

Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública
“Nuestra Señora de Lourdes”
Ayacucho



Trabajo de Investigación

**Más allá del salto y la carrera: Análisis comparativo de hallazgos
actuales sobre las capacidades físicas básicas en la educación
básica**

Presentado por:

Rios Alata, Rogget Yeyson

([orcid.org/ 0009-0005-4359-2127](https://orcid.org/0009-0005-4359-2127))

Vilca Aguirre, Paola Deysi

([orcid.org/ 0009-0004-5608-372X](https://orcid.org/0009-0004-5608-372X))

Para obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

Programa de Formación Inicial:

Educación Física

Línea de Investigación

Educación de la corporalidad, corporeidad y bienestar físico

Ayacucho-Perú

2025

Página del Jurado

Lic. Fernández Pincos Eudes

0009-0009-5105-6155

Presidente

Mg. Palomino Villagaray Adan

0009-0006-2158-2945

Secretario

Lic. Prado Peralta Carlos Alberto

0009-0005-5865-1775

Vocal



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"NUESTRA SEÑORA DE LOURDES"**

Licenciada: R.M. N° 0042-2024-MINEDU

Creación: R. Presidencial N° 003-57

Partida Registral N° 02004970

Jirón Lucanas 300 – Santa Elena – Andrés A. Cáceres - Huamanga

Teléfono N° 066-280876

AYACUCHO – PERÚ

"TRABAJANDO TODOS SOMOS CALIDAD"



CONSTANCIA

DE SIMILITUD DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN POR EL SOFTWARE TURNITIN Y VERIFICACIÓN DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL

La Unidad de Investigación de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Nuestra Señora de Lourdes", hace constar por la presente, que el trabajo de investigación titulado:

Más allá del salto y la carrera: Análisis comparativo de hallazgos actuales sobre las capacidades físicas básicas en la educación básica

Cuyo autor(es) : Rios Alata, Rogget Yeyson

Vilca Aguirre, Paola Deysi

Programa de Estudios : Educación Física

Que fue presentado con fecha 11/09/2025 y luego de realizado el análisis respectivo en el software Turnitin con fecha 11/09/2025; con la siguiente configuración:

☒ Excluye bibliografía

☒ Excluye Aspectos preliminares

☒ Excluye anexos

☐ Otro criterio (especificar) _____

El Informe final presenta un porcentaje de similitud 19% y texto escrito con IA 5%

Por tanto, de acuerdo a los criterios de porcentajes establecidos en el Reglamento de Investigación, en el que se precisa que no se debe superar el 25% en ambos casos, se declara que el trabajo de investigación sí contiene un porcentaje aceptable de similitud y escrito con IA;

Observaciones:

En señal de conformidad y verificación se firma y sella la presenta constancia

Ayacucho, 2025 setiembre 11

Prof. Dr. Glorion Belido Miranda
Jefe de la Unidad de Investigación



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA

"NUESTRA SEÑORA DE LOURDES"

Licenciada: R.M. N° 0042-2024-MINEDU

Creación: R. Presidencial N° 003-57

Partida Registral N° 02004970

Jirón Lucanas 300 – Santa Elena – Andrés A. Cáceres - Huamanga

Teléfono N° 066-280876

AYACUCHO – PERÚ

"TRABAJANDO TODOS SOMOS CALIDAD"



ACTA DE SUSTENTACIÓN

(Para ser llenado por el Secretario del Jurado Examinador)

FECHA : 11-12-2025

HORA : 16:00

LUGAR : Local Central

RESULTADOS :

N°	APELLIDOS Y NOMBRES DE LOS SUSTENTANTES	PRESIDENTE	VOCAL	SECRETARIO	PROMEDIO	SITUACIÓN FINAL
01	Rios ALATA Rogget Yeyson	16	18	18	17	Aprobado
02	VILCA AGUIRRE, Paola Deysi	15	17	15	15	Aprobado
03						

(La Nota mínima aprobatoria es 14. En ningún caso se toma en cuenta la fracción 0.5)

Observaciones:

Ayacucho, ...11... de ...12... de 2025

Presidente del Jurado Examinador

Vocal del Jurado Examinador

Secretario del Jurado Examinador

Dedicatoria

Con todo la gratitud por el apoyo recibido dedico este estudio a mis padres, a quienes debo mi formación personal y profesional.

Rogget Yeyson

A mi padres, por todo el esfuerzo desplegado a lo largo de mi formación profesional.

Paola Deysi.

Resumen

El estudio tuvo como objetivo general realizar una revisión analítica de estudios publicados para evaluar la relevancia de sus hallazgos y su impacto en el fortalecimiento de las capacidades físicas básicas en estudiantes de educación básica. Para lograr este propósito, se adoptó un enfoque cualitativo con un tipo de estudio documental y un diseño de investigación descriptivo-analítico. Los instrumentos de recolección de datos incluyeron una matriz de análisis comparativo que permitió sintetizar y contrastar la información obtenida de los artículos científicos seleccionados. Los resultados clave de la investigación revelaron que las capacidades físicas básicas son fundamentales para el desarrollo integral de los estudiantes, no solo en términos de rendimiento físico, sino también en aspectos relacionados con la salud y el bienestar general. Se identificó una evolución en los marcos teóricos que sustentan estas capacidades, pasando de enfoques biomecánicos y fisiológicos a perspectivas más holísticas que consideran dimensiones psicológicas, sociales y educativas. Además, se observó una divergencia en las definiciones de capacidades físicas básicas, lo que subraya la necesidad de desarrollar un marco conceptual unificado. Los hallazgos empíricos destacaron la importancia de implementar estrategias y metodologías innovadoras para fomentar estas capacidades en contextos escolares diversos.

Palabras clave: capacidades físicas básicas, educación básica, análisis comparativo, desarrollo integral, estrategias pedagógicas.

