post- moderno el cual al ser un deporte poco conocido pero a la vez es muy atractivo por las personas que lo ven. Al incluir estas bases en las clases de E.F. estaríamos impulsando al estudiante a salir de su zona de confort y motivándole a quizás poder continuar entrenando esta actividad fuera de horas de clases, disminuyendo su tiempo sentado frente a una computadora, celular, etc.

En la práctica de esta disciplina no existe la competitividad lo que lo hace más interesante para el terreno educativo, (FPK 2017 citado en, Broseta et al., 2018), dice que “se puede definir el PK como una disciplina física que consiste en moverse con libertad a través del entorno utilizando las habilidades del propio cuerpo para superar los obstáculos que surgen de forma abierta, creativa y no competitiva” (s.p). De esta manera, mediante la enseñanza del PK lleva a conductas adecuadas para la sociedad y la inclusión. Al no haber competición o técnicas concretas a conseguir ya que se centra en la propia exigencia corporal potenciando los beneficios físicos y psicológicos y genera niveles mayores de adherencia a la práctica característica para la promoción de un estilo de vida activo y saludable. Además Broseta et al. (2018), dice que “la superación de obstáculos es libre y personal, generando el feedbacks positivo y a su vez ayuda en la autoestima y autoconfianza” (s.p.).

Y así es cómo surge las preguntas ¿Cómo realizar actividades motrices que permitan conocer su cuerpo reconociendo movimientos posibles para completarlas de manera armoniosa con pleno disfrute de los elementos de este deporte?, ¿Cuál es el nivel actual de motivación de los estudiantes?, ¿Cuáles son las razones para la falta de innovación en clases de educación física?, ¿Cómo construir un mecanismo de evaluación de impacto utilizando el bloque de gimnasia para la enseñanza del PK con el incremento en la motivación de los estudiantes aplicando la filosofía de este deporte?.

## **1.2 Objetivos**

### **Objetivo general**

Elaborar una guía metodológica para la implementación del Parkour en las clases de Educación Física para la mejora de la motivación en los estudiantes de básica media de la Unidad Educativa Charles Spurgeon.

### **Objetivos específicos**

1.- Analizar actividades motrices que permitan conocer su cuerpo reconociendo movimientos posibles para completarlas de manera armoniosa con pleno disfrute de los elementos de este deporte.

2.- Medir el nivel actual de motivación de los estudiantes

3.- Identificar razones para la falta de innovación en clases de educación física

4.- Construir un mecanismo de evaluación de impacto utilizando el bloque de gimnasia para la enseñanza del Parkour con el incremento en la motivación de los estudiantes aplicando la filosofía de este deporte.

### **1.3 Pregunta de investigación**

¿Cómo implementar el PK en la unidad educativa Charles Spurgeon de manera que pueda ser un elemento innovador y motivador para los estudiantes de 5to grado?

### **1.4 Justificación**

Ante la preocupación de varios años con enseñanza deportivista en el cual el alumno solo cumple las expectativas del docente lo que ha propiciado un clima competitivo, riesgoso y desmotivador para los estudiantes, resulta de importante interés saber cuáles son los motivos que causan la falta de motivación en la Unidad Educativa Charles Spurgeon. Y a partir de ahí adoptar estrategias que permitan fortalecer el nivel de motivación y la mejora de la conducta intrapersonal e interpersonal.

La presente investigación surge para mejorar la motivación en los niños de la educación general básica media con el propósito de estimular al alumnado a practicar un nuevo deporte, y por consecuencia promover el desarrollo integral del niño/a proporcionando un nivel adecuado de enseñanza para los siguientes subniveles del sistema educativo, Sobre todo ayuda a disminuir el sedentarismo en los niños que pasan en el celular por varias horas a la semana. (Nielsen, 2010, como se citó en, Baños y Extremera, 2018), dicen que “siendo las principales aplicaciones utilizadas en los dispositivos móviles relacionadas con estilos de vida sedentario como pueden ser las redes sociales (Facebook), juegos y música” (p.80).

El PK además ayuda en el trabajo cooperativo fomentando los valores de no competición. También es relevante porque tiene un impacto directo en el currículo de

Educación Física. Posso et al. (2020), menciona que “La flexibilidad del currículo de Educación Física permite que las destrezas con criterio de desempeño se puedan contextualizar a la realidad vivida por el estudiante de acuerdo a sus características, necesidades y al entorno social” (p.373). Puede satisfacer los objetivos (OG.EF.1, OG.EF.2, OG.EF.3, OG.EF.4, OG.EF.5, y OG.EF.6, OG.EF.8) y cubrir las destrezas imprescindibles y deseables al realizar movimientos como saltos, agarres, roles, giros en actividades individuales y grupales construyendo y respetando acuerdos de seguridad, basados en el respeto y la tolerancia hacia sí mismo y los demás.

La investigación busca proporcionar información y actividades útiles que servirán para la comunidad educativa aumentando las capacidades básicas, inteligencia emocional, valores de superación, constancia, respeto y compañerismo de los niños como resultado ellos quieran adquirir nuevos conocimientos con retos motrices y se preocupen por su higiene y salud.

Rodríguez et al. (2020), sugieren que la salud deba

Ser objeto de educación e incorporarse en el proceso de enseñanza y aprendizaje en el centro educativo; coadyuvando a los estudiantes a convertirse en personas activas y capacitadas para aumentar el control sobre la salud y saber elegir aquellas opciones que sean beneficiosas para una vida saludable (p.5).

Una de las tareas del docente es promover los valores de los estudiantes mediante la E.F. para favorecer el desarrollo personal y social con trabajos cooperativos, que permitan fortalecer al grupo con las diferencias entre alumnos, reorientando conductas adecuadas y acordes a la sociedad. (Johnson, 1999, como se citó en Abadías, 2019) asegura que “el trabajo cooperativo es el que produce mayores beneficios para el alumno que los sistemas individuales

y competitivos, ya que mejoran las relaciones entre los alumnos, se alcanza mayor existo y se produce mayor salud mental y por lo tanto una mayor autoestima” (p.11).

Debido a que no se cuenta con suficientes estudios al alcance nacional sobre la enseñanza del PK en niños dentro de una institución en las clases, el presente trabajo es conveniente para afianzar un mayor conocimiento y aporte para los docentes de E.F aportando a la diversidad con contenidos diferentes y llamativos que atrae a los niños por la filosofía de vida que inspira la capacidad de superación personal. Pérez (2018), plantea que “en este sentido, podemos decir que las clases de Educación Física pueden volverse rutinarias, monótonas y repetitivas si no se incorporan nuevas prácticas, nuevos materiales, etc.” (p.15).

El PK es una buena propuesta porque es atractiva y las actividades se realizan con precaución, respeto y normas de seguridad básicas hacia los que están realizando los gestos, movimientos, desplazamientos. Por otra parte, la investigación contribuye a la innovación ya que el docente con el afán de ampliar sus conocimientos de realizar una clase diferente, creativa y motivadora puede hacer uso del presente trabajo. Puede utilizar las actividades y adaptar sus propias variantes según las necesidades del alumno o la institución, además no requiere de material excesivo, costoso y es adaptable a los recursos de la institución, Pérez (2018), menciona que “Los maestros y maestras de Educación Física, en innumerables ocasiones nos encontramos con un gran déficit de material en los centros en los que impartimos clase, ante lo que hay que expresarse y buscar soluciones” (p.15).

Los docentes no deben preocuparse por la enseñanza de las actividades o complejidad de los elementos a practicar por parte de los niños ya que este deporte sienta las bases de lo que todo niño en su infancia ha tenido que desarrollar: carrera, salto, trepar por ello tiene

cavidad en el ámbito escolar. Es una nueva forma de enseñar, con mejoras en tolerancia, constancia y superación. García (2020), dice que “trata de la consideración de la realización del ser, del Ser Feliz a través del movimiento humano, de la actividad física como referencia para desarrollar el arte de ser feliz, en el ámbito pedagógico” (p.28). El trabajo tiene una utilidad metodológica, porque podría realizarse en futuras investigación que utilizarán metodologías compatibles, de manera que puedan seguir con el proceso. La investigación es viable, pues se dispone de los recursos necesarios para llevarla a cabo. (Carriedo, 2017, como se citó en Cayón et al., 2020) dicen que “la Educación Física podría sentirse orgullosa de ser una de las áreas/materias con más posibilidades para contribuir al desarrollo integral de los estudiantes, no solo incide positivamente en el ámbito físico, sino que favorece el desarrollo emocional” (p.723).

## **CAPÍTULO II:**

### **2 MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes de la investigación:**

Para esta investigación se analizaron proyectos similares o aquellos vinculados con el tema a tratar, algunos fueron encontrados en documentos de investigación a nivel local, nacional e internacional. Con el objetivo de fortalecer el proceso de indagación.

El autor Villamarin (2017), expone la investigación del PK como estrategia metodológica para mejorar el patrón fundamental del salto en los alumnos y dice que se inicia una nueva tendencia deportiva en los jóvenes que consiste en generar emociones por medio de los movimientos y enriquecer las destrezas físicas, fortaleciendo el cuerpo y formando una mente sana. (p.6). Objetivo general se basaba en desarrollar una estrategia metodológica para mejorar el patrón básico del salto por medio del PK en los estudiantes. La metodología de este trabajo se basa en el tipo de investigación-acción. Los instrumentos que utilizaron fueron los siguientes: videos, fotos, test de entrada, test Patrones básicos del movimiento y test de salto longitudinal con una población 24 estudiantes, con un rango de edad promedio de 8 a 10 años de edad, constituido por 14 niños y 10 niñas. Terminaron con un avance significativos en el fortalecimiento de las principales habilidades, destrezas y basado es sus pruebas encuentran una evolución y desarrollo en el salto, durante estos test presentaron una mejora en la postura en tiempo y espacio, encontraron que un 15% mejoraron a nivel general en los 8 alumnos que presentaron falencias en los test. Como conclusión final las clases de PK fueron transcendentales y muy importantes donde los estudiantes lograron satisfactoriamente el desarrollo de habilidades de desplazamiento y de saltos que son fundamentales en las clases de educación física y por ende mejorando el estilo de vida de los alumnos.

Los autores Corrales y González (2018), mencionan sobre las prácticas comunicativas representadas en la disciplina física del PK por parte del grupo sifakas con el objetivo de la investigación es analizar las prácticas comunicativas que existen en el PK por parte de los Traceurs en la ciudad de Cali. La metodología es exploratoria, puesto que examinaron un tema el cual ha sido poco estudiado en el ámbito de comunicación social como lo es la práctica del PK. Se centralizó en analizar las prácticas comunicativas, códigos y lenguajes de comunicación que emplean los traceurs a la hora de comunicar con su cuerpo. El instrumento que utilizaron fueron dos cuestionarios el primero como fuentes primarias para los practicantes experimentados o iniciantes, espectadores, admiradores y ciudadanos y el segundo como fuente secundaria donde consultaron casos relevantes, imprimieron documentos, fotos, artículos de la investigación, videos y grabaciones de audio, de igual manera se lo hizo a practicantes para obtener conocimientos de ideologías. La observación se realizó en una bitácora de observación. En conclusión el PK dentro del grupo Sifakas, es un deporte practicado por jóvenes entre los 16 y 30 años, que resalta por la adrenalina que se tiene a la hora de ejecutar una acrobacia, a pesar de no ser una disciplina competitiva, por lo que, las relaciones entre cada uno de los practicantes es tan amena que se forma como una hermandad.

Por lo tanto González, Ramos y Zeledón (2019), mencionan sobre la innovación mediante estrategias de educación física para el desarrollo del esquema corporal en niñas y niños favoreciendo a los niños, niñas, docentes y padres de familia por lo que se han elaborado y puesto en práctica estrategias innovadoras, obteniendo excelentes resultados. Objetivo de estudio es determinar las estrategias de educación física para el desarrollo del esquema corporal en niñas y niños. Se basaron en la metodología de un enfoque descriptivo aplicativo y enfoque cualitativo. La muestra se toma a todos los niños del tercer nivel de la preescolar Bendición de Dios, ya que con ellos se puede realizar actividades más complejas. Los instrumentos que

usaron fueron: la entrevista, observación y grupo focal, estas técnicas les permitieron recopilar información para luego analizarlas y sintetizarlas para dar respuesta a los objetivos planteados. Las conclusiones: es importante la educación física en educación inicial donde el docente puede elaborar estrategias de acuerdo a lo programado además dice que con la aplicación de estrategias innovadoras se proporcionaron nuevas pautas didácticas para el docente y también mejora la calidad educativa. Con la aplicación de las estrategias innovadoras ayuda al docente al mejoramiento y calidad de la enseñanza aprendizaje; al momento de realizar dichas actividades se encontraron factores que obstaculizaron el proceso los cuales están vinculados con los padres de familia ya que no quieren que sus niños y niñas se ensucien y se golpeen.

Garcia et al. (2019), el objetivo de este estudio fue analizar las relaciones existentes entre las motivaciones generadas por el docente de educación física con el género y nivel de práctica de actividad física de los adolescentes. Analizaron previamente las propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva, para posteriormente en nuestra muestra establecer la baremación de la escala y conocer si existen diferencias por género y nivel de práctica de actividad física. Se trata de un estudio no experimental, ex post factor, de carácter descriptivo y de corte transversal. La muestra que tomaron fue de un total de 315 adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria de la Comunidad de Madrid, con una edad media de 14.2  $\pm$ 1.6 años (52.2% hombres). Los resultados que encontraron sugieren seguir el modelo de 7 factores, ya que presentaron un buen ajuste de los datos en cuanto a fiabilidad y validez. El mayor nivel de motivación encontrado correspondió con indicadores de motivación intrínseca. Las correlaciones muestran que las variables más relacionadas son las de motivación intrínseca. Los hombres tuvieron mayor motivación que las mujeres, excepto en motivación externa introyectada y no motivación. Los adolescentes más activos se sintieron más motivados que los sedentarios. Quedó evidenciado que el instrumento analizado es válido y fiable,

recomendándose respetar la estructura de 7 factores, pudiéndose observar la correlación positiva entre niveles elevados de motivación con los varones y adolescentes activos.

Vega et al. (2019), el objetivo su investigación consistió en comparar los perfiles de motivación hacia las clases de educación física de niños y niñas mexicanos y españoles. La muestra total fue de 606 sujetos; 306 españoles (139 mujeres y 167 hombres) y 300 mexicanos (166 mujeres y 134 hombres), con una edad media de 10.70 años (DE= 0.71). El instrumento que utilizaron fue la Escala de Locus Percibido de Causalidad con la regulación integrada (PLOC-2) adaptada por Ferriz, González-Cutre y Sicilia (2015). Utilizaron una escala tipo Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 7 (totalmente de acuerdo). La metodología de la investigación se enmarcó dentro de un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo tipo encuesta. En los resultados del análisis multivariante de la varianza, seguido por los análisis de varianza univariados se encontró que, los preadolescentes españoles en relación a los preadolescentes mexicanos mostraron mayores niveles de motivación en las clases de educación física, así como en su regulación integrada e identificada, además presentaron menores niveles de desmotivación; mientras que, en los preadolescentes mexicanos se encontraron mayores niveles de regulación introyectada y regulación externa así como mayores niveles de desmotivación en relación con los adolescentes españoles. Futuras investigaciones deberían replicar estos hallazgos en muestras más amplias.

## **2.2 Bases Teóricas:**

### **El Parkour.**

#### **2.2.1.1 Origen.**

Jubé (2017), citado en Santandreu et al. (2019), mmenciona sobre el origen del “Método Natural ideado por Georges Hébert, desde comienzos del siglo pasado. Su principal inspiración

fue la observación de pueblos “primitivos”, sobre todo americanos, pasando inclusive por Brasil y Uruguay que conoce en sus viajes como Oficial de la Marina francesa” (p.10).

También Roca (2017), afirma sobre el origen del método natural al creador Georges Hébert diciendo “Todo parte de George Hébert: un instructor de Educación Física que crear un método de entrenamiento, llamado "Método Natural", contrario a la rigidez de la gimnasia sueca. Por lo tanto Hébert decía son métodos de entrenamiento físico basados en superar obstáculos naturales simplemente con ayuda de movimientos corporales” (p.7).

También es importante mencionar sobre Georges Hébert tuvo una heroica evacuación y rescate lo cual sirvió de experiencia para reforzar su creencia y desarrollo una frase que es muy conocida en la actualidad por los practicantes de este deporte «Être fort pour être utile» - «Ser fuerte para ser útil»

#### 2.2.1.2 **Evolución.**

Santandreu et al. (2019), mmenciona sobre “la evolución a: Una figura clave en el desarrollo del arte del desplazamiento, PK y freerun es Raymond Belle, quien instruyó a varios niños de las familias Belle en su método de entrenamiento.” (p.20) De esta manera su hijo se inspira con las historias de su padre como le menciona Santandreu et al. (2019), según “David Belle, su primer acercamiento al PK como concepto es escuchando una historia de su padre desenvolviéndose como bombero, al tener que hacer un salto para salvar a una mujer en un incendio” (p.21).

