



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**“LOS JUEGOS ACTIVOS EN EL DESARROLLO DE LA  
VELOCIDAD EN LOS ALUMNOS DEL 6TO GRADO DE LA I.E.P.  
N° 70623 SANTA ROSA PUNO-2006”**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**CATALINA ALEJO PIZARRO**

**ELIZABETH CHOQUE CUTIRE**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**PUNO – PERÚ**

**2008**



## Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

"Los juegos activos en el desarrollo de la velocidad en los alumnos del 6to grado de la I.E.P. N° 70623 Santa Rosa Puno-2 006"

AUTOR

Catalina Alejo Pizarro Elizabeth Choque Cutire

RECuento DE PALABRAS

**13481 Words**

RECuento DE CARACTERES

**68420 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**70 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**1.1MB**

FECHA DE ENTREGA

**Sep 10, 2024 7:00 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Sep 10, 2024 7:01 PM GMT-5**

### ● 17% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 10% Base de datos de trabajos entregados
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)
- Material citado

  
Dr. Alcides Flores Paredes  
DOCENTE PRINCIPAL  
E.P. Educación Física UNA - PUNO

  
Dr. Alcides Flores Paredes  
Docente FCEDUC UNA - PUNO  
REGISTRO: 157 - SUNEDU

Resumen



## DEDICATORIA

*A mis queridos padres, esposo y familiares que en todo momento dieron todo lo posible  
para salir adelante*

*Catalina Alejo Pizarro*



## AGRADECIMIENTO

*Mi profundo reconocimiento a mis familiares por apoyarme para lograr mis metas en la formación académica*

*Mi agradecimiento al director de la I.E. N° 70625 – “Santa Rosa” de nuestra ciudad de Puno por hacer permitido realizar nuestro trabajo de investigación de tipo experimental para la culminación del presente trabajo de tesis para optar el Título Profesional de licenciado en Educación física.*

***Catalina Alejo Pizarro***



# ÍNDICE GENERAL

	Pág.
<b>DEDICATORIA</b>	
<b>AGRADECIMIENTO</b>	
<b>ÍNDICE GENERAL</b>	
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b>	
<b>ÍNDICE DE ANEXOS</b>	
<b>ACRÓNIMOS</b>	
<b>RESUMEN .....</b>	<b>10</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>11</b>
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b>	
<b>1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>13</b>
<b>1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....</b>	<b>14</b>
1.2.1. Problema general .....	14
1.2.2. Problemas específicos.....	14
<b>1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>14</b>
1.3.1. Hipótesis general.....	14
1.3.2. Hipótesis específicas.....	14
<b>1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>15</b>
<b>1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>15</b>
1.5.1. Objetivo general.....	15
1.5.2. Objetivos específicos .....	16



## CAPITULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

<b>2.1.</b>	<b>ANTECEDENTES .....</b>	<b>17</b>
<b>2.2.</b>	<b>SUSTENTO TEÓRICO .....</b>	<b>18</b>
	2.2.1. Juegos activos .....	18
	2.2.2. Concepto de juegos activos.....	19
	2.2.3. Funciones del juego activo .....	21
	2.2.4. Importancia del juego .....	23
	2.2.5. Estructura de los juegos activos.....	23
	2.2.6. Características de los juegos activos.....	24
	2.2.7. Particularidad de los juegos activos.....	25
	2.2.8. Clasificación de los juegos .....	25
	2.2.9. Juegos activos y educación física .....	26
	2.2.10. Juegos de relevos.....	27
	2.2.11. La velocidad .....	28
	2.2.12. Importancia de la velocidad. ....	29
	2.2.13. Clases de velocidad .....	30
	2.2.14. El trabajo de la velocidad en educación primaria .....	30
<b>2.3.</b>	<b>MARCO CONCEPTUAL.....</b>	<b>31</b>

## CAPÍTULO III

### REVISIÓN DE LITERATURA

<b>3.1.</b>	<b>UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....</b>	<b>33</b>
<b>3.2.</b>	<b>PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO .....</b>	<b>33</b>
<b>3.3.</b>	<b>PROCEDENCIA DEL MATERIAL DE ESTUDIO .....</b>	<b>33</b>
	3.2.1. Material experimental .....	33



3.2.2. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	34
3.2.3. Tipo y diseño de investigación .....	34
<b>3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO.....</b>	<b>34</b>
3.4.1 Población de estudio .....	34
3.4.2 Muestra de estudio .....	35
<b>3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO .....</b>	<b>35</b>
<b>3.6. PROCEDIMIENTO.....</b>	<b>36</b>
<b>3.7. VARIABLES .....</b>	<b>36</b>
<b>3.8. ANÁLISIS DE RESULTADOS .....</b>	<b>37</b>

#### CAPITULO IV

#### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

<b>4.1. RESULTADOS.....</b>	<b>38</b>
<b>4.2. DISCUSIÓN .....</b>	<b>51</b>
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>53</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>55</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>57</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>60</b>

**Área:** Educación física

**Tema:** Actividad física

**Fecha de sustentación:** 18 de abril del 2008



## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1</b> Población de alumnos del 6to grado de la I.E.P. “Santa Rosa” – 2006.....	35
<b>Tabla 2</b> Muestra de los alumnos del 6to GRADO DE LA I.E.P. “Santa Rosa” 2006.....	35
<b>Tabla 3</b> Operacionalización de variables .....	37
<b>Tabla 4</b> Examen entrada del grupo de control y experimental test de velocidad 20 m. ....	39
<b>Tabla 5</b> Examen de entrada del grupo de control y experimental test de velocidad 50 m. ....	40
<b>Tabla 6</b> Evaluación de contenidos juegos elementales .....	41
<b>Tabla 7</b> Evaluación juegos organizados.....	42
<b>Tabla 8</b> Evaluación de contenidos juegos deportivos .....	43
<b>Tabla 9</b> Evaluación de contenidos juegos complicados.....	44
<b>Tabla 10</b> Evaluación de contenidos juegos complicados.....	44
<b>Tabla 11</b> Evaluación de contenidos juegos en equipo .....	45
<b>Tabla 13</b> Examen de salida del grupo de control y experimental test de velocidad 20 m .....	46
<b>Tabla 14</b> Examen de salida del grupo de control y experimental test de velocidad 50 m .....	47



## ÍNDICE DE FIGURAS

	<b>Pág.</b>
<b>Figura 1</b> Examen entrada del grupo de control y experimental test de velocidad	
20 m .....	39
<b>Figura 2</b> Examen de entrada del grupo de control y experimental test de velocidad	
50 m .....	40
<b>Figura 3</b> Evaluación de contenidos juegos elementales .....	41
<b>Figura 4</b> Evaluación de contenidos juegos organizados.....	42
<b>Figura 5</b> Evaluación de contenidos juegos deportivos .....	43
<b>Figura 6</b> Evaluación de contenidos juegos en equipo .....	45
<b>Figura 7</b> Examen de salida del grupo de control y experimental test de velocidad	
20 m .....	46
<b>Figura 8</b> Examen de entrada del grupo de control y experimental test de velocidad	
50 m .....	47



## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
<b>ANEXO 1</b> Programa curricular anual de educación física .....	61
<b>ANEXO 2</b> Prueba de entrada del grupo experimental .....	63
<b>ANEXO 3</b> Prueba de entrada del grupo control.....	64
<b>ANEXO 4</b> Prueba de salida del grupo experimental .....	65
<b>ANEXO 5</b> Prueba de salida del grupo control .....	66
<b>ANEXO 6</b> Declaración jurada de autenticidad de tesis .....	67
<b>ANEXO 7</b> Autorización para el depósito de tesis al repositorio institucional.....	68



## ACRÓNIMOS

IEP:	Institución Educativa Primaria
UNA:	Universidad Nacional del Altiplano
DREP:	Dirección Regional de Educación Puno
UGEL:	Unidad de Gestión Educativa Local
MINEDU:	Ministerio de Educación



## RESUMEN

El estudio de investigación denominado “Los efectos de un programa basado en juegos activos para el desarrollo de la velocidad a los alumnos del 6to grado de la I.E.P. Santa Rosa de Puno-2006”, se ha realizado con la intención de incrementar la práctica de la velocidad, en niños de 12 años por medio de juegos; el tipo de investigación es experimental con un diseño cuasi experimental con dos grupos control y experimental en la población estuvo constituida por todas las secciones del 6to grado de Educación Primaria y la muestra de estudio se realizó al azar determinándose el 6to grado “B” grupo experimental con 26 alumnos (as) y el grupo control el 6to grado “D” con 26 alumnos (as); La técnica utilizada es la evaluación, a través del test para la prueba de entrada y salida de la investigación sobre la velocidad tanto a los grupos experimental y grupo control. Los resultados fueron que al aplicar el post test al grupo control se obtuvieron los siguientes resultados en la prueba de 20, el 38.5% se encuentran en la categoría regular y grupo experimental el 76.5% en la categoría Bueno, lo que nos indica la diferencia significativa que se obtuvo al aplicar los juegos activos en el desarrollo de la velocidad. Se concluye que las hipótesis de investigación, para las pruebas de 20m,  $Z_c=4.743 > Z_t = 1.645$  se acepta la hipótesis alterna y para la prueba de 50m,  $Z_c = 1.818 > Z_t = 1.645$  por lo tanto se acepta la hipótesis alterna lo cual nos indica que el programa basado en juegos activos para el desarrollo de la velocidad es significativo los efectos que producen en los niños de 11 a 12 años y por último las variables que se emplearon para los resultados de la presente investigación.

**Palabras clave:** Escolar, juegos activos, métodos activos. programa de juegos, velocidad.



## ABSTRACT

The present research work called “The effects of a program based on active games for the development of speed in 6th grade students of the I.E.P. Santa Rosa de Puno-2006”, has been carried out with the intention of increasing the practice of speed in 12-year-old children through games; The type of research is experimental with a quasi-experimental design with two control and experimental groups. The population consisted of all sections of the 6th grade of Primary Education and the study sample was carried out at random, determining the 6th grade "B" experimental group. with 26 students and the control group the 6th grade “D” with 26 students; The technique used is the evaluation, through the test for the entry and exit test of the research on the speed of both the experimental groups and the control group. The results were that when applying the post test to the control group, the following results were obtained in the test of 20, 38.5% are in the regular category and the experimental group 76.5% are in the Good category, which indicates the significant difference which was obtained by applying active games in the development of speed. It is concluded that the research hypotheses, for the 20m tests,  $Z_c=4.743 > Z_t = 1.645$ , the alternative hypothesis is accepted and for the 50m test,  $Z_c = 1.818 > Z_t = 1.645$ , therefore the alter hypothesis is accepted, which indicates that the program based on active games for the development of speed is significant, the effects it produces on children aged 11 to 12 years and finally the variables that were used for the results of this research.

**Keywords:** School, active games, active methods. game show, speed.



# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

El estudio “Los juegos activos en el desarrollo de la velocidad en los alumnos del 6to grado de la I.E.P. N° 70623 Santa Rosa Puno-2006” se ha realizado con la intención de incrementar conocimientos acerca de la importancia de los juegos para mejorar la velocidad en atletismo de pruebas de pista, lo cual consta de cuatro capítulos:

Primer Capítulo, Planteamiento del problema: se considera la formulación del problema, hipótesis, justificación, luego tenemos los objetivos de la investigación con una visión general.

Segundo Capítulo, Revisión de Literatura: se especifica fundamentalmente los antecedentes de investigación y base teórica que dan sustento teórico científico al presente trabajo, marco conceptual del problema debidamente adecuado a la presente investigación

Tercer Capítulo, Materiales y Métodos: Se consigna la metodología de investigación, en la cual nos muestra el tipo y diseño de investigación, también la muestra y población de estudio; el procedimiento, diseño estadístico y las variables.

Cuarto Capítulo, Resultados y Discusión: nos presenta el análisis e interpretación de los resultados estadísticamente en cuadro y gráficos.

Finalmente tenemos las conclusiones del trabajo de investigación y las sugerencias correspondientes, adicionalmente acompañan los anexos del presente trabajo.



## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente en muchos Centros Educativos de nuestro medio específicamente en el Institución Educativa Primaria Santa Rosa asistimos a una Educación Física científica realizada sin tomar en cuenta los ejercicios de velocidad vemos con mucha preocupación a muchos profesores y entrenadores, exigen el primer día de clases grandes volúmenes de ejercicios a otros castigar permanentemente y otras veces el mismo alumno se esfuerza intensamente solo para pasar el examen.