Abstract

The study's overall objective was to conduct an analytical review of published studies to assess the relevance of their findings and their impact on strengthening basic physical capacities in elementary school students. To achieve this goal, a qualitative approach was adopted, using a documentary study and a descriptive-analytical research design. The data collection instruments included a comparative analysis matrix that allowed for the synthesis and contrast of information obtained from the selected scientific articles. Key findings from the research revealed that basic physical capacities are fundamental to the comprehensive development of students, not only in terms of physical performance but also in aspects related to health and general well-being. An evolution was identified in the theoretical frameworks that support these capacities, moving from biomechanical and physiological approaches to more holistic perspectives that consider psychological, social, and educational dimensions. Furthermore, a divergence was observed in the definitions of basic physical capacities, underscoring the need to develop a unified conceptual framework. The empirical findings highlighted the importance of implementing innovative strategies and methodologies to foster these capacities in diverse school contexts.

Keywords: basic physical abilities, basic education, comparative analysis, comprehensive development, pedagogical strategies.

Índice de Contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria	iv
Resumen	vi
Abstract	vii
Índice de Contenidos.....	viii
I. Introducción	9
II. Revisión de la literatura	12
2.1. Enfoques teóricos	12
2.1.1. Teoría del desarrollo psicomotor.....	12
2.1.2. Teoría del Desarrollo Kinestésico	12
2.2. Marco Conceptual	13
2.2.1. Capacidades físicas básicas.....	13
III. Metodología de análisis de la información	17
3.1. Tipo de Investigación	17
3.2. Diseño de Investigación	17
3.3. Estrategia de Búsqueda de Información	17
3.4. Procedimientos de Análisis de la Información.....	18
IV. Exposición de resultados	19
4.1. Criterios en la selección de artículos científicos.....	19
4.2. Matriz de Análisis Comparativo	20
4.3. Análisis e interpretación de los resultados	21
Conclusiones.....	23
Referencias	24
Anexos	

I. Introducción

Hablar de las capacidades físicas en la escuela ya no es solo que los chicos salten o corran en el patio, es más serio que eso. Hoy en día el mundo pide un montón de cosas físicas y sociales, y entender bien la fuerza, la resistencia, la velocidad o la flexibilidad ayuda no solo en la clase de Educación Física, sino en crecer de manera completa como persona. Si un niño desde chiquito aprende esas habilidades, después lleva una vida más sana y no cae fácil en problemas del sedentarismo, que ahora es bien común (López & Salazar, 2025). Aparte, ya no basta repetir las estrategias viejas, toca revisar qué sirve y qué no, porque las investigaciones nuevas y los estudios comparativos muestran que la motricidad en la escuela tiene retos grandes que cambian todo el tiempo (Pérez & Campo, 2024). Por eso se necesita mirar el tema con lupa, hacer investigaciones más completas y no quedarse en lo mismo de siempre.

La verdad es que los problemas para trabajar bien las capacidades físicas en la escuela vienen de varios lados, no es solo uno. Muchas veces los planes de estudio siguen metidos en lo teórico y dejan en segundo plano lo práctico, así que los juegos o actividades de movimiento casi no tienen espacio en el horario. Peor todavía cuando los profes no reciben capacitaciones nuevas, entonces se quedan sin ideas para usar juegos predeportivos o recursos tecnológicos que ayuden en la motricidad (Pérez & Campo, 2024). A eso se suma que en varias escuelas faltan materiales y lugares adecuados, lo que corta bastante la creatividad del maestro y limita la variedad de actividades. Tal como comentan Da Costa Torres et al. (2023), el entorno físico y humano influye un montón en cómo se forman las habilidades motrices. Todo esto, junto, hace que la enseñanza de lo físico siga siendo débil y fragmentada, y al final los aprendizajes en motricidad no se consolidan bien ni duran mucho.

Cuando estos problemas no se toman en serio, al final los más afectados son los estudiantes, tanto en su vida en la escuela como fuera de ella. Lo primero que pasa es que se atrasan en las habilidades motrices básicas, algo que ya dicen varios autores (Ortiz et al., 2023), y esto no solo hace que participen menos en actividades físicas, también baja el interés y hasta el rendimiento académico en

general. Además, se nota que si no desarrollan bien lo físico terminan con menos confianza en su propio cuerpo, menos integración con otros y más tiempo en cosas sedentarias (Fernández et al., 2023). Con los años, esas falencias pueden llevar a adultos poco activos, con problemas para mantener hábitos saludables y que repiten desigualdades. Aparte de eso, como no hay nuevas formas de enseñar ni capacitación constante, se crea un círculo que deja a la Educación Física en un rol muy chico dentro del currículo (Hernández et al., 2021). Y si todo sigue igual, la distancia entre lo que necesitan los chicos y lo que ofrece la escuela solo va a crecer, y eso hace difícil lograr una educación motriz de calidad.

En este trabajo lo que se busca como meta general es revisar y analizar estudios hechos entre 2021 y 2025, para ver qué tan importantes son sus resultados y cómo influyen en mejorar las capacidades físicas básicas de los estudiantes de primaria. Para eso se han planteado tres metas concretas: primero, mirar con ojo crítico las teorías que explican la variable, viendo qué aportan y también qué limitaciones tienen en los marcos usados por los artículos (Da Costa Torres et al., 2023). Segundo, ordenar y comparar las distintas formas de definir lo que son las capacidades físicas básicas en la literatura más reciente, además de revisar si hay diferencias de términos o matices que sean importantes (Ortiz et al., 2023). Y tercero, describir y poner en contraste los hallazgos más fuertes de los estudios en cuanto al desarrollo, promoción e impacto de esas capacidades en distintos escenarios escolares (Fernández et al., 2023). Con estas metas no solo se quiere ver cómo está el conocimiento hoy en día, sino también dar ideas útiles para diseñar propuestas pedagógicas nuevas y más acordes a la realidad cultural.

La base de este estudio se apoya en dos cosas: su importancia social y su aporte teórico. En lo social, la información que se saque de una revisión comparativa y actual ayudará a que directores, profes y hasta los que hacen políticas educativas puedan tomar decisiones más claras y darle más valor a la Educación Física dentro de la escuela (López & Salazar, 2025). Los resultados también pueden servir como guía para armar intervenciones más inclusivas y útiles, sobre todo para impulsar el desarrollo completo de los chicos y la creación de hábitos saludables en su vida diaria.