De esta manera Rodríguez (2019), afirma sobre la evolución del PK

El padre de David era un comandante que necesitaba una victoria en Vietnam, para ello entrenó a sus soldados según la ley de Darwin “los fuertes sobreviven”, procuró que

sus soldados se adaptaran al medio mediante saltos, enganches, escalada, etc. Todo esto fue visto por su hijo, que en sus ratos libres hacía lo que su padre, pero con sus amigos y en la ciudad. (p.2).

David Belle hijo de Raymond fue el impulsador para crear el arte del desplazamiento conocido anteriormente como el método natural, David observaba a su papá y a su vez lo imitaba en los parques con sus amigos y fue ahí donde el evoluciono ciertos aspectos a de acuerdo a su propia filosofía, se dio cuenta de que lo que realmente quería era un medio para desarrollar las habilidades que podrían serle útiles en la vida, en lugar de solo recibir la formación para patear una pelota o realizar movimientos en un suelo acolchado de un gimnasio. Y como aporte final David se enteró que sus padres llamaban "*parcours*" a esta forma de entrenamiento.

### 2.2.1.3 Historia.

Rodríguez (2019), dice sobre la historia del arte del desplazamiento lo siguiente: "David y sus amigos crearon Yamakasi, el primer grupo de PK del mundo, del que ahora existen 2 películas. Los practicantes de éste deporte se llaman Traceurs, que en francés quiere decir, trazador de caminos" (p.2). En las películas mencionadas se puede evidenciar situaciones donde el traceur traza un camino de escape de manera improvisada para huir de sus perseguidores, esto se ha tomado como aporte en los grupos de PK, de esta manera tales grupos semejan una situación de escape y persecución para poner a prueba sus entrenamientos.

El PK (palabra de origen francés que significa recorrido) es una disciplina que surge en Lisses alrededor de los años 80. Al inicio, David Belle junto con Sebastián Foucan, Williams Belle, Chau Belle, Laurent Pimontesi, Yann Hnautra, entre otros, fueron inspirados por Raymond Belle, para crear lo que en un principio se nombró "Art Du Déplacement" (Arte Del

Desplazamiento). Estos chicos, formaron el grupo "Yamakasi" que significa "Cuerpo fuerte, espíritu fuerte, hombre fuerte" en una lengua africana (Lingala). Es grupo se desintegra posteriormente David y Sebastián un grupo con 60 jóvenes a los cuales se los denominaron traceurs nombre que tiene cada participante

#### 2.2.1.4 Definición ¿Qué es el Parkour?

En la definición (Roca y Baena, 2015, citado por Roca Pablo, 2017), menciona:

El PK que consiste en superar todo tipo de obstáculos por la ciudad con la única ayuda de nuestro cuerpo, y cuyo objetivo es conseguir llegar de un punto a otro de la ciudad superando todos los obstáculos que se encuentran en el camino, de la manera más rápida, fluida y armoniosa posible. (p.5).

También Guayllas (2017), afirma de manera similar que es:

Una disciplina que consiste en el desplazamiento de un lugar a otro lo más fluidamente posible, usando las habilidades del cuerpo humano. Esto, significa superar obstáculos que se presentan en el recorrido, tales como: vallas, muros, paredes -en ambientes urbanos- y árboles, rocas, ríos, entre otros -en ambientes rurales- Los practicantes de esta disciplina son denominados "Traceurs" y "Traceuses" (en el caso de las mujeres). (p.48).

El PK conocido en la actualidad como deporte posd-moderno físico artística dedicada al desplazamiento urbano de una manera creativa ya que no es lo mismo pasar la valla levantando la pierna lo más alto posible sino que tiene que ser lo más rápido posible y a través de diferentes habilidades motrices. Hay que tener originalidad en los movimientos.

### 2.2.1.5 Filosofía del Parkour.

Según (Sampayo, 2010, citado en León Castelao, 2018), menciona lo siguiente:

Es interesante tener en cuenta que el PK para la mayoría de los practicantes es una filosofía de vida que en “umparkour.com”, motivada por el espíritu de auto superación, la hermandad y ayuda entre los practicantes, promoviendo la humildad, el respeto hacia los demás y la lucha por conseguir los objetivos personales tanto en el ámbito personal como en el deportivo. (p.9).

Según el aporte de (Carlos Suárez, 2012, citado en León Castelao, 2018), dice lo siguiente:

La filosofía del PK gira en torno al tipo de la persona que la práctica, ofreciendo distintos tipos de vertientes, desde el que la práctica de este arte deportivo gira en torno a su vida, como el que lo practica de una forma meramente de una forma de ocio y arte, pero todos estos individuos sostienen la idea de que no ponen en peligro su propia vida si no están seguros de que conseguirán superar cierto obstáculo y nunca compiten con otras personas. (p.9).

Además acotando, la filosofía se basa en movimientos libres, fluidos y sin patrones enfocados en el autoconocimiento sin molestar a los peatones manteniendo un estilo de constancia y auto superación personal. Sobre todo es importante aclarar que la filosofía está siendo desafiada por el principio olímpico de competición, al que PK siempre se ha **opuesto**.

### 2.2.1.6 Tipos.

De esta manera se crea dos formas de llamar al arte del desplazamiento creadas por 2 de los que conformaron el grupo Yamakasi y pioneros en el arte del desplazamiento. Estos dos autores se separaron y crearon su propio estilo basado en su propia filosofía.

**David Belle:** decía del arte del desplazamiento es llegar de un punto a otro de la ciudad salvando todos los obstáculos ya sea pequeño o grande de forma rápida, fluida y armoniosa posible. Lo denomino PK palabra de origen francés.

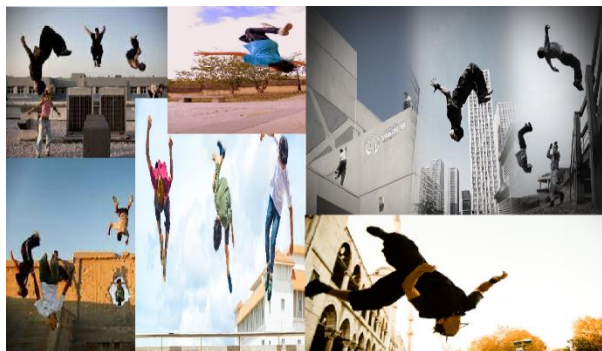
Gráfico 1. *El Parkour*



Elaborado por: ZAPATA, Necser

**Sebastián Foucan:** por su parte decía que es correr libremente o moverse por la ciudad realizando tipos de acrobacias en cualquiera de los 3 ejes, sin seguir ninguna ruta específica. Lo denomino Free Running palabra de origen inglés.

Gráfico 2. *Free Running.*



Elaborado por: ZAPATA, Necser

Como parte final debemos tomar en cuenta un punto muy importante que son las actividades que realizamos en el PK ya que son habituales en la educación física como son el paso de vallas, la carrera, el salto de longitud, los giros, roles, etc... Estas actividades no difieren, en lo básico, de las actividades que cotidianamente realizamos en nuestras clases, pero desarrolladas en un contexto diferente y bajo una nueva perspectiva práctica.

## **Motivación.**

### **2.2.1.7 Conceptos.**

Alemán et al. (2018), menciona acerca de la motivación “El término motivación deriva del verbo latino moveré, cuyo significado es mover, por lo tanto motivación es la necesidad de activar la conducta dirigiéndola hacia la meta propuesta” (p.1259).

(Guzmán et al., 2006, citado en Garcia J. et al., 2019), dice acerca de “La motivación es considerada como un constructo multidimensional” (p.283).

Por otro lado (Candela et al., 2014. citado en Garcia J. et al., 2019), menciona que “la motivación es entendida como una dimensión que define los factores internos o externos que favorecen la aparición o mantenimiento de determinados comportamiento o acciones” (p.283).

Entonces se puede decir que la motivación es la necesidad de satisfacer un medio determinado de una persona que puede ser intrínseca o extrínseca la cuales favorecen o dan el impulso necesario para que ponga en marcha una acción determinada la cuales beneficie en gran parte a la persona que lo está empleando.

#### **2.2.1.8 Tipos de motivación.**

Ortiz y Pradas (2020), mencionan acerca de la motivación intrínseca lo siguiente: se puede definir la motivación intrínseca como la capacidad innata del individuo a realizar actividades para obtener satisfacción personal, ya que sus acciones no dependen de factores o motivos externos al individuo” (p.9).

Según Kenneth (2002), citado por Ortiz y Pradas (2020), por lo contrario menciona acerca de la motivación extrínseca lo siguiente: “se produce cuando éste se ve influenciado por factores externos siendo su meta condicionada por dichos factores. Es decir, sus acciones serán provocadas por agentes externos al individuo, interrumpiendo y obstaculizando el desarrollo óptimo del proceso de aprendizaje” (p.12).

Entonces según Vega et al. (2019), menciona acerca de estos 2 tipos de motivación que: “Se ha definido a la motivación intrínseca como hacer algo por sí mismo; mientras que la motivación extrínseca se refiere a hacer algo como un medio para obtener un fin y no por el propio bien” (p.216).

De esta manera se puede decir que es preferible trabajar la motivación intrínseca hacia los estudiantes para poder lograr un desarrollo óptimo sin factores externos obteniendo un alumno con autonomía, auto superación y autoestima.

#### **2.2.1.9 Factores que influyen o inciden en la motivación.**

Según Alemán et al. (2018), en su investigación dice acerca de los factores.

Entre los factores que inciden en la motivación del alumno y que deben tenerse en cuenta a la hora de afrontar la actividad docente se encuentran, los relacionados con:

- La situación vital de cada uno: familiares, sociales, profesionales, entre otros.
- La actividad del estudio: hace alusión a los factores relacionados con aspectos institucionales, características del centro, relación con el profesorado, o las propias características de la tarea.
- Los de carácter personal: cognitivos, de personalidad, estudios previos, estrategias de aprendizajes disponibles, experiencias previas, habilidades comunicativas, entre otros.

(2018, p. 1262)

Ortiz y Pradas (2020), dice que “el factor que provoca un aumento de la motivación intrínseca se produce cuando el individuo percibe sus habilidades de forma positiva” (p.9).

(Deci y Ryan, 2008, citado Ortiz y Pradas, 2020), afirma que “la motivación extrínseca del ser humano influyen o intervienen cuatro factores o dimensiones en las que se puede descomponer este tipo de motivación, siendo estas dimensiones la externa, la introyectada, la identificada y la integrada” (p.11).

#### 2.2.1.10 **Desmotivación.**

(Deci y Ryan, 2008, citado Ortiz y Pradas, 2020), afirma que la desmotivación se define como “el estado en que las personas experimentan sentimientos de incompetencia, expectativas de incontrolabilidad y realizan actividades sin una perspectiva definida” (p.13).

(Dornyei, 2001, citado en Bunyamethi, 2018), dice que “también se pretende definir la desmotivación enfocándose en las fuerzas externas que disminuyen la motivación: Se trata específicamente de las fuerzas externas que reducen o disminuyen las bases motivacionales de una intención o una acción” (p.189).

De esta manera puedo concluir que la desmotivación es cuando el ser humano carece de ánimos para realizar una acción o actividad en las clases y se presenta por falta de estímulo interno (alumno) o externo (docente), la cual va a detener el desarrollo adecuado del alumno.

### **2.3 Bases Legales:**

#### **Constitución de la República del Ecuador**

Art. 32.-“La salud es un derecho que garantiza el Estado , cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos , entre ellos el derecho al agua , la alimentación , la educación , la cultura física , el trabajo , la seguridad social los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir.”

Las clases de educación física es un derecho cuyo fin es fomentar la buena alimentación, fomentar la actividad física es decir ayuda en la mejora de los hábitos que mejoran la salud de los seres humanos. Se la ejecuta en las instituciones con el fin de mejorar el estilo de vida del niño, adolescentes y jóvenes del país.

Art. 381.-“El estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas...”

La educación física en las instituciones son pieza clave para el desarrollo integral del alumnado, así como también el beneficio y bienestar mediante el deporte y la recreación.

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

En este artículo menciona aspectos muy importantes que la educación debe de tener, aspectos como los valores y el estímulo que este le da para con la Cultura Física.

“Art. 90.-Obligaciones.-Es obligación de todos los niveles del Estado programar, planificar, ejecutar e incentivar las prácticas deportivas y recreativas, incluyendo a los grupos de atención prioritaria, impulsar y estimular a las instituciones públicas y privadas en el cumplimiento de este objetivo”

Todas las instituciones públicas y privadas están en la obligación de motivar, impulsar a sus estudiantes a que practiquen alguna actividad deportiva y recreativa siempre y cuando sea a nivel del estado.

### **Plan Nacional de Desarrollo para el Buen Vivir.**

Además, los retos y necesidades actuales surgen a raíz de cambios en el perfil demográfico y epidemiológico (Ministerio de Salud Pública (2012), citado en (Plan Nacional de Desarrollo para el Buen Vivir, 2017), las principales causas de mortalidad están relacionadas con enfermedades crónicas e infecciosas, a las que se suman enfermedades derivadas de la desnutrición y el sobrepeso que tienen relación con el estilo de vida, acceso a alimentos y patrones de consumo, por lo que es importante enfocar los esfuerzos a las enfermedades que se pueden prevenir, y a la vez promover que la ciudadanía adopte hábitos de consumo saludable y actividad física. (p.44).

No solo el PNPBV 2017-2021 sino también el ministerio de salud promueve como un medio de salud hacia la sociedad y por ende hacia las más pequeños, la práctica de actividad física que es importante promocionar y acoplar en las instituciones públicas y privadas para el beneficio de los estudiantes.

### **El Plan Nacional de Desarrollo y la Planificación de Largo Plazo**

Se prevé que Ecuador reduzca sus niveles de sedentarismo, se mejoren los patrones de alimentación y se incremente la actividad física en todos los grupos etarios. Esto contribuirá a reducir los niveles de estrés y el número de muertes a causa de enfermedades cardiovasculares,

diabetes, sobrepeso, obesidad, entre otras. (Plan Nacional de Desarrollo para el Buen Vivir, 2017, p.35).

El Plan Nacional de Desarrollo para el Buen Vivir hace enfoque sobre a un objetivo primordial el cual se menciona en mi plan de tesis. La disminución del sedentarismo versus el aumento de actividad física y por ende la disminución de enfermedades.

### **Plan nacional del buen vivir ejes estratégicos.**

#### **Objetivo 3: Mejorar la calidad de vida de la población.**

3.7 Fomentar el tiempo dedicado al ocio activo y el uso del tiempo libre en actividades físicas, deportivas y otras que contribuyan a mejorar las condiciones físicas, intelectuales y sociales de la población

3.7. d. Propiciar el uso del tiempo libre de niños y niñas, adolescentes y jóvenes en actividades recreativas, lúdicas, de liderazgo, deportivas y asociativas, como mecanismo de inserción y formación de ciudadanos activos.

Es fundamental prevenir el uso inadecuado del tiempo libre en los niño, niñas y adolescentes usando actividades atractivas, influyentes o llamativas, consiguiendo el uso adecuado del tiempo libre de alguna forma ciudadanos activos.

3.7. f. Diseñar e implementar mecanismos de promoción de la práctica de algún tipo de deporte o actividad lúdica en la población, de acuerdo a su condición física, edad, identificación

étnica, género y preferencias en los establecimientos educativos, instituciones públicas y privadas, sitios de trabajo y organizaciones de la sociedad civil.

Es importante la promoción de la práctica de alguna actividad física en los niños y niñas y por ende que se mantenga presente como parte de su diario vivir. Un deporte que satisfaga sus necesidades y lo mantenga activo de tal manera mejorar la calidad de vida.

### **Plan Nacional de Desarrollo para el Buen Vivir**

#### **Objetivo 3:**

Apenas el 11% de la población realiza actividad física de manera habitual. Por otro lado, lo que más ha influido en los hábitos deportivos de la gente ha sido el colegio; con esto, se confirma la importancia de recuperar la educación física en centros educativos de todo nivel (Ministerio del Deporte, 2012, p.140).

“La educación y la cultura física contribuyen de manera directa a la consecución de las destrezas motoras, cognitivas y afectivas necesarias para aprovecharlos conocimientos, interactuar con el mundo físico e integrarse plenamente al mundo social” (Plan Nacional de Desarrollo para el buen vivir, 2017, p.141).

Como se puede apreciar la educación física desde hace tiempo se pronuncia como un aspecto importante sobre la formación de los niños y niñas, ya sea integral, motriz, socio afectivo o cognitivo. Ha sido el pilar para la creación de nuevas actividades recreativas y el recipiente para ser usado en deportes poco conocidos.