Estas actividades descritas han hecho en nuestro medio que la Educación Física sea considerada amenazante y coercitiva que deviene en apática y ausentistas sumisos al tradicionalismo de la Escuela en la rigidez de la escolarización en la que se ve a niños hechos robots, muertos andantes sin manifestaciones de alegría ni vitalidad cohibidos y privados de su derecho a vivir como niños.

Por lo tanto, se considera que es importante educar jugando antes que educar reprimiendo, mediante un programa de juegos activos con el fin de trabajar activamente mediante juegos adaptados al atletismo de tal manera que sea un ambiente de enseñanza nueva; donde prime la libertad, el respeto mutuo, la confianza, la reflexión, la creatividad, la cooperación, la socialización, la honestidad, la autonomía y la integridad de la Educación.

Los resultados nos permitirán hacer una Educación Física eficiente garantizando el desarrollo de la velocidad logrando esencialmente en los alumnos del 6to Grado de I.E.P. Santa Rosa Puno – 2006. Un desarrollo físico, un desenvolvimiento psicológico, socialización y un desarrollo espiritual completo.



## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Problema general**

- ¿Cuáles son los efectos de un programa basado en la aplicación de los Juegos Activos para el desarrollo de la velocidad en los alumnos del 6to Grado Institución Educativa Primaria Santa Rosa Puno – 2006?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cómo influye el programa basado en la aplicación de los Juegos Activos en el desarrollo de la velocidad de 20 metros planos en los alumnos del 6to Grado Institución Educativa Primaria Santa Rosa Puno – 2006?
- ¿Cómo influye el programa basado en la aplicación de los Juegos Activos en el desarrollo de la velocidad de 50 metros planos en los alumnos del 6to Grado Institución Educativa Primaria Santa Rosa Puno – 2006?

## **1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1. Hipótesis general**

- Los alumnos que ejecutan este programa de juegos activos es eficaz y mejoran el desarrollo de la velocidad en relación al grupo de los alumnos que no la utilizan.

### **1.3.2. Hipótesis específicas**

- Mejora la velocidad con la aplicación de los juegos activos en el desarrollo de la velocidad de 20 y 50 metros planos en el grupo experimental con relación al pre-test de entrada y salida.



- La aplicación del programa basado en juegos activos del grupo experimental tiene mayor resultado en la velocidad de 50 y 20 metros planos en relación al grupo control.

#### **1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

El trabajo de investigación pretende implementar en los juegos activos aplicados a un desarrollo de las cualidades físicas mediante los juegos un desarrollo psicológico que permite el desarrollo psíquico del ser en la participación permanente y activa en los juegos, una socialización mediante la organización de los juegos activos, donde los niños encuentran una satisfacción más cumplida, una exigencia imperiosa de la naturaleza y una necesidad profunda del espíritu.

Además, por sus características los juegos activos desarrollan las principales cualidades físicas: resistencia, fuerza, velocidad, agilidad, potencia de salto, permitiendo intercambiar mensajes logrando la coordinación, la creatividad, participa y ejecuta las funciones biopsicosociales y espiritual del niño.

Esta investigación brinda aportes tanto a la Institución Educativa como a los alumnos en su proceso de mejorar en la actividad física de los alumnos. Por lo que proponemos este programa de juegos activos a los alumnos del 6to Grado Institución Educativa Primaria Santa rosa Puno – 2006.

#### **1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **1.5.1. Objetivo general**

- Determinar los efectos de un programa basado en los Juegos Activos para el desarrollo de la velocidad de los alumnos del 6to Grado Institución Educativa Primaria. Santa Rosa Puno – 2006.



### 1.5.2. Objetivos específicos

- Diagnosticar con el pre test de 20 y 50 metros planos de velocidad al grupo control y experimental.
- Aplicar el programa experimental basado en juegos activos al grupo experimento.
- Evaluar mediante un post test de 20 a 50 m planos de velocidad al grupo control y grupo experimental.



## CAPITULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. ANTECEDENTES

López y Manrique (2006) el estudio llevado a cabo en la I.E. "José Carlos Mariátegui" de Huancayo implementó programas de juegos con pelotas para mejorar la coordinación motora óculo-manual de los alumnos del cuarto grado de secundaria. Los resultados demostraron que este programa tuvo un impacto significativo en el desarrollo de dicha coordinación.

Araujo y Condezo (1995) se llevó a cabo una investigación sobre el diagnóstico de los juegos educativos en educación física en las escuelas estatales N°. 30244 San Jerónimo y N°30063 de Ahuac. Se demostró que los estudiantes de primaria necesitan una educación basada en juegos educativos, tanto espontáneos como organizados, por lo que los profesores deben estar preparados para aplicarlos de manera adecuada.

Palacios (2006) el autor sugirió una rutina de entrenamiento físico y técnico para mejorar la velocidad en la carrera de 100 metros planos en estudiantes de tercer grado de la escuela Ramón Castilla en Apata Jauja. La investigación confirmó que el programa tuvo un impacto positivo en el desarrollo de la velocidad en esta prueba. .

Huari (1999) en su tesis, se aplica un programa de juegos psicomotores para fomentar la velocidad y el lanzamiento en estudiantes del segundo grado "E" de la I.E.E. N° 31541 "Emma Luzmila calle Vergara - Huancayo". Se encontró que la aplicación de un programa de juegos psicomotores tiene un impacto significativo en el desarrollo de la velocidad y lanzamiento, al detectar diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes del promedio de la evaluación del pre y post test. En



consecuencia, podemos señalar que es posible tener consecuencias significativas en el desarrollo de la velocidad y el lanzamiento de estudiantes de 7 años, mediante la implementación de un programa de juegos psicomotores.

## **2.2. SUSTENTO TEÓRICO**

### **2.2.1. Juegos activos**

Importantes personajes públicos, pedagogos consideran el juego muy útil para el desarrollo completo de los niños. Los juegos activos se analizan como una actividad consciente, dirigida al logro de unos objetivos motores concretos en condiciones rápidamente modificables.

Los juegos activos se caracterizan como un medio de educación pedagógico complejo, de diferente orientación según su influencia. La complejidad se refleja en la formación de los hábitos motores, desarrollo y perfeccionamiento de cualidades vitales importantes, tales como físicas, intelectuales, morales y volitivas.

La presencia de la noción de competición proporciona a los juegos activos un carácter emocional fuertemente expresado incluyendo los movimientos efectuados durante el juego en general, las carreras, saltos, lanzamientos, etc., en los distintos órganos y en todo el sistema del organismo de los jugadores. Esto convierte a los juegos en un medio importante y útil del fortalecimiento de la salud... sino que desarrollan la atención activa, la rapidez de movimientos, la capacidad de valorar correctamente sus propias fuerzas, la insistencia y la fuerza de voluntad, la disciplina y el sentido del deber y finalmente, el ánimo y la alegría. (Zaparozhanova y Latyshkevich, 1996).



Los juegos activos son de gran intensidad física llamada también juegos vigorosos formados en base a los movimientos..., actividad física permanente, yendo en ellas mucho más allá de su resistencia física, la particularidad característica de los juegos activos es el papel claramente expresado, de actividad motora de los jugadores creada por la continuidad del juego”.

Los juegos activos permiten el cultivo de hábitos de participación activa en las formas de recreación, llamada física y por eso mismo propician a la formación de actividades positivas en relación con la actividad corporal por su característica los juegos activos desarrollan las principales cualidades físicas, resistencia, fuerza, velocidad, agilidad, potencia de salto, un juego de estas características al aplicarse desarrolla varias capacidades, pero no predominio en una de ellas (Zapararozhaova y latyshkevich, 1996 ).

### **2.2.2. Concepto de juegos activos**

Existe una diversidad infinita de los tipos y formas de juego. Juegos con y sin reglas. Juegos individuales y colectivos. Juego, donde está dominado el ánimo deportivo: ganar, triunfar. Un juego, cuando hay que interpretar algún papel como en el teatro o cine. Un juego interpretando el cuento preferido, presentando al héroe favorito. Y finalmente, el juego según su propia trama original y reglas establecidas: es el grado superior del juego, juego-recreación.

Según Campos (2000) el juego es uno de los medios de la educación física, intelectual, moral y estética. El juego es un fenómeno social, históricamente formado, que refleja un tipo de actividad relativamente independiente y propio solamente del hombre.



Se puede considerar también como una acción u ocupación libre que se desarrolla dentro de los límites temporales y especiales, cuya acción tiene fin en el mismo; por tanto, desarrollan diversas actitudes. Estos juegos estén clasificados según la intensidad de la actividad física o motora que exige al organismo, que son: juegos activos, juegos medianamente activos y juegos de poco movimiento o intensidad baja.

Para mayor información sustantiva, recopilamos el concepto de juego, por los principales autores, entre ellos tenemos:

“El juego es una acción o una actividad voluntaria, realizada en ciertos límites de tiempo y lugar, según una regla libremente consentida, pero absolutamente imperiosa. El juego es el origen de la cultura” (Huizinga, 1995).

“Es la actividad lúdica que contribuye a la.... educación y proporciona las fuerzas y las virtudes que permiten hacerse así mismo en la sociedad. El juego prepara, para la entrada en la vida y el surgimiento de la personalidad” (Chateau, 2008).

“El juego es un esfuerzo pero que no siendo provocado por el premioso utilitarismo que inspira el esfuerzo impuesto por una circunstancia del trabajo, va reposado en el mismo sin ese desasosiego que infiltra en el trabajo la necesidad de conseguir a toda costa un fin”. (Ortega y Gasset, 1999).

“En el juego puede entrar la exigencia y la liberación de cantidades mucho más considerables que energía que las que pediría una tarea obligatoria”. (Wullon, 1995).



“El juego es una actividad multidimensional, que se ajusta siempre a las necesidades que, de incertidumbre, dirección ejercicio o actividad colectiva que tiene el ser humano” (Stone, 1993).

“El juego es una forma de comportamiento que incluye tanto dimensiones biológicas como culturales que se define difícilmente por eliminación de los demás comportamientos, pero que se distingue por una variedad de rasgos. Es agradable, intencional, singular en sus parámetros temporales, ficticio y debe su realidad o la irrealidad”. (Blanchard y Cheska, 1998).

Los juegos activos aseguran la participación activa de los estudiantes y posibilitan la administración del aula en las clases de educación física, lo cual, a su vez, contribuye al entorno de aprendizaje en el que todos los estudiantes pueden participar. Asimismo, se ha demostrado que el juego activo en las actividades extraescolares contribuye a despertar el interés inicial por participar en los estudiantes y al establecimiento de un entorno adecuado para la mejora de la competencia física. De acuerdo con los futuros docentes, el juego activo no debería aplicarse en todas las áreas, sino en determinadas áreas de las clases o en actividades extraescolares (Bailey, 2006).

### **2.2.3. Funciones del juego activo**

Según Zaporozhova y Latyshkevich (2000) el juego cumple distintas funciones, entre las principales se tiene:

- Una primera es la que forma parte de la naturaleza intrínseca del juego la sensación continua de exploración y descubrimiento.



- Otro se refiere a que el juego es un factor de permanente activación y estructuración de las relaciones humanas.
- Otra función es que el juego es factor de acción continuada sobre el equilibrio psicosomático.
- Otra característica es que el juego es el medio fundamental para la estructuración del lenguaje y del pensamiento.
- El juego estimula en la vida del individuo una altísima acción relajante.
- El juego posibilita una catarsis elaborativa inmediata.
- El juego permite una evasión saludable de la realidad cotidiana.
- El juego recupera escenas lúdicas pasadas, junto con el clima de libertad en que ellas transcurrieron.
- El juego posibilita a la persona aprendizajes de fuerte significación, sobre ellos habitualmente no se producen regresiones en etapas posteriores del desarrollo.
- El juego reduce la sensación de gravedad frente a errores y fracasos.
- El juego reactivo en las personas aquellas posibilidades e impulsos que están como adormecidas y que a veces ni se sospecha que van a aparecer.
- El juego es espontáneo y voluntario.
- El juego implica cierta participación activa por parte del jugador.
- El juego desarrolla la creatividad competencia intelectual, fortaleza emocional, estabilidad y sentimientos de júbilo y placer, el hábito de estar a gusto.
- El juego es placentero, divertido.
- El juego no tiene metas o finalidades extrínsecas.
- El juego guarda ciertas conexiones sistemáticas con lo que no es juego.