En lo teórico, este análisis aporta bastante a la literatura especializada porque junta hallazgos recientes, aclara mejor las definiciones y muestra tendencias nuevas sobre las capacidades físicas básicas, poniéndolas en conversación con perspectivas psicopedagógicas y sociales más actuales (Hernández et al., 2021). En conclusión, la investigación se justifica porque puede enriquecer, con reflexión crítica y datos bien revisados, el debate académico y profesional sobre la Educación Física en la escuela, dando ideas para dejar de verla de forma reducida y ayudar a crear una cultura real de la corporeidad en la educación básica.

II. Revisión de la literatura

2.1. Enfoques teóricos

2.1.1. Teoría del desarrollo psicomotor

La teoría del movimiento psicomotor parte de la idea de que lo que piensa la cabeza y lo que hace el cuerpo van juntos, no son cosas separadas. No se trata solo de mover brazos o piernas, sino de que en cada acción hay percepción, planeación y ejecución mental. En la escuela esto ayuda a que los niños no solo trabajen fuerza, resistencia o velocidad, sino también atención, memoria y emociones. Burgos et al. (2023) comentan que los juegos psicomotrices resultan clave para mejorar coordinación, equilibrio y lateralidad, aspectos básicos para un aprendizaje completo.

La teoría del movimiento psicomotor también resalta que, cuando los chicos hacen actividades con el cuerpo, van afinando su manera de procesar lo que sienten con los sentidos, y eso les ayuda después a leer, escribir y hasta concentrarse mejor. No solo es cosa de músculos, también toca la parte emocional y mental. Caiza et al. (2022) señalan que los ejercicios de locomoción en educación física son vitales para que los niños desarrollen habilidades motoras básicas, confirmando que esta teoría sigue siendo clave en la escuela.

Además, la teoría del movimiento psicomotor hoy tiene mucho peso en la escuela porque no se queda solo en lo físico, también abarca lo mental y lo emocional de los estudiantes. Como ahora se valora más la educación integral, este enfoque da una forma práctica de atender esas distintas necesidades. Hernández et al. (2021) remarcan que el juego en las clases de primaria es un recurso fuerte para juntar movimiento y aprendizaje, mostrando lo útil que es esta teoría en la educación básica.

2.1.2. Teoría del Desarrollo Kinestésico

La teoría del desarrollo kinestésico pone el foco en cómo los niños sienten y entienden los movimientos de su cuerpo y su posición en el espacio, algo clave para mejorar las capacidades físicas básicas. La kinestesia es como sentir mejor el cuerpo y moverlo con más control. En la escuela sirve mucho porque los chicos

aprenden a tener más conciencia de lo que hacen y a moverse con más precisión. Según Velastegui et al. (2019), el ejercicio físico ayuda bastante en este proceso y es clave para que los niños vayan formando sus habilidades motoras básicas.

La teoría del desarrollo kinestésico también dice que lo que sentimos al movernos es importante para aprender. Cuando los niños logran reconocer cómo se mueve su cuerpo, pueden ajustar lo que hacen y mejorar sus actividades físicas. Pero no solo queda en lo físico, también apoya lo mental. Durán et al. (2020) comentan que evaluar estas capacidades desde temprano ayuda a fortalecer la kinestesia, mostrando lo valiosa que es en la educación básica.

La teoría del desarrollo kinestésico sigue siendo clave porque ayuda a que los estudiantes se conozcan mejor a sí mismos y dominen sus movimientos. En un tiempo donde el sedentarismo y la tecnología ocupan gran parte de la vida diaria, este enfoque ofrece alternativas prácticas para motivar la actividad física y el aprendizaje motor. Ortiz et al. (2023) remarcan que los juegos recreativos en las clases de educación física fortalecen la conciencia kinestésica, demostrando su importancia en la formación integral en la educación básica.

2.2. Marco Conceptual

2.2.1. Capacidades físicas básicas

Las capacidades físicas se entienden como esas cualidades que una persona trae consigo o va adquiriendo con la práctica y que hacen posible que pueda realizar movimientos o actividades de manera adecuada. Son importantes para el desarrollo motor y la salud en general. Pérez y Álvarez (2022) resaltan que, mediante el juego motor en primaria, se fortalecen estas capacidades, que incluyen fuerza, resistencia, coordinación y hasta componentes ligados al pensamiento.

Clasificación General de las Capacidades Físicas

Las capacidades físicas se dividen en dos tipos principales: básicas y específicas. Las básicas son resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad, mientras que las específicas se relacionan con destrezas más complejas y particulares. Carriedo et al. (2022) señalan que, al comparar el modelo tradicional y el de educación deportiva, es clave medir ambas categorías para lograr un desarrollo

motor completo. Así, esta clasificación ayuda a organizar y potenciar el crecimiento físico de forma clara y eficaz.

Diferencia entre Capacidades Físicas Básicas y Capacidades Físicas Específicas

La gran diferencia entre las capacidades físicas básicas y las específicas está en su nivel de dificultad y enfoque. Las básicas, como fuerza o resistencia, son la base y se trabajan desde pequeños; en cambio, las específicas van ligadas a deportes concretos y necesitan entrenamientos más precisos. Garzón (2024) muestra en el baloncesto juvenil cómo las básicas sostienen las técnicas específicas. Esta distinción es clave para planear clases de educación física ajustadas a lo que requieren los estudiantes.

Definición y Características de las Capacidades Físicas Básicas

Resistencia

La resistencia es básicamente la habilidad del cuerpo para aguantar un esfuerzo físico por bastante tiempo. Se puede dividir en general, que es cuando uno hace actividades suaves pero largas, y específica, que va más con deportes que exigen más intensidad. Además, está la aeróbica y la anaeróbica, según el tipo de esfuerzo. Romero y Andreu (2023) dicen que la resistencia depende también de la conexión entre lo físico y lo neurológico, lo que la hace clave en el desarrollo motriz.

Factores que Influyen en la Resistencia

La resistencia no depende solo del cuerpo, también de la mente. Por un lado, influyen cosas como la capacidad del corazón y los pulmones, y por otro, la motivación y las ganas de seguir. Becerra et al. (2023) explican que factores como el sexo, la cantidad de actividad física y las horas de educación física hacen la diferencia. Con un buen programa escolar, los chicos pueden mejorar bastante su resistencia.

Fuerza

La fuerza es básicamente la capacidad que tiene el cuerpo para hacer tensión con los músculos y vencer resistencias. Se divide en fuerza máxima (un

solo esfuerzo muy fuerte), fuerza explosiva (hacer fuerza rápido) y resistencia muscular (mantener el esfuerzo por más tiempo). Chávez (2023) menciona que la gimnasia educativa ayuda bastante en este desarrollo, porque trabaja ejercicios que fortalecen la tensión muscular y hacen que los estudiantes mejoren su capacidad física.

Factores que Afectan el Desarrollo de la Fuerza

El desarrollo de la fuerza depende de varios factores. Por un lado, están los fisiológicos, como el tipo de fibras musculares y la capacidad del sistema nervioso para activarlas; y por otro, los externos, como la alimentación y el entrenamiento. Macías (2025) resalta que la educación física es clave para el desarrollo integral del estudiante y que programas bien estructurados ayudan a mejorar la fuerza. En conclusión, combinar lo interno y lo externo es fundamental para lograr buenos resultados.

Velocidad

La velocidad es la capacidad de mover el cuerpo o reaccionar en el menor tiempo posible. Puede dividirse en tres tipos: de reacción, cuando se responde rápido a un estímulo; gestual, que implica hacer movimientos rápidos y precisos; y de desplazamiento, que es moverse velozmente de un lugar a otro. López y Salazar (2025) resaltan que en la educación básica la velocidad es fundamental para el desarrollo motor y para potenciar el aprendizaje físico.

Componentes Neuromusculares de la Velocidad

Los componentes neuromusculares de la velocidad se refieren a la capacidad del sistema nervioso para enviar señales rápidas y precisas a los músculos y a la eficacia con la que estos responden. Según Rojo et al. (2024), las diferencias en la condición física percibida en distintas etapas educativas resaltan la importancia de estos factores en el desarrollo de la velocidad. Un entrenamiento enfocado en la coordinación y la eficiencia neuromuscular puede mejorar notablemente esta capacidad en los estudiantes.

Flexibilidad

La flexibilidad se entiende como la capacidad de ejecutar movimientos con la mayor amplitud posible en las articulaciones. Puede ser dinámica, cuando ocurre durante el movimiento, o estática, cuando se mantiene una posición con determinada amplitud. Según Mera y Poveda (2024), en su análisis comparativo de actitudes hacia la educación física en estudiantes de básica superior y bachillerato, la flexibilidad resulta clave para favorecer el desarrollo motor y mejorar el desempeño en actividades físicas..

Factores que Inciden en la Flexibilidad

La flexibilidad depende de factores internos, como la elasticidad de músculos y tendones, y de factores externos, como el entrenamiento y la temperatura del ambiente. Da Costa Torres et al. (2023), al hablar de habilidades motrices básicas en instituciones educativas, resaltan la importancia de programas que fortalezcan esta capacidad. En síntesis, trabajar la flexibilidad de forma integral, considerando lo fisiológico y lo externo, resulta clave para un desarrollo adecuado.

Coordinación

La coordinación es la habilidad de ejecutar movimientos con eficiencia y armonía. Puede presentarse como coordinación óculo-manual, óculo-pédica o dinámica general. Pérez y Campo (2024) señalan que el diseño de juegos predeportivos adaptados en educación primaria resulta clave, ya que resaltan el papel fundamental de la coordinación en el desarrollo motor de los estudiantes.

Importancia en el Desarrollo Motor

La coordinación juega un rol clave en el desarrollo motor porque ayuda a que los estudiantes hagan movimientos complejos y precisos. Fernández et al. (2023), en su estudio sobre aprendizaje basado en juego en educación física y su efecto en preescolares, resaltan su importancia. De hecho, trabajar la coordinación con entrenamientos adecuados mejora mucho la habilidad de los estudiantes para desenvolverse en actividades físicas de forma eficiente y efectiva.

III. Metodología de análisis de la información

3.1. Tipo de Investigación

El trabajo se desarrolló bajo un enfoque de investigación documental, porque se basó en la búsqueda y análisis de artículos científicos. Esto ayudó a organizar la información sobre las capacidades físicas básicas en la educación básica y a usarla como base para hacer una comparación. Este tipo de estudio es práctico cuando se busca juntar y revisar lo que otros ya encontraron, lo cual se ajusta muy bien a los objetivos de esta investigación.

Según Carreón et al. (2025), la investigación documental es un método que junta, revisa y ordena información de distintos documentos para crear nuevo conocimiento. En este caso, se usó para reunir artículos científicos importantes y analizarlos, lo que permitió ver patrones, parecidos y diferencias en los resultados sobre las capacidades físicas básicas. Gracias a este método se pudo cumplir con el objetivo principal: dar un análisis comparativo claro y bien sustentado.

3.2. Diseño de Investigación

El estudio usó un diseño descriptivo-analítico porque no solo se centró en mostrar lo que decían los artículos, sino que también los analizó de forma crítica, resaltando parecidos y diferencias. Este diseño es útil cuando se quiere tener una visión más clara y detallada de un tema en particular, por lo que se ajustó bien a los objetivos planteados en la investigación.

Según Aguilar (2023), el diseño descriptivo-analítico se reconoce porque permite describir fenómenos y analizar datos con orden y cuidado. En este estudio sirvió como base para revisar los artículos elegidos, encontrar los hallazgos más importantes y compararlos. Así, se pudo cumplir con el objetivo principal: dar un análisis comparativo claro y bien fundamentado sobre las capacidades físicas básicas en la educación básica.

3.3. Estrategia de Búsqueda de Información

Primero, para la pregunta ¿Qué?, se usaron artículos científicos que trataban sobre las capacidades físicas básicas en la educación básica. Estos textos se eligieron porque eran pertinentes y tenían respaldo científico. ¿Dónde? Se

buscaron en revistas arbitradas y de confianza, lo que garantizó que la información fuera de calidad y que los datos obtenidos fueran relevantes para dar validez a los resultados.

En cuanto a las técnicas de búsqueda, ¿Cómo?, se usaron estrategias en bases de datos académicas con palabras clave ligadas a las capacidades físicas básicas y la educación básica. Se aplicaron operadores booleanos y filtros que ayudaron a ubicar los artículos más pertinentes. Gracias a esto, la búsqueda fue más rápida, ordenada y permitió obtener información precisa para el estudio.

Finalmente, ¿Cómo? se juntó y ordenó la info usando fichas bibliográficas y matrices de análisis. En las fichas se pusieron los datos clave de cada artículo, y con las matrices se acomodaron los hallazgos en categorías para poder compararlos. Así, todo el proceso de recoger, ordenar y analizar la información salió más organizado y confiable.

3.4. Procedimientos de Análisis de la Información

Se usó una matriz de análisis comparativo para acomodar los datos de los artículos. Estaba hecha con categorías y subcategorías ya definidas, lo que ayudó a tener la data clara y ordenada. Con eso se pudieron ver mejor los patrones, las coincidencias y también las diferencias que salieron en los hallazgos. Como señalan Cornejo y Portilla (2024), el uso de herramientas de visualización de datos facilita la comprensión de información compleja, lo que justifica la elección de esta técnica.

La matriz permitió contrastar de manera directa los resultados de los artículos seleccionados, identificando semejanzas y diferencias. Esto fue clave para cumplir el objetivo de la investigación: ofrecer un análisis comparativo sólido sobre las capacidades físicas básicas en la educación básica. En línea con Castañeda (2022), la cientificidad de toda metodología radica en aplicar procedimientos rigurosos y sistemáticos, lo que respalda el empleo de la matriz como instrumento central en este estudio.

IV. Exposición de resultados

4.1. Criterios en la selección de artículos científicos

La elección de los artículos para este trabajo no se hizo al azar, se pusieron reglas claras para asegurar que los textos realmente aportaran al tema. Primero, se buscó que fueran estudios que hablaran de manera directa sobre las capacidades físicas básicas en la escuela, porque eso hace que los resultados se puedan aplicar mejor en lo que se quiere investigar.

También se revisó que las publicaciones tuvieran un buen nivel académico, es decir, que estuvieran en revistas reconocidas y que pasaran por revisión de especialistas. Eso ayuda a confiar más en los métodos usados, en los datos que presentan y en las conclusiones a las que llegan. Además, se priorizaron los artículos recientes, publicados en los últimos años, ya que con eso se refleja mejor lo que se está estudiando hoy en día (Aguilar, 2023).

Otro punto fue la facilidad para acceder a los textos y que vinieran de bases académicas confiables y conocidas. Así se pudo leer el material completo y comprobar que la información era real y bien sustentada. Con este criterio, el análisis comparativo gana fuerza porque no solo junta datos y conclusiones de distintos trabajos, sino que también ayuda a encontrar lo que falta investigar y lo que todavía no está del todo claro en el tema (Burgos et al., 2023).

Los artículos seleccionados fueron:

Pérez, D., & Álvarez, L. (2022). Las capacidades físicas básicas a través del juego motor desde una perspectiva interdisciplinar y transversal en 5o de Educación Primaria. <https://doi.org/10.24310/revpracticumrep.v7i1.13911>

Garzón, N. V. G. (2024). Las capacidades motrices básicas aplicadas en los fundamentos técnicos del baloncesto en adolescentes. <https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8290>

Chávez, D. S. C. (2023). La gimnasia educativa y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas básicas: revisión sistemática. <https://doi.org/10.63549/rq.v3i2.215>

Burgos, D. J. B., Estupiñán, A. A. P., Ramírez, M. P. V., Echeverría, C. A. P., Fischer, B. R. M., & Machado, J. D. P. (2023). Juegos psicomotrices y desarrollo de las habilidades motrices básicas en la Educación Física.

<https://doi.org/10.46642/efd.v28i302.3916>

Caiza, A. J. C., Gómez, U. M., Jaramillo, R. A. A., & Coyago, O. F. C. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases educación física para educación primaria. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2470

4.2. Matriz de Análisis Comparativo

Criterios	Artículo 1	Artículo 2	Artículo 3	Artículo 4	Artículo 5
Autor y año	Pérez, D., & Álvarez, L. (2022)	Garzón, N. V. G. (2024)	Chávez, D. S. C. (2023)	Burgos, D. J. B., et al. (2023)	Caiza, A. J. C., et al. (2022)
Objetivo	Analizar las capacidades físicas básicas a través del juego motor en 5o de Educación Primaria	Explorar las capacidades motrices básicas aplicadas en los fundamentos técnicos del baloncesto en adolescentes	Revisar sistemáticamente la influencia de la gimnasia educativa en el desarrollo de las capacidades físicas básicas	Examinar los juegos psicomotrices y su desarrollo en las habilidades motrices básicas en la Educación Física	Desarrollar habilidades motrices básicas de locomoción en clases de educación física para educación primaria
Enfoque teórico	Interdisciplinar y transversal	Enfoque en la práctica constante y dedicación	Revisión sistemática	Juegos psicomotrices	Habilidades motrices básicas
Definiciones conceptuales	Capacidades físicas básicas, juego motor	Capacidades motrices básicas, fundamentos	Gimnasia educativa, capacidades físicas básicas	Juegos psicomotrices, habilidades motrices básicas	Habilidades motrices básicas, locomoción

Criterios	Artículo 1	Artículo 2	Artículo 3	Artículo 4	Artículo 5
		técnicos del baloncesto			
Metodología	Estudio de caso	Revisión aplicando el método PRISMA	Revisión sistemática	Estudio cualitativo	Estudio cuantitativo
Resultados	Mejora en las capacidades físicas básicas a través del juego motor	Integración de las capacidades motrices básicas en la enseñanza de los fundamentos técnicos del baloncesto	Implementación de la gimnasia educativa en las clases de Educación Física	Desarrollo de habilidades motrices básicas a través de juegos psicomotrices	Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción

4.3. Análisis e interpretación de los resultados

Comparación de propósitos

Los estudios revisados muestran que, aunque cada uno tiene matices distintos, todos giran en torno al mismo tema: las capacidades físicas básicas en estudiantes de educación básica. Por ejemplo, Pérez y Álvarez (2022) y Caiza et al. (2022) ponen el acento en cómo fortalecer las habilidades motrices con propuestas como el juego motor y la locomoción. En cambio, Garzón (2024) y Burgos et al. (2023) se centran en escenarios concretos, como el baloncesto y los juegos psicomotrices. En conjunto, estos objetivos no chocan entre sí, más bien se complementan, dando una mirada completa de cómo las capacidades físicas básicas se pueden trabajar y aplicar en diferentes contextos educativos.

Análisis de los marcos teóricos

Los enfoques que cada autor usa muestran coincidencias, pero también diferencias claras al tratar las capacidades físicas básicas. Por ejemplo, Pérez y

Álvarez (2022) y Caiza et al. (2022) ponen atención en las habilidades motrices, aunque uno lo hace desde el juego motor y el otro desde la locomoción. Igual pasa con Garzón (2024) y Chávez (2023), que resaltan la importancia de la práctica y la constancia, pero aplicadas a escenarios distintos como el baloncesto o la gimnasia educativa. Al final, todo esto refuerza que lo ideal es un enfoque integral y variado para trabajar bien las capacidades físicas básicas.

Identificación de teorías predominantes

Entre las teorías más usadas en los estudios revisados están las que resaltan la práctica constante y la dedicación como base para fortalecer las capacidades físicas básicas. Con el tiempo, estas teorías se han ido ajustando, sumando nuevos enfoques y métodos que responden a los avances en educación y deporte. Además, la teoría de la gimnasia educativa ha tomado más fuerza, algo que se refleja en el trabajo de Chávez (2023), donde se muestra su impacto directo en este desarrollo.

Comparación metodológica

Los estudios revisados usaron distintos caminos para investigar: algunos cualitativos, otros cuantitativos y hasta combinados. Por ejemplo, Pérez y Álvarez (2022) hicieron un estudio de caso, mientras que Caiza et al. (2022) se fueron por lo cuantitativo. Garzón (2024) y Chávez (2023) trabajaron con revisiones sistemáticas, que ayudan a juntar y ordenar bastante info para dar una mirada más amplia. En general, estas diferencias muestran la variedad de formas de investigar sobre las capacidades físicas básicas.

Comparación de hallazgos clave

Los resultados más importantes muestran coincidencias y diferencias. Por ejemplo, Pérez y Álvarez (2022) y Caiza et al. (2022) vieron que el juego motor y la locomoción ayudan bastante en el desarrollo de las habilidades motrices básicas. En cambio, Garzón (2024) y Burgos et al. (2023) resaltaron que la práctica constante y la dedicación son claves para avanzar. En resumen, todos apuntan a que lo ideal es un enfoque integral y con varias miradas para trabajar las capacidades físicas básicas.

Conclusiones

1. El repaso de los estudios deja claro que las capacidades físicas básicas son muy importantes para que los niños se desarrollen bien en la escuela. Los resultados muestran que es útil usar nuevas formas de enseñar que ayuden a mejorar estas capacidades, porque no solo sirven para moverse mejor, sino también para cuidar la salud y sentirse bien. Aun así, todavía hay varios retos que necesitan más esfuerzo de profesores, investigadores y autoridades educativas.
2. Los estudios muestran que las teorías sobre capacidades físicas básicas ya no se quedan solo en lo biomecánico, ahora también incluyen lo psicológico, lo social y lo educativo. Esto ayuda a comprender mejor cómo se desarrollan en la escuela. Sin embargo, todavía hay problemas para aplicarlas en la práctica, por lo que hace falta seguir mejorando esos marcos teóricos para que sirvan realmente en distintos contextos escolares.
3. La revisión de definiciones sobre capacidades físicas básicas muestra posturas distintas: unos autores las reducen a correr o saltar, mientras que otros incluyen coordinación, equilibrio y flexibilidad, dándoles un sentido más amplio. Esta diversidad enriquece, pero complica comparar los estudios. Por eso, es necesario avanzar hacia un marco conceptual único que dé claridad, facilite la estandarización y promueva la colaboración en educación e investigación.
4. Los hallazgos revisados muestran que usar programas de actividad física, juegos y dinámicas lúdicas ayuda mucho a fortalecer las capacidades físicas básicas en la escuela. Aunque no hay un método único que funcione para todos, mezclar y adaptar diferentes enfoques suele dar mejores resultados. Se recomienda que futuras investigaciones analicen cómo ajustar estas estrategias para lograr mayor impacto en distintos contextos educativos.

Referencias

- Aguilar, L. A. (2023). Investigación cualitativa y cuantitativa: Complementos brillantes. *Paradigmas Socio-Humanísticos*, 5(1), 7–11.
<https://doi.org/10.26752/revistaparadigmash.v5i1.691>
- Becerra, M., Merellano, E., & Hermosilla, F. (2023). Niveles de actividad física y condición física en jóvenes y adolescentes respecto al sexo y horas de educación física. *Revista Chilena de Rehabilitación y Actividad Física*, 1–23. <https://doi.org/10.32457/reaf2.2301>
- Burgos, D. J., Estupiñán, A. A., Ramírez, M. P., Echeverría, C. A., Fischer, B. R., & Machado, J. D. (2023). Juegos psicomotrices y desarrollo de las habilidades motrices básicas en la Educación Física. *Lecturas Educación Física y Deportes*, 28(302), 205–224.
<https://doi.org/10.46642/efd.v28i302.3916>
- Caiza, A. J., Gómez, U. M., Jaramillo, R. A., & Coyago, O. F. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases educación física para educación primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 3370–3387.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2470
- Carreón, O. I., Ortega, M., Fuentes, J. A., Rodríguez, I. C., & Medina, J. E. (2025). ¿Por qué la investigación cualitativa es tan científica como la investigación cuantitativa? *Revista Internacional de Ciencias Sociales*, 4(1), 1–11. <https://doi.org/10.57188/ricso.2025.658>
- Carriedo, A., Fernández-Río, J., Mendez-Giménez, A., & Estrada, J. A. (2022). Test de condición física: Modelo tradicional versus modelo de educación deportiva. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 22(86), 269–284.
<https://doi.org/10.15366/rimcafd2022.86.005>
- Castañeda, M. M. (2022). La científicidad de metodologías cuantitativa, cualitativa y emergentes. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 16(1), e1555–e1555. <https://doi.org/10.19083/ridu.2022.1555>

- Chávez, D. S. (2023). La gimnasia educativa y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas básicas: Revisión sistemática. *Revista Generación*, 3(2), 89–107. <https://doi.org/10.63549/rq.v3i2.215>
- Cornejo, A., & Portilla, J. E. (2024). Técnicas de visualización de datos en la comprensión de información cuantitativa: Una revisión en la interpretación de resultados. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(5). <https://doi.org/10.56712/latam.v5i5.2738>
- Da Costa Torres, D., Acosta, C., & Lobo, F. B. (2023). Habilidades motrices básicas para instituciones educativas. *Revista Generación*, 3(6), 27–43. <https://doi.org/10.63549/rq.v3i6.322>
- Duran, C. L., Arcos, H. G., Ávila-Mediavilla, C. M., & Heredia-León, D. A. (2020). Evaluación de capacidades físicas básicas en edades tempranas orientada a la iniciación deportiva: Revisión literaria. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, 5(11), 277–296. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i11.1923>
- Fernández, N. F., Ortín, N. U., & Alarcón, F. (2023). Impacto de una propuesta con aprendizaje basado en juego en educación física sobre el compromiso cognitivo y nivel de disfrute en preescolares. *JUMP*, 7, 12–27. <https://doi.org/10.17561/jump.n7.2>
- Garzón, N. V. (2024). Las capacidades motrices básicas aplicadas en los fundamentos técnicos del baloncesto en adolescentes. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 3(9), 1348–1365. <https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8290>
- Hernández, P. H., Induráin, I. H., & García, J. (2021). El juego como propuesta didáctica en educación física con alumnos de primaria. *Papeles Salmantinos de Educación*, 25, 141–161. <https://doi.org/10.36576/summa.143808>

- López, I. A., & Salazar, A. Z. (2025). Satisfacción e importancia de la Educación Física en estudiantes de básica superior. *Religación*, 10(46), e2501433–e2501433. <https://doi.org/10.46652/rqn.v10i46.1433>
- Macías, Y. R. (2025). Importancia de la educación física en el desarrollo integral del estudiante de Educación General Básica. *Alcon*, 5(3), 310–322. <https://doi.org/10.62305/alcon.v5i3.598>
- Mera, R. A., & Poveda, E. T. (2024). Actitudes hacia la Educación Física: Análisis comparativo entre estudiantes de básica superior y bachillerato. *Revista Social Fronteriza*, 4(3), e43245–e43245. [https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4\(3\)245](https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4(3)245)
- Ortiz, F., Espinal, J. R., & Bennasar, M. I. (2023). Juegos recreativos en el fomento de las capacidades físicas durante la clase de educación física. *Revista Innova Educación*, 5(3), 52–70. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.03.004>
- Pérez, D., & Álvarez, L. (2022). Las capacidades físicas básicas a través del juego motor desde una perspectiva interdisciplinar y transversal en 5º de Educación Primaria. *Revista Practicum*, 7(1), 22–39. <https://doi.org/10.24310/revpracticumrep.v7i1.13911>
- Pérez, J. A., & Campo, F. J. (2024). Diseñar juegos predeportivos adaptados al idioma inglés para el desarrollo de las capacidades motrices en estudiantes del grado 4º de la Institución Educativa Lorenzo María Lleras “INEM.” *Revista Generación*, 4(3), 161–175. <https://doi.org/10.63549/rq.v4i3.459>
- Pérez, R. N. (2024). Validez y confiabilidad en la investigación cualitativa. *Question*, 3(78), e904–e904. <https://doi.org/10.24215/16696581e904>
- Piña, L. S. (2023). El enfoque cualitativo: Una alternativa compleja dentro del mundo de la investigación. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 8(15), 1–3. <https://doi.org/10.35381/r.k.v8i15.2440>
- Rojó, J., Mayordomo, N., Castillo, A., & Galán, C. (2024). Diferencias en la condición física autopercebida entre las diferentes etapas educativas en

Educación Física. *Retos*, 61, 1146–1152.

<https://doi.org/10.47197/retos.v61.107866>

Romero, F. J., & Andreu-Cabrera, E. (2023). Condición física y neuromotricidad: Justificación teórico-práctica según el método BAPNE. *Retos*, 50, 215–227. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.98712>

Velastegui, E., Espinosa, J. G., Espinosa, L. M., Capdevila, W. M. M., Hernández, Y., & Suarez, Y. A. G. (2019). El ejercicio físico como un todo para la salud humana. *Anatomía Digital*, 2(4), 29–46.

<https://doi.org/10.33262/anatomiadigital.v2i4.1122>

Anexos



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"NUESTRA SEÑORA DE LOURDES"
Licenciada: R.M. N° 0042-2024-MINEDU
Creación: R. Presidencial N° 003-57
Partida Registral N° 02004970
Jirón Lucanas 300 – Santa Elena – Andrés A. Cáceres - Huamanga
Teléfono N° 066-280876
AYACUCHO – PERÚ
"TRABAJANDO TODOS SOMOS CALIDAD"



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

RESOLUCIÓN DIRECTORAL 00932025-EESPP"NSL"-DG/JUI

Ayacucho, **17 JUL. 2025**

Visto los informes presentados por los docentes de Práctica e Investigación X de formación inicial docente, correspondientes a los programas de estudio de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe, y Educación Física, con los números de expediente: 051, 053, 063, 092, y el Informe N° 026-2025-EESPP "NSL" /JUI (17/07/2025).

CONSIDERANDO:

Que es política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Nuestra Señora de Lourdes" de Ayacucho garantizar la adecuada formación profesional de sus estudiantes, brindando los servicios educativos en conformidad con las normas legales vigentes;

Que, conforme al artículo 11° del Reglamento de Grados y Títulos de la Formación Inicial Docente (FID) de la EESPP "NSL", los estudiantes deben presentar ante la Unidad de Investigación (UI) su solicitud de aprobación del título del trabajo de investigación, acompañada del informe técnico de conformidad emitido por el docente del curso de Investigación. La UI, a su vez, elabora el proyecto de resolución correspondiente, el cual incluye el título del trabajo, los nombres de los estudiantes y el docente asesor. Dicho proyecto es formalizado mediante Resolución Directoral de la EESPP "Nuestra Señora de Lourdes";

Que los docentes de Práctica e Investigación X de los programas de estudio de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe, y Educación Física, han presentado un informe consolidado, en el que se precisa la aprobación de los títulos del trabajo de investigación;

Que se ha recibido el informe del jefe de la Unidad de Investigación, quien ha evaluado y validado la información presentada;

Y, de conformidad con lo dispuesto por la Ley General de Educación N° 28044, la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, el D.S. N° 010-2017-MINEDU, que aprueba el Reglamento de la Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, así como el Reglamento Interno y el Reglamento de Investigación de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Nuestra Señora de Lourdes" de Ayacucho;

SE RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO: APROBAR los títulos de los trabajos de investigación presentado por los estudiantes de los distintos programas de estudios orientados a la obtención del Grado de Bachiller; según las especificaciones siguientes:



Programa de Estudios Educación Física X

N°	Título	Integrantes (Apellidos y Nombres)	Docente asesor
1.	De la teoría a la práctica: Un análisis cualitativo comparativo de los hallazgos actuales sobre actividad lúdico-motriz en estudiantes de educación básica	Maceda Quispe, Miguel Angel	Palomino Hermoza, Oscar Elias
2.	Entre avances y vacíos: análisis comparativo de la literatura sobre habilidades motrices en estudiantes de educación básica	Marmolejo Ccarhuaypilla, Frank Clinton. Nuñez Conde, Efrain Rigobert.	Sanchez Cuenca, Miguel Eduardo
3.	El desarrollo psicomotor como eje olvidado: una revisión crítica del reduccionismo cognitivo en los modelos educativos actuales	Mucha Alarcon, Emerson Ramos Izarra, Mari Luz	Sánchez Cuenca, Miguel Eduardo
4.	Del sedentarismo a la acción: Revisión documental y comparativa sobre el acondicionamiento físico en la educación básica	Loayza Rubina, Miguel Angel	Gamarra Rivera, Carlos Enrique
5.	La técnica bajo la lupa: ¿Hacia dónde va la enseñanza del fútbol en la escuela? Un análisis comparativo de investigaciones recientes	Najarro Oscco, Vidal Yuri	Orihuela Sosa, Milton
6.	¿Evolución o estancamiento? Un análisis comparativo de los avances y desafíos en habilidades motrices básicas en estudiantes de educación básica	Quispe Sulca, Luis Angel	Rivera Cartolin, Carlos Luis
7.	De la teoría a la práctica: análisis documental comparativo de los avances y desafíos en la promoción de la destreza motriz en escolares	Fernandez Guerrero, Rusbelit Roberto	Gamarra Rivera, Carlos Enrique
8.	Entre líneas y goles: Revisión crítica de hallazgos recientes sobre la práctica del fútbol en estudiantes de educación básica	Chuco Pichardo, Denis	Orihuela Sosa, Milton
9.	Aprendiendo a saltar, creciendo en movimiento: Hallazgos actuales sobre el aprendizaje del salto largo en educación básica	Pujaico Baldeon, Teobaldo	Rivera Cartolin, Carlos Luis
10.	Más allá del salto y la carrera: análisis comparativo de hallazgos actuales sobre las capacidades físicas básicas en la educación básica	Rios Alata, Rogget Yeyson Vilca Aguirre, Paola Deysi	Sánchez Cuenca, Miguel Eduardo
11.	Más que un deporte: Análisis comparativo de hallazgos actuales sobre el desarrollo de	Echegaray Diaz, Jesus Jermain	Gamarra Rivera, Carlos Enrique



Nº	Título	Integrantes (Apellidos y Nombres)	Docente asesor
	habilidades básicas del baloncesto en escolares"		
12.	¿Estamos sincronizados? Análisis comparativo de hallazgos actuales sobre la coordinación motriz en estudiantes de educación básica	Paucca Martinez, Marcelo Junior Quispe Lapa, Juan Gabriel	Rivera Cartolin, Carlos Luis
13.	Mas que ejercicio: Análisis comparativo de investigaciones sobre capacidades físicas condicionales en la educación básica	Palomino Bellido, Jhofer	Palomino Hermoza, Oscar Elias
14.	Del cuerpo ignorado al cuerpo consciente: Revisión documental y análisis comparativo sobre el manejo de la propia corporalidad en educación básica	Trigos Jayo, Amilcar Jonathan	Gamarra Rivera, Carlos Enrique



SEGUNDO: ENCARGAR a las Unidades de Investigación, y Académica, así como a las Coordinaciones Académicas el seguimiento, acompañamiento y evaluación correspondientes para garantizar el adecuado desarrollo de los trabajos de investigación.

TERCERO: PRECISAR que la vigencia de la presente resolución finalizará el 17 de junio de 2026.

CUARTO: COMUNICAR a los interesados y a los diferentes estamentos de esta Casa Superior de Estudios para su conocimiento y fines pertinentes.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE



MCE/DG (e)
GBM/JUI (e)
Proy. 012
Tiraje N°008