#### **Objetivo 4:**

##### **Fortalecer las capacidades y potencialidades de la ciudadanía**

De acuerdo al ministerio del deporte en 2010 se identificó que el 89% de la población era sedentaria, frente a tasas de otros países, menores al 50%. Más del 50% de la población sedentaria no realiza actividades físicas por falta de tiempo. El 51% de los entrevistados no practica ningún deporte y el 49% practica, como mínimo, un deporte. (ministerio del Deporte, 2017, p.167)

“Promover la práctica deportiva y su profesionalización en los diferentes niveles de educación” (Ministerio del Deporte, 2010 p.174).

Como bien lo mencione anteriormente estamos en la era tecnológica que hace la vida más fácil a los niños los cuales tiene la comodidad a alcance de sus manos, es una situación que va en aumento, la cual se puede controlar con la Educación física en los niños y niñas de las instituciones públicas y privadas.

## **CAPÍTULO III:**

### **3 METODOLOGÍA**

#### **3.1 Generalidades**

“La metodología describe, valida, y en cierto modo, prescribe un conjunto de reglas (...) que el investigador debe considerar para construir y validar conocimientos científicos” (Klimovsky, 1998, citado por Yuni, 2006 en la investigación de Vélez, 2012, s.p.). En otras palabras sirve para estudiar un determinado problema y mediante la recolección de datos validar la investigación.

#### **3.2 Diseño de la Investigación**

De acuerdo a la investigación de la enseñanza del PK, esta será de campo ya que se evidenció la falta de motivación de los estudiantes, por lo cual será con diseño no experimental que se aplicará de manera transversal y de tipo exploratorio considerando que es una investigación la cual tiene poco estudio en el tema y servirá para futuras investigaciones.

Agudelo Gabriel et al. (2008), menciona que “La investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables” (p.39). Más adelante (Kerlinger, citado en Agudelo Gabriel et al., 2008), afirman que “Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos” (p.39). Los mismos autores señalan que los diseños de investigación transversales “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia o interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de un hecho” (p.38).

### **3.3 Tipo de la Investigación**

La presente investigación será diseñada bajo el tipo metodológico del enfoque mixto cualitativo y cuantitativo pero una pequeña parte será proyectiva ya que, según Hurtado (2012), dice que “realizar una propuesta o un modelo, que con lleve a solución de problemas o necesidades” (p.567). Puesto que es un tipo que se adapta de mejor manera a las necesidades y características de la investigación.

Para Palacios (2006), la metodología cualitativa tiene como objetivo:

La descripción de las cualidades de un fenómeno. Busca un concepto que pueda abarcar una parte de la realidad. No se trata de probar o de medir en qué grado una cierta cualidad se encuentra en un cierto acontecimiento dado (s.p.).

El mismo autor señala que la Metodología Cuantitativa es “aquella que permite examinar los datos de manera numérica, especialmente en el campo de la Estadística” (s.p.).

Según Hernández y Mendoza (2018), menciona que “consiste en la integración de métodos cuantitativos como la encuesta, con métodos cualitativos como entrevistas o análisis de contenidos” (s.p.), por lo que la técnica que se tomará del enfoque cuantitativo será la encuesta dirigida a los estudiantes y docentes de la Unidad Educativa Charles Spurgeon. Tanto para los alumnos, así como también sobre la opinión de este deporte del PK poco conocido en el ámbito educativo a docentes.

### **3.4 Unidades de estudio**

## **Población**

“Es el conjunto de todos los elementos (unidades de análisis) que pertenecen al ámbito espacial donde se desarrolla el trabajo de investigación” (Valle, 2009, p.14).

La población estará conformada por 17 estudiantes de quinto año de EGB media, de la Unidad Educativa Bautista Charles Spurgeon, pertenecientes a un solo paralelo y de los 21 docentes se toma en cuenta a 2 del área de Educación Física, el tutor quien puede ser el comunicador entre los padres de familia y el investigador, la vicerrectora quien permite realizar mi trabajo y a la inspectora como autoridad y conocimientos didácticos en la asignatura.

## **Muestra**

“Es una parte o fragmento representativo de la población. Se caracteriza por ser objetiva y reflejo fiel del universo (población), de tal manera que los resultados obtenidos -en la muestra puedan generalizarse a todos los elementos que conforman dicha población” (Valle, 2009, p.14).

En esta investigación se utilizará la técnica del muestreo no probabilístico, que según Caizaluisa (2009), dice que el muestreo no probabilístico es un “procedimiento de selección según el cual cada uno de los elementos de la población no tiene las mismas posibilidades de ser elegido para formar la muestra. Presenta el riesgo de ser menos representativo que el muestreo probabilístico” (p.83). Considerando que la población de la investigación son estudiantes escogidos intencionalmente por su fácil acceso.

Se solicitará de manera atenta la participación de los estudiantes quinto grado de EGB media, que asisten a la Unidad Educativa Bautista Charles Spurgeon.

### **3.5 Técnicas e instrumento de recolección de datos**

El autor De Paz (2008), se refiere a las técnicas de recolección de datos como un “proceso de obtención de información empírica que permita la medición de las variables en las unidades de análisis, a fin de obtener los datos necesarios para el estudio del problema o aspecto de la realidad social motivo de investigación” (s.p).

Las técnicas de recolección de datos que se utilizará en esta presente investigación será la encuesta. Según Valle (2009), la encuesta “Son las preguntas en forma escrita u oral que aplica el investigador a una parte de la población denominada muestra poblacional, con la finalidad de obtener informaciones referentes a su objeto de investigación” (p.19).

El autor De Paz (2008), dice que “El instrumento de recolección de datos es imprescindible para la construcción de la Matriz Tripartita de Datos o simplemente la Matriz de Datos; pues mediante el instrumento de recolección de datos se obtiene la información sobre las variables” (s.p).

El instrumento será un instrumento diseñado, basado en una encuesta con base estructurada y preguntas cerradas de tipo interrogación, es decir, es una pregunta directa que utiliza una escala tipo Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Los valores que se tomarán en cuenta serán los más importantes o los imprescindibles para alcanzar los objetivos específicos.

Se utilizará para el procesamiento de datos la técnica de estadística descriptiva que ayudará a organizar la información, sintetizarla, ver sus características más relevantes y presentar la información. Velázquez (2017), menciona que se “obtienen los estadísticos muestrales utilizados por la estadística inferencial para hacer inferencias y estimaciones de los parámetros de una población.” (p.3). Para la tabulación de los datos que se obtendrán del cuestionario de la encuesta que se aplicará a los niños de quinto de EGB media y a 5 docentes de la U. E. Charles Spurgeon será utilizado el programa de Microsoft Office Excel.

### 3.6 OPERACIONLIZACIÓN DE VARIABLES

<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Variables</b>	<b>Definiciones nominales</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>
Realizar actividades motrices que permitan conocer su cuerpo reconociendo movimientos posibles para completarlas de manera armoniosa con pleno disfrute de los elementos de este deporte	Interés de aprendizaje del PK	favorecer o dar el impulso necesario para realizar actividades que beneficie en gran parte a la persona que lo está empleando	Conocimiento del PK	Totalmente en desacuerdo. En desacuerdo. Ni de acuerdo ni en desacuerdo. De acuerdo. Totalmente de acuerdo.
	PK		Nivel de conocimiento general	
Explorar el interés de los estudiantes En las clases de educación	Interes en las clases de E.F.	Prácticas gimnásticas que tiene como finalidad de mejorar sus capacidades	Cree que es difícil, peligroso o existe en Ecuador.	Totalmente en desacuerdo. En desacuerdo. Ni de acuerdo ni en desacuerdo. De acuerdo. Totalmente de acuerdo.
	competitividad		Deseo por terminar la clase, actividades fáciles. Ganar siempre	

física e identifica la falta de innovación por parte de los docentes de la Unidad Educativa Charles Spurgeon en Pifo-Ecuador.	Percepcion de los docentes	físicas y psicológicas	Valores y aspectos socio afectivos de los estudiantes, recursos y motivación,	Totalmente en desacuerdo. En desacuerdo. Ni de acuerdo ni en desacuerdo. De acuerdo. Totalmente de acuerdo.
	nuevas estrategias metodologicas		Práctica gimnasticas innovadora	
Construir un mecanismo de evaluación de impacto utilizando el bloque de gimnasia para la enseñanza del PK con el incremento en la motivación de los estudiantes aplicando la filosofía de este deporte	Implementar el PK	el PK que consiste en superar todo tipo de obstáculos por la ciudad con la única ayuda de nuestro cuerpo, y cuyo objetivo es conseguir llegar de un punto a otro de la ciudad superando todos los obstáculos que se encuentran en el camino, de la manera más rápida, fluida y armoniosa posible	Beneficio a las capacidades físicas condicionales	Totalmente en desacuerdo. En desacuerdo. Ni de acuerdo ni en desacuerdo. De acuerdo. Totalmente de acuerdo.
	Innovación		implementar una nueva propuesta pedagógica para promover la motivación de los alumnos y favorecer a los docentes	
	Aprendizaje de habilidades motrices		Desarrollar las capacidades física, relación con otros deportes	
	Beneficio al docente y estudiante		Disminuir competitividad, ayuda a fortalecer los lazos de amistad, la confianza, autoestima y evitar el sedentarismo.	

## CAPÍTULO IV:

### 4 RESULTADOS

#### 4.1 Cuestionario a Docentes de la U. E. B. Charles Spurgeon.

**Pregunta 1:** ¿Tiene conocimientos acerca del Parkour?

*Tabla 1 Pregunta 1 docentes*

*Conocimiento del PK*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	2	40%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	2	40%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	1	20%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Los resultados obtenidos de acuerdo a la gráfica dice que 2 docentes tienen un conocimiento casi nulo del PK mientras que 2 docentes tienen un conocimiento parcial del deporte de PK y 1 docente afirma conocer el PK arrojando un equivalente de 40%, 40% y 20% respectivamente, estos conocimientos podrían deberse a que el componente de escape y persecución a tomado el interés por los medios de comunicación, también a través de películas como distrito 13, los Yamakasi y Casino royale que demuestran de manera parcial el significado del PK, así tomando fuerza en la sociedad.

**Pregunta 2:** ¿El Parkour es un deporte difícil?

*Tabla 2 Pregunta 2 docentes*

*El PK como nivel de dificultad*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	1	20%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	20%
<b>De acuerdo</b>	3	60%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Se observa que entre los docentes encuestados, el 20% están parcialmente seguros que no es difícil, el 20% tiene dudas del grado de dificultad y el 60% están parcialmente seguros que es difícil, de acuerdo al nivel de efectos visuales y escenas llamativas con un nivel de acrobacias moderadamente alto que incorporaron en películas la audiencia como lo fueron este grupo de docentes asimila que es un deporte difícil.

**Pregunta 3:** ¿Cree usted que el Parkour solo son saltos peligrosos?

*Tabla 3 Pregunta 3 docentes*

*El PK es peligroso*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	2	40%
<b>En desacuerdo</b>	1	20%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	2	40%
<b>De acuerdo</b>	0	0%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

En los resultados arrojados se observa que 2 docentes creen que para nada es peligroso, 1 cree parcialmente en que no es peligroso y 2 docentes tienen dudas del grado de peligrosidad de este deporte dando un porcentaje en la gráfica de 40%, - 40% - 20% respectivamente, esto quizá se debe a un documental denominado Jump London donde muestra al PK como movimientos de escape descrito como un juego sin perseguidores así eliminando las definiciones equivocadas o distorsionadas a este deporte novedoso y poco conocido.

**Pregunta 4:** ¿El Parkour es un deporte que existe en Ecuador?

*Tabla 4 Pregunta 4 docentes*

*El PK en el Ecuador*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	2	40%
<b>De acuerdo</b>	2	40%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	1	20%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

De acuerdo a los resultados obtenidos, el 40% de los docentes tienen dudas de la existencia del PK en el Ecuador, 40% creen parcialmente en la existencia del PK en el Ecuador y el 20%, esto es gracias al amplio mundo tecnológico y a la red de internet lo que permite conectar varias plataformas como Facebook y YouTube donde se difunden prácticas de este deporte en algunas ciudades del Ecuador.

**Pregunta 5:** ¿Considera usted que mediante la enseñanza del PK se puede afianzar valores y aspectos socio afectivo?

*Tabla 5 Pregunta 5 docentes*

*El PK puede afianzar valores y aspectos socio afectivo*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	2	40%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	3	60%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Se observa en la gráfica que el 40% de los docentes afirman parcialmente sobre la enseñanza del PK y el 60% de los docentes creen en su totalidad sobre la este aspecto en el PK, esto se debe a que entre uno de los puntos de la filosofía del PK está la consolidación de los valores y los aspectos sociales y afectivos como lo es la empatía.

**Pregunta 6:** ¿Cree usted que el docente debe buscar la iniciativa de motivar a los estudiantes utilizando nuevas estrategias metodológicas?

*Tabla 6 Pregunta 6 docentes*

*El docente y la iniciativa por motivar a los estudiantes*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	0	0%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	5	100%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

De los docentes encuestados el 100% está totalmente de acuerdo, de acuerdo con el currículo de Educación Física vigente, el cual es flexible, por lo que permite al docente a implementar estrategias metodológicas siendo una potente herramienta para desarrollar habilidades y destrezas del alumnado.

**Pregunta 7:** ¿Cree usted que las prácticas gimnásticas ayuda a desarrollar las habilidades motrices básicas?

*Tabla 7 Pregunta 7 docentes*

*Practicas gimnasticas en el desarrollo de habilidades básicas*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	1	20%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	4	80%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Se observa que un 20% de los docentes parcialmente creen que el bloque de las prácticas gimnásticas de alguna manera ayuda en las habilidades motrices y básicas mientras que el 80% de los docentes están totalmente seguros que este bloque ayuda a los estudiantes a desarrollar sus habilidades motrices, tal y como lo afirma (Almond, 1997, p.14 mencionado en el currículo de Educación Física, 2016), dice “Entendemos por prácticas gimnásticas a todas las actividades que focalizan en el cuerpo, cuyas acciones están orientadas a la búsqueda de una ejecución armónica y eficiente de las habilidades de movimiento” (p,51).

**Pregunta 8:** ¿Considera usted que la Unidad Educativa cuenta con recursos necesario o adecuados para la implementación de enseñanza-aprendizaje del Parkour?

*Tabla 8 Pregunta 8 docentes*  
*Recursos necesarios en la UE*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	1	20%
<b>En desacuerdo</b>	1	20%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	20%
<b>De acuerdo</b>	2	40%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Mediante la gráfica se puede observar que un 20% piensa que la Unidad Educativa no cuenta con ningún recurso para la implementación del PK, un 20% piensa parcialmente que la Unidad Educativa no cuenta con los recursos necesarios, un 20% duda sobre la adecuación de los recursos para la implementación del PK, mientras que un 40% piensa parcialmente en que la Unidad Educativa cuenta con los recursos necesarios, esto se debe a que existe pocos estudios fuera del país sobre la implementación del PK en Instituciones Educativas, por lo que en Ecuador solo es visualizado de manera urbana.

**Pregunta 9:** ¿Cree usted que el Parkour es una disciplina que se practica en la ciudad?

*Tabla 9 Pregunta 9 docentes*  
*El PK en la ciudad.*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	3	60%

<b>De acuerdo</b>	1	20%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	1	20%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

En la gráfica se puede observar, que un 60% de los docentes encuestados no saben si esta disciplina se practica en ciudad o en otros lugares, un 20% cree parcialmente en que los traceur practican en la ciudad y un 20% de los docentes afirma totalmente que esta disciplina se practica solo en la ciudad, esto es de acuerdo a lo que se ha podido observar mediante el uso de la tecnología, que en su mayoría de los traceurs realizar PK en lugares urbanos realizando diversas formas de movimientos.

**Pregunta 10:** ¿Cree que el Parkour al ser un deporte cautivador por los estudiantes ayude a desarrollar las capacidades físicas del estudiante?

*Tabla 10 Pregunta 10 docentes*

*El cautivador PK y su desarrollo en las capacidades físicas*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	2	40%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	3	60%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

De acuerdo a los resultados se puede observar, que un 40% de los docentes está de acuerdo con que el PK ayuda en las capacidades Físicas del Estudiante, un 60% afirma totalmente que el PK no solo es una actividad llamativa sino que también desarrolla las capacidades físicas del

practicante, por lo que se sabe el PK escolar en otros países ayudan a desarrollar habilidades y capacidades físicas básicas de los estudiantes.

**Pregunta 11:** ¿Se relaciona el Parkour con otras actividades como gimnasia, atletismo y juegos, que están relacionados en el currículo de Educación Física?

*Tabla 11 Pregunta 11 docentes*

*La relación del PK con el currículo de Educación Física*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	2	40%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	3	60%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Según la gráfica observada se encuentra, que un 40% está de acuerdo con la relación del PK con el currículo, le 60% cree en su totalidad la relación del PK en las actividades que se encuentra dentro del currículo, esto se debe a que estas actividades ayudan al desarrollo de la motricidad, resistencia, velocidad y flexibilidad.