#### 2.2.4. Importancia del juego

Para (Valle, 2008) El juego es importante por:

- En el aspecto social porque permite intercambiar mensajes y por lo tanto comunicarse con nosotros mismos y con los niños.
- En el aspecto Físico, porque en el juego se logra la coordinación de los órganos con los sentidos. El juego mejora la salud, elimina los tóxicos del cuerpo y permite mejor la respiración fortifica los músculos.
- Pone en actividad todos los órganos del cuerpo, participa y ejecuta las funciones psíquicas.
- Se forma o consolida el carácter y se estimula el poder creador.
- Es importante porque desenvuelven el lenguaje, despiertan el ingenio, desarrolla el espíritu de observación, afirma la voluntad y perfeccionan la paciencia.
- Favorecen la agudeza visual, táctil y auditiva, aligeran la noción del tiempo, del espacio dan soltura elegancia y agilidad al cuerpo.
- Su aplicación provechosa de los juegos posibilita el desarrollo biológico, psicológico, social y espiritual del hombre.

#### 2.2.5. Estructura de los juegos activos

Según Zaparozhonova y Latyshkevich (2000) la estructura de los juegos activos está determinada por: el contenido, la forma y las particularidades.

##### a) El contenido

Se enuncia el guión, las reglas y las acciones motoras. En el juego concreto, el guión es un tema, idea concepto y que estas motivan el objetivo y



dirigidos además a la superación de los diferentes obstáculos, dificultades que se presentan durante el camino hacia el objetivo del juego.

**b) La forma**

La forma del juego activo es la organización de las acciones de los jugadores que presenta a posibilidad de elección entre una amplia gama de medios para lograr el objetivo. En unos juegos los participantes actúan individualmente, en otros en grupos. Las formas del juego están relacionadas con su contenido y provienen del mismo.

**c) La particularidad**

La particularidad del juego activo es que el método en educación física es en forma de juego, es decir no solamente es medio, sino método en educación, la metodología del juego depende de su mismo contenido y forma

**2.2.6. Características de los juegos activos**

Para Zaparozhonova y Latyshkevich, (2000) entre los principales se mencionan los siguientes:

- En el primer lugar y ante toda acción libre emanada del placer de jugar.
- Debe abrir una esfera de actividad con tendencia propia. Quién se gana la vida con la pelota de fútbol, ya no juega, trabaja. Debe haber siempre algo en suspenso su resultado debe ser incierto mientras el desenlace sea inseguro, continua el juego.
- Debe crear el orden, introduce con su orden una transitoria limitada perfección.
- El juego se debe desarrollar dentro de ciertos límites de tiempo y espacio.



- Debe estimular la sociabilidad, crear comunión, tiene la tendencia a permanecer junto aún después del juego.

De modo general debe incluirse cómo máximo tres juegos por sesión o con preferencias, todo dependerá del interés de grupo, del tiempo de duración de cada juego de la intensidad del juego, de la hora del día (Latyshkevich, 1996).

### **2.2.7. Particularidad de los juegos activos**

Según (Bequer, 2004) entre los más sobresalientes tenemos:

- Tiene un nombre, los nombres de los juegos pueden variar.
- Tiene reglas mínimas, las reglas del juego pueden cambiarse acordándolo entre los jugadores.
- Requieren un mínimo de material, las dimensiones y formas de los aparatos son determinados libremente.
- La duración y objetivos para finalizar el juego se determina libremente.
- El número de jugadores puede variarse.
- Las dimensiones del campo son determinados libremente.
- Las condiciones de realización de los juegos pueden cambiarse.
- No necesita un nivel especialmente de preparación de los jugadores.
- No exigen un arbitraje especial (Bequer Diaz Gladis 2000 Pag. 40).

### **2.2.8. Clasificación de los juegos**

Según (Queyrat, 2003) clasifica los juegos según su función educativa, entre los que encontramos: Juegos que interesan el movimiento (motor), juegos que desarrollan los sentidos (sensibles), juegos que desarrollan la inteligencia (inteligencia), juegos para el desarrollo de la sensibilidad y la voluntad



(efectivos) y juegos artísticos juegos Considerando la cantidad de personas involucradas en el juego, también se puede decir que es un juego individual o un juego de grupo. Cabe recordar que el juego social comienza a los 6 años, cuando el niño ya adquiere la capacidad de jugar con los demás y cuidar su rol social..

Cuando se combina con el juego como parte importante del desarrollo mental y emocional de una persona, se pueden lograr los mejores resultados educativos con las menores consecuencias posibles. El juego es la base del desarrollo cognitivo en todas las etapas de la vida de un niño y, cuando se combinan, algunas actividades brindan oportunidades para aprender y explorar el entorno a través del juego, fomentan el interés y la cooperación al hacer diferentes cosas.

### **2.2.9. Juegos activos y educación física**

La educación física es eminentemente activa, puesto que su medio principal es el movimiento humano intencionado y pedagógicamente organizado con la finalidad de educar. Es vital para las necesidades del movimiento que cumple funciones específicas, que solo es tarea de acción educativa puede dar y a la vez es progresiva, integral y orgánica. La educación física tiene en cuenta los conocimientos, habilidades y hábitos motores relacionados con la esfera del dominio del propio cuerpo que adquieren los alumnos en el proceso de educación. (Merani, 2000)

El profesor debe enseñar correctamente, sentarse, lanzar, saltar, nadar, etc., en el grado que necesita la persona normal, también debe enseñar conocimientos habilidades y hábitos en la esfera de los movimientos. Los juegos activos es uno de los medios y formas de jugar contribuyen a hacer que las



clases de educación física, sean más alegres, variadas y activas, sirven para relajarse y como recuperación activa en el trabajo. (Zhukovskaia, 2008)

Los juegos activos es uno de los medios principales de la educación física ya que está expresado por medio de la actividad motora, en base al movimiento que contribuyan con los objetivos de fortalecer la salud, asegurar el desarrollo físico normal, ayudar al desarrollo de las principales capacidades motoras. Este medio lúdico de gran atracción para el alumno habitúa a una rígida concepción y ejecución recreativa, animador para desenvolver facultades:

- La cola frágil, cazadores y liebres.
- Juego de carreras.
- Carreras de regularidad.
- Caminando y corriendo (Campos, 2000).

#### **2.2.10. Juegos de relevos**

De acuerdo con Navas (2000) señala que los juegos de relevos que involucran habilidades motoras son una herramienta altamente eficaz en el perfeccionamiento y desarrollo de las capacidades físicas de los niños. Estos juegos satisfacen las necesidades de expresión, promueven la generación de movimiento y contribuyen al desarrollo del aprendizaje social. La participación en juegos de relevos y actividades afines ha demostrado ser y sigue siendo una vía significativa para lograr los objetivos de estos programas.

Según Servet (2000) menciona que, los juegos de relevos comparten una concepción básica común en todas sus variantes. En esencia, implican que los integrantes de un equipo se turnen para completar un recorrido en el menor



tiempo posible, posiblemente enfrentando obstáculos, transportando objetos o realizando tareas específicas. El elemento central de la colaboración en los juegos de relevos radica en la combinación de acciones individuales y secuenciales por parte de los miembros del equipo, con el objetivo de alcanzar el éxito en comparación con otros equipos.

En un juego de relevos típico, los participantes se tienen que dividir en grupos y compiten en una serie de etapas o relevos. Cada miembro del equipo asume una tarea específica y luego pasa un "testigo" al siguiente participante para continuar la carrera. Estos juegos pueden incluir actividades como correr, saltar, nadar, andar en bicicleta, entre otras (Salazar, 2000).

#### **2.2.11. La velocidad**

Es la capacidad física de ejecutar un movimiento lo más rápido posible dentro de una unidad de tiempo. En función de la capacidad del sistema nervioso y del sistema muscular. La síntesis de un método de enseñanza de velocidad de movimiento específico puede mejorar eficazmente el rendimiento y la técnica en atletismo (Zhen-bin, 2055).

Puede ser definida como la rapidez con lo que puede combinar la posesión del cuerpo o de una parte del cuerpo en un tiempo dado: Incluye dos elementos esenciales; la rapidez de reacción y la rapidez de movimiento en la capacidad de responder a un estímulo externo de forma más rápida posible, la rapidez de movimiento des el desplazamiento de una parte del cuerpo o de todo el cuerpo en el menor tiempo posible (García et al., 1998).

Según Grosser (1992) es la capacidad que permite, en base a la movilidad de los procesos del sistema neuro muscular y de las propiedades de los músculos



para desarrollar la fuerza; realizar las acciones motrices en un lapso de tiempo situado por debajo de las condiciones mínimas dadas.

Es la capacidad de conseguir, en base a procesos cognitivos, máximos fuerza volitiva y funcionalidad del sistema neuro muscular; una rapidez máxima de reacción y de movimiento en determinadas funciones establecidas (Grosser, 1992).

### **2.2.12. Importancia de la velocidad.**

Es una cualidad funcionalmente en todo deporte de todos es sabido la importancia que tiene el factor velocidad de traslación en el juego, no solo en cuanto a la velocidad de traslación sino también a la velocidad de reacción, velocidad en el golpeo, velocidad de lanzamiento, velocidad de decisión, velocidad mental, etc. (Ortiz, 2004).

La rapidez de ejecución de un movimiento posee una estrecha relación con la velocidad de contracción de cada fibra muscular o grupos musculares interesados en una tarea deportiva. Suele hablarse de velocidad como un promedio (velocidad media, velocidad máxima, etc.), como una cualidad perceptible, como una cualidad cerebral, como una cualidad total en el sentido de que un individuo veloz es capaz de realizar rápidamente los movimientos que deseen cualquiera que fuese los segmentos puestos en acción.

Para Docherty, la velocidad para correr está presente en todos nosotros, en algunas personas, la capacidad de contracción de las fibras musculares le permite correr a mayor velocidad que ha otros, habiendo demostrado las investigaciones al respecto, que la rapidez de estas fibras no puede alterarse con el tiempo el entrenamiento.



En este sentido, la velocidad es algo innato pero la capacidad para coordinar la potencia de cualquier grupo muscular relacionado, es algo que se adquiere, es más, se adquiere después de unos años de trabajo eficaz y continua, los correspondientes genes pueden hacer que un sujeto corra mas de prisa, pero únicamente el entrenamiento adecuado hará de un gran deportista (Berdejo, D. y Gonzalez, J.M., 2008).

### 2.2.13. Clases de velocidad

Según Padiál (2001), Hahn y muchos otros autores, distinguen entre:

- a. **Velocidad de desplazamiento.** Distancia recorrida en el menor tiempo posible; para el fútbol utilizando en línea recta o en zigzag.
- b. **Velocidad de reacción.** Tiempo que se tarda en reaccionar a un estímulo (tiempo latente).
- c. **Resistencia en la velocidad.** Soportar la velocidad en el mayor tiempo posible.

### 2.2.14. El trabajo de la velocidad en educación primaria

Según Padiál (2001) Es importante tener en cuenta una serie de consideraciones básicas para trabajar la velocidad en Educación Primaria:

- a. Como principio general se debe empezar un calentamiento de “calidad” y en cuanto aparezca la fatiga se debe cambiar de ejercicio o interrumpir el trabajo.
- b. Las distancias cortas para trabajar la aceleración y las largas para una velocidad máxima.



- c. Los ejercicios específicos de velocidad deben tener niveles de intensidad apropiados. La eficacia del trabajo dependerá de la velocidad de ejecución de los movimientos.
- d. La técnica es muy importante, ya que cualquier defecto, tiene consecuencias negativas y se opone al avance de consecución de los objetivos.
- e. La excesiva duración y la monotonía puede dar lugar a la no progresión.
- f. Un corto número de repeticiones es óptimo para trabajar la velocidad, el aumento de las repeticiones podría transformar el trabajo de velocidad resistencia.
- g. Recursos: carreras, juegos que impliquen velocidad de reacción, juegos con balón, incluso populares a base de carreras cortas. Con la edad los juegos pueden salirse del programa, pero no descartarlos totalmente.
- h. El descanso debe asegurar la restauración de la capacidad de trabajo, con actividad muscular de baja intensidad.
- i. Si en una sesión queremos trabajar varias capacidades físicas básicas hay que tener en cuenta que la velocidad debería ser la primera.

### 2.3. MARCO CONCEPTUAL

- **Juegos activos:** Es el juego formado en base a los movimientos, expresado por la actividad motora de los jugadores creada por el contenido del juego.
- **Juego y aprendizaje:** Es una multiplicidad de transformaciones como resultado, transformaciones que enriquecen al niño y al hombre en general, transformaciones que se traducen en aprendizajes.



- **Juegos elementales:** Son los juegos creativos o independientes, en los que los participantes mismos fijan el plan de juego y realizan el objetivo establecido.
- **Juegos deportivos:** Son el escalón superior de los juegos activos, que se caracterizan por la difícil técnica de los movimientos y la táctica determinada del comportamiento durante el juego.
- **Juegos organizados:** Son los juegos con reglas determinadas que dirigen los profesores o niños mayores con diferente contenido y dificultad.
- **Juegos complicados:** Son los juegos transitivos hacia los de equipo, cuando los jugadores defienden en primer lugar, sus intereses, según su iniciativa personal.
- **Juegos en equipos:** En los cuales los jugadores componen unos colectivos-equipos y sus acciones se caracterizan por una actividad dirigida al logro de objetivos comunes.
- **Educar jugando:** Es el modo cómo padres y profesores deben educar al niño en un ambiente de auténtica escuela nueva, no adjetiva sino sustancialmente sustantiva.
- **La velocidad:** Es una capacidad física de rápido efectuar un movimiento lo más rápido posible dentro de una unidad de tiempo, en función al sistema nervioso y sistema muscular.
- **Test:** Es una tarea breve, cuyo cumplimiento puede servir de indicador de algunas funciones psicológicas con la ayuda de los test hasta demostrar la presencia o ausencia de determinadas aptitudes, hábitos, habilidades, caracterizados más exactamente posible algunas cualidades de la personalidad.



## CAPÍTULO III

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La ciudad de Puno, está ubicada a las riberas del lago Titicaca a una altura de 3867 m.s.n.m. a 15 grados 50 minutos 15 segundos de Latitud Sur y a 70 grados 01 minuto 18 segundos de latitud Oeste.

La población estudiantil es de bajos recursos económicos ya que sus padres son en su mayoría comerciantes, agricultores y una minoría profesionales lo que repercute en la indumentaria correcta para la asignatura de E.F. específicamente los alumnos tienen diferencia de edades muy heterogenias para el grado que están cursando.

#### 3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

El estudio se realizó en el año académico del 2008 y tuvo una duración de diez meses; se cumplió con el cronograma de actividades que se presentó en el proyecto de investigación.

#### 3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL DE ESTUDIO

##### 3.2.1. Material experimental

- Programa Experimental basado en juegos activos.
- Aplicación del programa.
- Frecuencia de una sesión por semana.
- Tiempo = 1 hora pedagógica.
- Período 13 sesiones.
- N° de juegos por semana.

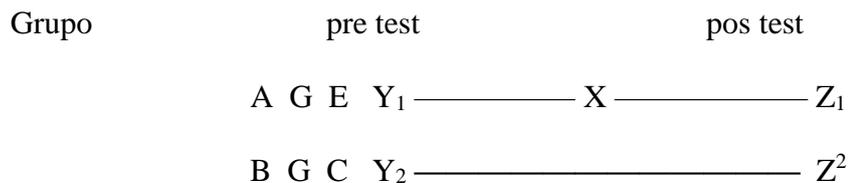


### 3.2.2. Técnica e instrumentos de recolección de datos

La técnica utilizada es la evaluación, a través del test para la prueba de entrada y salida de la investigación sobre la velocidad tanto a los grupos experimental y grupo control.

### 3.2.3. Tipo y diseño de investigación

La investigación es de tipo experimental en la que se ejecutó en un programa de juegos activos en el desarrollo de la velocidad en los alumnos del 5to. Grado I.E.P. Santa Rosa Puno. 2006. El diseño empleado es cuasi experimental de dos grupos con pre y post prueba



Donde:

GE = Grupo experimental

GC = Grupo Control

$Y_1$  .  $Y_2$  = Pre test de velocidad

X = Programa basado en juegos activos

$Z_1$  y  $Z_2$  = Post test de velocidad.

## 3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO

### 3.4.1 Población de estudio

La población está conformada por 104 alumnos matriculados en el año escolar 2006 de la I.E.P. 70623 Santa Rosa. Puno, que visualiza en el siguiente cuadro:



**Tabla 1**

*Población de alumnos del 6to grado de la I.E.P. "Santa Rosa" – 2006*

<b>Sección</b>	<b>N° de alumnos</b>	<b>%</b>
A	25	22.53
B	26	24.64
C	27	26.76
D	26	26.07
<b>Total</b>	<b>104</b>	<b>100%</b>

Nota: Nómima de matrículas de la I.E.P. "Santa Rosa"-2006

### 3.4.2 Muestra de estudio

La muestra esta constituida por 51 alumnos escogidos al azar tanto para el grupo experimental y grupo control del mismo nivel de estudios, pero de diferente sección, el cuál fue el siguiente:

**Tabla 2**

*Muestra de los alumnos del 6to GRADO DE LA I.E.P. "Santa Rosa" 2006*

<b>Sección</b>	<b>N° de alumnos</b>	<b>%</b>
B	26	50.0
D	26	50.0
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>

Nota: Nómima de matrículas de la I.E.P. "Santa Rosa"-2006

## 3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO

Se aplicarán las siguientes estadigrafías estadísticas de tendencia central; promedios, medias aritméticas, desviación estándar coeficiente de variabilidad y la prueba de hipótesis de diferencia de medias del pretest y post test de ambos grupos.

- **Nivel de significancia**

$$\alpha = 0.05 \text{ y con } Z_{\text{tabulada}} = 1.645$$



- **Estadística de prueba**

La prueba Z es una técnica de estadística inferencial utilizada para determinar si hay una diferencia significativa entre las medias de dos grupos o si una muestra media es diferente de una población media conocida. La fórmula para calcular la estadística Z depende del contexto del problema, pero a continuación se presenta la fórmula general:

$$Z_c = \frac{\left( \bar{X}_e - \bar{X}_c - 0 \right)}{\sqrt{\frac{se^2}{ne} + \frac{sc^2}{nc}}}$$

### 3.6. PROCEDIMIENTO

- a) Evaluación a ambos grupos A y B mediante el test de velocidad
- b) Aplicación de programas propuestos de juegos activos al grupo experimental durante tres meses 2 horas semanales y 45 minutos.
- c) En cada sesión se observará el desarrollo de los juegos activos.
- d) El grupo control seguirá su programa inicial planificado con el profesor titular en el mismo tiempo.
- e) Cumplido ambos programas con los grupos A y B se volverá a tomar el test de velocidad.

### 3.7. VARIABLES

- **Variable Independiente (V.I.)**

Programa basado en juegos activos.

- **Variable dependiente (V.D.).**

Desarrollo de la velocidad.



**Tabla 3**

*Operacionalización de variables*

<b>Variables</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de calificación</b>	<b>Instrumentos de evaluación</b>
V.i. Programa basado en juegos activos	Juegos elementales Juegos organizados Juegos deportivos Juegos complicados juegos en equipo	1. Rara vez 2. Algunas veces 3. Casi siempre 4. Siempre	Ficha de sesión Ficha de observación
V.d. Desarrollo de la velocidad	1. Test de 20 m.  2. Test de 50 metros	Excelente=menos de 4"2 Bueno= 4"4 a 4"3 Regular=4"6 a 4"5 Malo= 4"8 a 4"7 Deficiente=más de 4" a 9. Excelente= 6" a 6"12 Muy bueno= 6"24 a 6"36 Bueno = 6"48 a 7" Regular=7"12 a 7"24 Deficiente=más de 8".	Test de 20m.  Test de 50m.

### 3.8. ANÁLISIS DE RESULTADOS

- Determinar el nivel de la velocidad.
- El 30 de octubre después del programa experimental se sacará las mismas muestras de ambos grupos.
- Seguidamente se procederá a tabular los datos y operar con las diferencias, constatadas en cada grupo experimental y control entre el pretest y postest de acuerdo al siguiente diseño estadístico.
- Para el procesamiento y análisis de los datos obtenidos, se utilizó la estadística descriptiva, y para conocer la significancia se aplicó la estadística inferencial



## CAPITULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

El objetivo principal del estudio es evaluar la efectividad de los juegos activos para desarrollar la velocidad en estudiantes de nivel primaria. N° 70623 Santa Rosa Puno-2006.

Los puntajes logrados en el experimento de la investigación fueron analizados e interpretados mediante la estadística descriptiva, como también la estadística inferencial con la prueba Zc., se realizó los siguientes pasos

- Análisis descriptivo de los datos recolectados
- Medidas de tendencia central y dispersión de los resultados de velocidad
- Análisis inferencial
- Comparación de medias entre grupos (experimental y control)
- Prueba Zc según distribución de datos
- Comparación de medias intra-grupo (pre y post intervención)
- Interpretación de la magnitud del efecto
- Discusión
- Interpretación de los resultados obtenidos
- Comparación con estudios previos
- Posibles explicaciones de los hallazgos
- Implicaciones prácticas de los resultados

## a) Resultados descriptivos

**Tabla 4**

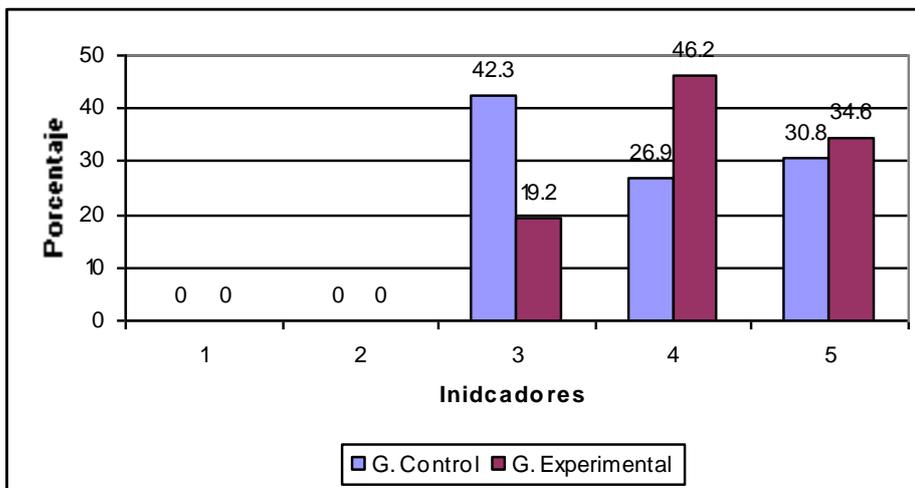
*Examen entrada del grupo de control y experimental test de velocidad 20 m.*

Indicadores	Grupo control		Grupo experimental	
	Fi	%	Fi	%
1 Excelente (menos de 4"2)	0	0	0	0
2 Bueno (4"4 a 4"3)	0	0	0	0
3 Regular (4"6 a 4"5)	11	42.3	5	19.2
4 Malo (4"8 a 4"7)	7	26.9	12	46.2
5 Deficiente (más de 4"9)	8	30.8	9	34.6
<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>26</b>	<b>100</b>

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 1**

*Examen entrada del grupo de control y experimental test de velocidad 20 m*



**Interpretación:** En la tabla 4 observamos que en el examen de entrada del grupo control y experimental que en el grupo de control 11 estudiantes que representa el 42.3 % que esta en un intervalo de tiempo de 4"6 a 4"6 el cual esta categorizado como regular en el test de velocidad de 20m, y 8 estudiantes que representa el 30.8% esta como deficiente en el test de velocidad de 20m. En el grupo experimental el 12 estudiante que representa el 46.2% esta categorizado como malo y 5 estudiantes que representa el 19.2% esta como regular en el tiempo del test de velocidad de 20m.

**Tabla 5**

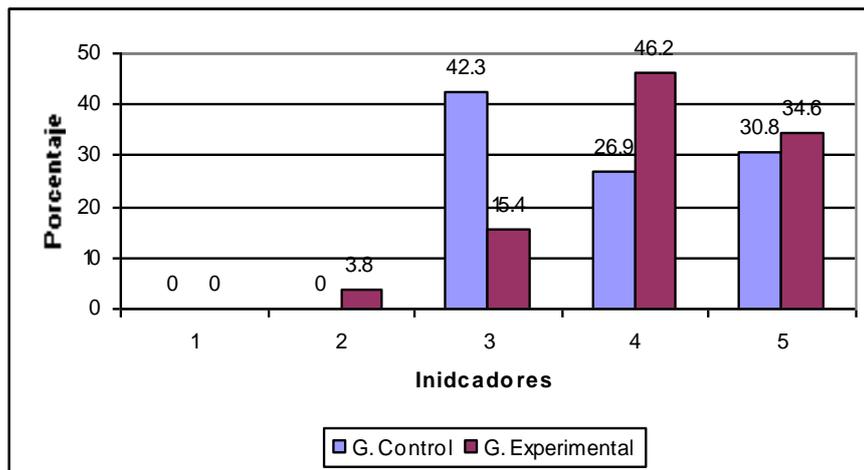
*Examen de entrada del grupo de control y experimental test de velocidad 50 m.*

Indicadores	Grupo control		Grupo experimental	
	Fi	%	Fi	%
1 Excelente (6" a 6"12)	0	0.0	0	0.0
2 Bueno (6"48 a 7)	0	0.0	1	3.8
3 Regular (7"12 a 7"14)	11	42.3	4	15.4
4 Malo (7"36 a 7"48)	7	26.9	12	46.2
5 Deficiente (más de 8")	8	30.8	9	34.6
<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>26</b>	<b>100</b>

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 2**

*Examen de entrada del grupo de control y experimental test de velocidad 50 m*



**Interpretación:** En la tabla 5, tenemos el examen de entrada del grupo de control y experimental del test de velocidad de 50m, donde observamos que en el grupo de control 11 estudiantes que representa el 42.3% esta como regular en el test de velocidad de 50m y 8 estudiantes que representa el 30.8% están categorizados como deficiente. En el grupo experimental 12 estudiantes que representan el 46.2% esta categorizado como malo y 1 estudiante que representa el 3.8% esta categorizado como bueno en el test velocidad de 50 m.