**Pregunta 12:** ¿Considera usted adecuado la idea de implementar una nueva propuesta pedagógica para promover la enseñanza y motivación de los alumnos en las clases de Educación Física?

*Tabla 12 Pregunta 12 docentes*  
*Implementación de una propuesta pedagógica*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	3	60%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	2	40%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Los resultados obtenidos de acuerdo a la gráfica dice que 3 docentes creen parcialmente en la adecuación de implementar una nueva propuesta pedagógica, 2 docentes consideran totalmente la idea de implementar una propuesta con el fin de motivar y afianzar la enseñanza en los estudiantes, de esta manera, teniendo un equivalente de 60% - 40% respetivamente, ya que en el ámbito de la educación los docente constantemente están buscando actividades para orientarlas hacia la participación del alumno que comprometan sus valores, cognición, voluntad y motivación.

**Pregunta 13:** ¿Considera usted que una nueva propuesta pedagógica innovadora favorecerá a los docentes de Educación Física a mejorar sus estrategias?

*Tabla 13 Pregunta 13 docentes*  
*Propuesta pedagógica y la Educación Física*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%

<b>De acuerdo</b>	2	40%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	3	60%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Según los resultados observados, un 40% cree parcialmente en que el PK favorecerá a los docentes, un 60% considera que esto ayudaría al docente de Educación Física a mejorar su entorno en las clases con los estudiantes, esto debido a que los estudiantes sienten atracción por actividades realizadas fuera de las instituciones pero llamativas.

**Pregunta 14:** ¿La enseñanza de este deporte ayuda a disminuir la competitividad?

*Tabla 14 Pregunta 14 docentes*

*El PK sin competitividad*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	2	40%
<b>De acuerdo</b>	3	60%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Se puede observar que un 40% de los docentes encuestados tienen dudas si puede ayudar a disminuir este aspecto, mientras que 60% de los docentes cree parcialmente que si puede ayudar a disminuir la competitividad en los estudiantes, por lo que la competencia puede causar lesiones al querer realizar movimientos que no está preparado, con el PK ese pensamiento cambia al ser un deporte de constancia y apoyo entre los practicantes.

**Pregunta 15:** ¿El Parkour ayuda a fomentar los lazos de amistad entre los estudiantes?

*Tabla 15 Pregunta 15 docentes*

*El PK fomentando los lazos de amistad.*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	1	20%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	4	80%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

De acuerdo a la gráfica el 20% si cree en que ayude a fomentar los lazos de amistad, un 80% afirma totalmente que puede ayudar el PK a mejorar los lazos de amistad, ya que en el ámbito del PK es común ver a un practicante compartir sus conocimientos o estrategias para que su compañero mejore, dejándole este aprendizaje para que puede aplicar en otro compañero.

**Pregunta 16:** ¿Considera usted que la práctica del Parkour puede ayudar a evitar el sedentarismo?

*Tabla 16 Pregunta 16 docentes*

*El PK evita al sedentarismo*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	1	20%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	4	80%
<b>TOTAL</b>	5	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Los resultados obtenidos de acuerdo a la gráfica dice que 1 docente considera parcialmente que se puede evitar el sedentarismo y 4 docentes consideran totalmente que el PK ayudará a evitar el sedentarismo, debido a que la filosofía del PK es la auto superación, el autoconocimiento y la consta que permite al practicante proponerse retos día a día dejando el tiempo libre exclusivamente para la práctica del PK.

#### **4.2 Cuestionario a estudiantes de la U. E. B. Charles Spurgeon.**

### **ESTUDIANTES**

**Pregunta 1:** ¿Practicar algún deporte u otra disciplina?

*Tabla 17 Pregunta 17 docentes*

*Práctica de deportes*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	6	35%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	3	18%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	8	47%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

Según los resultados se encuentra que un 47.1% de los estudiantes encuestados realizan deporte, un 17.6% realizan alguna actividad física o disciplina pocas veces en la semana, un 35.3% no realiza deporte o actividad Física durante la semana, esto se debe a que un gran número de estudiantes pasan en la casa realizando posiblemente videojuegos en dispositivos celulares, pc o consolas de juegos y es así que otro grupo de niños dedican una parte a los videojuegos y otra a los deportes.

**Pregunta 2:** ¿Le gusta saltar, correr o trepar cuando sale a recreo?

*Tabla 18 Pregunta 8 docentes*

*Actividades en el recreo*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	2	12%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	6%
<b>De acuerdo</b>	5	29%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	9	53%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

En los resultados de la encuesta se observa que, un 52.9% de los estudiantes les gusta realizar estas actividades en el recreo, 29.4% de los estudiantes si lo realiza parcialmente, un 6% posiblemente no lo hace a menudo, un 11,8% no le gusta realizar estas actividades, por lo que los niños tienen las bases de la práctica del PK lo cual beneficia la pronta acogida y practica de los niños.

**Pregunta 3:** ¿Cree usted que el Parkour es difícil de aprender?

*Tabla 19 Pregunta 19 docentes*

*Dificultad del PK*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	3	18%
<b>En desacuerdo</b>	5	29%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	2	12%
<b>De acuerdo</b>	4	24%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	3	18%

<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>
--------------	-----------	-------------

*Elaborado por: Zapata Necser*

Los resultados obtenidos de acuerdo a la gráfica dice que, un 17.6% piensa que es difícil realizar este deporte, un 29.4% cree que poco difícil aprender este deporte, un 11.8% tiene dudas sobre la dificultad de este deporte, un 23.5% cree que aprender el PK no es tan difícil, un 17.6% cree que es fácil aprender este deporte, esto se debe a varias publicaciones realizadas por los medios de comunicación y cine, lo cual hace que los niños absorban la información de diferente manera y varios de ellos posiblemente intentaron ejecutar algún movimiento y el resultado es el que se encuentra en el gráfico.

**Pregunta 4:** ¿Le parece interesante cambiar a un deporte más entretenido o solo practicar fútbol, básquet, atletismo?

*Tabla 20 Pregunta 20 docentes*

*Cambio de estrategia pedagógica*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	1	6%
<b>En desacuerdo</b>	3	18%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	2	12%
<b>De acuerdo</b>	0	0%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	11	65%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

Se puede observar que un 6% está conforme con las clases de Educación Física, un 17.6% cree parcialmente que las clases son buenas, un 11.8% de los estudiantes está en duda si en cuanto a cambiar de rutina o seguir probablemente por el temor, un 23.5% de los estudiantes están

interesados en practicar una nueva actividad, un 23.5% de los encuestados está de acuerdo con cambiar de actividades, un 41.2% de los encuestados les parece interesante cambiar a una nueva actividad, esto se debe a que los niños valoran positivamente la condición Física y el deporte, por esa razón les agrada la idea de conocer una nueva actividad nueva.

**Pregunta 5:** ¿Usted en las clases de Educación Física le gusta competir con sus compañeros?

*Tabla 21 Pregunta 21 docentes*

*Competitividad entre alumnos*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	6%
<b>De acuerdo</b>	7	41%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	9	53%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

Los resultados obtenidos de acuerdo a la gráfica dice que 1 estudiante cree que tal vez le guste competir, 7 estudiantes les gusta competir parcialmente y 9 estudiantes les agrada la idea de competir con sus demás compañeros teniendo un equivalente de 6%, 41.2%, 52.9% respectivamente. Esto se debe a una motivación intrínseca competitiva que es una variable que influye en el comportamiento de los niños, además de una vida artificial o tecnológica de los niños donde se evidencia juegos altamente competitivos, lo cual lo llevan a la vida diaria.

**Pregunta 6:** ¿Usted en las Educación Física le agrada la idea de ganar siempre?

*Tabla 22 Pregunta 22 docentes*

*Ganar siempre*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	1	6%
<b>En desacuerdo</b>	1	6%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	4	24%
<b>De acuerdo</b>	4	24%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	7	41%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

en los resultados obtenidos se puede observar que, un 6% le agrada competir pero no se siente bien si gana, de igual manera un 6% que no le agrada la idea de ganar siempre, un 23.5% se sienten bien con competir sin importar los resultados, un 23.5 % le agrada parcialmente la idea de ganar siempre, un 41.2% se siente contento por ganar, esto se debe al momento de euforia de acuerdo a la actividad y a las necesidades intrínseca del alumno que influyen en la motivación intrínseca que es la autonomía, la competencia y el establecimiento de vínculos, disminuyendo la motivación por conseguir aprendizajes significativos.

**Pregunta 7:** ¿Le parecen fácil las actividades que el docente indica que realice?

*Tabla 23 Pregunta 23 docentes*

*Actividades fáciles de ejecutar*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	1	6%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	2	12%
<b>De acuerdo</b>	7	41%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	7	41%

<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>
--------------	-----------	-------------

*Elaborado por: Zapata Necser*

De acuerdo a al grafica un 6% está en desacuerdo con la dificultad de las actividades del docente, un 11,8% posiblemente no se da cuenta de la dificultad de las tareas y solo las ejecuta, un 41.2% creen que son fáciles de realizar, un 41.2% de los estudiantes cree que las actividades del profesor son muy fáciles, esto se debe a que los niños se encuentran en una edad donde le gusta los retos, involucrar sus emociones, sensación o sentimientos y no hacer tareas repetitivas, la autorregulación primitiva, minimizando el esfuerzo por aprender a lo que conlleva que el alumno pierda interés por aprender.

**Pregunta 8:** ¿Durante las clases deseo con frecuencia que no termine pronto?

*Tabla 24 Pregunta 24 docentes*

*Deseo por que no termine la clase*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	2	12%
<b>En desacuerdo</b>	6	35%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	6%
<b>De acuerdo</b>	4	24%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	4	24%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

Según los resultados obtenidos un 11.8% quiere que se acabe pronto la hora de Educación Física, un 35.3% posiblemente está pendiente de la hora en que se acabe la clases, un 5.9% no le da mucha importancia al tiempo en clase, un 23.5% no quiere que se acabe la clase por que disfruta de la misma, un 23.5% le gusta estar en las clases de educación física. Hay un número

considerable de estudiantes que desean que las clases terminen o que no le toma importancia, puede ser debido a que los alumnos no encuentran entretenida la clase o que sus actividades son fáciles y no implica mayor esfuerzo realizar dicha actividad.

**Pregunta 9:** ¿Usted cree que aprender nuevas maneras de realizar gimnasia es emocionante?

*Tabla 25 Pregunta 25 docentes*

*Gimnasia de manera diferente y emocionante*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	0	0%
<b>De acuerdo</b>	6	35%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	11	65%
<b>TOTAL</b>	17	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

Los resultados obtenidos de acuerdo a la gráfica dice que 6 estudiantes les gusta la idea de aprender una forma diferente de aprender la gimnasia, 11 estudiantes están totalmente interesados por aprender algo nuevo, diferente. Esto se debe a que los niños al momento de realizar actividades creativas o nuevas aprenden a enfrentar problemas, son perseverantes, se relacionan mejor con sus compañeros por lo que también mejora su motivación.

**Pregunta 10:** ¿Usted le gustaría practicar este deporte para aprender nuevas maneras de realizar gimnasia?

*Tabla 26 Pregunta 26 docentes*

*Practicar gimnasia de una manera diferente*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	6%
<b>De acuerdo</b>	6	35%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	10	59%
<b>TOTAL</b>	17	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

De acuerdo a los resultados se observa que, un 5,9% de los estudiantes están en duda de aprender el PK, 35.3% está parcialmente interesado, 58.8% quiere aprender a realizar actividades de PK, ya que los niños necesitan trabajar actividades que implique un mayor reto motriz, que implique aprendizaje, valores, sentimientos, sensaciones o emociones para su pleno desarrollo, potenciando el nivel de las capacidades físicas y psicológicas del alumno.

**Pregunta 11:** ¿Cree usted que aprender esta disciplina ayudaría a mejorar algún punto débil que considere tener?

*Tabla 27 Pregunta 27 docentes*

*Mejorar puntos débiles*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	6%
<b>De acuerdo</b>	6	35%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	10	59%
<b>TOTAL</b>	17	100%

*Elaborado por: Zapata Necser*

En la gráfica se puede observar que un 5.9% posiblemente no encuentra alguna falencia en cada actividad que hace, un 35.3% está de acuerdo que el PK ayudará a mejorar su estilo de vida, un 58.8% de los estudiantes encuestados piensan que esta disciplina ayudaría a mejorar sus puntos débiles. En la práctica del PK no existe la rivalidad ni la competencia al contrario con un trabajo a fondo las falencias como el autoconocimiento autocontrol, empatía entre otros, juega un rol importante en la motivación de los niños porque impulsa en la eficacia de las tareas escolares generando crecimiento y conocimiento.

**Pregunta 12:** ¿Cree usted que practicar este deporte le ayudaría a mejorar su confianza y autoestima?

*Tabla 28 Pregunta 28 docentes  
Mejora de confianza y autoestima*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	2	12%
<b>De acuerdo</b>	5	29%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	10	59%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

En los resultados se observa la gráfica que un, 11.8% siente dudas de que lo ayude, un 29.4% está de acuerdo sobre el beneficio del PK, un 58.8% cree que el PK ayudaría a mejorar su seguridad en la realización de las actividades y en su vida diaria, por lo que la implementación del PK tiene como fin conformar personas optimas en lo social, moral y física para la sociedad, de esta manera fortalece la inteligencia emocional en su autoconfianza, por otra parte el autoconocimiento del cuerpo genera autoestima que es la satisfacción personal y social. Entonces en la niñez es donde se fomenta la confianza o autoestima.

**Pregunta 13:** ¿Te gustaría aprender una nueva disciplina como es el Parkour?

*Tabla 29 Pregunta 29 docentes*

*Interés por aprender PK*

<b>OPCION</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	0	0%
<b>En desacuerdo</b>	0	0%
<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	1	6%
<b>De acuerdo</b>	5	29%
<b>Totalmente de acuerdo</b>	11	65%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

*Elaborado por: Zapata Necser*

En la gráfica se puede observar que 1 estudiante tiene dudas para aprender este deporte, 5 estudiantes quieren practicar el PK probablemente para saber qué es y cómo se realiza los movimientos, 11 estudiantes les agradan la idea y puede ser que se sientan emocionados por aprender este deporte, con un porcentaje de 5.9%, 29.4%, 64.7% respectivamente, esto se debe a que el PK es un deporte influyente, atractivo que está ganando terreno por lo que cierta parte de los alumnos conocen y se sienten emocionados de practicar, además el PK es apto para ámbito escolar ya que tiene herramientas que permite el desenvolvimiento del alumno en una perspectiva de superación y proceso constante de crecimiento.

En conclusión se pudo evidenciar el criterio de todas las personas encuestadas donde piensan que el PK es un deporte difícil de practicar pero a la vez no es peligroso por lo que opinan que es un deporte apto para la enseñanza en esta institución ya que puede ayudar a fomentar los valores, lazos de amistad, no competitividad, ayuda mutua y eliminar el sedentarismo, además ayuda al estudiante en la autoestima y al docente incentiva a tener nuevas estrategias metodológicas e innovadoras para la mejora de sus clases de Educación Física.

## **CAPÍTULO V:**

### **5 PROPUESTA**

#### **Título: guía metodológica para la enseñanza del Parkour**

##### **5.1 Introducción de la propuesta:**

La presente propuesta es para mejorar la motivación por aspectos de la educación física (mismos contenidos, competitivismo o deportivismo) a través de la enseñanza del PK conocida en la actualidad como deporte post- moderno, el cual es llamativo pero poco conocido. Se desarrollará una guía metodológica para el bloque de prácticas gimnásticas, las cuales estarían divididos en introducción, equilibrio, coordinación, fuerza, secuencias y refuerzo de lo aprendido anteriormente, las clases serán desarrolladas también de manera dinámica.

Al incluir estas bases en las clases de educación física se estaría motivando al estudiante a disminuir su tiempo sentado en frente a la computadora, celular, videojuegos, etc e incentivar que el estudiante quizás pueda continuar entrenando esta actividad fuera de horas de clases. En la práctica de esta disciplina no existe la competitividad lo que lo hace más interesante para el terreno educativo y también se puede reorientar los malos comportamientos mediante valores que son presentes durante la enseñanza del PK el cual lleva a conductas más adecuadas a la sociedad de vida y a la inclusión. Al no haber competición o técnicas concretas a conseguir ya que se centra en la propia exigencia corporal potenciando los beneficios físicos y psicológicos y genera niveles mayores de adherencia a la práctica característica para la promoción de un estilo de vida activo y saludable.

**Bloque:**

Prácticas gimnásticas.