**Tabla 6**

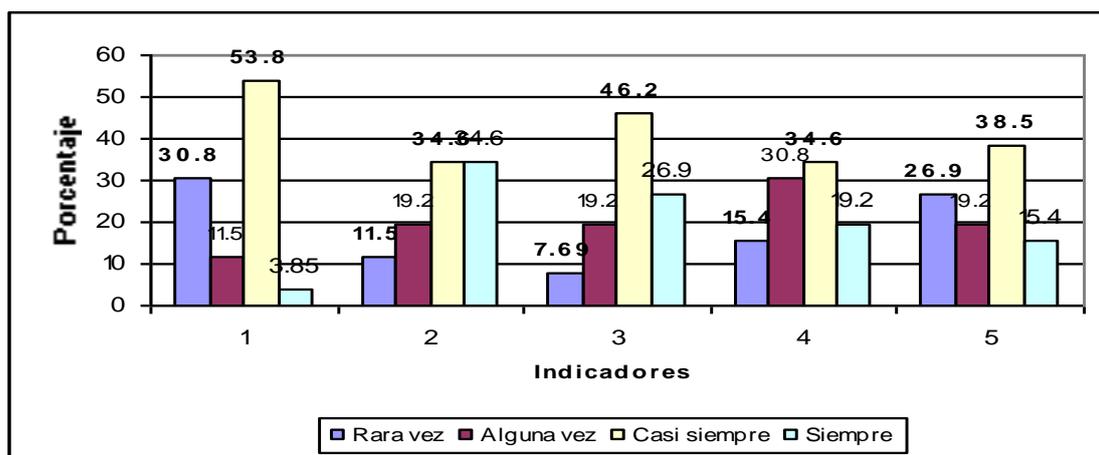
*Evaluación de contenidos juegos elementales*

Indicadores	Calificación		Alguna vez		Casi siempre		Siempre		Total	
	Rara vez		vez		siempre		Siempre		Total	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
1.pone atención al juego	8	30,8	3	11,5	14	53,8	1	3,85	26	100
2.demuestra creatividad en los juegos	3	11,5	5	19,2	9	34,6	9	34,6	26	100
3.se desplaza con velocidad	2	7,69	5	19,2	12	46,2	7	26,9	26	100
4.coopera con sus compañeros	4	15,4	8	30,8	9	34,6	5	19,2	26	100
5.respeto las reglas de juego	7	26,9	5	19,2	10	38,5	4	15,4	26	100

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 3**

*Evaluación de contenidos juegos elementales*



**Interpretación:** En la tabla 6 observamos que en los juegos elementales 14 estudiantes que representa el 53.8% casi siempre pone atención al juego y sólo 1 estudiante que representa 3.85% siempre pone en atención al juego. 12 estudiantes que representa el 46.2% se desplaza casi siempre con velocidad y sólo 2 estudiantes que representa el 7.69% rara vez se desplaza con velocidad. 10 estudiantes que representa el 38.5% respeta las reglas de juego y solo 4 estudiantes que representan el 15.4% respeta las reglas de juego.

**Tabla 7**

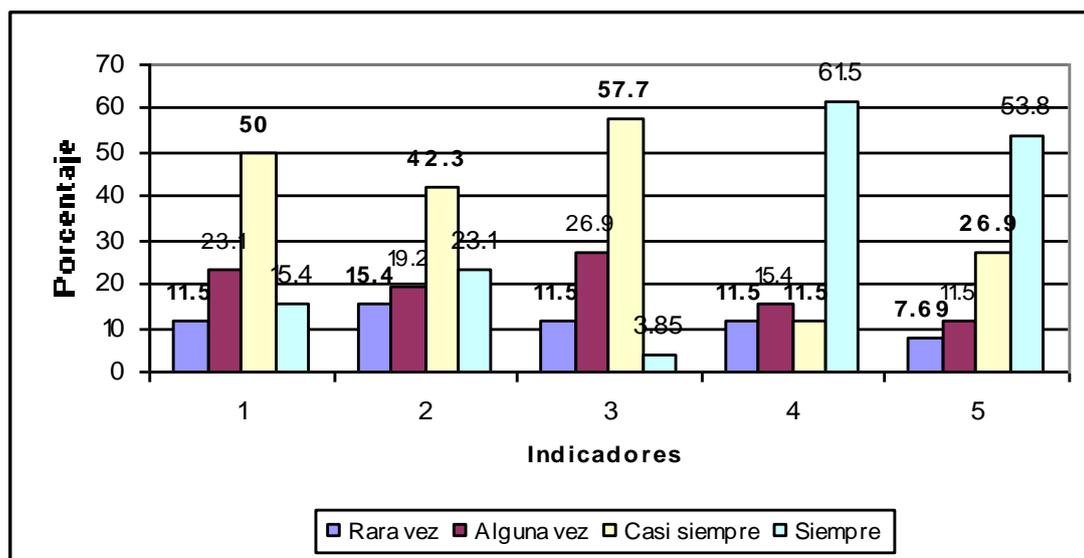
*Evaluación juegos organizados*

Indicadores	Calificación		alguna vez		Casi siempre		Siempre		Total	
	rara vez		vez		siempre		Siempre		Total	
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
1.Coopera con sus compañeros	3	11,5	6	23,1	13	50	4	15,4	26	100
2.Ejecuta velocidad, desplazamiento	4	15,4	5	19,2	11	42,3	6	23,1	26	100
3.Posee reacción ante la señal dada	3	11,5	7	26,9	15	57,7	1	3,85	26	100
4.Logra cumplir todo el juego	3	11,5	4	15,4	3	11,5	16	61,5	26	100
5.Respeto reglas de juego	2	7,69	3	11,5	7	26,9	14	53,8	26	100

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 4**

*Evaluación de contenidos juegos organizados*



**interpretación:** en la tabla 7, se muestra 13 estudiantes que representa el 50% en los juegos organizados cooperan con sus compañeros, y solo el 3 estudiante que representa 11.5% en los juegos organizados coopera con sus compañeros rara vez. 15 estudiantes que representa el 57.7% en los juegos organizados posee reacción ante la señal dada casi siempre, y solo 1 estudiante que representa el 3.85% posee reacción ante la señal dada siempre. 14 estudiantes que representan al 53.8% siempre lo respeta y solo 2 estudiantes que representa el 7.69% rara vez respeta las reglas de juego.

**Tabla 8**

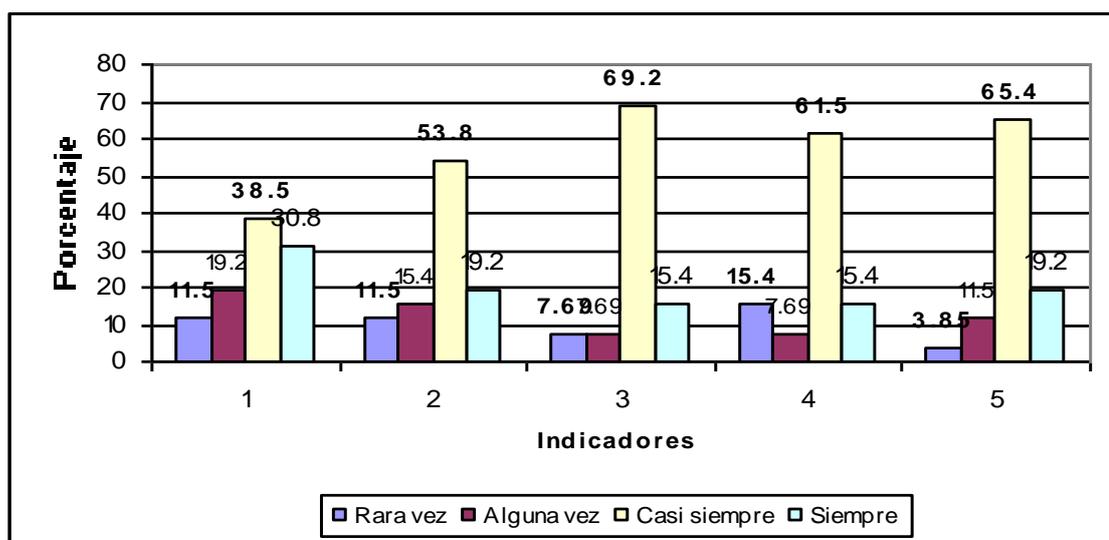
*Evaluación de contenidos juegos deportivos*

Calificación indicadores	Rara vez		Alguna vez		Casi siempre		Siempre		Total	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%		
	1. cambia de dirección y ritmo	3	11,5	5	19,2	10	38,5	8		30,8
2. esta predispuesto al juego	3	11,5	4	15,4	14	53,8	5	19,2	26	100
3. coopera con sus compañeros	2	7,69	2	7,69	18	69,2	4	15,4	26	100
4. se esfuerza durante el juego	4	15,4	2	7,69	16	61,5	4	15,4	26	100
5. respeta las reglas de juego	1	3,85	3	11,5	17	65,4	5	19,2	26	100

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 5**

*Evaluación de contenidos juegos deportivos*



**Interpretación:** en la tabla 8, 10 estudiantes que representa el 38.5% en los juegos deportivos casi siempre desarrolla los cambios de dirección, y 3 estudiantes que representa el 11.5% desarrolla los cambios de dirección. 14 estudiantes que representa el 53.8% casi siempre esta predispuesto al juego, y solo 3 estudiantes que representa el 11.5% rara vez están predispuestos al juego. 17 estudiantes que representan el 65.4% casi siempre respeta las reglas de juego y solo 1 estudiantes que representa 3.85% rara vez respeta las reglas de juego.

**Tabla 9**

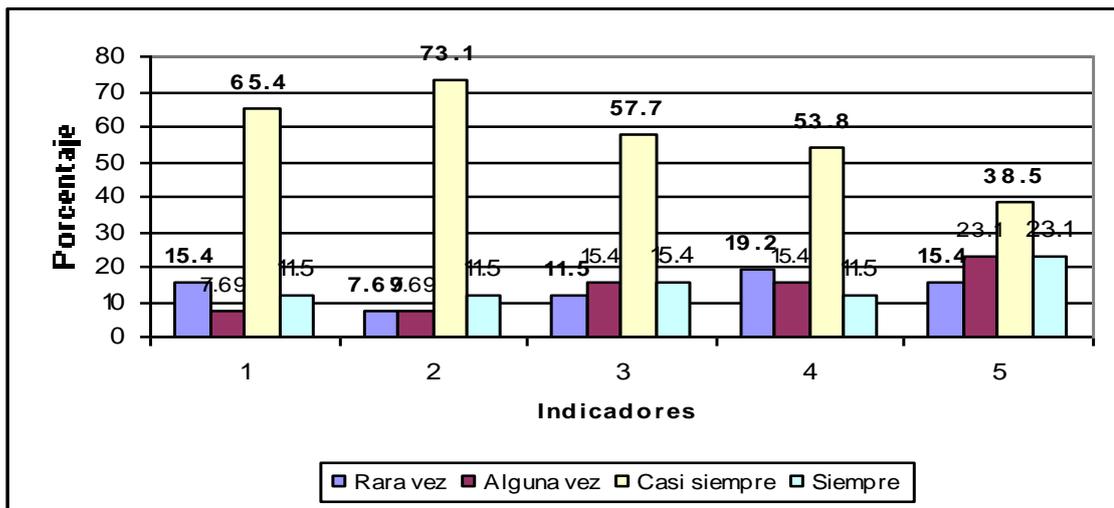
*Evaluación de contenidos juegos complicados*

Indicadores	Calificación									
	Rara vez		Alguna vez		Casi siempre		Siempre		Total	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
1.Realiza la partida de carrera	4	15,4	2	7,69	17	65,4	3	11,5	26	100
2.Coordina con sus compañeros	2	7,69	2	7,69	19	73,1	3	11,5	26	100
3.Demuestra interés al juego	3	11,5	4	15,4	15	57,7	4	15,4	26	100
4.Se desplaza con técnica	5	19,2	4	15,4	14	53,8	3	11,5	26	100
5.Respeto reglas de juego	4	15,4	6	23,1	10	38,5	6	23,1	26	100

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Tabla 10**

*Evaluación de contenidos juegos complicados*



**Interpretación:** en tabla9, 17 estudiantes es 65.4% casi siempre realiza la partida de carrera en los juegos complicados y sólo 4 estudiantes que representa el 15.4% rara vez, realiza la partida de carrera. 19 estudiantes que representa el 73.1% casi siempre coordina con sus compañeros y 2 estudiantes que representa el 7.69% rara vez coordina con sus compañeros. 15 estudiantes que representa 57.7% casi siempre demuestra interés ante el juego y 3 estudiantes que representa 11.5% rara vez demuestra interés en el juego. 14 estudiantes que representa el 53.8% casi siempre se desplaza con técnica y sólo 5 estudiantes que representa 19.2% rara vez se desplaza con técnicas.