Tabla 30: Contenidos del bloque curricular 2

<b>Objetivo general del área de Educación Física:</b>	<b>Objetivos del área de Educación Física para el subnivel Medio de Educación General Básica:</b>	<b>Destrezas imprescindibles:</b>	<b>Destrezas deseables:</b>	<b>Criterio de evaluación:</b>	<b>Indicador de evaluación del criterio:</b>
OG.EF.6. Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.	O.EF.3.1. Participar en prácticas corporales de manera segura, atendiendo al cuidado de sí mismo, de sus pares y el medio ambiente. O.EF.3.5. Reconocerse capaz de mejorar sus competencias y generar disposición para participar de prácticas corporales individuales y con otros.	EF.3.2.2 Crear secuencias gimnásticas individuales y grupales con diferentes destrezas (y sus variantes), utilizando como recursos los saltos, giros y desplazamientos para enlazarlas, entre otros EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro.	EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera.	CE.EF.3.3 Construye individual y colectivamente secuencias gimnásticas, identificando sus experiencias previas, realizando el acondicionamiento corporal necesario, ejecutando diferentes variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el uso del tiempo y el espacio, las capacidades motoras a mejorar; y realizando los acuerdos de seguridad, confianza y trabajo en equipo necesarios.	I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)

## **Justificación**

La asignatura de Educación Física busca de mejor manera desarrollar las habilidades motrices, sociales, cognitivas y socio afectivas de los alumnos por lo que es necesario que el docente haga uso de estrategias metodológicas para un buen proceso de enseñanza y aprendizaje. Ruiz (2020), menciona que “es muy importante poner énfasis en la utilización de estrategias de aprendizaje, para así lograr que exista un aprendizaje significativo dentro del proceso educativo, ya que favorecen al rendimiento académico” (p.37). Tanto la forma de enseñar y evaluar ha ido avanzando por lo que el docente debe de tomar la iniciativa.

De acuerdo al análisis e interpretación de los resultados de este estudio, se pudo determinar lo siguiente:

- Los niños han desarrollado habilidades básicas en el recreo y son útiles para el PK.
- Los estudiantes están con interés de aprender actividades diferentes.
- Lamentablemente desarrollaron un nivel de motivación al competitivismo y siempre ganar, el resto de la clase les parece posiblemente aburrida por lo que desean con frecuencia que termine pronto.
- Los docentes deben de buscar estrategias metodológicas. Los participantes encuestados prestan importancia en esta propuesta y piensan que ayudara afianzar la parte socio afectiva, capacidades físicas y evitar el sedentarismo.

Por esta razón, surge la necesidad de desarrollar esta guía metodológica que tiene como beneficio el no competitivismo, la ayuda mutua, disminuir el sedentarismo en los niños y es cooperativo, así todos los alumnos avanzan al mismo ritmo mejorando aspectos cognitivos, motrices y afectivos. Los siguientes autores Gilchrist, y Wheaton, (2011) citado Broseta et al. (2017), dicen que “Los ambientes de entrenamiento se convierten en espacios de ayuda mutua para el progreso y la superación individual y colectiva de obstáculos, fomentando así el compañerismo y el respeto por los otros, y creando un fuerte espíritu de comunidad” (p.2). De esta manera los estudiantes se sienten entusiasmados, cómodos, motivados de asistir y participar en las clases.

## **Objetivos de la propuesta**

### **5.1.1.1 Objetivo general.**

Diseñar una guía metodológica para la enseñanza del PK en los niños de 5to grado de EGB media

### **5.1.1.2 Objetivo específicos.**

- Identificar las actividades de cada semana para la enseñanza del PK por parte de los docentes.
- Utilizar el bloque de prácticas gimnásticas para incorporar el PK en las clases de Educación Física.
- Utilizar las destrezas del bloque para proponer las estrategias metodológicas del PK en las clases de Educación Física.
- Realizar las evaluaciones individual y colectivamente utilizando los criterios de evaluación del bloque.

## **5.2 Usuarios y responsables**

La presente guía metodológica está dirigida al docente de Educación Física de la básica media de la Unidad Educativa Bautista Charles Spurgeon encargado de impartir clases a los alumnos de 5to grado los cuales carecen de motivación por alcanzar un logro de aprendizaje caso contrario tienen un alto nivel de competitividad y están pendientes de que termine la hora clase. Sin embargo el docente deberá tener un grado académico de licenciatura en Educación Física y tenga conocimientos del currículo de esta área, principalmente destrezas, indicadores y criterio de evaluación del bloque de prácticas gimnásticas.

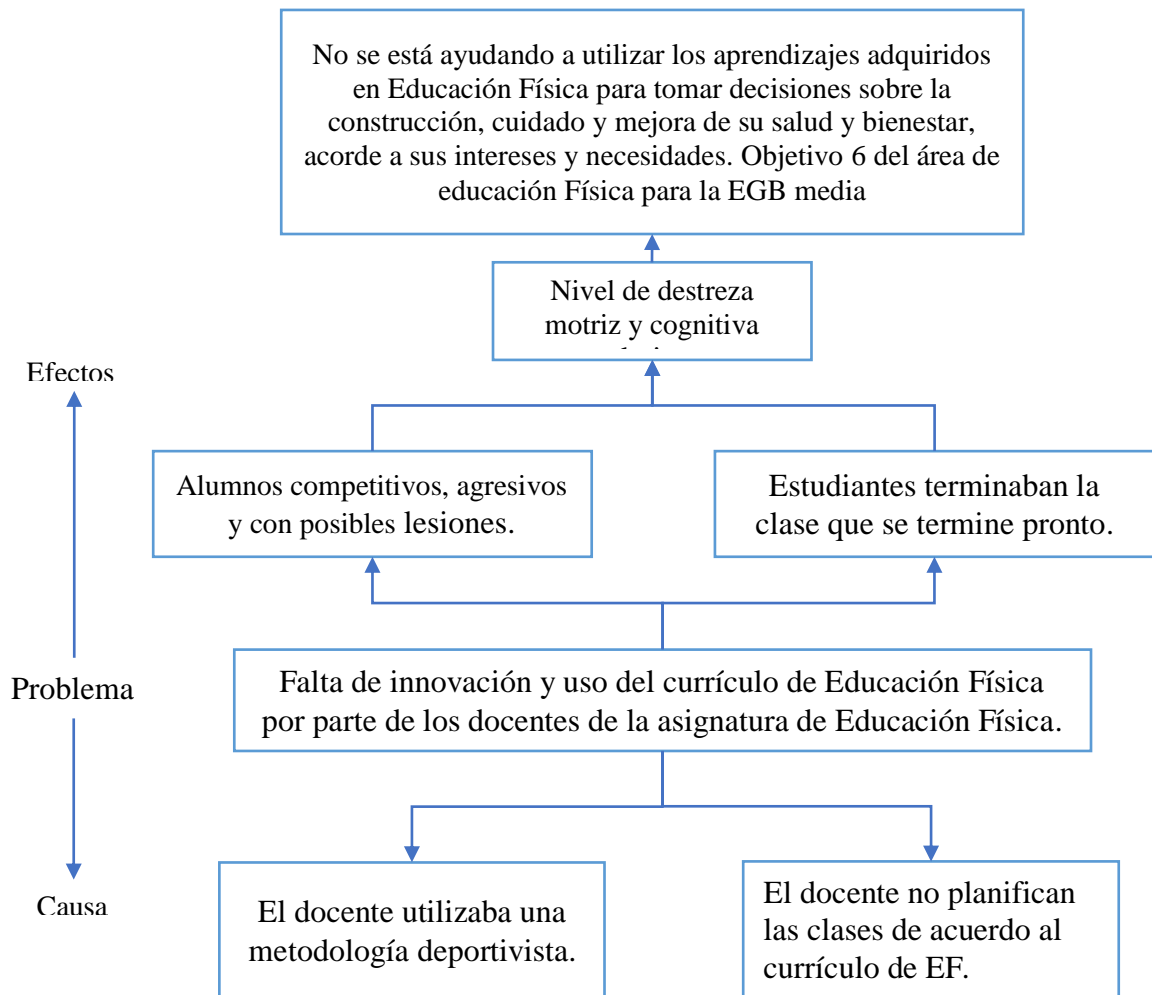
La guía será aplicada exclusivamente a los estudiantes de 5to grado de EGB con 10 años los cuales serán los participantes y beneficiarios directos en la práctica de este deporte.

El cumplimiento de las actividades de la guía, recaerá en el docente de Educación Física el cual la ejecutará únicamente en el bloque de prácticas gimnásticas debido a que las destrezas se asimilan con la práctica de este deporte.

### 5.3 Funcionamiento

En la figura 30 se presenta el diagrama de causa-efectos a partir de la necesidad identificada en el apartado del diagnóstico de la propuesta.

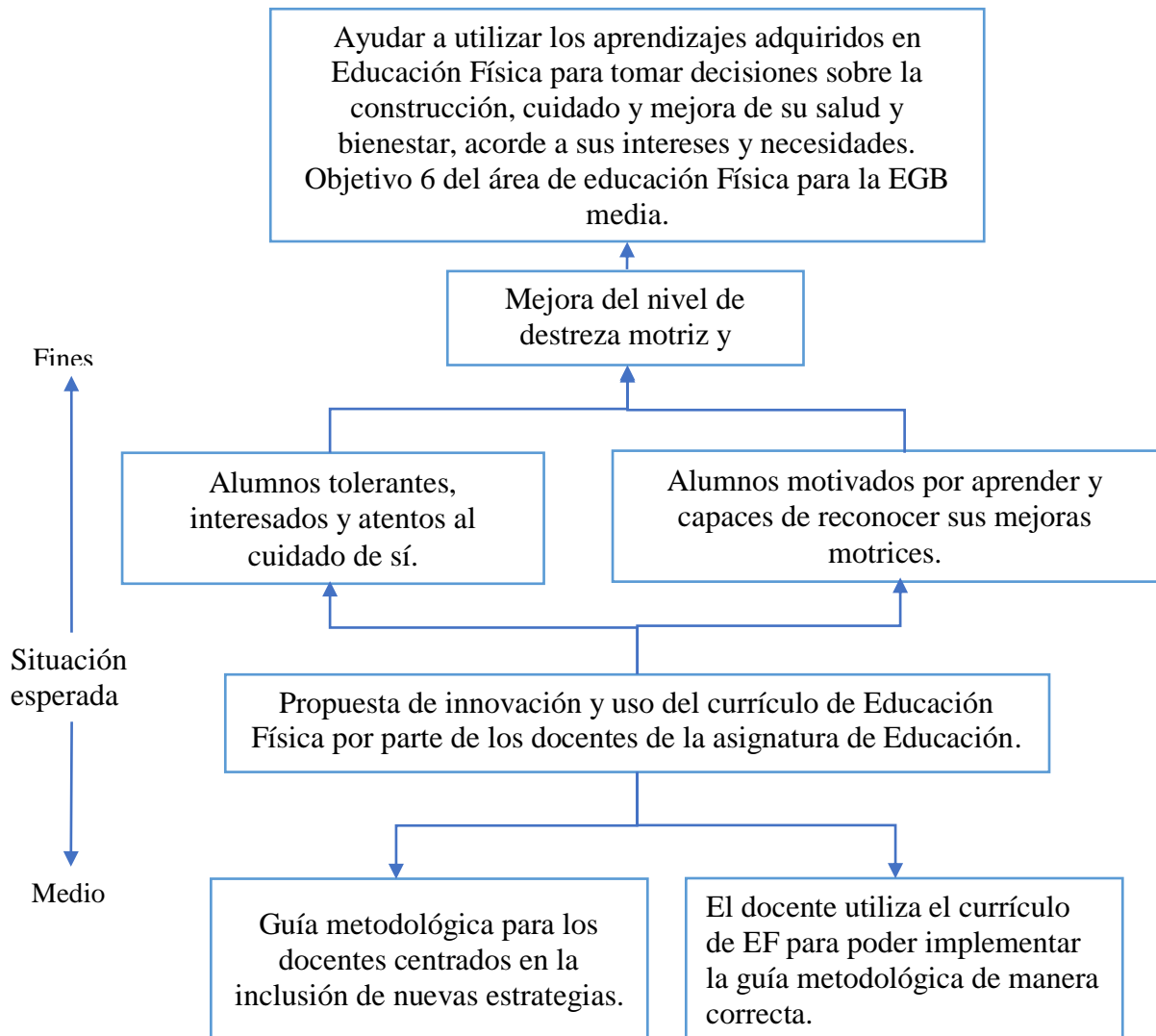
Gráfico 3. *Diagrama de pertinencia de la propuesta (causa-efecto).*



ÁRBOL DE PROBLEMAS

De igual manera, a continuación, se sintetiza los fines a alcanzar para que los docentes de EF apliquen las actividades para la enseñanza del PK (figura 31)

Gráfico 4. Diagrama de pertinencia de la propuesta (medios-fines).