**Tabla 11**

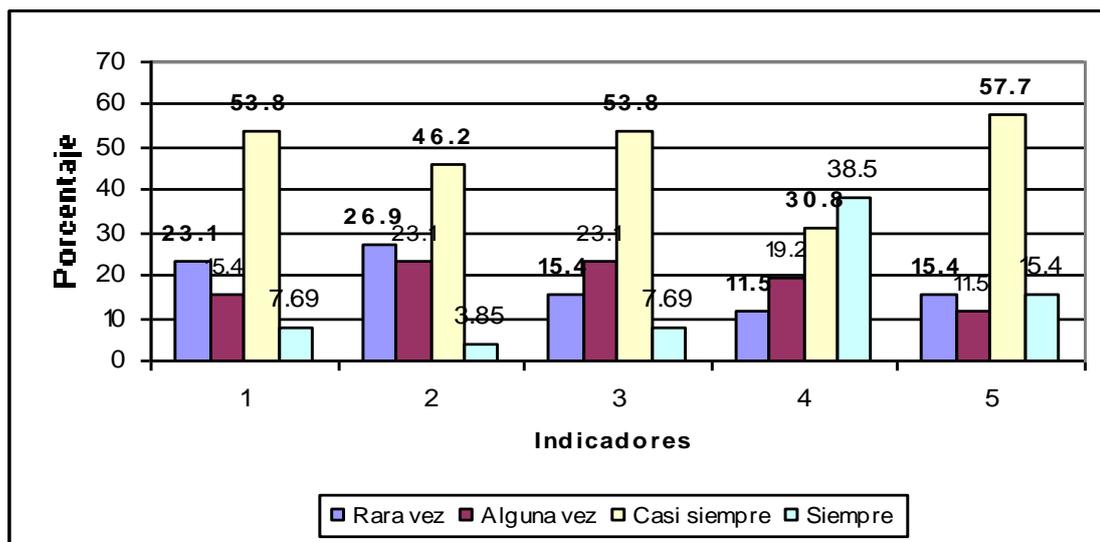
*Evaluación de contenidos juegos en equipo*

Indicadores	Calificación		Alguna vez		Casi siempre		Siempre		Total	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
	1. Coordina sus movimientos	6	23,1	4	15,4	14	53,8	2	7,69	26
2. Motiva a sus compañeros	7	26,9	6	23,1	12	46,2	1	3,85	26	100
3. Tiene velocidad con el objeto	4	15,4	6	23,1	14	53,8	2	7,69	26	100
4. Coopera con sus compañeros	3	11,5	5	19,2	8	30,8	10	38,5	26	100
5. Respeta las reglas en equipo	4	15,4	3	11,5	15	57,7	4	15,4	26	100

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 6**

*Evaluación de contenidos juegos en equipo*



**Interpretación:** en la tabla 11, con respecto a juegos en equipo, 14 estudiantes que representan el 53.8% casi siempre coordina sus movimientos y 6 estudiantes que representa el 23.1% rara vez coordina sus movimientos. 12 estudiantes que representa 46.2% casi siempre motiva sus compañeros y solo 7 estudiantes que representa el 26.9% rara vez motiva a sus compañeros. 10 estudiantes que representa el 38.5% siempre coopera con sus compañeros y solo 3 estudiantes que representa el 11.5% rara vez coopera con sus compañeros.

**Tabla 12**

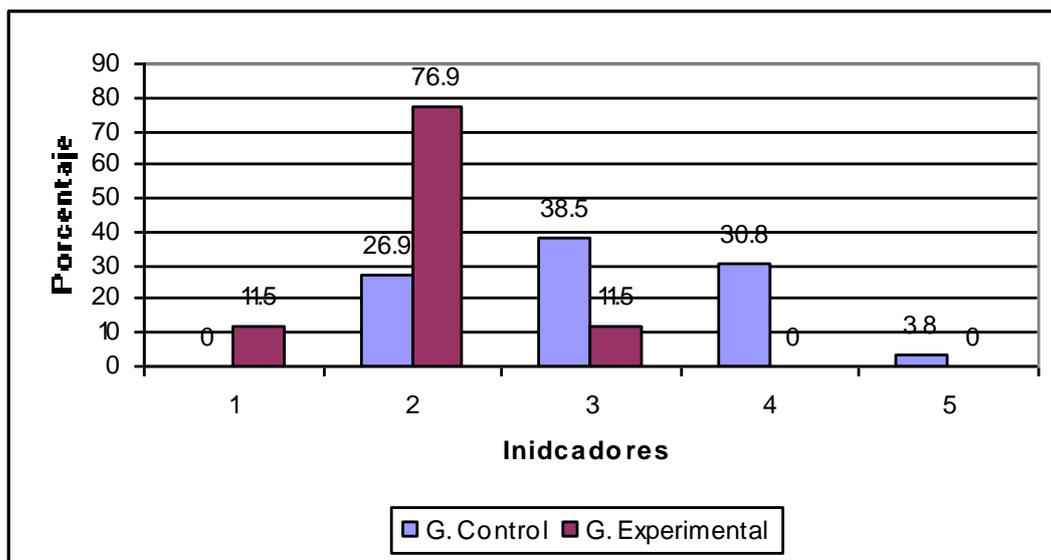
*Examen de salida del grupo de control y experimental test de velocidad 20 m*

Indicadores	Grupo control		Grupo experimental	
	Fi	%	Fi	%
1 Excelente (menos de 4''2)	0	0.0	3	11.5
2 Bueno (4''4 a 4''3)	7	26.9	20	76.9
3 Regular (4''6 a 4''5)	10	38.5	3	11.5
4 Malo (4''8 a 4''7)	8	30.8	0	0.0
5 Deficiente (más de 4''9)	1	3.8	0	0.0
Total	26	100	26	100

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 7**

*Examen de salida del grupo de control y experimental test de velocidad 20 m*



**Interpretación:** En la tabla 13 observamos el examen de salida del grupo control y experimental del test de velocidad de 20 m, donde observamos en el grupo de control que 7 estudiantes que representa el 26.9% esta categorizado como bueno en el test de velocidad de 20m y 1 estudiantes que representa el 3.8% está categorizado como deficiente. En el grupo experimental 20 estudiantes que representa el 76.9% esta categorizado como bueno y solo 3 estudiantes que representa el 11.5% categorizado como regular en el test velocidad de 20m.

**Tabla 13**

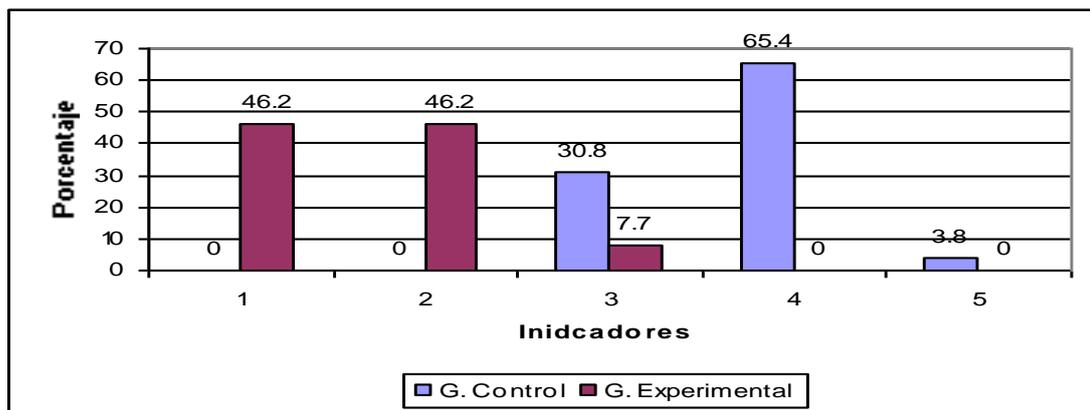
*Examen de salida del grupo de control y experimental test de velocidad 50 m*

Indicadores	Grupo control		Grupo experimental	
	Fi	%	Fi	%
1 Excelente (< 4"2)	0	0.0	12	46.2
2 Bueno (6"48 a 7)	0	0.0	12	46.2
3 Regular (7"12 a 7"24)	8	30.8	2	7.7
4 Malo (4"8 a 4"7)	17	65.4	0	0.0
5 Deficiente (> 8")	1	3.8	0	0.0
<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>26</b>	<b>100</b>

Nota: resultados del instrumento de investigación

**Figura 8**

*Examen de entrada del grupo de control y experimental test de velocidad 50 m*



**Interpretación:** En tabla 14 observamos el examen de salida del grupo de control y experimental del test de velocidad de 50 m., donde observamos que en el grupo de control 17 estudiantes que representa el 65.4% está categorizado como malo en el test de velocidad de 50m y 8 estudiantes que representa el 30.8% están categorizados como regular, donde se observa que no hubo ningún tipo de variación. Mientras que en el grupo experimental que 12 estudiantes que representa el 46.2% esta categorizado como excelente y solo 2 estudiantes que representa el 7.7% esta categorizado como regular en el test velocidad de 50 m.



b) **Prueba estadística:** para el examen de salida del grupo de control y experimental del test de velocidad de 20m

- **Datos**

$$x_c = 3.871 \quad sc^2 = 0.23$$

$$x_e = 4.573 \quad se^2 = 0.060$$

$$n_e = 26$$

$$n_c = 26$$

- **Hipótesis**

$H_0$  = Los juegos activos no determina significativamente en el desarrollo de la velocidad de 20m de los alumnos del 6to grado I.E.P Santa Rosa Puno – 2006.

$H_0$  = Los juegos activos determina significativamente en el desarrollo de la velocidad 20m de los alumnos del 6to grado I.E.P Santa Rosa – 2006.

- **Nivel de significancia**

$$\alpha = 0.05 \quad \text{y con } Z_{\text{tabulada}} = 1.645$$

- **Estadística de prueba**

$$Z_c = \frac{\left( \bar{X}_e - \bar{X}_c - 0 \right)}{\sqrt{\frac{se^2}{n_e} + \frac{sc^2}{n_c}}}$$

$$Z_c = 1.818$$



- **Regla de decisión**

Si "Z" calculada se encuentra en la región de aceptación se Acepta  $H_0$ , caso contrario se Aceptará la  $H_a$ , en nuestro caso  $Z_c = 1.818 > Z_t = 1.645$  por lo tanto cae en la región de rechazo; es decir aceptamos la hipótesis alterna.

- **Comentarios**

La media aritmética del grupo de control es menor que el grupo experimental. Para verificar la 'Hipótesis de trabajo de investigación se utilizó la distribución Z, indicando mejor rendimiento en el grupo experimental, por lo que podemos indicar que los estudiantes del grupo experimental es mejor que el grupo de control.

c) **Prueba estadística:** Para el examen de salida del grupo de control y experimental del test de velocidad de 50m

- **Datos**

$$x_c = 4.593 \quad S_c^2 = 1.511$$

$$x_e = 5.631 \quad S_e^2 = 2.113$$

$$n_e = 26$$

$$n_c = 26$$

- **Hipótesis**

$H_0$  — Los juegos activos no determina significativamente en el desarrollo de la velocidad de 50m de los alumnos del 6to grado I.E.P Santa Rosa Puno – 2006.

$H_0$  = Los juegos activos determina significativamente en el desarrollo de la velocidad 50m de los alumnos del 6to grado I.E.P Santa Rosa - 2006



- **Nivel de significancia**

$$\alpha = 0.05 \text{ y con } Z_{\text{tabulada}} = 1.645$$

- **Estadística de prueba**

$$Z_c = \frac{\left( \bar{X}_e - \bar{X}_c - 0 \right)}{\sqrt{\frac{se^2}{ne} + \frac{sc^2}{nc}}}$$

$$Z_c = 1.818$$

$$Z_c = 4.743$$

- **Regla de decisión**

Si "Z" calculada se encuentra en la región de aceptación se Acepta  $H_0$ , caso contrario se Aceptará la  $H_a$ , en nuestro caso  $Z_c = 4.743 > Z_t = 1.645$  por lo tanto cae en la región de rechazo; es decir aceptamos la hipótesis alterna.

- **Comentarios**

La media aritmética del grupo de control es menor que el grupo experimental. Para verificar la hipótesis de trabajo de investigación se utilizó la distribución Z, indicando mejor rendimiento en el grupo experimental, por lo que podemos indicar que los estudiantes del grupo experimental es mejor que el grupo de control.



## 4.2. DISCUSIÓN

El estudio sobre los efectos de un programa basado en juegos activos para el desarrollo de la velocidad en los alumnos de 6to grado de la I.E.P. Santa Rosa de Puno ha demostrado resultados significativos, confirmando la hipótesis planteada. El análisis estadístico mostró una Z calculada ( $Z_c$ ) de 1.818, que supera a la Z tabulada ( $Z_t$ ) de 1.645, indicando que los juegos activos son efectivos para mejorar la velocidad de los estudiantes. Sugiere que el programa basado en juegos activos tiene un impacto positivo y significativo en la velocidad de los estudiantes. Esta diferencia estadística indica que es muy poco probable que los resultados observados sean debidos al azar, lo que reafirma la eficacia del programa.

En comparación con estudios previos como el de: López y Manrique (2006), Araujo y Condezo (1995), Palacios (2006) y Huari (1999) estos estudios realizados que también han reportado mejoras en capacidades físicas específicas a través de programas basados en actividades lúdicas. Por ejemplo, investigaciones anteriores han mostrado que los juegos activos pueden mejorar no solo la velocidad, sino también la agilidad, la coordinación y otras habilidades motoras en niños de edad escolar.

El aumento significativo en la velocidad de los alumnos sugiere que la integración de juegos activos en el currículo de educación física puede ser una estrategia efectiva para el desarrollo físico en niños de esta edad. Los juegos activos no solo proporcionan un estímulo físico adecuado, sino que también motivan a los estudiantes a participar de manera más entusiasta y constante en las actividades físicas.

Los resultados del estudio demuestran una clara ventaja en el desarrollo de la velocidad cuando se utilizan juegos activos, como lo demuestran las diferencias sustanciales de rendimiento entre los grupos de control y experimentales en las pruebas



de 20 y 50 m. Esto sugiere que la integración de juegos activos en entornos educativos puede mejorar significativamente las habilidades de velocidad de los estudiantes, lo que muestra el valor de tales intervenciones en los programas de educación física.

La implementación de programas de juegos activos puede ser una herramienta valiosa para las escuelas que buscan mejorar el rendimiento físico de sus estudiantes. Los docentes de educación física pueden considerar incorporar más juegos activos en sus clases para fomentar un desarrollo integral en sus alumnos. Además, estos programas pueden ser adaptados y personalizados para abordar diferentes necesidades y niveles de habilidad entre los estudiantes.



## V. CONCLUSIONES

- PRIMERA.** Los resultados del pre-test en las pruebas de 20 m. planos de velocidad en el grupo control el 42.3% se encuentran en la categoría regular y en el grupo experimental el 46.2% se encuentran en la categoría malo, lo cual nos indica que están en inicios en el desarrollo de la velocidad además están en similares condiciones.
- SEGUNDA.** Resultados del pre-test de velocidad 50 m. los mayores porcentajes se encuentran en la categoría regular y malo de 42.3 y 46.2% en el grupo control y experimental, lo que nos indica que ambos grupos antes del experimento están en similares condiciones.
- TERCERA.** Durante el desarrollo del problema basado en los juegos activos se aplicó una ficha de seguimiento considerando los siguientes juegos: elementales, organizados, deportivos, complicados y en equipo cuyos indicadores de los juegos en el proceso de investigación demuestra creatividad en el juego 34.6%, posee reacción ante la señal del 26.9%, coopera con sus compañeros 30.8%.
- CUARTA.** Luego de aplicar el post test al grupo control se obtuvieron los siguientes resultados en la prueba de 20m, el 38.5% se encuentran en la categoría regular y grupo experimental el 76.5% en la categoría Bueno, lo que nos indica la diferencia significativa que se obtuvo al aplicar los juegos activos en el desarrollo de la velocidad.



- QUINTA.** Las diferencias entre el grupo control y grupo experimental en el test de 50 m 30.8% en la categoría regular y en la categoría excelente con 46.2% obtuvo el grupo experimental, resultados que nos llena de satisfacción por la importancia de aplicar juegos activos en el desarrollo de la velocidad.
- SEXTA.** Los efectos de un programa basado en juegos activos para el desarrollo de la velocidad en los alumnos del 6to grado de la I.E.P. Santa Rosa de Puno, causó efectos significativos, comprobando la hipótesis con una  $Z_c$  de 1.818 que es superior a la  $Z_t = 1.645$ , el cual es eficaz y produjo efectos significativos los juegos activos en el desarrollo de la velocidad.



## VI. RECOMENDACIONES

**PRIMERA:** Sugerimos a los maestros de Educación Física de la I.E.P. Santa rosa de la ciudad de Puno, considere el programa de juegos activos como guía para el desarrollo de sus actividades de clase ya que se obtuvo un aprendizaje significativo enfatizando los juegos como actividad inherente al niño.

**SEGUNDA:** A los alumnos que participaron en el desarrollo de esta investigación primeramente agradecerles por la participación activa y sugerimos a los niños que resultan y les agrada esta disciplina deportiva continúen practicando y que integren algún club de atletismo para perfeccionar las técnicas correspondientes y en un futuro representen a la ciudad de Puno en pruebas de velocidad.

**TERCERA:** Sugerimos a las autoridades educativas que se dé un presupuesto económico al departamento de Educación Física de la I.E.P. Santa Rosa que se pueda implementar con recursos didácticos en el área de la educación física y se logre resultados positivos en detectar talentos en las diferentes disciplinas deportivas a través de ellos tengan una buena salud y se logre una formación integral del educando con calidad educativa.

**CUARTA.** A los estudiantes de la escuela profesional de Educación Física de la UNA-Puno, le pongan más empeño en la asignatura como recreación, psicomotricidad etc. que observando y analizando estas investigaciones se trate de perfeccionarnos hacia el logro de una calidad educativa y desarrollo de una cultura física.



**QUINTA.** A las autoridades de la Facultad de Educación sugerirles que estas investigaciones sean publicadas por Internet para que sirva de orientación a los profesores en ejercicios y no estén archivados en la biblioteca.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araujo, L. y Condezo, R. (1995). *Diagnóstico de los juegos educativos en educación física observados en las escuelas estatales N° 30244 San Jerónimo y N°30063 de Ahuac*. Universidad Nacional del Centro del Perú .
- Bailey, R. (2006). Educación física y deporte en las escuelas: una revisión de beneficios y resultados. *Revista de salud escolar*, 76 (8), 397-401. Obtenido de doi:10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x
- Bequer, G. (2004). *La motricidad en la edad preescolar. propuesta didáctica para la gimna*. Kinesis .
- Berdejo, D. y Gonzalez, J.M. (2008). Entrenamiento de la velocidad en jóvenes tenistas. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 9. "N°35".
- Blanchard, K y Cheska, A. (1998). *Antropología del deporte*. Ediciones Bellaterra S.A.
- Campos, G. (2000). *El Juego en la educación física básica, Juegos pedagógicos y tradicionales*. Deportes. Historia y estudios. Obtenido de [www.casadellibro.com](http://www.casadellibro.com)
- Chateau, J. (2008). *Evolución del juego en función de las Edades*. Obtenido de <https://losjuegosdecurro.blogspot.com/2008/11/teoria-del-juego-evolucion-de-los-juegos.html>
- García, J.M.; Navarro, M.; Ruiz, J.A. y Martín, R. (1998). *La velocidad Gymnos*. Madrid.
- Grosser, M. (1992). *Entrenamiento de la Velocidad*. Barcelona: Martínez Roca.



- Huari, S. (1999). *aplicación de un programa de juegos psicomotores para desarrollar la velocidad y lanzamiento aplicado en alumnos del segundo grado "e" de la I.E.E. N° 31541 "Emma Luzmila calle Vergara - Huancayo*. Universidad Nacional del Centro del Perú.
- Huizinga, J. (1995). *Esencia y significación del juego como fenómeno cultural*. Madrid : Humo ludens. Alianza.
- López, H. y Manrique, M. (2006). *Programas de juegos con pelotas para desarrollar la coordinación motora óculo manual en alumnos del cuarto grado de secundaria de la I.E. "José Carlos Mariátegui" de Huancayo*. Universidad Nacional del Centro del Perú.
- Merani, A. (2000). *Educación física básica, Juegos pedagógicos y tradicionales*. Obtenido de [www. dgespe. sep. go b.mx/planesyprog/ efisica/ .. ../7blo 1 \\_j ue.htm](http://www.dgespe.sep.go.b.mx/planesyprog/efisica/..../7blo1_jue.htm).
- Navas, M. (2000). *Fichero de Juegos de relevo*. España: INDE Publicaciones.
- Ortega y Gasset, J. (1999). *El Deporte, un lujo vital*. México. Obtenido de <https://e-torredebabel.com/jose-ortega-y-gasset-el-deporte-un-lujo-vital-tomas-bolano/>
- Ortiz, R. (2004). *Tenis: Potencia, velocidad y movilidad*. INDE.
- Padial, P. (2001). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Granada: INEF.
- Palacios, A. (2006). *Programa de entrenamiento físico – técnico para desarrollar la velocidad en la prueba de 100 metros planos en alumnos del tercer grado de secundaria de la institución educativa ramón castilla de Apata jauja*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Queyrat, F. (2003). *Los juegos de los niños*. Madrid: Rustica. L.
- Salazar, C. (2000). *Juegos: tipos y características (Vol. 24)*. Educación.



- Servet, M. (2000). *Juegos para escolares (Vol. Primera)*. INDE Publicaciones. Obtenido de [https://www.google.com.ec/books/edition/Fichero\\_de\\_juegos\\_de\\_relevos/bo](https://www.google.com.ec/books/edition/Fichero_de_juegos_de_relevos/bo)
- Valle, D. G. (2008). *La importancia del juego como estrategia de enseñanza en el aprendizaje*. Universidad de Sotavento A. C.
- Zaparozhonova, L. P., y Latyshkevich, L. A . (2000). *Juegos Activos Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria*. España: Editorial Paidotribo.
- Zhen-bin, L. (2055). Investigación Experimental sobre el Método de Enseñanza de Síntesis de la Velocidad de Movimiento en Atletismo. *Ciencias del deporte de China*.
- Zhukovskaia, R. (2008). *El juego y su importancia pedagógica*. La Habana: Pueblo y Educación .



## **ANEXOS**



## ANEXO 1. Programa curricular anual de educación física

### DATOS GENERALES

- 1.1. D.R.E. : Puno  
 1.2. UGEL : Puno  
 1.3. I.E.S. : Santa Rosa  
 1.4. GRADO Y SECCIÓN : 6to. “A” y “D”  
 1.5. PROFESOR TITULAR : Valentin Aguilar Puma  
 1.6. PROF. PRACTICANTE : Catalina Alejo Pizarro  
 Elizabeth Choque Cutir

**NOMBRE** Velocidad

### JUSTIFICACIÓN

La educación física permite el desarrollo afectivo y cognitivo de niñas y niños porque satisface sus necesidades lúdicas y motrices, mejora su imagen y salud, facilita su comunicación y potencia su autoestima.

A partir del desarrollo de capacidades de área se genera aprendizajes a que llevan a la resolución de problemas de la vida cotidiana que exige el dominio de habilidades y destrezas motrices, aplicando los mecanismos de adecuación a los estímulos perceptivos interiorizando su esquema corporal, así como la evaluación de sus posibilidades para convertirse en fuente de valores e impulsos creativos.

Ejecuta actividades con mayor rendimiento, emplea coordinación de movimientos a diversas actividades programadas.