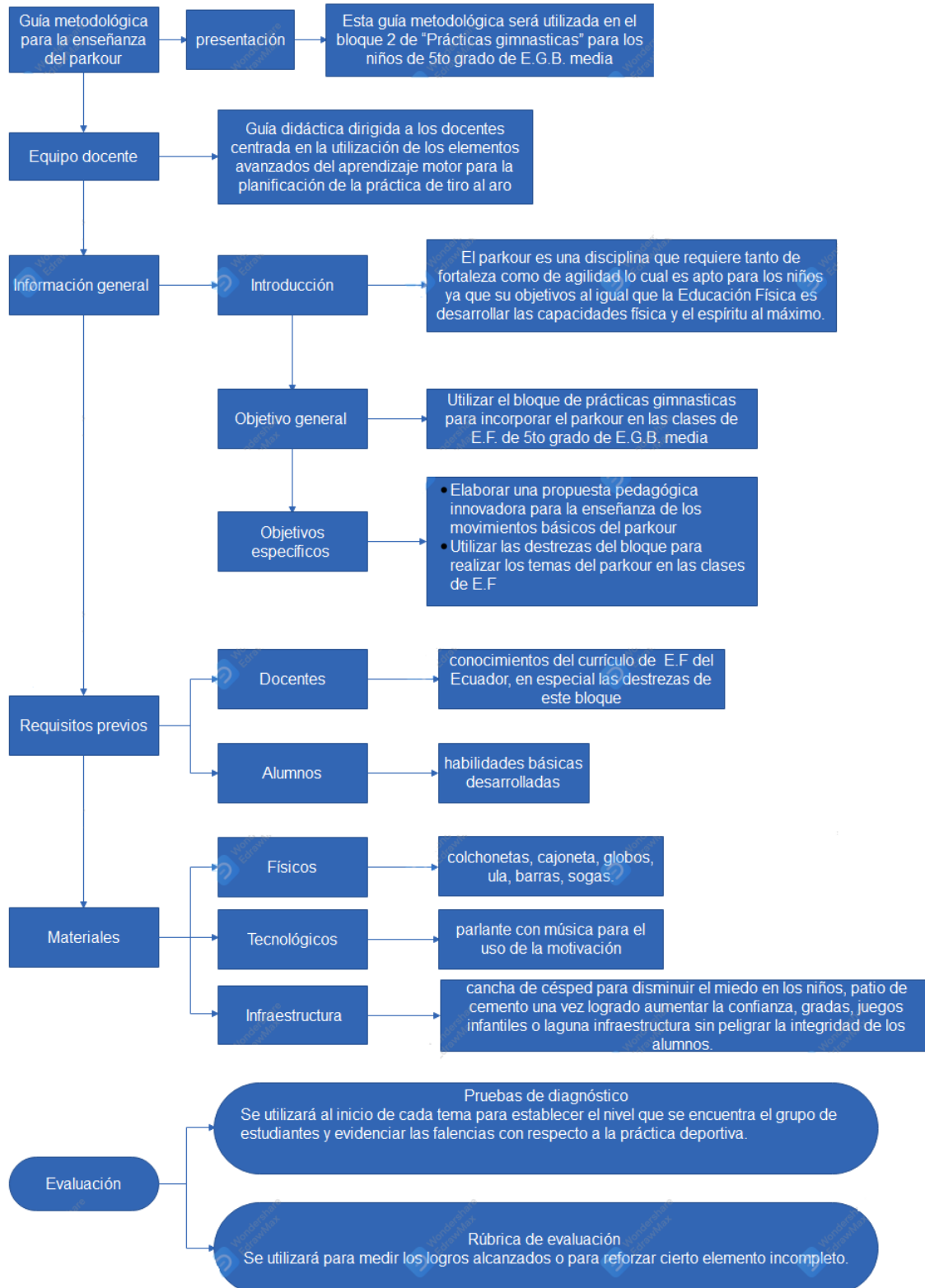


ÁRBOL DE MEDIOS Y FINES

## 5.4 Objetivo 1 de la Guía

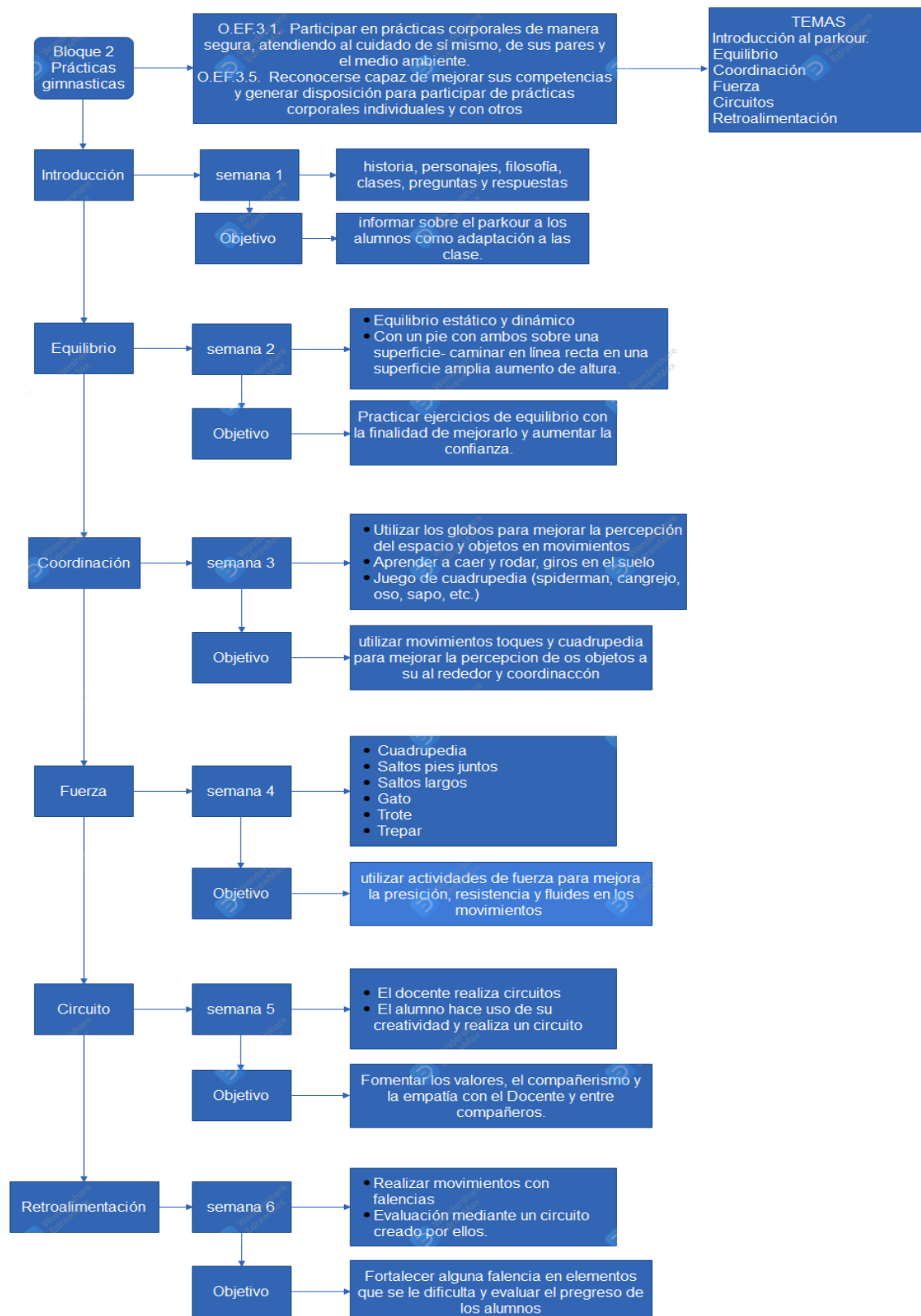
En la siguiente figura se presenta el esquema general de la propuesta de la guía metodológica.

Gráfico 5: Esquema de la guía.



De la misma manera se presenta otro esquema con los temas que se van a tratar durante las 6 semanas que dura el bloque curricular

Gráfico 6: *Esquema del bloque curricular 2 prácticas gimnásticas.*





## 5.5 Objetivo 2 de la Guía

### 2. Contenidos

Los contenidos que se escogió para desarrollar la guía metodológica son:

- Introducción
- Equilibrio
- Coordinación
- Fuerza
- Circuitos
- Retroalimentación

## 5.6 DISEÑO DE LA GUÍA METODOLÓGICA

		<b>UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR "BAUTISTA CHARLES SPURGEON"</b> <b>"Educamos para la Vida"</b>					
<b>PLAN DE CLASE ADAPTADO</b>							
<b>1. DATOS INFORMATIVOS:</b>							
Docente:	NECSER ZAPATA		Área/asignatura:	EDUCACION FISICA	Año de básica:	5	Paralelo: Único
N.º de la unidad de planificación:	Título de la Unidad:	TEMA:	Objetivo específico de la clase	Resolver de manera eficaz inquietudes o preocupación de los estudiantes, después de que el docente realice la introducción.		Duración:	Año lectivo:
1	una gimnasia divertida y deferente	<i>introducción el parkour y filosofía</i>				6 semanas	
<b>2. PLANIFICACIÓN</b>							
<b>DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:</b>				<b>INDICADOR DE LOGRO DE EVALUACIÓN:</b>			

EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro.		I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)	
<b>VALORES PARA TRABAJAR:</b>	Justicia, equidad, comunicación asertiva, respeto, empatía, solidaridad, honestidad, responsabilidad.	<b>SEMANA:</b> 1/6	<b>Fecha :</b>
<b>Estrategias metodológicas</b>		<b>Recursos</b>	<b>Actividades de evaluación/ técnicas/ instrumentos</b>
<p><b>EXPERIENCIA.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de asistencia</li> <li>• Dinámica para captar la atención de estudiante</li> </ul> <p><b>REFLEXION.</b> Preguntas y respuestas sobre el tema principal, dificultad, inquietudes que los estudiantes tengan sobre el nuevo aprendizaje.</p> <p><b>CONCEPTUALIZACIÓN.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se ingresa a los estudiantes al aula de audiovisuales.</li> <li>• En cada clase se empieza con preguntas a los estudiantes sobre lo que se va a enseñar ej. que es el parkour.</li> <li>• Al final de la clase se vuelve a preguntar pero ahora los estudiantes responderán de acuerdo al conocimiento aprendidos.</li> <li>• Que es el método natural y cuál es su relación con el parkour.</li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nXlpJean0EA">https://www.youtube.com/watch?v=nXlpJean0EA</a></li> <li>• Historia del parkour.</li> <li>• Quien es David Belle y que papel cumple en el parkour.</li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SPTLaE0O4gw">https://www.youtube.com/watch?v=SPTLaE0O4gw</a></li> <li>• Que significa el parkour.</li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8oyYOWsdQik">https://www.youtube.com/watch?v=8oyYOWsdQik</a></li> <li>• Filosofía del parkour.</li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gHJBadiXgy8">https://www.youtube.com/watch?v=gHJBadiXgy8</a></li> </ul>		<p><b>RECURSOS TECNOLÓGICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aula de audiovisuales</li> <li>• Pizarrón</li> <li>• Marcadores de pizarra</li> <li>• Borrador de pizarra</li> </ul>	<p><b>Instrumento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista de cotejo</li> </ul> <p><b>Actividad:</b> Entiende la clase, realiza preguntas y contesta preguntas por parte del docente. Demuestra interés.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iDdwH2y8erQ">https://www.youtube.com/watch?v=iDdwH2y8erQ</a></li> <li>• <b>Énfasis en el min; 3:50 hasta 4:30</b></li> <li>• Quien son los Yamakasi.</li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=KYmFHhQ3QJ4">https://www.youtube.com/watch?v=KYmFHhQ3QJ4</a></li> <li>• Beneficios del parkour.</li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iDdwH2y8erQ">https://www.youtube.com/watch?v=iDdwH2y8erQ</a></li> <li>• DIFERENCIA ENTRE PARKOUR Y FREERUNNING</li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7kmXMErdgU">https://www.youtube.com/watch?v=7kmXMErdgU</a></li> </ul> <p><b>APLICACIÓN.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos de lo aprendido.</li> <li>• Resolver inquietudes</li> </ul>		
--	--	--

<b>N.º de la unidad de planificación: 2</b>	<b>TEMA:</b> <i>Equilibrio</i>	<b>SEMANA:</b> 2/6	<b>Fecha :</b>	<b>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA CLASE:</b> practicar ejercicios y dinámicas de equilibrio con la finalidad de mejorar y aumentar la confianza.
<b>DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:</b>				<b>INDICADOR DE LOGRO DE EVALUACIÓN:</b>
EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro. EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera.				I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)
<b>Estrategias metodológicas</b>				
<b>EXPERIENCIA.</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de asistencia</li> <li>• Dinámica para captar la atención de estudiante</li> </ul>				
<b>REFLEXION.</b>				

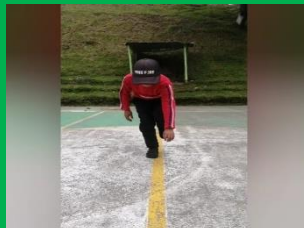
Preguntas y respuestas sobre cómo debería realizar cada actividad evitando que no se lastime con su compañero accidentalmente cuando realice cada una de las actividades.

### CONCEPTUALIZACIÓN.

1.- Posición firme levanta un pie, mantiene la posición mientras levanta una mano la otra, se toca la cabeza, la nariz, etc. Repetir con el otro pie.



2.- Posición firme levanta un pie, toca el piso con una mano y se levanta sin perder el equilibrio repite con la otra mano.



3.- Juego de objetos, en la posición de un pie realiza la forma de un avión, árbol, casa, trofeo, superman, etc. (docente utiliza tu creatividad)



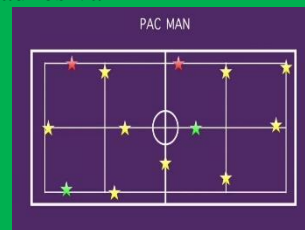
4.- Arma tu camino, usa 2 tatamis para avanzar hasta la meta, A pisa y B cambia hacia adelante



5.- El puente, realiza una columna de aros el cual debe pasar con un solo pie saltando, alternando, pies junto



6.- Pacman, dos serán los que atrapen y el resto deberá huir. Ambos adversario deberán desplazarse por la líneas de la cancha y el docente puede aumentar más con la tiza o cinta adhesiva



7.- Caminar sobre una línea manteniendo el equilibrio en el caso de no tener trazar una con sogá o cinta adhesiva. **Variante el niño llevara un objeto en la palma con las manos abierta.**



8.- Realizar lo mismo que el anterior pero ir aumentando la altura progresivamente es decir línea, sogá, cajoneta, gradas (delimitando la anchura que pueden pisar).



9.- Cuando suban a las vallas o barra deberán formar pareja o grupos de 3 el cual A pasa la valla y B lo ayuda a pasar sujetándole la mano luego A ayuda a C y así sucesivamente.



10.- Para finalizar deberá pasar la valla sin ayuda



**Link de la guía metodológica para esta semana:**  
<https://www.youtube.com/watch?v=5IzGNkajcEs>

#### APLICACIÓN.

- Conocimientos de lo aprendido
- inquietudes Resolver

#### Recursos

##### RECURSOS FÍSICOS

- Cajoneta, vallas o cuerda de equilibrio (slackline)
- Soga, cinta adhesiva o tiza para trazar una línea.
- Aros, hojas o tatami.
- Cancha o patio de césped o cemento.
- Colchonetas.
- Pelotitas de tenis o parecidas en el diámetro.
- Palos o clavav.



#### Actividades de evaluación/ técnicas/ instrumentos.

##### Instrumento:

- Lista de cotejo

##### Actividad:

Entiende la clase, realiza las actividades con disfrute. Demuestra interés. Utilizo como estrategia (Think-pair-share) y tres cosas que nos sabías antes, para aumentar en la lista de cotejo.

N.º de la unidad de planificación: 3	TEMA: <i>Coordinación</i>	SEMANA: 3/6	Fecha :	<b>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA CLASE:</b> utilizar movimientos, toques y cuadrupedia para mejorar la percepción de los objetos a su alrededor, habilidades perceptora motrices y coordinación.
<b>DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:</b>			<b>INDICADOR DE LOGRO DE EVALUACIÓN:</b>	
<p>EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro.</p> <p>EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera.</p>			<p>I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.)</p> <p>I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)</p>	
<b>Estrategias metodológicas</b>				
<b>EXPERIENCIA.</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de asistencia</li> <li>• Dinámica para captar la atención de estudiante</li> </ul>				
<b>REFLEXION.</b>				
Preguntas y respuestas sobre cómo debería realizar cada actividad evitando que no se lastime con su compañero accidentalmente cuando realice cada una de las actividades				
<b>CONCEPTUALIZACIÓN.</b>				
<p><b>Usar una colchoneta para:</b></p>	<p>1.- <b>Rol de parkour</b>, se asemeja al rol gimnástico la diferencia es al momento de colocar las manos en el suelo. La mano derecha apoya en el piso y al momento de levantar la cadera para pasarla la mano izquierda cruza por debajo del brazo derecho de esta manera el hombro izquierdo toca la colchoneta para poder rodar.</p>		<p>2.- <b>Recepción de altura</b>, buscamos una altura (cajoneta, mesa o graderío) se deja caer verticalmente y realiza el rol PK.</p>	
		 <p>Recepción de altura</p>		

3.- **Recepción a gato**, (cajoneta, mesa o graderío) se deja caer verticalmente, cae los 2 pies juntos flexiona las piernas y apoya las manos. **Variante:** avanza en gato.



4.- **Recepción en metatarso**, se desplaza saltando de un punto a otro, se deja caer de altura o salta en el mismo pues y al tocar el piso lo hace con el metatarso y falanges del pie, (puede ser del piso a grada).



5.- **Gimpeo**, sirve para cambiar de dirección, trotando y toca la pared impulsándose hacia otra dirección.



6.- **Tic tac**, parecido al anterior pero son dos impulso entre obstáculos paralelos para pasar otro.



7.- **Utilizar globos para practicar lo aprendido:**

Desplazarse por el espacio sin dejar caer el globo de la palma de la mano.  
Desplazarse haciendo rebotar el globo en la mano izquierda, derecha y alternando.  
Desplazarse haciendo rebotar el globo con la rodilla izquierda, derecha y alternando.  
Golpear con la palma fuerte para que se eleve más y busca otro globo.

Golpear fuerte y girar sobre su propio eje y cambia de globo sin dejar que se caiga.  
Repetir con rol, recepciones, gimpeo y tictac.



8.- **Preparación para la siguiente semana.**

A modo de competencia o desplazamiento de objetos realiza el spiderman, cangrejo, oso y sapo. (h



**Link de la guía metodológica para esta semana:**  
<https://www.youtube.com/watch?v=oPyKkBuwdX8>

#### APLICACIÓN.

- Conocimientos de lo aprendido
- Resolver inquietudes

<b>Recursos</b>	<b>Actividades de evaluación/ técnicas/ instrumentos.</b>
<b>RECURSOS FÍSICOS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cajoneta, mesa o graderío.</li> <li>• Colchonetas.</li> <li>• Cancha o patio</li> <li>• Soga, cinta adhesiva o tiza para trazar una línea.</li> </ul>	<b>Instrumento:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista de cotejo</li> </ul> <b>Actividad:</b> Entiende la clase, realiza las actividades con disfrute. Demuestra interés. Utilizo como estrategia (Think-pair-share) y tres cosas que nos sabías antes, para aumentar en la lista de cotejo.

<b>N.º de la unidad de planificación: 4</b>	<b>TEMA: Fuerza</b>	<b>SEMANA: 4/6</b>	<b>Fecha :</b>	<b>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA CLASE:</b> utilizar movimientos de parkour que implican la fuerza para mejorar la precisión, resistencia y fluidez en los movimientos.
<b>DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:</b>				<b>INDICADOR DE LOGRO DE EVALUACIÓN:</b>
EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro. EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera.				I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)
<b>Estrategias metodológicas</b>				
<b>EXPERIENCIA.</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de asistencia</li> <li>• Dinámica para captar la atención de estudiante</li> </ul>				
<b>REFLEXION.</b>				
Preguntas y respuestas sobre cómo debería realizar cada actividad evitando que no se lastime con su compañero accidentalmente cuando realice cada una de las actividades.				
<b>CONCEPTUALIZACIÓN.</b>				
1.- Iniciamos con trabajos de cuadrupedia con repeticiones y descansos utilizando un método llamado tabata. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=V67cNoSYwNE">https://www.youtube.com/watch?v=V67cNoSYwNE</a>		2.- <b>Usar una cajoneta para: Monkey</b> , coloca las 2 manos levanta la cadera y pasa las piernas por la mitad de los brazos pasando la cajoneta		3.- <b>Gato</b> , se parece al anterior pero inicia en cuclillas levanta los brazos y la cadera, se queda sobre el obstáculo.



4.- **Reverso**, coloca las manos en la cajoneta formando una T, levanta la cadera y hombro girando hacia el lado de la mano que apunta hacia la otra mano luego pasa las piernas.

5.- **Pasa vallas**, coloca la mano con la que tenga más confianza en la cajoneta después levanta la pierna contraria y coloca el pie en la cajoneta sin quitar la mano, sube la otra pierna y pasa hacia el otro lado sin tocar la cajoneta.

6.- **(reverso y pasa vallas** puede ser ejecutado solo apoyando la o las manos en la cajoneta dependiendo de la evolución del grupo).



7.- **Salto de longitud o precisión**, estático o emprende una carrera suave pisa la cajoneta y levanta los brazos para saltar hacia otra cajoneta o colchoneta y cae con recepción longitudinal.

8.- **Trepar**, utiliza la cajoneta para simular una pared o si cuenta con una pared de 150cm de alto con debidas protecciones. Se cuelgan apoyando la punta de los pies en el obstáculo, realiza un jaloneo de brazos para poder subir y apoya el antebrazo en la parte superior y luego sube el resto del cuerpo.

9.- **Usar la barra, paralelas o escalera china para: Liberado**, se cuelga de la barra, paralelas o escalera china y se suelta de las dos manos o una, la mirada debe de buscar el piso antes de soltarse cayendo en cuclillas y apoyando las manos, también puede utilizar el balanceo.



10.- **Balaneo**, se cuelga de la barra, paralelas o escalera china y con empuje de cadera hacia adelante y atrás empieza a balancearse (similar al columpio).



**Link de la guía metodológica para esta semana:**  
<https://www.youtube.com/watch?v=AMqOGihAnN0>

**APLICACIÓN.**

- Conocimientos de lo aprendido
- Resolver inquietudes

<b>Recursos</b>	<b>Actividades de evaluación/ técnicas/ instrumentos.</b>
<b>RECURSOS FÍSICOS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cajoneta, mesa o graderío.</li> <li>• Barra, paralela o escalera china</li> <li>• Colchonetas.</li> <li>• Cancha o patio</li> </ul>	<b>Instrumento:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista de cotejo</li> </ul> <b>Actividad:</b> Entiende la clase, realiza las actividades con disfrute. Demuestra interés. Utilizo como estrategia (Think-pair-share) y tres cosas que nos sabias antes, para aumentar en la lista de cotejo.

<b>N.º de la unidad de planificación: 5</b>	<b>TEMA: Circuitos</b>	<b>SEMANA: 5/6</b>	<b>Fecha :</b>	<b>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA CLASE: fomentar los valores, el compañerismo y la empatía entre compañero y decente.</b>
<b>DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:</b>				<b>INDICADOR DE LOGRO DE EVALUACIÓN:</b>
EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro. EF.3.2.2 Crear secuencias gimnásticas individuales y grupales con diferentes destrezas (y sus variantes), utilizando como recursos los saltos, giros y desplazamientos para enlazarlas, entre otros				I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)

EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomos, agarres, roles), de manera segura y placentera.

### Estrategias metodológicas

#### EXPERIENCIA.

- Toma de asistencia
- Dinámica para captar la atención de estudiante

#### REFLEXION.

Preguntas y respuestas sobre cómo debería realizar cada actividad evitando que no se lastime con su compañero accidentalmente cuando realice cada una de las actividades.

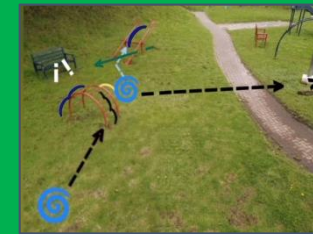
#### CONCEPTUALIZACIÓN.

### Creatividad del docente para:

#### 1.- Circuito de Equilibrio.



#### 2.- Circuito de coordinación.



#### 3.- Circuito de fuerza.



#### 4.- Circuitos combinados.



### Creatividad de los alumnos para:

Crear sus propios circuitos con lo aprendido.

**CADA CIRCUITO SERA CONSTRUIDO CON EL APOYO DE LOS ALUMNOS PARA QUE SE VAYAN FAMILIARIZANDO CON EL MISMO Y FOMENTANDO LOS VALORES.**

**Link de la guía metodológica para esta semana:**

**<https://www.youtube.com/watch?v=3fV8SMCau3k>**

#### APLICACIÓN.

- Conocimientos de lo aprendido
- Resolver inquietudes

<b>Recursos</b>	<b>Actividades de evaluación/ técnicas/ instrumentos.</b>
<b>RECURSOS FÍSICOS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cajoneta, mesa o graderío.</li> <li>• Colchonetas.</li> <li>• Cancha o patio</li> <li>• Soga, cinta adhesiva o tiza para trazar una línea.</li> <li>• Conos, platos o botellas plásticas con tierra.</li> <li>• Soga, tiza o cinta adhesiva.</li> </ul>	<b>Instrumento:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista de cotejo</li> </ul> <b>Actividad:</b> Entiende la clase, realiza las actividades con disfrute. Demuestra interés. Utilizo como estrategia (Think-pair-share) y tres cosas que nos sabias antes, para aumentar en la lista de cotejo.

<b>N.º de la unidad de planificación: 6</b>	<b>TEMA:</b> <i>Retroalimentación y prueba final</i>	<b>SEMANA: 6/6</b>	<b>Fecha :</b>	<b>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA CLASE: fortalecer posibles falencias en elementos que se le dificulta y evaluar el progreso de los alumnos.</b>
<b>DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:</b>				<b>INDICADOR DE LOGRO DE EVALUACIÓN:</b>
EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro. EF.3.2.2 Crear secuencias gimnásticas individuales y grupales con diferentes destrezas (y sus variantes), utilizando como recursos los saltos, giros y desplazamientos para enlazarlas, entre otros EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera.				I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)
<b>Estrategias metodológicas</b>				
<b>EXPERIENCIA.</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de asistencia</li> <li>• Dinámica para captar la atención de estudiante</li> </ul>				
<b>REFLEXION.</b>				
Preguntas y respuestas lo aprendido, si aún presentan dificultades con algún elemento.				

CONCEPTUALIZACIÓN.	
1.- El docente pregunta al grupo si tiene dificultades con algún elemento o movimiento y lo repite desde cero para fortalecer.	2.- En el caso de no existir falencias el docente puede realizar un repaso de todos los elementos enfocándose en el que cree se le dificulta al alumno o general de no ser así.
3.- <b>Evaluar a los estudiantes mediante un circuito creado por ellos.</b>	
<b>Link de la guía metodológica para esta semana: para esta última semana no hay link, puesto que es puro trabajo autónomo y creatividad del docente y estudiante.</b>	
APLICACIÓN.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos de lo aprendido</li> </ul>	
Recursos	Actividades de evaluación/ técnicas/ instrumentos.
<b>RECURSOS FÍSICOS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cajoneta, mesa o graderío.</li> <li>• Colchonetas.</li> <li>• Cancha o patio</li> <li>• Soga, cinta adhesiva o tiza para trazar una línea.</li> <li>• Conos, platos o botellas plásticas con tierra.</li> <li>• Soga, tiza o cinta adhesiva</li> </ul>	<b>Instrumento:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista de cotejo</li> </ul> <b>Actividad:</b> Entiende la clase, realiza las actividades con disfrute. Demuestra interés. Utilizo como estrategia (Think-pair-share) y tres cosas que nos sabías antes, para aumentar en la lista de cotejo.

**Elaborado por:** Necser Zapata.

## 5.7 Objetivo 3 de la Guía

### 4. Criterios de evaluación y retroalimentación del aprendizaje

Para poder evaluar el proceso de aprendizaje de los alumnos es necesario tener los siguientes instrumentos distribuidos para las semanas:

- **Lista de cotejo para la semana 1**

### UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR “BAUTISTA CHARLES SPURGEON”

Docente: \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_ Paralelo: \_\_\_\_\_ Área: \_\_\_\_\_

INTRODUCCIÓN													
<b>Destreza con criterio de desempeño</b>	EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro.												
<b>Indicadores de logro</b>	I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)												
<b>Indicadores</b>	Participa en clase con preguntas acerca de la información		Responde preguntas que el docente le realice.		Le agrada la idea de compartir la filosofía del parkour.		Sabe cuáles son los beneficios de la práctica del parkour		Entiende cual es la diferencia entre parkour y freerunning		Resuelve sus dudas o inquietudes después de ver la información		
<b>Estudiantes</b>	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
<b>sobresaliente</b>	6 indicadores correctos										<b>10</b>		
<b>adecuado</b>	4 o 5 indicadores correctos										<b>8 - 9</b>		
<b>En proceso</b>	3 indicadores correctos										<b>7</b>		
<b>insuficiente</b>	1 o 2 indicadores correctos										<b>1 - 6</b>		

Elaborado por: Necser Zapata

- Lista de cotejo para las semana 2, 3 y 4

## UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR “BAUTISTA CHARLES SPURGEON”

Docente: \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_ Paralelo: \_\_\_\_\_ Área: \_\_\_\_\_

<b>EQUILIBRIO COORDINACIÓN FUERZA</b>						
<b>Destreza con criterio de desempeño</b>	EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera. EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro.					
<b>Indicadores de logro</b>	I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)					
<b>Indicadores</b>	Realiza el elemento utilizando la técnica adecuada.	Cuida a su compañero durante la ejecución.	Combina 2 elementos usando la técnica adecuada.	Combina 3 o más elementos usando la técnica adecuada.	Ejecuta el elemento que el docente proponga.	Total.
<b>Estudiantes</b>						
Necser Zapata	8	9	8	7	8	8
Necser Zapata	2	2	1	2	1	8
<b>sobresaliente</b>	Cumple satisfactoriamente con las destrezas e indicadores.					<b>10</b>
<b>adecuado</b>	Cumple adecuadamente con las destrezas e indicadores.					<b>8 - 9</b>
<b>En proceso</b>	las destrezas e indicadores están en proceso y necesitan retroalimentación					<b>7</b>
<b>insuficiente</b>	Necesita reforzar de manera inmediata los conocimientos.					<b>1 - 6</b>

**Elaborado por:** Necser Zapata

- Lista de cotejo para la semana 5

## UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR “BAUTISTA CHARLES SPURGEON”

Docente: \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_ Paralelo: \_\_\_\_\_ Área: \_\_\_\_\_

Circuito y Retroalimentación						
<b>Destreza con criterio de desempeño</b>	EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera. EF.3.2.2 Crear secuencias gimnásticas individuales y grupales con diferentes destrezas (y sus variantes), utilizando como recursos los saltos, giros y desplazamientos para enlazarlas, entre otros EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro.					
<b>Indicadores de logro</b>	I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)					
<b>Indicadores</b>	Combina el equilibrio, coordinación y fuerza en un circuito.	Ejecuta más de 3 elementos de aprendidos.	Completa de manera secuencial el circuito, sin evitar obstáculos.	Participa con ideas para realizar el circuito.	Sigue las instrucciones dadas.	Total.
<b>Estudiantes</b>						
<b>Necser Zapata</b>	8	9	8	7	8	8
<b>Necser Zapata</b>	2	2	1	2	1	8
<b>sobresaliente</b>	Cumple satisfactoriamente con las destrezas e indicadores.					<b>10</b>
<b>adecuado</b>	Cumple adecuadamente con las destrezas e indicadores.					<b>8 - 9</b>
<b>En proceso</b>	Las destrezas e indicadores están en proceso y necesitan retroalimentación					<b>7</b>
<b>insuficiente</b>	Necesita reforzar de manera inmediata los conocimientos.					<b>1 - 6</b>

**Elaborado por:** Necser Zapata

- Lista de cotejo para la semana 6. Prueba final de cada tema.

## UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR “BAUTISTA CHARLES SPURGEON”

Docente: \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_ Paralelo: \_\_\_\_\_ Área: \_\_\_\_\_

Circuito y Retroalimentación						
<b>Destreza con criterio de desempeño</b>	EF.3.2.1. vivenciar las diferentes variantes de ejecución de las destrezas (con una mano, piernas separadas, con salto, con piernas juntas, entre otros) y acrobacias (tomas, agarres, roles), de manera segura y placentera. EF.3.2.2 Crear secuencias gimnásticas individuales y grupales con diferentes destrezas (y sus variantes), utilizando como recursos los saltos, giros y desplazamientos para enlazarlas, entre otros EF.3.2.3. Reconocer la importancia del trabajo en equipo, la ayuda y el cuidado de las demás personas, como indispensable para la realización de los ejercicios, las destrezas y creación de acrobacias grupales, de modo seguro.					
<b>Indicadores de logro</b>	I.EF.3.3.1. Construye colectivamente secuencias gimnásticas individuales y grupales, realizando el acondicionamiento corporal necesario, utilizando variantes de destrezas y acrobacias, percibiendo el tiempo y espacio y reconociendo las capacidades motoras a mejorar durante su participación en las mismas. (J.4., S.4.) I.EF.3.3.2. Construye con pares acuerdos de seguridad y trabajo en equipo, facilitando la confianza en la realización de secuencias gimnásticas grupales. (J.1., I.3.)					
<b>Indicadores</b>	Combina el equilibrio, coordinación y fuerza en un circuito.	Realiza grupos homogéneos para construir los circuitos. Se sugiere 3 grupos.	Realiza un circuito con puente, equilibrio, recepciones y rol.	Realiza un circuito con tic tac, gimpeo, gato, giros sagitales salto longitudinal.	Realiza un circuito con monkey, puente, recepciones, pasa vallas, tic tac, balanceo y liberados.	Total.
<b>Estudiantes</b>						
<b>Necser Zapata</b>	8	9	8	7	8	8
<b>Necser Zapata</b>	2	2	1	2	1	8
<b>sobresaliente</b>	Cumple satisfactoriamente con las destrezas e indicadores.					<b>10</b>
<b>adecuado</b>	Cumple adecuadamente con las destrezas e indicadores.					<b>8 - 9</b>
<b>En proceso</b>	las destrezas e indicadores están en proceso y necesitan retroalimentación					<b>7</b>
<b>insuficiente</b>	Necesita reforzar de manera inmediata los conocimientos.					<b>1 - 6</b>

- **Elaborado por:** Necser Zapata

Estos pertenecen a una a los siguientes tipos de evaluación

- Evaluación formativa cualitativa
- Evaluación formativa cuantitativa
- Evaluación sumativa cuantitativa.

### **Retroalimentación**

- Expresar inquietudes o dificultades por parte de los estudiantes
- Hacer sugerencias de acuerdo a lo observado en cada clase
- Valorar el esfuerzo de los estudiantes
- Volver a practicar elementos que aún no lo perfeccionen
- Satisfacción o preocupación por parte de los estudiantes

### **Factibilidad**

#### **Alcance geográfico y contextualización.**

La Unidad Educativa Bautista Charles Spurgeon está ubicado en las calles Ignacio Fernández Salvador 314 y José Mantilla, junto a la Clínica Voz-Andes/Pifo, es una institución promovida por la corporación de la iglesia Bautista Universitaria ubicada en la av. Avenida América N22-138 y Antonio de Marchena, Quito. Ser una entidad educativa confesional que trabaja en comunidad para que los estudiantes tengan excelencia académica, formación integral y principios bautistas, que forma integralmente para la vida, el amor de Dios, el amor a los demás y el servicio al mundo. El propósito es que aporten a una sociedad justa, solidaria e innovadora.

La Unidad Educativa Bautista Charles Spurgeon es una institución educativa particular con una vasta experiencia la cual cuenta con el preescolar y los 3 niveles de educación con un

volumen de 290 estudiantes. La UE tiene 55 años de fundación y es resultado de la fusión de 2 prestigiosas instituciones. El pensionado Bautista Universitario fundado por la iglesia Bautista Universitaria en Quito el 2 de octubre de 1967 y la Escuela Buen Pastor fundada en Pifo el 20 de noviembre de 1974, la cual a su vez abrió el Colegio Amparito del Buen Pastor el 20 de junio de 1982 con el bachillerato en Ciencias, especialización Químico Biológicas y Físico Matemáticas. De este modo y cumpliendo con todos los requisitos se tramita el funcionamiento como Unidad Educativa particular Bautista universitaria Buen Pasto el 13 de junio de 2006, y a partir del 15 de septiembre de 2011 como Unidad Educativa Particular Bautista Charles Spurgeon.

La Unidad Educativa Bautista Charles Spurgeon, de acuerdo a La misión: Es una institución educativa integral: cristiana, solidaria, innovadora y de inclusión, promovida por la iglesia Bautista Universitaria con amor a Dios, el servicio a la Sociedad y al mundo. A la visión: Hacia el 2025, sea entidad educativa confesional que trabaja en comunidad, para que nuestros estudiantes tengan excelencia académica, formación integral y principios bautistas, con el propósito de que aporten a la consecución de una sociedad justa, solidaria, inclusiva e innovadora. Cuenta con una infraestructura apta para el desarrollo de esta guía didáctica.

### **Temporalización:**

La duración de esta guía metodológica para la enseñanza del PK tiene una duración de 1 mes, 2 semanas que corresponde a un bloque curricular de acuerdo al ministerio de educación.

*Tabla 31: Cronograma*

<b>Bloque curricular</b>	Bloque 2: prácticas gimnásticas
--------------------------	---------------------------------

<b>Fecha de inicio</b>	8 de noviembre	<b>Fecha de finalización</b>	17 de diciembre		
<b>Número de sesiones</b>	18	<b>Duración</b>	40/80min.		
<b>Duración de cada actividad.</b>	Introducción Parkour. 20min Filosofía. 20 min Elementos. 40min Actividades a realizar. Cuidado entre compañeros. 20min	Calentamiento 10min en cada clase Preguntas y respuestas de la clase anterior. 5min	Cada clase constará de 4 actividades cada una de 10 min	Cada clase constará de 20 minutos para revisión y corrección. 5min para cambio de hora	Los circuitos 15min docente. 10min creación de los alumnos, 10min armar circuito, 5 min revisión de los alumnos, 15 min realización, 5 min vuelta a la calma.

Tabla 32: actividades

Temas	Actividades	Hora escolar	Semanas					
			1	2	3	4	5	6
<b>Introducción</b>	historia Que es el parkour filosofía Elementos Cuidado entre compañeros	200 min 5 horas a las semana	X					
			X					
			X					
			X					
			X					
<b>Equilibrio</b>	Estático Dinámico Con un pie Con ambos En superficie plan	200 min 5 horas a las semana		X				
				X				
				X				
				X				
				X				
<b>Coordinación</b>	Actividades con globos Rodar Girar Juegos de cuadrupedia Spiderman, cangrejo, oso, sapo, etc.	200 min 5 horas a las semana			X			
					X			
					X			
					X			
					X			
<b>Fuerza</b>	Saltos pies juntos Saltos largos Cuadrupedia Elementos de parkour.	200 min 5 horas a las semana				X		
						X		
						X		
						X		
<b>Círculo</b>	Realiza el docente Creatividad de los alumnos	200 min 5 horas a las semana					X	
							X	
<b>Retroalimentación</b>	Resolver inquietudes Fortalecer falencias Evaluación	200 min 5 horas a las semana						X
								X
								X

### Recursos necesarios y financiamiento.

En la siguiente tabla se presenta los materiales que se van a usar en las actividades y precios de los mismo.

*Tabla 33 materiales*

<b>Material físicos</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Valor unitario</b>	<b>Subtotal</b>
Conos	17	\$ 0.10	\$ 1.70
Ula	6	\$ 1.00	\$ 6.00
Globos	20	\$ 0.10	\$ 1.70
Soga	6	\$ 2.50	\$ 15.00
Colchoneta	4	\$ 60.0	\$ 240.0
<b>Materiales tecnológicos</b>			
Proyector de pared	1	\$ 350.00	\$ 350.00
laptop	1	\$ 600.00	\$ 600.00
Flash memory	1	\$ 4.00	\$ 4.00
Parlante	1	\$ 40.00	\$ 40.00
<b>Recursos docentes</b>			
Salario docente de Educación Física	1	\$ 500.00	\$ 500.00
<b>TOTAL</b>			\$ 1,758.40

## 6 CAPITULO VI

### 6.1 CONCLUSIONES

- De los alumnos encuestados se interesan por la práctica de este deporte ya que podría mejorar aspectos motrices es decir sus habilidades y destrezas que ayuda a la realización y disfrute de los elementos del PK.
- Los estudiantes tienen un nivel de motivación bajo y direccionado a la competitividad de la superioridad y presentan ausencia de principios, valores y seguridad entre compañeros.
- En la Unidad Educativa Bautista Charles Spurgeon, la falta de innovación en los docentes fue por el tipo de educación deportivista que se pudo observar en los profesores durante sus clases.
- De acuerdo con estos resultados el nivel de aceptación al utilizar el bloque de prácticas gimnásticas es alto logrando motivar a los estudiante y fortaleciendo los lazos de aprendizaje entre alumno- alumno y alumno profesor gracias a la filosofía del PK.
- La implementación de la guía metodológica obtuvo una buena acogida por parte del docente y de los alumnos que mostraron interés en aprender una manera diferente y divertida del bloque prácticas gimnásticas.
- Para ejecutar esta guía metodológica se tomó en cuenta a un docente capacitado con título de tercer nivel en Educación Física que es la única persona que puede ejecutar esta presente guía, el mismo que puede implementar las actividades y ampliar sus estrategias, además que las actividades son dinámicas y con un nivel de exigencia medio. Esta guía metodológica cuenta con los temas, actividades, e instrumentos de evaluación a tratar durante las 6 semanas.
- La metodología que se utiliza fue mixta lo que facilito para realizar una encuesta a los participantes de la U.E. de esta manera se pudo evidenciar las opiniones sobre este deporte y su acogida en la institución.

## 6.2 RECOMENDACIONES

- Es necesario que la guía metodológica se la realice dentro de una institución educativa utilizando el bloque curricular recomendado y no que sea ejecutado fuera de las horas educativas con fines lucrativos.
- La guía metodológica debe ser ejecutada por un docente de Educación Física y puede ser modificada ciertas actividades de acuerdo a las necesidades de los alumnos.
- Las clases de Educación Física deben de ser creativas, únicas y dinámicas por lo que es prescindible implementar nuevas estrategias didácticas para fomentar la innovación y enriquecer los conocimientos de los docentes y alumnos.
- Se recomienda realizar capacitaciones a los docentes del área de Educación Física para que la guía sea ejecutada de manera correcta y se entienda cuáles son los beneficios de la práctica del PK
- Es necesario también realizar capacitaciones a los docentes de las otras áreas y a los padres de familia para la familiarización del deporte y las actividades que lo compone, de esta manera se eliminara dudas o inquietudes de los que pueden ser los espectadores.
- Debido a que los docentes no siguen un proceso con los estudiantes, él puede plantearse esta guía como la fase 1 de 3, es decir, realizar en toda la básica media siguiendo la misma metodología y la técnica adecuada de enseñanza aumentando la dificultad dependiendo de las necesidades del alumno mediante la explicación, demostración y retroalimentación.
- Se recomienda que no solo la utilice a la presente guía como estrategia de innovación en la institución, sino también para motivar a que sigan practicando este deporte con las mismas normas de seguridad, fomentando buenos hábitos de salud y evita de esta manera el sedentarismo.
- En el caso de no contar con materiales el docente puede usar otros como llantas, cajas, sillas, botellas, etc. De esta manera puede considerar de manera prospectiva si continua con la enseñanza el próximo año y mejorar su escenario de aprendizaje.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abadías Torrecilla, A., & Anzano Oto, S. El Aprendizaje Cooperativo en las aulas: desde la perspectiva y experiencia de los docentes de Educación Infantil y Primaria.
- Agudelo, G., Aignerren, M., & Restrepo, J. R. (2008). Experimental y no-experimental. *La sociología en sus escenarios*, (18).
- Alemán Marichal, B., Navarro de Armas, O. L., Suárez Díaz, R. M., Izquierdo Barceló, Y., & Encinas Alemán, T. D. L. C. (2018). La motivación en el contexto del proceso enseñanza-aprendizaje en carreras de las Ciencias Médicas. *Revista Médica Electrónica*, 40(4), 1257-1270.
- Álvarez, C. S., & Fernández-Río, J. El Parkour como contenido educativo en Educación Primaria a través del Aprendizaje Cooperativo.
- Baños, R. F., & Extremera, A. B. (2018). Novedosas herramientas digitales como recursos pedagógicos en la educación física. *EmásF: Revista digital de educación física*, (52), 79-91.
- Broseta, M. B., Gómez, C. V., & Bellés, M. INCLUSIÓN SOCIAL A TRAVÉS DEL PARKOUR. EL CASO DE VALENCIA SOCIAL INCLUSION THROUGH PARKOUR. THE CASE OF VALENCIA.
- Bunyamethi, J. (2018). Los factores desmotivadores en los alumnos tailandeses para el aprendizaje de español como lengua extranjera. *Monográfico de SinoELE*, 17, 188-202.
- Caizaluisa, B. R. V. (2009). *Plan estratégico de marketing para el centro de desarrollo infantil “el colibrí” de la base aérea cotopaxi de la fuerza aérea ecuatoriana, UBICADA EN LA CIUDAD DE LATACUNGA, PROVINCIA DEL COTOPAXI* (Doctoral dissertation, ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO).

- Cartas, U. S., González, E. M. V., Urgiles, K. E. A., Granizo, F. Y. S., & González, J. L. V. (2021). Caracterización clínico epidemiológica del sobrepeso y la obesidad en la parroquia rural San Gerardo, Chimborazo, Ecuador. *Revista de Investigación Talentos*, 8(2), 78-87.
- Curimilma Ojeda, J. L., & Aguas Chuquimarca, C. D. (2021). Trastornos endocrinometabólicos en niños y adolescentes con obesidad. Hospital Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social. Riobamba, 2018-2020 (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Chimborazo).
- Cayón, A. C., Giménez, A. M., Río, J. F., & Estrada, J. A. C. (2020). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 722-730.
- Córdova Patiño, C. A. (2019). Los juegos online en el aprendizaje de los niños de 5 años de edad.
- Corrales Tabares, N, González Torres, G y. (2017-11-24.). *Análisis de las prácticas comunicativas representadas en la disciplina física del Parkour por parte del grupo Sifakas en uno de los escenarios deportivos de la ciudad de Cali: El coliseo del pueblo durante 2017 (1)*. Universidad Autónoma de Occidente.
- de Paz, D. C. (2008). Conceptos y técnicas de recolección de datos en la investigación jurídica social.
- Del Ecuador, A. C. (2008). Constitución de la República del Ecuador, Última modificación: 12 de marzo de 2020.
- Del Ecuador, R. (2017). Plan Nacional para el Buen Vivir.
- Escobar Miranda, J., & Salazar Herrera, A. (2015). *Juegos en línea y sus consecuencias psicosociales en las personas que frecuentan el cyber “meganeth” de riobamba*,

- periodo abril-septiembre 2013* (Bachelor's thesis, Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo, 2015.).
- García, J. E. M., Palmero, J. R., García, S. L., Guillamón, A. R., Soto, J. J. P., & Cantó, E. G. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva y análisis de la motivación en las clases de educación física y su relación con nivel de práctica de actividad física extraescolar. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (36), 283-289.
- García, M. I. B. (2020). Perspectivas Curriculares para la Enseñanza y Aprendizaje de la Educación Física aplicada a la Lúdica. *Metropolis/ Revista de Estudios Universitarios Globales*, 1(1), 19-41.
- González, M. D. B., Ramos, K. P. B., & Zeledón, L. A. M. Estrategias de educación física para el desarrollo del esquema corporal en niñas y niños.
- Guayllas, S. J. S. (2017). *CARRERA DE CULTURA FÍSICA* (Doctoral dissertation, UNIVERSIDAD DE CUENCA).
- Hurtado de Barrera, J. (2012). El proyecto de investigación. Una comprensión holística.
- León Castela, Á. (2018). Proyecto Parkour. Guía didáctica de la progresión por ciclos.
- López, P. D. M., Prieto-Ayuso, A., Samalot-Rivera, A., & Madrona, P. G. (2016). Evaluación de una propuesta extraescolar de conductas apropiadas en educación física y deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (30), 36-42.
- Ortiz de Pinedo Sánchez, V., & Pradas de la Fuente, F. Revisión sistemática sobre la importancia e influencia de la motivación intrínseca y extrínseca en el alumnado de educación física de Educación Primaria.
- Palacios, R. M. (2006). Investigación cualitativa y cuantitativa Diferencias y limitaciones. *PIURA PERU*.

- Pastor, V. M. L., Brunicardi, D. P., Arribas, J. C. M., & Aguado, R. M. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, deporte y recreación*, (29), 182-187.
- Pérez, F. I. (2018). *Los Materiales Autoconstruidos en Educación Física: Los Materiales Autoconstruidos en Educación Física*. Wanceulen Editorial.
- Posso Pacheco, R. J., Barba Miranda, L. C., León Quinapallo, X. P., Ortiz Bravo, N. A., Manangón Pesantez, R. M., & Marcillo Ñacato, J. C. (2020). Educación Física significativa: propuesta para la contextualización de contenidos curriculares. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(2), 371-381.
- Roca Pablo, S. (2017). Del carrer a l'escola: el Parkour com a contingut educatiu.
- Rodríguez Torres, Á. F., Rodríguez Alvear, J. C., Guerrero Gallardo, H. I., Arias Moreno, E. R., Paredes Alvear, A. E., & Chávez Vaca, V. A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2).
- Rodríguez-Adán, M. (2019). Programación de parkour aplicada a la enseñanza de educación física en primaria.
- Ruiz Merizalde, M. D. L. Á. (2020). *Estrategias activas para motivación del alumnado en clase de educación física de la Escuela ENTREPOT* (Doctoral dissertation, Ecuador-PUCESE-Maestría Innovación en Educación).
- Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México.
- Santandreu, F., Vega, M., & Kühlsen, K. (2019). Parkour Hoy: una etnografía del parkour como práctica corporal.
- Valle, E. G. Y. (2009). Metodología de la investigación. *Recuperado de: <https://es.slideshare.net/usmac2005/metodologa-de-la-investigacin-proyecto-de-grado-12506310>*.

- Vega, H. B., Vega, D. M., Blanco, J. R., Pérez, J. E. P., & Jurado, P. J. (2019). Motivación hacia la clase de educación física en preadolescentes mexicanos y españoles. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (36), 216-219
- Velázquez, A. P. (2017). Conceptos básicos de estadística. *Centro de Investigación en Geografía y Geomática*, 3.
- Vélez, A. (2011). Metodología de la investigación. *Medellín: EAFIT*.
- Villamarin Duque, L. (2017). Parkour Como Estrategia Metodológica Para Mejorar El Patrón Fundamental Del Salto En Los Alumnos Del Grado 402 Del Colegio Tabora Sede B Jornada Mañana.



### Preguntas.

ÍTEMS	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
<b>Conocimientos del Parkour</b>					
1. ¿Practicas algún deporte u otra disciplina?					
2. ¿Te gustaría aprender una nueva disciplina como es el Parkour?					
3. ¿Le gusta saltar, correr o trepar cuando sale a recreo?					
4. ¿Cree usted que el parkour es difícil de aprender?					
<b>Motivación en clases.</b>					
5. ¿Le parece interesante solo practicar fútbol, básquet, atletismo o cambiar a otro deporte más entretenido?					
6. ¿Usted en las clases de Educación Física le gusta competir con sus compañeros?					
7. ¿Usted en las Educación Física le agrada la idea de ganar siempre?					
8. ¿Le parece fácil las actividades que el docente indica que realice?					
9. ¿Durante las clases deseo con frecuencia que no termine pronto?					
<b>Interés por practicar el Parkour</b>					
10. ¿Usted cree que aprender nuevas maneras de realizar gimnasia es emocionante?					
11. ¿Usted le gustaría practicar este deporte para aprender nuevas maneras de realizar gimnasia?					
12. ¿Cree usted que aprender esta disciplina ayudaría a mejorar algún punto débil que considere tener?					
13. ¿Cree usted que practicar este deporte le ayudaría a mejorar su confianza y autoestima?					

¡Gracias por su colaboración!



### Preguntas.

ÍTEMS	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
<b>Conocimientos del parkour</b>					
1. ¿Tiene conocimientos acerca del parkour?					
2. ¿El parkour es un deporte difícil?					
3. ¿Cree usted que el parkour solo son saltos peligrosos?					
4. ¿El parkour es un deporte que existe en Ecuador?					
<b>Percepción de los docentes</b>					
5. ¿Considera usted que mediante la enseñanza del parkour se puede afianzar valores y aspectos socio afectivo?					
6. ¿Cree usted que el docente debe buscar la iniciativa de motivar a los estudiantes utilizando nuevas estrategias metodológicas?					
7. ¿Cree usted que las prácticas gimnásticas ayuda a desarrollar las habilidades motrices básicas?					
8. ¿Considera usted que la Unidad Educativa cuenta con recursos necesario o adecuados para la implementación de enseñanza-aprendizaje del parkour?					
9. ¿Cree usted que el parkour es una disciplina que se practica en la ciudad?					
<b>Aceptación en el ámbito escolar.</b>					
10. ¿Cree que el parkour al ser un deporte cautivador por los estudiantes ayude a desarrollar las capacidades físicas del estudiante?					
11. ¿Se relaciona el parkour con otras actividades como gimnasia, atletismo y juegos, que están relacionados en el currículo de Educación Física?					
12. ¿Considera usted adecuado la idea de implementar una nueva propuesta pedagógica para promover la enseñanza y motivación de los alumnos en las clases de Educación Física?					
13. ¿Considera usted que una nueva propuesta pedagógica innovadora favorecerá a los docentes de Educación Física a mejorar sus estrategias?					
14. ¿La enseñanza de este deporte ayuda a disminuir la competitividad?					
15. ¿El parkour ayuda a fomentar los lazos de amistad entre los estudiantes?					
16. ¿Considera usted que la práctica del Parkour puede ayudar a evitar el sedentarismo?					

¡Gracias por su colaboración!