PROCEDIMENTAL	CONCEPTUAL	ACTITUDINAL
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Propone ejercicios sobre fuerza-velocidad.</li> <li>- Coordina ejercicios-juego para fortalecimiento cardiovascular.</li> <li>- Diferencia ejercicio-juego de calentamiento, y especializados para cada zona del cuerpo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento específico para: fuerza-velocidad-flexibilidad.</li> <li>- Deporte atletismo: marcha atlética.</li> <li>- Carrera de resistencia-velocidad-relevos y obstáculos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente en los ejercicios de resistencia-aeróbica.</li> <li>- Valora la concentración en la práctica del atletismo.</li> <li>- Toma conciencia de su rendimiento cardiovascular en las competencias en grupos</li> </ul>



## **ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS.**

Resolución de Problemas

Descubrimiento Guiados

Libre Exploración

Asignación de Tareas

Mando Directo

**EVALUACIÓN:** Permanente.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Programación Curricular De Evaluación Física 2006-07-13

Tests de Condición Física-velocidad.



## ANEXO 2. Prueba de entrada del grupo experimental

Código	Apellidos y nombres	Sexo	Sección	Prueba 20		Prueba 50	
				mts		mts	
1.	Aramayo Gaona, Jorge	M	A	4"7	M	7"36	M
2.	Ayala Rodríguez, Javier	M	A	4"2	M	7"39	M
3.	Apaza Velásquez, Jimy	M	A	4"9	D	8"12	D
4.	Apaza Viza, Alfio	M	A	4"8	M	7"49	M
5.	Chambilla Chata, Octavio	M	A	4"10	D	8"11	D
6.	Chambilla Mamani, Luis	M	A	4"8	D	8"24	D
7.	Condori Apaza, Javier	M	A	4"11	D	8"32	D
8.	Condori Baca, Miler	M	A	4"5	R	7"32	M
9.	Condori Condori, José Octavio	M	A	4"8	M	7"39	M
10.	Condori Mamani, Carlos	M	A	4"8	M	7"28	R
11.	Condori Gutiérrez, Yeremi	M	A	4"5	R	7"17	R
12.	Cruz Condori, Yerson	M	A	4"5	R	7"25	M
13.	Cruz Jahuir, Waldir	M	A	4"5	R	7"10	B
14.	Cruz Mamani, Beto	M	A	4"9	D	8"12	R
15.	Cruz Maldonado, Sergio	M	A	4"8	M	7"52	M
16.	Cutipa Quispe, Emanuel	M	A	4"8	M	7"49	M
17.	Duran Gómez, Kevin	M	A	4"8	M	7"72	M
18.	Duran Jahuir, Brawan	M	A	4"9	D	8"13	D
19.	Esteban Velásquez, Carlos Eduardo	M	A	4"8	M	8"2	D
20.	Esteban Mamani, Víctor	M	A	4"7	M	8"6	D
21.	Fernández Nina, Daniel	M	A	4"9	D	7"29	R
22.	Manzano Huaraya, Víctor Hugo	M	A	4"10	D	8"32	D
23.	Quispe Chambilla, Franyor	M	A	4"5	R	7"32	R
24.	Ticona Quispe, Jop Yoel	M	A	4"7	M	7"58	M
25.	Velásquez Fernández, Yosep	M	A	4"8	M	8"21	D
26.	Velásquez Mamani, Renso Antonio	M	A	4"9	D	7"26	R

### Baremos de 20 m.

Excelente	= menos de 4"2
Bueno	= 4"4 a 4"4
Regular	= 4"6 a 4"5
Medio	= 4"8 a 4"7
Deficiente	= más de 4"9

### Baremos de 50 m.

Excelente	= 6" 6" 12
Bueno	= 6"24 a 6"36
Regular	= 6"48 a 7"
Medio	= 7"12 a 7"24
Deficiente	= 7"36 a 7"48



**ANEXO 3. Prueba de entrada del grupo control**

Código	Apellidos y nombres	Sexo	Sección	Prueba 20 mts		Prueba 50 mts	
1.	Aquino Sánchez, José	M	D	4"5	R	7"38	M
2.	Catacora Pari, Cesar	M	D	4"7	M	7"13	R
3.	Ccama Ventura, Carlos Alberto	M	D	4"8	M	7"40	M
4.	Copa Ramos Alcides, Abraham	M	D	4"5	R	7"43	M
5.	Chambilla Barrazueta, Juan	M	D	4"13	D	8"18	D
6.	Checalla Huarachi, Feliciano	M	D	4"5	R	7"15	R
7.	Llanqui Limachi, Edwin	M	D	4"9	D	8"13	D
8.	Colque Medina, Napoleón	M	D	4"10	D	7"45	M
9.	Flores Choque, Daniel	M	D	4"8	M	7"47	M
10.	Flores Churata, Noe	M	D	4"4	B	8"12	D
11.	Flores Condori, Alonzo	M	D	4"7	M	7"23	R
12.	Flores Condori, Jorge	M	D	4"10	D	7"24	R
13.	Flores Mamani, Deivis	M	D	4"3	B	8"22	D
14.	Gutiérrez Guillen, Reynaldo	M	D	4"6	R	8"50	D
15.	Hilari cahuana, Juan Diego	M	D	4"5	R	7"47	M
16.	Huarachi Nina, Isidro	M	D	4"7	M	8"24	D
17.	Josec Neira, Juan Diego	M	D	4"8	M	7"32	R
18.	López Mamani, Henry	M	D	4"7	M	7"15	R
19.	López Ramos, Jorge	M	D	4"5	R	7"24	R
20.	Llanos Chambilla, Wilfredo	M	D	4"10	D	8"18	D
21.	Llanos Cora, Andre	M	D	4"9	D	7"18	R
22.	Mamani Cahuana, Roñal José	M	D	4"5	R	7"32	M
23.	Maquera Huarachi, Octavio	M	D	4"6	R	7"11	R
24.	Oha Choque, Jhon	M	D	4"5	R	7"18	R
25.	Ordóñez Ramos, Juan Martin	M	D	4"3	R	7"32	R
26.	Palomino Ramos, Fredy	M	D	4"4	B	7"45	M

**Baremos de 20 m.**

Excelente	= menos de 4"2
Bueno	= 4"4 a 4"3
Regular	= 4"6 a 4"5
Medio	= 4"8 a 4"7
Deficiente	= más de 4"9

**Baremos de 50 m.**

Excelente	= 6" 6" 12
Bueno	= 6"24 a 6"36
Regular	= 6"48 a 7"
Medio	= 7"12 a 7"24
Deficiente	= 7"36 a 7"48



**ANEXO 4.** Prueba de salida del grupo experimental

Código	Apellidos y nombres	Sexo	Sección	Prueba 20 mts		Prueba 50 mts	
1.	Aramayo Gaona, Jorge	M	A	4"1	B	6"45	B
2.	Ayala Rodríguez, Javier	M	A	4"2	E	6"26	B
3.	Apaza Velásquez, Jimy	M	A	4"4	B	6"48	R
4.	Apaza viza, Alfio	M	A	4"6	M	6"39	B
5.	Chambilla Chata, Octavio	M	A	4"4	B	7"0	R
6.	Chambilla Mamani, Luis	M	A	4"5	R	6"48	R
7.	Condori Apaza, Javier	M	A	4"4	B	6"36	B
8.	Condori Baca, Miler	M	A	4"1	E	6"25	B
9.	Condori Condori, José Octavio	M	A	4"4	B	6"10	E
10.	Condori Mamani, Carlos	M	A	4"3	B	6"24	B
11.	Condori Gutierrez, Yereni	M	A	4"2	E	6"28	B
12.	Cruz Condori, Yerson	M	A	4"3	B	6"30	B
13.	Cruz Jahuir, Waldir	M	A	4"1	E	6"12	E
14.	Cruz Mamani, Beto	M	A	4"5	R	6"24	B
15.	Cruz Maldonado, Sergio	M	A	4"3	B	6"29	B
16.	Cutipa Quispe Emanuel	M	A	4"3	B	6"24	B
17.	Duran Gomes, Kevin	M	A	4"4	B	6"36	B
18.	Duran Jahuir, Brayan	M	A	4"6	R	6"48	R
19.	Esteban Velásquez, Carlos Eduardo	M	A	4"3	B	7"	R
20.	Esteban Mamani, Víctor	M	A	4"4	B	6"24	B
21.	Fernández Nina, Daniel	M	A	4"6	R	6"29	B
22.	Manzano Huaraya, Víctor Hugo	M	A	4"6	R	6"26	B
23.	Quispe Chambilla, Franyor	M	A	4"1	E	6"12	B
24.	Ticona Quispe, Joe Yoel	M	A	4"4	B	6"35	B
25.	Velásquez Fernández, Yosep	M	A	4"3	B	6"24	R
26.	Velásquez Mamani, Renso Antonio	M	A	4"4	B	6"11	E

**Baremos de 20 m.**

Excelente	= menos de 4"2
Bueno	= 4"4 a 4"4
Regular	= 4"6 a 4"5
Medio	= 4"8 a 4"7
Deficiente	= más de 4"9

**Baremos de 50 m.**

Excelente	= 6" 6" 12
Bueno	= 6"24 a 6"36
Regular	= 6"48 a 7"
Medio	= 7"12 a 7"24
Deficiente	= 7"36 a 7"48



**ANEXO 5. Prueba de salida del grupo control**

N° orden	Apellidos y nombres	Sexo	Sección	Prueba de 20 metros		Prueba de 50 metros	
01	Aquino Sanchez, José	M	D	4''6	R	7'' 20	M
02	Catacora Pari, Cesar	M	D	4''8	M	6''16	R
03	Ccama Ventura, Carlos Alberto	M	D	4''5	R	7''48	M
04	Copa Ramos Alcides Abraham	M	D	4''8	M	7''21	M
05	Chambilla Barrazueta, Juan	M	D	4''9	D	7''36	D
06	Checalla Huarachi, Felicio	M	D	4''6	R	7''	R
07	Llanqui Limachi, Edwin	M	D	4''8	M	7''30	D
08	Colque Medina, Napoleón	M	D	4''7	M	7''12	M
09	Flores Choque Daniel	M	D	4''6	R	7''	R
10	Flores Churata Noe	M	D	4''3	B	6''48	R
11	Flores Condori, Alonso	M	D	4''6	R	7''22	R
12	Flores Condori, Jorge	M	D	4''7	M	6''26	B
13	Flores Mamani, Deivis	M	D	4''4	B	7''37	D
14	Gutierrez Guillen, Reynaldo	M	D	4''6	R	7''36	D
15	Hilari Cahuana, Juan Diego	M	D	4''5	R	7''24	B
16	Huarachi Nina, Isidro	M	D	4''8	R	7''39	D
17	Josec Neira, Juan Diego	M	D	4''7	M	7''	R
18	Lopez Mamani, Henry	M	D	4''5	R	7''	R
19	Lopez Ramos, Jorge	M	D	4''7	M	6''24	B
20	Llanos Chambilla, Wilfredo	M	D	4''7	M	7''24	M
21	Llanos Cora, Andre	M	D	4''8	M	6''38	B
22	Mamani Cahuana, Ronal José	M	D	4''6	R	7''24	M
23	Maquera Huarachi, Octavio	M	D	4''5	R	7''	R
24	Oha Choque, Jhon	M	D	4''7	M	6''26	B
25	Ordoñez Ramos, Juan Martín	M	D	4''4	B	6''48	R
26	Palomino Flores, Fredy	M	D	4''3	B	7''	R

**Baremos DE 20 m.**

Excelente	= menos de 4'' 2
Bueno	= 4'' 4 a 4'' 3
Regular	= 4'' 6 a 4'' 5
Medio	= 4'' 8 a 4'' 7
Deficiente	= más de 4''9

**Baremos de 50 m.**

Excelente	= 6'' a 6''12
Bueno	= 6'' 24 a 6'' 36
Regular	= 6''48 a 7''
Medio	= 7''12 a 7'' 24
Deficiente	= 7''36 a 7'' 48



## ANEXO 6. Declaración jurada de autenticidad de tesis



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo Catalina Alejo Pizarro  
identificado con DNI 01340447 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Complementación Académica,  Programa de Maestría o Doctorado

Educación Física

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación para la obtención de  Grado

Bachiller  Título Profesional denominado:

“ Los Juegos Activos En el desarrollo de la Velocidad en  
Los alumnos del 6º Grado de la I.E.P. 70623 Santa Rosa - Puno 2006

” Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como suyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 16 de mayo del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella



## ANEXO 7. Autorización para el depósito de tesis al repositorio institucional



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo Catalina Alejo Pizuro  
identificado con DNI 013 40 447 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Complementación Académica,  Programa de Maestría o Doctorado  
Educación Física

, informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación para la obtención de  Grado  
**Bachiller**  Título Profesional denominado:

“Los Juegos Activos en el desarrollo de la Velocidad en los Alumnos del 6º Grado de la I.E.P 70623 Santa Rosa-Puno 2006”

” Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los “Contenidos”) que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 16 de mayo del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella