

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE EDUCACION

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA



TESIS

**PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO
FÍSICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA
DE LA I.E.P. BERNABE COBO, CUSCO - 2025**

PRESENTADO POR:

Br. FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO

**PARA OPTAR AL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN: ESPECIALIDAD
EDUCACION PRIMARIA**

ASESOR:

Mg. JAIME RIVAS FOLLANO

**CUSCO – PERÚ
2025**



Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco

INFORME DE SIMILITUD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-321-2025-UNSAAC)

El que suscribe, el Asesor JAIIME RIVAS FOLLANO.....
..... quien aplica el software de detección de similitud al
trabajo de investigación/tesis titulada: PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y
RENDIMIENTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE
PRIMARIA DE LA I.E.P. BERNABE COBO, CUSCO - 2025.

Presentado por: FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO DNI N° 75789320 ;
presentado por: DNI N°:
Para optar el título Profesional/Grado Académico de LICENCIADA EN EDUCACIÓN:
ESPECIALIDAD EDUCACIÓN PRIMARIA.

Informo que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por 02.... veces, mediante el
Software de Similitud, conforme al Art. 6° del **Reglamento para Uso del Sistema Detección de
Similitud en la UNSAAC** y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de 10 %.

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación conducentes a grado académico o título profesional, tesis

Porcentaje	Evaluación y Acciones	Marque con una (X)
Del 1 al 10%	No sobrepasa el porcentaje aceptado de similitud.	<u>X</u>
Del 11 al 30 %	Devolver al usuario para las subsanaciones.	
Mayor a 31%	El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, conforme al reglamento, quien a su vez eleva el informe al Vicerrectorado de Investigación para que tome las acciones correspondientes; Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a Ley.	

Por tanto, en mi condición de Asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y **adjunto**
las primeras páginas del reporte del Sistema de Detección de Similitud.

Cusco, 21 de enero..... de 2026.....


.....
Firma

Post firma Jaime Rivas Follano.....

Nro. de DNI 42393007.....

ORCID del Asesor 0000-0001-8372-1927.....

Se adjunta:

1. Reporte generado por el Sistema Antiplagio.
2. Enlace del Reporte Generado por el Sistema de Detección de Similitud: **oid:** 27259547625203.....

FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO

PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E...

 Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::27259:547625203

114 páginas

Fecha de entrega

20 ene 2026, 10:35 a.m. GMT-5

16.596 palabras

Fecha de descarga

20 ene 2026, 10:41 a.m. GMT-5

107.407 caracteres

Nombre del archivo

TESIS FINAL ITALA.pdf

Tamaño del archivo

11.6 MB

10% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 12 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 9%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 8%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A Dios, por ser mi fuente de fortaleza. A Él, que me concedió paciencia y perseverancia para alcanzar esta meta, porque sin su voluntad y bendición, este logro no habría sido posible.

A mi madre Florencia Monteagudo Coyso “por su amor incondicional y sus innumerables sacrificios; por ser mi mayor inspiración y el sostén más fuerte en mis momentos difíciles. Le agradezco inmensamente la fe depositada en mí, por enseñarme a luchar con esfuerzo y entrega por mis metas, por la fuerza de sus palabras alentadoras y por esas miradas cómplices, siempre cargadas de confianza.”

A mi familia, mi padre y mis herman@s por su apoyo constante y por recordarme que los logros compartidos tienen un valor aún mayor.

A mí, por la valentía de seguir y la fuerza de creer. Este logro es mi regalo

Flor Itala Quispe Monteagudo

AGRADECIMIENTOS

Mi más profundo agradecimiento a la Universidad San Antonio Abad del Cusco, mi casa de estudios, por haberme brindado una formación integral, fortaleciendo mis capacidades y competencias profesionales.

Agradezco a mis docentes, quienes con su dedicación, entrega y compromiso me guiaron e impartieron el conocimiento necesario para crecer tanto en lo académico como en lo personal, por cultivar en mí el sentido de vocación que hoy procuro reflejar en el día a día. mis docentes, quienes con paciencia y sabiduría sembraron en mí el compromiso con la educación y la investigación.

A la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo” de Cusco, directivos, docentes, estudiantes por permitirme el desarrollo de la investigación y brindarme las condiciones necesarias para la aplicación de la tesis.

Expreso con especial estima mi más sincero agradecimiento al asesor: Jaime Rivas Follano, por su acompañamiento constante, el conocimiento compartido, así como por su compromiso, guía y paciencia, los cuales fueron fundamentales para el desarrollo de esta investigación. Su apoyo y orientación contribuyeron de manera significativa a la culminación de esta etapa tan importante de mi vida, siendo una pieza clave en la consecución de este logro.

Finalmente gracias a mis compañeros y amistades, quienes me acompañaron con su apoyo y palabras de aliento.

Flor Itala Quispe Monteagudo

PRESENTACIÓN

La investigación titulada “Uso de un programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas como representaciones simbólicas para el desarrollo del rendimiento físico en los estudiantes del sexto grado de primaria de la Institución Educativa Particular Bernabé Cobo – Cusco, 2025” responde a la necesidad de promover aprendizajes significativos a través del fortalecimiento de las capacidades motrices. El estudio parte de la convicción de que la psicomotricidad constituye un medio esencial para integrar el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los escolares, generando un impacto positivo en su formación integral.

La propuesta se distingue por utilizar las figuras geométricas como recursos simbólicos que facilitan la comprensión y práctica de habilidades motrices fundamentales. De este modo, se ofrece una alternativa metodológica creativa y de fácil aplicación, especialmente en instituciones con limitaciones de infraestructura o recursos materiales, al tiempo que se favorece la motivación y el interés de los estudiantes hacia la actividad física.

El presente trabajo pretende ser un aporte académico y pedagógico, tanto para la comunidad educativa local como para futuras investigaciones en el campo de la educación física y la psicomotricidad. Se espera que los resultados contribuyan a mejorar la calidad educativa y a fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes, sirviendo como base para el diseño de programas innovadores que respondan a las demandas de la escuela contemporánea.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iv
PRESENTACIÓN.....	vi
INDICE	vii
LISTA DE TABLAS	xii
LISTA DE FIGURAS	xiii
RESUMEN	xiv
ABSTRACT	xv
INTRODUCCION	xvi

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Delimitación del trabajo de investigación	1
1.2 Área de investigación	2
1.3 Localización del trabajo de investigación	3
1.4 Descripción del problema de investigación	4
1.5 Problema general	7
1.5.1. Problemas específicos	7
1.6 Justificación de la investigación	7
1.6.1 Justificación teórica	7
1.6.2 Justificación social	8
1.6.3 Justificación práctica.....	8

	vi
1.6.4 Justificación metodológica	9
1.6.5 Justificación aplicativa.....	9
1.7 Delimitación del problema	9
1.8. Formulación de objetivos	10
1.8.1. Objetivo general	10
1.8.2. Objetivos específicos	10

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Estado del arte de la investigación	12
2.1.1. Antecedentes internacionales	12
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	15
2.1.3. Antecedentes locales	17
2.2. Bases teóricas	19
2.2.1. Psicomotricidad: un enfoque integrador cuerpo-mente	19
2.2.2. Neurociencia y funciones ejecutivas vinculadas al movimiento	20
2.2.3. Condición física y evaluación del rendimiento motor	21
2.2.4. Enfoque curricular: la Educación Física en el Perú	22
2.2.5. Figuras geométricas como mediadores psicomotores.....	22
2.2.6. Aportes latinoamericanos y vacíos de investigación.....	23
2.2.7. Teorías contemporáneas del aprendizaje motor	24
2.3. Marco conceptual	24
2.3.1. Psicomotricidad	25
2.3.2. Rendimiento físico	26
2.3.3. Batería ALPHA-Fit	28
2.3.4. Currículo Nacional (MINEDU, 2016)	29

	vii
2.3.5. Zona de Desarrollo Próximo (ZDP)	30
2.3.6. Funciones ejecutivas	30
2.3.7. Neuroplasticidad	31
2.3.8. Geometría corporal, metáfora motriz y expresión rítmica	31

CAPITULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Formulación de la hipótesis	33
3.1.1. Hipótesis general	33
3.1.2. Hipótesis específicos	33
3.2. Identificación de variables e indicadores	34
3.3 Relación entre las variables	34
3.4 Matriz de operacionalización de las variables	35

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Método y enfoque de la investigación.....	37
4.2. Enfoque de la investigación	37
4.3. Nivel de investigación	37
4.4. Diseño de la investigación	38
4.5 Unidad de análisis	38
4.6. Población y muestra	39
4.6.1. Población	39
4.6.2. Muestra	39
4.6.3 Tipo y procedimiento de muestreo	39

	viii
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	40
4.7.1 Instrumentos de recolección de datos	40
4.8 Técnica de análisis de datos.....	41
4.9 Contraste de hipótesis específicas.....	42
4.10 Presentación de resultados	43
4.11 Validación y Confiabilidad de instrumento.....	44
4.11.1 Validación del contenido mediante V de Aiken	44
4.11.2 Confiabilidad del instrumento mediante Alfa de Cronbach	45
4.12 Procedimiento	46

CAPITULO V

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1. Baremos de las variables de investigación	48
5.2. Estadística descriptiva de las variables principales	49
5.2.1 Características generales de la muestra.....	49
5.2.2 Desempeño psicomotor en pretest y postest	51
5.3. Contraste de hipótesis	55
5.4 Discusión de resultados	59
CONCLUSIONES	62
RECOMENDACIONES	63
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	65
ANEXOS	70

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Operacionalización de variables	35
Tabla 2	Matriz de calificaciones por expertos	44
Tabla 3	Baremos de las variables de investigación	48
Tabla 4	Estadística descriptiva de características generales	49
Tabla 5	Estadística descriptiva de las dimensiones psicomotrices	50
Tabla 6	Prueba t de Student para muestras relacionadas (pretest–posttest)	54
Tabla 7	Prueba t de Student para muestras independientes (mejora según sexo)	55

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Mapa de la ciudad del Cusco	4
Figura 2 Diagrama del diseño cuasi-experimental	37
Figura 3 Diagrama de flujo del procedimiento.	47
Figura 4 Comparación del rendimiento físico (pretest–posttest) en sus dimensiones principales	50
Figura 5 Comparación de la coordinación en el rendimiento físico (pretest–posttest).	51
Figura 6 Comparación del equilibrio en el rendimiento físico (pretest–posttest).....	52
Figura 7 Comparación de la lateralidad en el rendimiento físico (pretest–posttest)	52
Figura 8 Comparación del ritmo en el rendimiento físico (pretest–posttest)	53

RESUMEN

El estudio determinó el efecto de un programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas sobre el rendimiento físico en estudiantes de sexto grado de primaria en Cusco, 2025. La investigación empleó un enfoque cuantitativo, de tipo aplicada y diseño cuasiexperimental con pretest y posttest, sobre una muestra censal de 25 estudiantes. La intervención consistió en 12 sesiones que vincularon figuras simbólicas con capacidades motrices (equilibrio, estabilidad, ritmo, coordinación y lateralidad), utilizando la batería ALPHA-Fit para la recolección de datos. Los resultados de la prueba t de Student para muestras relacionadas revelaron mejoras significativas ($p < .001$) en todas las dimensiones evaluadas. Por otro lado, la prueba t para muestras independientes indicó que no hubo diferencias significativas en el progreso según el sexo ($p > .05$). Se concluye que el programa es una estrategia pedagógica eficaz, innovadora y de bajo costo que optimiza el rendimiento físico de manera equitativa, siendo factible su replicación en contextos educativos similares.

Palabras clave: Psicomotricidad, Figuras geométricas, Capacidades motrices, Rendimiento físico

ABSTRACT

This study determined the effect of a psychomotricity program based on geometric shapes as symbolic representations on the physical performance of sixth-grade primary school students in Cusco, 2025. The research followed a quantitative approach, applied type, and a quasi-experimental design with pretest and posttest, involving a census sample of 25 students.

The program consisted of 12 sessions that linked symbolic shapes with motor skills (balance, stability, rhythm, coordination, and laterality), using the ALPHA-Fit battery for data collection.

Results from the Student's t-test for related samples revealed significant improvements ($p < .001$) in all evaluated dimensions. Furthermore, the t-test for independent samples indicated no significant differences in progress based on gender ($p > .05$). It is concluded that the program is an effective, innovative, and low-cost pedagogical strategy that optimizes physical performance equitably, making it feasible for replication in similar educational contexts.

Keywords: Psychomotricity, Geometric figures, Motor skills, Physical performance.

INTRODUCCIÓN

El desarrollo integral del estudiante constituye uno de los principales objetivos de la educación básica. En este marco, la psicomotricidad se presenta como un enfoque que articula las dimensiones motrices, cognitivas y socioemocionales, favoreciendo la autonomía, la creatividad y la capacidad de autorregulación de los niños y niñas. En el contexto escolar, la educación física muchas veces se limita a la práctica de actividades estandarizadas o repetitivas, dejando de lado la posibilidad de implementar propuestas innovadoras que estimulen el movimiento, la imaginación y la motivación de los estudiantes (Le Boulch, 2016).

Diversas investigaciones internacionales y nacionales han demostrado que los programas psicomotores, cuando se integran de manera sistemática en la escuela, generan impactos positivos en la coordinación, el equilibrio, la lateralidad y el ritmo, capacidades consideradas esenciales en el rendimiento físico y en el aprendizaje integral (Gallahue, Ozmun y Goodway, 2012; Choquemamani y Quispe, 2023). En este sentido, la utilización de figuras geométricas como representaciones simbólicas del cuerpo en movimiento constituye un recurso didáctico innovador que permite dinamizar las sesiones de educación física, aportando tanto al desarrollo motriz como a la creatividad y a la organización espacial (Flores, 2024; Karamik, 2025).

El presente estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo”, ubicada en la ciudad del Cusco, durante el año 2025, con la participación de estudiantes del sexto grado de primaria. La elección de este grupo responde a que los escolares de este nivel se encuentran en una etapa de transición hacia la adolescencia,

caracterizada por cambios físicos, psicológicos y sociales que requieren estrategias educativas integrales para fortalecer sus competencias motrices y cognitivas.

La investigación se desarrolló bajo un diseño cuasi-experimental con pretest y posttest en un solo grupo. Se aplicó un programa de psicomotricidad de doce sesiones, estructurado en torno a figuras geométricas (círculo, triángulo, cuadrado, línea quebrada y espiral), cada una de las cuales fue asociada a una habilidad específica: equilibrio, estabilidad postural, ritmo, coordinación dinámica y lateralidad cruzada. De esta manera, el programa buscó fortalecer el rendimiento físico de los estudiantes desde un enfoque creativo, simbólico y contextualizado.

Este trabajo se organiza en cinco capítulos. El Capítulo I aborda el planteamiento del problema, la delimitación, los objetivos e hipótesis. El Capítulo II desarrolla el marco teórico y conceptual que sustenta la investigación, incluyendo los antecedentes y las bases científicas sobre psicomotricidad y rendimiento físico. El Capítulo III presenta las hipótesis y variables de estudio, mientras que el Capítulo IV expone la metodología empleada. En el Capítulo V se presentan los resultados y la discusión a partir del análisis descriptivo e inferencial de los datos obtenidos. Finalmente, recoge las conclusiones y recomendaciones derivadas de la investigación.

En síntesis, la investigación busca aportar evidencia empírica sobre la efectividad de un programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas como recurso pedagógico innovador para mejorar el rendimiento físico de los estudiantes, constituyéndose en una propuesta replicable en instituciones educativas con características similares en el contexto regional y nacional.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Delimitación del trabajo de investigación

El presente estudio se desarrolló en la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo” del Cusco, específicamente en su sede central, considerada la más antigua y ubicada en la calle Desamparados, en el cercado de la ciudad. Esta institución se caracteriza por atender a estudiantes de nivel primario y secundario, y cuenta con una trayectoria reconocida en la formación académica en la región sur andina.

La investigación se circunscribe al sexto grado de educación primaria, dado que en este nivel los estudiantes atraviesan una etapa de transición hacia la adolescencia, en la cual el desarrollo psicomotor y físico cumple un rol fundamental para fortalecer la coordinación, el equilibrio, la lateralidad y el ritmo. La elección de este grado responde a la necesidad de implementar estrategias innovadoras que promuevan la motivación, la creatividad y la participación activa en las sesiones de educación física, las cuales muchas veces se ven reducidas a actividades repetitivas o estandarizadas.

En cuanto a la temporalidad, el trabajo se llevó a cabo durante el año 2025, dentro del calendario académico escolar establecido por la institución. El contexto geográfico y social del centro histórico del Cusco constituye también un referente importante, pues se trata de un entorno urbano con limitaciones de espacio físico y recursos materiales, lo que exige plantear programas de psicomotricidad que puedan adaptarse a condiciones de infraestructura reducida y a la vez respondan a las expectativas de la comunidad educativa.

De esta manera, la delimitación geográfica, temporal y poblacional permite precisar que los resultados obtenidos corresponden al grupo de estudiantes del sexto grado de la sede

central de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, sin pretender extenderlos directamente a otros niveles, grados o sedes de la institución, aunque sí pueden servir como referencia para experiencias pedagógicas similares en contextos análogos.

1.2 Área de investigación

El presente trabajo se ubica en el campo de las Ciencias de la Educación, con énfasis en el área de la Educación Física y la Psicomotricidad. Esta área comprende los procesos formativos orientados al desarrollo integral del estudiante a través del movimiento, reconociendo que el cuerpo constituye no solo un medio para el fortalecimiento físico, sino también un vehículo de expresión, comunicación y aprendizaje (Gallahue y Donnelly, 2007).

Dentro de la Educación Física, la psicomotricidad representa un enfoque interdisciplinario que articula las dimensiones motrices, cognitivas y socioemocionales, favoreciendo la autonomía, la creatividad y la capacidad de autorregulación en los estudiantes (Le Boulch, 2016). Por ello, la investigación se inscribe en la línea de estudios sobre programas psicomotores aplicados en el ámbito escolar, en los cuales se busca fortalecer habilidades motoras básicas y específicas como la coordinación, el equilibrio, la lateralidad y el ritmo, indispensables para el rendimiento físico y académico.

Asimismo, esta área de investigación se relaciona con la innovación pedagógica, dado que la propuesta metodológica se centra en la utilización de figuras geométricas como representaciones simbólicas para dinamizar las sesiones de educación física. De este modo, el estudio no solo contribuye al campo disciplinar de la psicomotricidad, sino también a la búsqueda de estrategias didácticas creativas y contextualizadas que respondan a las demandas del currículo nacional y a las necesidades de los estudiantes de sexto grado de primaria en la I.E.P. “Bernabé Cobo” de Cusco.

1.3 Localización del trabajo de investigación

La presente investigación se desarrolló en la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo”, ubicada en la sede central de la calle Desamparados, en el cercado de la ciudad del Cusco, Perú.

Localización política:

- País: Perú
- Región: Cusco
- Provincia: Cusco
- Distrito: Cusco
- Local: Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo” (sede central, calle Desamparados)

Localización geográfica:

La ciudad del Cusco se encuentra a una altitud aproximada de 3 399 m s. n. m., en la zona sur andina del Perú, rodeada por cordilleras que condicionan tanto el clima como las actividades sociales y educativas. El local central de la institución está situado en el centro histórico de la ciudad, en una zona urbana caracterizada por infraestructura colonial y calles estrechas, lo que influye en la disponibilidad de espacios físicos para la práctica de actividades motrices y recreativas.

Esta ubicación geográfica y política delimita el contexto en el cual se implementó el programa de psicomotricidad, permitiendo comprender las condiciones físicas, sociales y culturales que enmarcan la experiencia educativa de los estudiantes de sexto grado de primaria.

Figura 1

Mapa de la ciudad del Cusco



Nota: Obtenido de Google maps.

1.4 Descripción del problema de investigación

A nivel internacional, investigaciones recientes han evidenciado que el desarrollo psicomotor constituye un pilar fundamental para el aprendizaje integral en la infancia y la preadolescencia, al integrar de manera holística las dimensiones motriz, cognitiva, emocional y social (Rudd et al., 2020; Vaz et al., 2021). En contextos educativos europeos; como España y Francia, la psicomotricidad se ha consolidado como un componente transversal del currículo, favoreciendo no solo la adquisición de competencias motoras, sino también la creatividad, la autorregulación emocional y la expresión corporal (Burgués y Torrents, 2021; Pesce et al., 2022). La UNESCO (2021), en su informe sobre educación física y desarrollo sostenible, reafirma que los enfoques basados en el movimiento creativo y lúdico fortalecen la autoestima, la inclusión social y la disciplina, impactando positivamente en el rendimiento académico y el bienestar integral del estudiante.

Asimismo, estudios neuroeducativos recientes confirman que la práctica sistemática de actividades psicomotoras está directamente asociada al fortalecimiento de las funciones ejecutivas; atención sostenida, memoria de trabajo y flexibilidad cognitiva, competencias clave para el aprendizaje escolar y la resolución de problemas (Diamond y Ling, 2019; Schmidt et al., 2023). Estos hallazgos respaldan la necesidad de integrar la psicomotricidad como eje pedagógico central, más allá de la mera actividad física.

En América Latina, experiencias en países como Chile, Colombia y Argentina han demostrado que los programas psicomotores contextualizados; que incorporan elementos culturales, lúdicos y colaborativos; generan mejoras significativas en la coordinación motriz, el equilibrio, la lateralidad y la autorregulación emocional (Cárdenas-Tapia et al., 2022; Hernández Valencia, 2021; López y Rodríguez, 2022). En Colombia, Hernández Valencia (2021) evidenció que la implementación de juegos psicomotores en educación primaria redujo conductas disruptivas y mejoró la regulación emocional en estudiantes de segundo grado. En Chile, Cárdenas-Tapia et al. (2022) destacaron que dichas estrategias no solo potencian el desarrollo motor, sino también la inclusión social y el aprendizaje cooperativo, especialmente en contextos socioeconómicos vulnerables. Por su parte, en Argentina, López y Rodríguez (2022) documentaron cómo la integración curricular de la psicomotricidad favorece la formación integral del estudiante, incluso en entornos con limitaciones estructurales. Estos avances confirman que la psicomotricidad es un factor clave para la formación integral del estudiante latinoamericano, particularmente en contextos educativos con desafíos sociales y materiales.

En el Perú, sin embargo, persisten brechas significativas en la implementación efectiva de programas psicomotores en las instituciones educativas, especialmente en zonas rurales y urbano-marginales. Si bien el Currículo Nacional de Educación Básica (MINEDU, 2016)

reconoce la importancia de la motricidad autónoma y el bienestar físico, la práctica escolar suele reducir la educación física a ejercicios repetitivos o deportes tradicionales, desatendiendo la dimensión simbólica, expresiva y cognitiva del movimiento (Quispe-Tito y Mamani-Ccapa, 2021; Rojas y Zevallos, 2023). Estudios recientes advierten que esta limitación afecta el desarrollo de habilidades motoras básicas, con repercusiones negativas en el rendimiento académico y la formación socioemocional de los estudiantes (MINEDU, 2023; Rojas y Zevallos, 2023). En consecuencia, se evidencia un vacío pedagógico que demanda estrategias innovadoras, contextualizadas y accesibles.

En el ámbito local, la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo” de Cusco refleja esta problemática. Se ha observado que un porcentaje significativo de estudiantes de sexto grado de primaria presenta dificultades en la coordinación motriz, el equilibrio postural y la regulación corporal, lo que se traduce en bajo rendimiento físico y desmotivación hacia la educación física. Esta etapa, además, coincide con la transición hacia la adolescencia; un periodo crítico marcado por cambios físicos, emocionales y sociales que requieren un acompañamiento pedagógico integral (Steinberg, 2020; MINEDU, 2022). La ausencia de propuestas didácticas motivadoras y contextualizadas agrava esta situación.

Ante este escenario, se hace necesario diseñar e implementar un programa de psicomotricidad innovador que utilice figuras geométricas como metáforas visuales del cuerpo en movimiento. Este enfoque, fundamentado en la pedagogía de la imagen y el aprendizaje simbólico, facilita la comprensión y ejecución de conceptos psicomotores complejos mediante representaciones simples y significativas: el círculo como símbolo de equilibrio, el triángulo de estabilidad, el cuadrado de estructura rítmica y la línea quebrada de coordinación dinámica (Flores, 2024; Karamik, 2025; también respaldado por teorías del aprendizaje visual de Mayer, 2020). Estas representaciones no solo promueven el desarrollo

motor, sino también la imaginación, el pensamiento espacial y la integración sensorial, generando aprendizajes significativos y transferibles.

Además, la propuesta es altamente pertinente para contextos con recursos limitados, ya que puede implementarse en espacios reducidos (como patios escolares) y con materiales de bajo costo (cintas, cuerdas, tizas de colores). Su carácter lúdico y creativo favorece la motivación intrínseca de los estudiantes, en línea con las orientaciones del MINEDU (2016, 2023) sobre la importancia del juego y la actividad física significativa. Así, este programa se plantea como una alternativa pedagógica integral que busca mejorar el rendimiento físico, fortalecer las habilidades psicomotoras y acompañar de manera holística el desarrollo de los estudiantes de sexto grado en su tránsito hacia la adolescencia.

1.5. Problema general

¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?

1.5.1. Problemas específicos

1. ¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?
2. ¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en el equilibrio dinámico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?
3. ¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?

4. ¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?

1.6 Justificación de la investigación

1.6.1 Justificación teórica

La integración de figuras geométricas como mediadores del aprendizaje psicomotor se sustenta en la teoría de la representación simbólica de Piaget y en el enfoque corporal de Wallon, quienes destacan que el niño construye su conocimiento a través de la acción y la representación. Además, la geometría corporal (Lapierre, 1983) propone que el cuerpo puede ser entendido como una figura en el espacio, lo que permite establecer analogías entre formas y movimientos.

Este enfoque también se alinea con la zona de desarrollo próximo (Vygotsky), ya que las figuras geométricas actúan como andamiajes visuales que guían la internalización de patrones motores complejos. Asimismo, fortalece funciones ejecutivas al exigir planificación espacial, control inhibitorio y flexibilidad cognitiva durante tareas motoras simbólicas.

1.6.2 Justificación social

Promover el movimiento simbólico y creativo desde la infancia fortalece la identidad corporal, reduce la ansiedad por el desempeño y fomenta la inclusión. Además, al vincular arte, matemáticas y movimiento, se promueve una educación integral que puede replicarse en otras escuelas de la sierra peruana.

1.6.3 Justificación práctica

El programa se implementará en sesiones de 40 minutos, tres veces por semana, durante ocho semanas, utilizando materiales simples: conos, cuerdas, cintas, tizas o cintas adhesivas para dibujar figuras en el piso (círculos, triángulos, cuadrados, espirales, zigzags). Cada figura se asocia con una habilidad psicomotriz:

Círculo: equilibrio (mantener el centro de gravedad)

Triángulo: estabilidad postural (tres puntos de apoyo)

Cuadrado: ritmo y secuencia (movimiento estructurado)

Línea quebrada: coordinación dinámica y agilidad

Espiral: lateralidad cruzada y seguimiento visual

Estas actividades son ideales para espacios reducidos y no requieren tecnología ni infraestructura especial.

1.6.4 Justificación metodológica

Se empleará un diseño cuasi-experimental con pretest y posttest, permitiendo evaluar cambios significativos en el rendimiento físico. Las pruebas simples garantizan replicabilidad y accesibilidad, promoviendo una cultura de evaluación formativa en contextos con recursos limitados.

1.6.5 Justificación aplicativa

La investigación posee una justificación aplicativa porque el programa de psicomotricidad diseñado constituye una propuesta concreta e innovadora que puede ser implementada en instituciones educativas con características similares a la I.E.P. “Bernabé Cobo”. Su aplicación práctica permitirá a docentes de educación física contar con una metodología creativa y de bajo costo, basada en el uso de figuras geométricas como representaciones simbólicas del cuerpo y el movimiento, para favorecer el desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes.

Asimismo, los resultados de este estudio ofrecerán evidencia empírica que respalde la pertinencia del programa y que pueda orientar la toma de decisiones pedagógicas en el área de educación física, tanto a nivel institucional como en políticas educativas locales y regionales. De esta manera, se contribuye a mejorar la calidad del proceso formativo y a enriquecer la

práctica docente mediante estrategias innovadoras que fortalezcan la coordinación, el equilibrio, la lateralidad y el ritmo en estudiantes de primaria.

1.7 Delimitación del problema

El problema de investigación se circunscribe al ámbito educativo de la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo”, sede central de la calle Desamparados, en la ciudad del Cusco. Se centra específicamente en los estudiantes del sexto grado de educación primaria, quienes participaron en la aplicación del programa de psicomotricidad durante el año escolar 2025.

En cuanto a la delimitación temática, el estudio aborda la relación entre la aplicación de un programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas como representaciones simbólicas y el rendimiento físico de los estudiantes, evaluado en sus dimensiones de coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo.

La delimitación temporal corresponde al período de ejecución del programa y de la recolección de datos, realizado en el primer semestre del año 2025. En este sentido, los resultados y conclusiones se restringen al grupo de estudio seleccionado, sin pretender su generalización directa a otros grados o instituciones, aunque pueden constituir un referente para experiencias pedagógicas en contextos similares.

1.8. Formulación de objetivos

1.8.1. Objetivo general

Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.

1.8.2. Objetivos específicos

- 1) Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025

- 2) Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en el equilibrio dinámico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025
- 3) Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025
- 4) Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 Estado del arte de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Gallahue, Ozmun y Goodway (2012), en su obra *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*, realizaron un análisis exhaustivo sobre el desarrollo psicomotor a lo largo de la infancia y la adolescencia. La metodología consistió en un enfoque descriptivo y longitudinal, sustentado en la revisión de estudios empíricos previos y la observación de procesos de aprendizaje motor en diferentes contextos educativos de Estados Unidos. La muestra contempló tanto niños en edad preescolar como adolescentes en entornos escolares diversos, lo cual permitió establecer comparaciones entre etapas evolutivas. Los autores concluyeron que el desarrollo psicomotor es un componente esencial del aprendizaje integral, puesto que articula simultáneamente las dimensiones física, cognitiva y socioemocional. Asimismo, sostienen que un adecuado fortalecimiento psicomotor favorece la adquisición de destrezas básicas, la capacidad de resolución de problemas y el desarrollo de la autonomía en la niñez, factores decisivos para el rendimiento académico en etapas posteriores.

Le Boulch (2016), en su libro *La educación por el movimiento en la edad escolar*, desarrolló una investigación de carácter documental y pedagógico, centrada en el análisis de los planes curriculares de países europeos como España y Francia. Su metodología se basó en la revisión y comparación de normativas curriculares, con especial atención al lugar que ocupa la psicomotricidad dentro de la educación básica. Aunque no trabajó con una muestra empírica en sentido estricto, el autor analizó experiencias institucionales que aplicaban

programas de psicomotricidad escolar. Sus conclusiones resaltan que la integración de la psicomotricidad en el currículo como eje transversal favorece la adquisición de habilidades motrices, estimula la creatividad y fortalece la capacidad de autorregulación de los estudiantes. Además, enfatiza que el movimiento no solo cumple una función física, sino que constituye un medio privilegiado para potenciar la socialización, la confianza y la autonomía personal.

La UNESCO (2015), en su informe *Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers*, llevó a cabo un estudio comparativo internacional con enfoque documental y de políticas públicas. La metodología se centró en la recopilación y análisis de experiencias de educación física en países miembros, que constituyeron la muestra de estudio. Estas experiencias fueron sistematizadas para identificar buenas prácticas y desafíos comunes. Como conclusión, la UNESCO determinó que los programas de educación física basados en el movimiento creativo no solo cumplen un rol en el desarrollo físico, sino que también fortalecen aspectos psicosociales como la autoestima, la socialización y la disciplina. Asimismo, se evidenció que dichas prácticas generan un impacto positivo en el rendimiento académico al fomentar un clima escolar saludable y motivador, en el cual los estudiantes desarrollan tanto competencias cognitivas como socioemocionales.

Diamond y Ling (2018), en su artículo *Review of the Evidence on, and Fundamental Questions About, Efforts to Improve Executive Functions*, realizaron una revisión sistemática de investigaciones experimentales y cuasi experimentales orientadas a analizar el efecto de las actividades físicas y psicomotoras sobre las funciones ejecutivas. La metodología consistió en la síntesis crítica de múltiples estudios internacionales que trabajaron con muestras de niños en edad preescolar y primaria. Estas investigaciones, en su conjunto, permitieron determinar patrones comunes de mejora cognitiva derivados de la actividad psicomotriz. Las autoras

concluyeron que la práctica sistemática de actividades psicomotoras se asocia directamente a una mejora en funciones ejecutivas como la atención, la memoria de trabajo y la resolución de problemas. Dichas habilidades, según las investigadoras, son fundamentales en contextos escolares, pues determinan la capacidad de los estudiantes para sostener la concentración, planificar actividades y transferir aprendizajes a situaciones nuevas.

Hernández (2021), en su investigación titulada *Los juegos psicomotrices y su influencia en la autorregulación emocional en primaria*, desarrolló un estudio cuasi experimental en instituciones educativas de Colombia. La metodología se fundamentó en la aplicación de un programa de juegos psicomotrices en un grupo experimental, comparado con un grupo control que continuó con las prácticas pedagógicas habituales. La muestra estuvo compuesta por estudiantes de educación primaria, lo que permitió observar el impacto del programa en una etapa crítica para el desarrollo emocional. El autor concluyó que la implementación de juegos psicomotrices contribuyó significativamente a la reducción de conductas disruptivas en el aula y al fortalecimiento de la autorregulación emocional. Además, evidenció que los estudiantes mejoraron su capacidad de trabajar en equipo, gestionar la frustración y canalizar la energía de manera constructiva, lo cual redundó en un mejor clima escolar.

Cárdenas-Tapia, Carrillo y Yarlaqué (2022), en el artículo *Psicomotricidad y aprendizaje colaborativo en la infancia chilena*, emplearon un diseño descriptivo con enfoque cualitativo, basado en entrevistas y observaciones realizadas en instituciones educativas de Chile. La muestra abarcó a niños y niñas de educación básica que participaron en actividades psicomotoras planificadas en el contexto escolar. Sus conclusiones ponen en relieve que la psicomotricidad no solo impacta en el desarrollo motor, sino que también potencia la inclusión social y el aprendizaje colaborativo. Los autores sostienen que la implementación de

estrategias psicomotoras ayuda a que los estudiantes interactúen de manera más efectiva, compartan responsabilidades y fortalezcan su sentido de pertenencia en la comunidad escolar. Este hallazgo confirma que la psicomotricidad constituye un factor decisivo en la formación integral del estudiante latinoamericano, especialmente en escenarios donde la diversidad cultural y social requiere enfoques pedagógicos inclusivos.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

El Ministerio de Educación del Perú – MINEDU (2016), en el documento oficial *Currículo Nacional de la Educación Básica*, estableció de manera explícita la importancia de la motricidad autónoma y del bienestar físico como componentes esenciales del desarrollo integral de los estudiantes. La metodología aplicada consistió en un análisis normativo y curricular a nivel nacional, a partir de la sistematización de experiencias pedagógicas previas y de las demandas sociales y educativas del país. La muestra correspondió a la población estudiantil peruana en los niveles de inicial, primaria y secundaria, al ser los destinatarios del currículo nacional. Entre las conclusiones principales, el MINEDU afirmó que la educación física debe trascender la práctica meramente deportiva y repetitiva, para incluir actividades expresivas, lúdicas y psicomotrices que favorezcan la autonomía, la creatividad y el aprendizaje integral. Sin embargo, también se evidenció una brecha entre lo normativo y la práctica real en las escuelas, donde la enseñanza suele reducirse a deportes tradicionales, sin incorporar de manera suficiente la dimensión simbólica del movimiento.

Quispe-Tito y Mamani-Ccapa (2021), en su investigación titulada *Habilidades motoras básicas y rendimiento académico en estudiantes de primaria del Cusco*, desarrollaron un estudio de tipo correlacional con enfoque cuantitativo. La metodología consistió en la aplicación de pruebas psicomotrices y evaluaciones académicas estandarizadas, con el fin de establecer la relación entre ambos constructos. La muestra estuvo conformada por estudiantes

de instituciones educativas públicas de la región Cusco, quienes cursaban los grados de primaria. Las conclusiones revelaron que el escaso desarrollo de habilidades motoras básicas, como el equilibrio, la coordinación y la lateralidad, repercute directamente en un bajo rendimiento académico, especialmente en áreas como matemática y comunicación. Además, los autores señalaron que la falta de innovación metodológica en las sesiones de educación física limita el desarrollo integral de los estudiantes y contribuye a mantener desigualdades educativas, particularmente en zonas rurales y urbano-marginales.

Flores (2024), en su estudio denominado *La psicomotricidad como estrategia pedagógica en contextos escolares con recursos limitados*, llevó a cabo una investigación aplicada con un enfoque cuasi experimental. La metodología se basó en la implementación de un programa de psicomotricidad en instituciones educativas con escaso acceso a infraestructura deportiva. La muestra estuvo integrada por estudiantes de sexto grado de primaria de colegios públicos de Lima Metropolitana, quienes participaron en actividades que empleaban figuras geométricas como recursos didácticos. El autor concluyó que el uso de representaciones visuales simples, como el círculo, el triángulo o el cuadrado, no solo facilita la comprensión de conceptos psicomotores complejos, sino que también despierta la imaginación y el pensamiento espacial de los estudiantes. Asimismo, destacó que el carácter lúdico de estas actividades motiva a los escolares y promueve un aprendizaje significativo, aun en contextos donde los recursos materiales son limitados.

Karamik (2025), en la investigación titulada *Metáforas visuales y desarrollo psicomotor en la educación básica peruana*, planteó un estudio experimental con un enfoque mixto. La metodología combinó la aplicación de instrumentos psicométricos con la observación participante en sesiones de educación física en instituciones de nivel primario. La muestra estuvo conformada por estudiantes de instituciones educativas de Cusco y Puno,

quienes fueron expuestos a programas basados en la pedagogía de la imagen. Entre las conclusiones, el autor resaltó que la utilización de metáforas visuales a través de formas geométricas; círculo, triángulo, cuadrado, línea quebrada; fortalece la coordinación, el equilibrio y la estructuración rítmica de los estudiantes. Además, se observó un impacto positivo en la integración sensorial y en la motivación, pues los niños asumieron el aprendizaje psicomotor como un juego creativo y significativo, lo cual permitió consolidar aprendizajes más duraderos.

2.1.3 Antecedentes locales

Quispe (2019), en su investigación titulada *La psicomotricidad y su influencia en el aprendizaje de los estudiantes de primaria en instituciones educativas de Cusco*, aplicó una metodología cuasi experimental, estructurada en dos fases: pretest y posttest. La muestra estuvo conformada por estudiantes de cuarto y quinto grado de primaria de instituciones educativas públicas de la ciudad de Cusco. El autor concluyó que la implementación de un programa psicomotor generó mejoras significativas en la coordinación, el equilibrio y la lateralidad de los niños, lo cual se tradujo en un mejor rendimiento en actividades escolares que requerían concentración, memoria y trabajo en equipo. Asimismo, destacó que los juegos y dinámicas psicomotrices resultaron más efectivos que las clases tradicionales centradas exclusivamente en deportes.

Huamán y Ccahuana (2020), en el estudio *La motricidad y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de educación básica regular en Quispicanchi*, desarrollaron una investigación de tipo correlacional con un enfoque cuantitativo. La metodología consistió en la aplicación de pruebas psicomotrices estandarizadas y encuestas académicas a estudiantes de primaria. La muestra estuvo conformada por 120 escolares de instituciones educativas rurales de la provincia de Quispicanchi. Los resultados mostraron una

correlación positiva y significativa entre el desarrollo de las habilidades motrices básicas y el rendimiento académico en comunicación y matemática. Como conclusión, los autores sostuvieron que la falta de programas psicomotores en las zonas rurales limita el potencial de aprendizaje de los estudiantes, quienes además enfrentan carencias de infraestructura y materiales adecuados.

Mamani (2021), en su tesis *Actividades psicomotrices y autorregulación en estudiantes de educación primaria de San Jerónimo – Cusco*, empleó una metodología descriptiva y de campo. La muestra incluyó a estudiantes de tercer grado de primaria de una institución educativa pública del distrito de San Jerónimo. La autora aplicó dinámicas de psicomotricidad orientadas al control postural, al ritmo y a la coordinación, evaluando sus efectos a lo largo de un semestre escolar. Entre sus conclusiones, se evidenció que los niños mejoraron notablemente su autorregulación emocional y conductual, disminuyendo los episodios de indisciplina y aumentando su disposición para trabajar en equipo. Además, destacó que el acompañamiento docente y la motivación lúdica son factores clave para el éxito de estas prácticas.

Ccorahua (2022), en la investigación *Psicomotricidad y desarrollo socioemocional en estudiantes de primaria del distrito de Santiago – Cusco*, aplicó un diseño no experimental con enfoque mixto. La metodología incluyó observaciones en el aula, entrevistas a docentes y la aplicación de pruebas psicomotoras a estudiantes de instituciones educativas urbanas. La muestra estuvo integrada por 95 escolares de primero a sexto grado. El autor concluyó que los programas psicomotores favorecen no solo el desarrollo físico y motor, sino también el fortalecimiento de la autoestima, la socialización y la empatía. Asimismo, resaltó que la psicomotricidad actúa como un puente entre la educación física y la educación socioemocional, siendo clave en contextos urbanos con diversidad cultural y social.

Finalmente, la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo” de Cusco, objeto de observación en un informe institucional del 2023, evidenció que un número considerable de estudiantes de sexto grado de primaria presenta dificultades en la ejecución de movimientos coordinados, en el equilibrio postural y en la regulación corporal. La metodología de este informe fue de carácter descriptivo y diagnóstico, con una muestra que abarcó a estudiantes de los grados finales de primaria. Las conclusiones establecieron que dichas limitaciones repercuten en un bajo rendimiento físico y un desinterés hacia la práctica de la educación física, debido a la ausencia de propuestas didácticas contextualizadas y motivadoras. Además, el documento señaló que esta situación coincide con la etapa de transición hacia la adolescencia, en la cual se requieren estrategias psicomotrices innovadoras que integren lo físico con lo emocional y lo social.

2.2 Bases teóricas

Las bases teóricas de esta investigación se sustentan en un enfoque integral que articula la psicomotricidad, el desarrollo físico, la neurociencia educativa, el currículo nacional y las teorías del aprendizaje motor. Esta articulación permite comprender cómo las intervenciones psicomotrices inciden no solo en el rendimiento físico, sino también en procesos cognitivos, emocionales y sociales del niño en edad escolar, especialmente en el tránsito hacia la adolescencia.

2.2.1. Psicomotricidad: un enfoque integrador cuerpo-mente

La psicomotricidad es una disciplina pedagógica y terapéutica que estudia la relación entre el movimiento, la cognición y las emociones, considerando al cuerpo como eje del desarrollo humano. Su enfoque es multidisciplinario, integrando aportes de la neurociencia, la psicología del desarrollo, la pedagogía y la educación física (Le Boulch, 2015).

Henri Wallon (1942) sentó las bases de esta perspectiva al afirmar que la motricidad no es solo una función biológica, sino el fundamento de la vida psíquica y emocional. Wallon propuso un modelo evolutivo en el que el tono muscular, el equilibrio y el movimiento expresivo son claves en la construcción del yo. Para Wallon, el niño se apropia del mundo a través del cuerpo, y cada etapa evolutiva (impulsiva, emocional, sensoriomotriz, personalismo) está marcada por transformaciones motoras que influyen directamente en su desarrollo afectivo y social.

En una línea complementaria, Jean Piaget (1952) destacó el papel del movimiento en el desarrollo cognitivo. En su teoría, la etapa sensoriomotriz (0–2 años) es el cimiento de la inteligencia práctica, donde el niño construye esquemas mentales a través de la acción y la exploración corporal. Aunque Piaget se centra en la primera infancia, su idea de que el pensamiento surge de la acción física sigue siendo fundamental para entender cómo las actividades psicomotrices favorecen la representación mental, la simbolización y el pensamiento espacial en edades escolares.

Por su parte, Lev Vygotsky (1978) incorporó la dimensión sociocultural al desarrollo motor. Para Vygotsky, las habilidades motrices no se adquieren de forma aislada, sino mediante la mediación de adultos y pares en contextos significativos. El concepto de zona de desarrollo próximo (ZDP) es clave: el niño puede alcanzar un nivel superior de desempeño motor cuando recibe apoyo estructurado. Este principio justifica la importancia del rol docente en la guía de actividades psicomotrices.

2.2.2. Neurociencia y funciones ejecutivas vinculadas al movimiento

Desde la neurofisiología, investigaciones recientes han demostrado que la actividad física y las tareas psicomotrices complejas estimulan directamente el cerebro, especialmente la corteza prefrontal, responsable de las funciones ejecutivas.

Adele Diamond (2015), en estudios pioneros sobre neurociencia del desarrollo, demostró que actividades que requieren coordinación, planificación y control inhibitorio (como juegos con reglas, secuencias rítmicas o tareas de equilibrio con atención dividida) mejoran significativamente la memoria de trabajo, la flexibilidad cognitiva y el control inhibitorio en niños. Estos hallazgos respaldan la inclusión de sesiones psicomotrices estructuradas como estrategia pedagógica para optimizar no solo el rendimiento físico, sino también el aprendizaje académico.

Asimismo, Tomporowski, Lambourne y Okumura (2021), en un metaanálisis publicado en *Pediatric Exercise Science*, concluyeron que el ejercicio aeróbico agudo mejora la velocidad de procesamiento cognitivo, la atención sostenida y la autorregulación emocional en estudiantes de primaria. Estos efectos son especialmente relevantes en contextos escolares, donde la atención y la autorregulación son fundamentales para el desempeño académico.

2.2.3. Condición física y evaluación del rendimiento motor

El rendimiento físico en niños puede evaluarse mediante baterías estandarizadas que miden componentes clave de la aptitud física relacionada con la salud. Una de las más validadas internacionalmente es la batería ALPHA-Fit (Assessment of Health-Related Physical Fitness in Children and Adolescents), desarrollada por Ruiz et al. (2011).

Esta batería incluye pruebas no invasivas y de fácil aplicación en escuelas:

Test de 20 metros ida y vuelta (course-navette): para evaluar la resistencia cardiorrespiratoria.

Fuerza de prensión manual con dinamómetro: indicador de fuerza muscular general.

Salto horizontal con pies juntos: mide la potencia de miembros inferiores.

Test de ida y vuelta de 10 × 5 m: evalúa velocidad y agilidad.

Índice de masa corporal (IMC): para valorar el estado nutricional.

Estos instrumentos son sensibles a los cambios provocados por intervenciones motoras y han sido adaptados en múltiples países latinoamericanos, incluido el Perú (MINEDU, 2020). Su uso permite obtener datos objetivos sobre el impacto de programas de psicomotricidad en el rendimiento físico escolar.

2.2.4. Enfoque curricular: la Educación Física en el Perú

A nivel nacional, el Currículo Nacional de la Educación Básica (CNEB), elaborado por el Ministerio de Educación del Perú (MINEDU, 2016), concibe la Educación Física como un área formativa que promueve la competencia motriz y la construcción de la corporalidad. Este enfoque integral reconoce que el movimiento cumple funciones biológicas, expresivas, cognitivas, sociales y emocionales.

El CNEB establece que los estudiantes deben desarrollar habilidades para explorar, representar y comunicar su cuerpo en movimiento, en interacción con el entorno y los demás. Este marco curricular respalda la inclusión de programas de psicomotricidad que vayan más allá de la repetición de ejercicios, y que promuevan la imaginación, la simbolización, la creatividad y la reflexión corporal.

Además, el Diseño Curricular Regional Cusco (DCR, 2018) incorpora elementos culturales andinos, como las danzas tradicionales, los juegos comunitarios y la conexión con la naturaleza, lo que permite diseñar intervenciones psicomotrices contextualizadas y culturalmente pertinentes.

2.2.5. Figuras geométricas como mediadores psicomotores

Un aporte innovador en la pedagogía del movimiento es la incorporación de figuras geométricas como representaciones simbólicas del cuerpo y del movimiento. Investigaciones recientes señalan que el uso de formas geométricas en actividades físicas potencia la

estructuración espacio-temporal, el pensamiento lógico-matemático y la motricidad fina (Flores, 2024; Karamik, 2025).

Por ejemplo:

El círculo puede asociarse con el equilibrio, la continuidad y el movimiento rotacional.

El triángulo simboliza estabilidad, dirección y fuerza.

El cuadrado representa estructura, ritmo y control.

La línea quebrada favorece la coordinación dinámica, la atención y la adaptación al cambio.

Estas formas no solo actúan como mediadores visuales, sino también como herramientas kinestésicas que permiten al niño representar, ejecutar y reflexionar sobre sus movimientos. Así, se integra la dimensión cognitiva (reconocimiento de formas, orientación espacial) con la motriz (desplazamientos, equilibrio, coordinación), promoviendo un aprendizaje significativo y holístico.

Este enfoque ha sido aplicado con éxito en contextos inclusivos y rurales, como lo demuestra Karamik (2025) con estudiantes con baja visión, y Checca (2024) en escuelas del sur andino peruano.

2.2.6. Aportes latinoamericanos y vacíos de investigación

En Latinoamérica, estudios cuasiexperimentales han demostrado la eficacia de programas de psicomotricidad en contextos escolares. Hernández y Sánchez (2022), en Colombia, implementaron un programa basado en juegos simbólicos y encontraron mejoras significativas en coordinación, fuerza y resistencia en niños de educación inicial. De manera similar, Cárdenas-Tapia et al. (2022), en Chile, reportaron avances en equilibrio y lateralidad tras 12 semanas de intervención.

Sin embargo, como señalan Aguilar-Mendoza (2023) y Quispe-Ramírez (2022), existe un vacío importante en investigaciones dirigidas a estudiantes de sexto grado de primaria, etapa crítica en la consolidación del esquema corporal, la lateralidad cruzada y las funciones ejecutivas. Además, son escasas las propuestas que vinculan de forma sistemática la psicomotricidad con el rendimiento físico en instituciones urbanas o privadas del sur del Perú.

2.2.7. Teorías contemporáneas del aprendizaje motor

Finalmente, las teorías actuales del aprendizaje motor aportan fundamentos clave para el diseño de programas efectivos. Schmidt y Lee (2019), en su teoría del esquema de movimiento, sostienen que la práctica variable (realizar tareas similares con variaciones) y la retroalimentación cognitiva (reflexión sobre el desempeño) favorecen la retención y transferencia de habilidades motoras.

En coherencia con este enfoque, el programa propuesto en esta investigación incorpora:

Progresión de tareas (de lo simple a lo complejo),

Uso de metáforas visuales (figuras geométricas como guías de movimiento),

Estrategias de autoevaluación (diarios de movimiento, rúbricas),

Espacios de reflexión corporal (círculos de diálogo postactividad).

Estas estrategias buscan no solo mejorar el rendimiento físico, sino también fomentar la autonomía motriz, la conciencia corporal y el aprendizaje significativo en los estudiantes.

2.3 Marco conceptual

El marco conceptual de esta investigación articula los constructos teóricos y empíricos que sustentan las variables del estudio: Programa de psicomotricidad (variable independiente) y Rendimiento físico (variable dependiente), con sus respectivas dimensiones. Se basa en un

enfoque bio-psico-pedagógico que integra neurociencia, desarrollo motor, pedagogía del movimiento y currículo nacional, permitiendo comprender cómo las intervenciones psicomotrices influyen en el desempeño físico de estudiantes de sexto grado de primaria.

A continuación, se desarrollan los conceptos clave que orientan esta investigación.

2.3.1. Psicomotricidad

La psicomotricidad no se limita a la ejecución de movimientos, sino que constituye un campo interdisciplinario que integra neurociencia, pedagogía, psicología del desarrollo y salud mental. Se define como el proceso mediante el cual el sujeto construye su identidad a través del cuerpo en movimiento, articulando funciones motoras, cognitivas, emocionales y sociales (Le Boulch, 2015).

Berruezo (2020) subraya que la psicomotricidad parte de la premisa de que el movimiento es un mediador privilegiado del desarrollo integral: la exploración corporal activa no solo fortalece las habilidades motoras, sino que también estimula circuitos límbicos y frontocerebelosos, favoreciendo la autorregulación emocional, la conciencia corporal y la consolidación del esquema corporal. Este enfoque integral combina tres dimensiones:

Educativa: juegos simbólicos, dramatizaciones, actividades de representación.

Terapéutica: integración sensorial, vivencias tónico-emocionales, reeducación postural.

Preventiva: detección temprana de trastornos motores o de aprendizaje.

En el contexto escolar, la psicomotricidad se convierte en una estrategia pedagógica para potenciar el aprendizaje, mejorar la convivencia y promover la salud física y mental.

Autores como Le Boulch (2015) y Wallon (1942) enfatizan que el cuerpo es el primer instrumento de conocimiento del niño, y que su desarrollo motor está íntimamente ligado al desarrollo cognitivo y emocional.

Este marco justifica la implementación de un programa estructurado de psicomotricidad como intervención intencional y sistemática, cuya efectividad dependerá de su fidelidad de implementación, número de sesiones asistidas y porcentaje de actividades con uso de figuras geométricas, dimensiones que operacionalizan la variable independiente.

2.3.2. Rendimiento físico

El rendimiento físico se define como la expresión observable de la aptitud motriz y de las capacidades físicas básicas, fuerza, resistencia cardiorrespiratoria, velocidad, flexibilidad y coordinación, moduladas por factores como la edad, el sexo, el nivel de actividad física habitual y el entorno sociocultural (Ruiz et al., 2011).

En la infancia, el rendimiento físico no solo es un indicador de salud física, sino también de bienestar psicosocial y rendimiento académico. Estudios longitudinales demuestran que niños con mayor aptitud física tienden a tener mejores niveles de atención, memoria de trabajo y autorregulación (Donnelly et al., 2016). Por ello, se recomienda evaluarlo de forma periódica y diseñar programas multicomponente que lo desarrollen de manera integrada.

En este estudio, el rendimiento físico se opera a través de cuatro dimensiones clave del desarrollo motor:

a) Coordinación motriz

La coordinación motriz es la capacidad de integrar información sensorial (visual, vestibular, propioceptiva) con respuestas motoras precisas y eficientes en el tiempo y el espacio. Implica la organización de cadenas musculares para realizar gestos motores fluidos, como lanzar, saltar o desplazarse con precisión.

Gallahue y Ozmun (2020) distinguen varios tipos de coordinación:

Óculo-manual: coordinación entre ojo y mano (ej. atrapar una pelota).

Visomotora: integración de estímulos visuales y movimientos corporales.

Dinámica general: coordinación de segmentos corporales en movimientos complejos.

Esta capacidad se consolida entre los 6 y 12 años y es fundamental para el aprendizaje de destrezas deportivas y tareas escolares (como escritura o uso de herramientas). La práctica de tareas coordinativas enriquecidas con variabilidad, retroalimentación y desafíos cognitivos acelera la mielinización de vías corticocerebelosas y potencia el aprendizaje motor (Diamond, 2015).

b) Equilibrio dinámico

El equilibrio es la capacidad de mantener el centro de gravedad dentro de la base de soporte, tanto en reposo como durante el movimiento. Se clasifica en estático (sin desplazamiento) y dinámico (durante el desplazamiento o cambios de dirección).

Shumway-Cook y Woollacott (2017) describen tres estrategias neuromecánicas de control postural:

Estrategia del tobillo: ajustes finos en superficies estables.

Estrategia de la cadera: movimientos rápidos en superficies inestables.

Estrategia del paso: desplazamiento del pie para evitar caídas.

El entrenamiento sistemático del equilibrio mejora no solo la estabilidad física, sino también la función ejecutiva (memoria de trabajo, control inhibitorio) y reduce el riesgo de caídas, especialmente en contextos de terreno irregular como la sierra andina (Cusco).

Actividades como caminar sobre líneas, saltar en un pie o desplazarse en superficies inestables son altamente efectivas.

c) Lateralidad

La lateralidad es la especialización funcional de un hemisferio cerebral que se manifiesta en el predominio de un lado del cuerpo (mano, pie, ojo, oído). Su consolidación entre los 6 y 8 años es un indicador de madurez neurológica y fundamental para el desarrollo de habilidades grafomotoras, lectoescritura y coordinación bilateral.

La lateralidad cruzada (por ejemplo, diestro con pie izquierdo dominante) puede afectar el rendimiento en tareas que requieren sincronización interhemisférica. Por ello, se recomienda estimular la integración sensoriomotriz mediante juegos de cruce medio (como tocar el pie opuesto) y actividades bimanuales (como lanzar y atrapar con ambas manos).

d) Ritmo corporal

El ritmo corporal es la capacidad de percibir, anticipar y reproducir patrones temporales en el movimiento. Va más allá del ritmo musical: incluye la capacidad de mantener una cadencia constante, adaptarse a cambios de velocidad y sincronizarse con otros.

La expresión rítmica no musical (patrones espaciales como cuadrados, espirales o zigzags) permite desarrollar el sentido del ritmo sin instrumentos, utilizando el cuerpo como instrumento de percusión y desplazamiento. Esta habilidad está vinculada a la atención sostenida, la planificación motriz y la coordinación intersegmentaria.

2.3.3. Batería ALPHA-Fit

La batería ALPHA-Fit (Assessment of Health-Related Physical Fitness in Children and Adolescents), desarrollada por Ruiz et al. (2011), es un protocolo estandarizado, de bajo costo y alta fiabilidad ($r > 0,85$) para evaluar la condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes.

Incluye seis pruebas:

Course-Navette 20 m (ida y vuelta): resistencia cardiorrespiratoria.

Salto horizontal con pies juntos: potencia de miembros inferiores.

Dinamometría manual: fuerza de prensión (indicador de fuerza general).

Carrera 4 × 10 m: velocidad y agilidad.

Índice de masa corporal (IMC): estado nutricional.

Pliegues cutáneos (tricipital y subescapular): composición corporal.

Este instrumento ha sido validado en más de 20 países, incluido el Perú, y es sensible para detectar cambios tras intervenciones de al menos ocho semanas. En este estudio, se adaptan algunas pruebas (como el salto horizontal y la carrera de velocidad) para evaluar dimensiones específicas del rendimiento físico: coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo.

2.3.4. Currículo Nacional (MINEDU, 2016)

El Currículo Nacional de la Educación Básica (CNEB), del Ministerio de Educación del Perú (MINEDU, 2016), establece para sexto grado de primaria la competencia: “Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad”.

Esta competencia integra:

Habilidades psicomotrices: coordinación, equilibrio, lateralidad.

Capacidades físicas: fuerza, resistencia, velocidad.

Actitudes: autonomía, perseverancia, trabajo en equipo.

Además, el CNEB promueve el enfoque de actividad física para la salud y exige la diversificación de estrategias según el contexto geográfico y sociocultural. Esto respalda la pertinencia de un programa de psicomotricidad contextualizado en la realidad andina, como el propuesto en la I.E.P. Bernabé Cobo.

2.3.5. Zona de Desarrollo Próximo (ZDP)

Vygotsky (1978) define la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) como la distancia entre lo que un niño puede hacer de forma independiente y lo que puede lograr con la ayuda de un adulto o un par más competente.

En el contexto de la psicomotricidad, el docente actúa como mediador o andamiaje, graduando los desafíos motores (por ejemplo, pasar de caminar en línea recta a hacerlo sobre una cuerda con obstáculos) para que el estudiante internalice nuevas habilidades. Esta teoría justifica la progresión de tareas en el programa propuesto, donde las actividades aumentan gradualmente en complejidad motriz y cognitiva.

2.3.6. Funciones ejecutivas

Las funciones ejecutivas son procesos cognitivos de alto nivel que permiten planificar, tomar decisiones, controlar impulsos y resolver problemas. Incluyen:

Memoria de trabajo

Flexibilidad cognitiva

Control inhibitorio

Diamond (2015) señala que estas funciones experimentan un desarrollo acelerado entre los 8 y 12 años y se ven potenciadas por actividades que combinan demanda física y cognitiva, como juegos con reglas cambiantes, secuencias de movimiento o tareas de atención dividida.

Programas de psicomotricidad que incluyen retos motores complejos mejoran significativamente el rendimiento en pruebas de atención y autorregulación, lo que impacta positivamente en el comportamiento escolar y el aprendizaje.

2.3.7. Neuroplasticidad

La neuroplasticidad es la capacidad del cerebro para reorganizarse estructural y funcionalmente en respuesta a la experiencia. El ejercicio físico; especialmente el aeróbico y las tareas coordinativas; incrementa la liberación de BDNF (factor neurotrófico derivado del cerebro), IGF-1 y catecolaminas, promoviendo la sinaptogénesis, angiogénesis y mielinización.

Revisiones sistemáticas (como las de Chaddock-Heyman et al., 2020) confirman que programas de actividad física en escolares generan aumentos en el volumen del hipocampo y mejoras en la conectividad frontoparietal, correlacionadas con el rendimiento académico y el control motor.

2.3.8. Geometría corporal, metáfora motriz y expresión rítmica

Estos tres conceptos innovadores articulan el pensamiento simbólico con el movimiento:

Geometría corporal: Relación entre formas geométricas y posturas o movimientos.

Círculo □ equilibrio, continuidad.

Triángulo □ estabilidad, base de apoyo.

Cuadrado □ ritmo, estructura, repetición.

Línea quebrada □ coordinación dinámica, adaptación.

Metáfora motriz: Uso de imágenes simbólicas (ej. “mueve tu cuerpo como un rayo”) para facilitar la comprensión y ejecución de tareas motoras complejas. Mejora la atención, la creatividad y la autorregulación.

Expresión rítmica no musical: Uso de patrones espaciales (cuadrados, espirales, zigzags) para desarrollar el sentido del ritmo sin instrumentos. Favorece la coordinación, el control temporal y la creatividad corporal.

Este enfoque, respaldado por Flores (2024) y Checca (2024), permite integrar lo cognitivo, lo emocional y lo motor en una experiencia pedagógica significativa.

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Formulación de hipótesis

En el marco de una investigación cuasi-experimental con medición pretest–posttest, las hipótesis se formulan para contrastar la influencia del programa de psicomotricidad (variable independiente) sobre el rendimiento físico de los estudiantes (variable dependiente). Las hipótesis se establecen a un nivel de significancia estadística de $\alpha = 0,05$.

3.1.1 Hipótesis general

El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.

3.1.2 Hipótesis específicas

- 1) El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025
- 2) El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en el equilibrio dinámico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025
- 3) El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025
- 4) El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.

3.2. Identificación de variables e indicadores

Las variables que se investigarán son las que se indican continuación:

A. Variable independiente: Programa de psicomotricidad

Dimensiones:

Número de sesiones asistidas.

Fidelidad de implementación.

Uso de figuras geométricas.

B. Variable dependiente: Rendimiento físico

Dimensiones:

Coordinación motriz

Equilibrio dinámico

Lateralidad

Ritmo corporal

3.3 Relación entre las variables

La relación entre las variables del presente estudio se fundamenta en la influencia directa que ejerce el programa de psicomotricidad sobre el rendimiento físico de los estudiantes. La psicomotricidad, entendida como el vínculo entre lo motor, lo cognitivo y lo afectivo (Le Boulch, 2016), promueve el desarrollo de habilidades básicas como la coordinación, el equilibrio, la lateralidad y el ritmo. Estos componentes son indicadores centrales del rendimiento físico en la educación primaria.

Diversos estudios sostienen que la implementación de programas psicomotores estructurados genera mejoras significativas en la capacidad de los niños para ejecutar movimientos coordinados, mantener posturas estables, reconocer la lateralidad corporal y

adaptarse a secuencias rítmicas (Hernández y Sánchez, 2022; Cárdenas-Tapia et al., 2022).

Estos hallazgos coinciden con lo señalado por Diamond (2015), quien afirma que la actividad motriz compleja estimula funciones ejecutivas y favorece la autorregulación, competencias estrechamente relacionadas con la eficiencia física y el desempeño escolar.

El presente trabajo incorpora como elemento innovador el uso de figuras geométricas como mediadores simbólicos del cuerpo en movimiento. Representar el círculo como equilibrio, el triángulo como estabilidad, el cuadrado como ritmo y la línea quebrada como coordinación permite al estudiante comprender de manera visual y práctica los principios de la psicomotricidad. De acuerdo con Flores (2024) y Karamik (2025), la geometría aplicada al movimiento estimula tanto la organización espacial como la ejecución motriz, fortaleciendo la conexión entre lo cognitivo y lo corporal.

En consecuencia, se plantea que la exposición sistemática de los estudiantes al programa de psicomotricidad, basado en representaciones geométricas, potenciará significativamente su rendimiento físico. Esta relación causal se comprueba mediante la comparación entre los resultados del pretest y posttest en las dimensiones psicomotrices, además del análisis de posibles diferencias según el sexo de los estudiantes.

3.4 Operacionalización de las variables

Tabla 1

Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	MEDICION
Programa de psicomotricidad	Conjunto estructurado y planificado de actividades motrices que integran movimiento corporal con procesos cognitivos, emocionales y sociales, orientadas al desarrollo integral del estudiante. En este estudio, incorpora el uso de figuras geométricas como representaciones simbólicas del cuerpo y del movimiento.	Participación de estudiantes en un programa compuesto por 12 sesiones de 40 minutos cada una, distribuidas en tres sesiones semanales durante cuatro semanas. Cada sesión incluye: • Calentamiento simbólico (5 min) con imitación de figuras geométricas. • Circuito central (30 min) con estaciones: círculo (equilibrio), triángulo (estabilidad), cuadrado (ritmo), línea quebrada (coordinación). • Cierre reflexivo (5 min) con representación gráfica del “cuerpo-figura”.	Número de sesiones asistidas.	Número de sesiones completadas	1	Escala de 0 a 12 sesiones
			Fidelidad de implementación.	Cumplimiento de actividades planificadas	2	Lista de cotejo 0 a 8 puntos
			Uso de figuras geométricas.	Actividades con uso de figuras geométricas	3	Lista de cotejo 0 a 8 puntos
Rendimiento físico	El rendimiento físico es la expresión observable de la aptitud motriz y de las capacidades físicas básicas fuerza, resistencia cardiorrespiratoria, velocidad-agilidad, flexibilidad y coordinación moduladas por la edad biológica, el sexo y el entorno sociocultural.	Manifestación observable de las capacidades motoras básicas, evaluada antes y después de la aplicación del programa mediante pruebas simples y estandarizadas adaptadas a contextos escolares.	Coordinación motriz	Número de aciertos en lanzamiento a blanco	1	Conteo de aciertos (frecuencia)
			Equilibrio dinámico	Número de pasos correctos en desplazamiento	2	Escala de 0 a N pasos correctos
			Lateralidad	Número de cruces de la línea media realizados	3	Registro de cruces (conteo)
			Ritmo corporal	Precisión en la reproducción de secuencia rítmica	4	Escala ordinal de 0 a 10 puntos

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Método y enfoque de la investigación

El presente estudio empleó el método cuasi-experimental, en el cual se manipuló intencionalmente la variable independiente (programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas) para analizar su efecto sobre la variable dependiente (rendimiento físico). Este método se aplicó mediante un diseño de pretest y posttest en un solo grupo intacto, sin asignación aleatoria, lo cual es pertinente en contextos educativos reales.

Además, la investigación adoptó un enfoque cuantitativo, fundamentado en la medición objetiva de variables, la recolección sistemática de datos mediante instrumentos estandarizados y el análisis estadístico inferencial para contrastar las hipótesis planteadas.

4.2. Enfoque de la investigación

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, caracterizado por la operacionalización de variables, la aplicación de pruebas estandarizadas y el uso de técnicas estadísticas para analizar los datos. Este enfoque permite establecer relaciones causales entre la intervención psicomotriz y los cambios observados en el rendimiento físico de los estudiantes, garantizando rigor, objetividad y replicabilidad del estudio.

4.3 Nivel de investigación

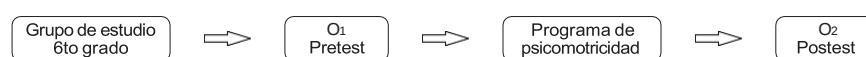
El nivel de la investigación es explicativo, ya que busca determinar el efecto causal del programa de psicomotricidad sobre el rendimiento físico de los estudiantes. Asimismo, incorpora elementos descriptivos (al caracterizar el estado inicial de las habilidades psicomotoras) y comparativos (al contrastar los resultados del pretest y posttest, así como las diferencias por sexo), lo que permite una comprensión integral del fenómeno estudiado.

4.4. Diseño de la investigación

El diseño de la investigación corresponde a un cuasi-experimental, ya que se trabajó con un grupo intacto de estudiantes sin asignación aleatoria. Se aplicó un pretest para medir el nivel inicial de rendimiento físico y, posteriormente, un posttest tras la intervención con el programa de psicomotricidad. Este tipo de diseño permitió observar los cambios producidos en las capacidades de coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo en los mismos participantes, comparando los resultados antes y después de la aplicación del programa. Se opta por este diseño debido a que no es posible asignar aleatoriamente a los participantes, dado que se trabaja con un grupo intacto de estudiantes pertenecientes al sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”. Según Hernández et al. (2014), los diseños cuasi-experimentales son apropiados en contextos educativos donde se busca evaluar la eficacia de programas pedagógicos sin alterar la organización escolar existente.

Figura 2

Diagrama del diseño cuasi-experimental



Donde:

O₁ = Pretest (evaluación inicial de coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo).

X = Programa de psicomotricidad (12 sesiones con figuras geométricas).

O₂ = Posttest (evaluación final de las mismas capacidades).

4.5 Unidad de análisis

La unidad de análisis de la investigación está conformada por cada estudiante del sexto grado de primaria de la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo”, sede central ubicada en la calle Desamparados, ciudad del Cusco. Cada estudiante constituye una unidad de

observación sobre la cual se recolectaron los datos del pretest y posttest en las dimensiones de coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo.

4.6 Población y muestra

4.6.1 Población

La población estuvo conformada por la totalidad de estudiantes matriculados en el sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo”, sede central, durante el año académico 2025; 352 estudiantes. Este grupo constituye una población finita y accesible. La elección de esta población se justifica porque representa el nivel de primaria superior, en el cual los escolares atraviesan una etapa de transición hacia la adolescencia, caracterizada por cambios físicos y cognitivos que hacen pertinente la aplicación de programas psicomotrices basados en representaciones simbólicas.

4.6.2. Muestra

La muestra de estudio estuvo conformada por la totalidad de estudiantes del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo”, 25 estudiantes, sede central de la calle Desamparados, en la ciudad del Cusco, durante el año 2025. Se trabajó con una muestra censal, dado que el número de estudiantes es reducido y accesible, lo que permitió incluir a todos los participantes en la investigación. Este criterio garantiza la representatividad de los datos y evita sesgos en la selección.

4.6.3 Tipo y procedimiento de muestreo

El tipo de muestreo empleado fue no probabilístico de tipo censal, puesto que se consideró a todos los estudiantes que conforman la población objetivo. El procedimiento consistió en registrar a cada estudiante del sexto grado, quienes participaron de manera voluntaria y con consentimiento informado de sus padres o tutores legales. La elección de este

tipo de muestreo responde a la factibilidad de trabajar con un grupo reducido y a la pertinencia de obtener información completa de todos los integrantes del grado seleccionado.

4.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La investigación utilizó la técnica de la observación estructurada y la evaluación motriz estandarizada para obtener información sobre las variables de estudio. Estas técnicas permitieron recoger datos objetivos y verificables acerca del rendimiento físico de los estudiantes antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad.

4.7.1 Instrumentos de recolección de datos

Los instrumentos empleados fueron los siguientes:

1. Lista de cotejo de implementación del programa de psicomotricidad: diseñada para registrar la asistencia de los estudiantes, la fidelidad en la aplicación de las sesiones y el porcentaje de actividades realizadas con figuras geométricas.
2. Pruebas de rendimiento físico adaptadas de la batería ALPHA-Fit y protocolos psicomotores:

Prueba de coordinación motriz: número de aciertos en lanzamientos a blanco.

Prueba de equilibrio dinámico: número de pasos correctos en desplazamiento sobre línea.

Prueba de lateralidad: número de cruces de la línea media en actividades bimanuales.

Prueba de ritmo corporal: reproducción de secuencias rítmicas evaluada en escala de 0 a 10.

Estos instrumentos fueron validados por juicio de expertos y adaptados a las condiciones de infraestructura de la institución educativa. Además, se organizaron en fichas de registro y en una base de datos en Excel que permitió sistematizar los resultados para su posterior análisis estadístico.

4.8 Técnica de análisis de datos

Los datos recolectados fueron organizados y procesados en una base de datos elaborada en el programa Microsoft Excel 2021, para luego ser analizados con el software estadístico SPSS versión 26. El análisis se realizó en dos fases complementarias:

a) Análisis descriptivo.

Se calcularon medidas de tendencia central (media, mediana y moda), medidas de dispersión (desviación estándar y varianza) y distribución de frecuencias para las variables de coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo. Los resultados se presentaron en tablas y gráficos comparativos entre el pretest y el posttest, lo que permitió identificar los cambios ocurridos en el rendimiento físico de los estudiantes.

b) Análisis inferencial.

Para contrastar las hipótesis se emplearon las siguientes pruebas estadísticas:

Prueba t de Student para muestras relacionadas, a fin de determinar si existieron diferencias significativas entre los resultados del pretest y el posttest en cada una de las dimensiones del rendimiento físico.

Prueba t de Student para muestras independientes, para identificar si existieron diferencias significativas en el progreso del rendimiento físico según el sexo de los estudiantes.

En caso de que las variables no cumplieran con los supuestos de normalidad, se consideró la aplicación de pruebas no paramétricas equivalentes, como la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas y la prueba U de Mann–Whitney para grupos independientes.

Se estableció un nivel de significancia estadística de $\alpha = 0,05$, criterio que permitió aceptar o rechazar las hipótesis planteadas. De esta manera, el análisis de datos combinó

técnicas descriptivas e inferenciales para garantizar una interpretación rigurosa y objetiva de los resultados obtenidos en la investigación.

4.9 Contraste de hipótesis

El contraste de hipótesis se realizó con base en los resultados obtenidos en las pruebas aplicadas en el pretest y posttest, utilizando pruebas estadísticas que permiten determinar la existencia de diferencias significativas en el rendimiento físico de los estudiantes tras la aplicación del programa de psicomotricidad.

En primer lugar, para evaluar las diferencias entre los puntajes del pretest y el posttest en las dimensiones de coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo, se aplicó la prueba t de Student para muestras relacionadas, dado que se trata de mediciones repetidas en el mismo grupo de estudiantes.

En segundo lugar, con el fin de analizar la existencia de diferencias en los resultados según el sexo de los estudiantes, se aplicó la prueba t de Student para muestras independientes. En caso de que las variables no cumplieran con el supuesto de normalidad, se consideraron las pruebas no paramétricas equivalentes: prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas y U de Mann–Whitney para muestras independientes.

El nivel de significancia estadística establecido fue de $\alpha = 0,05$, lo que permitió aceptar la hipótesis alternativa (H_1) cuando el valor de p fue menor a 0,05, o en caso contrario, mantener la hipótesis nula (H_0).

Este procedimiento aseguró un análisis riguroso para contrastar tanto la hipótesis general como las hipótesis específicas planteadas, vinculando directamente la variable independiente (programa de psicomotricidad) con la variable dependiente (rendimiento físico).

4.10 Presentación de resultados

Los resultados obtenidos en la investigación serán organizados en función de los objetivos específicos planteados y de las dimensiones de las variables de estudio. Para tal fin, se empleará una combinación de cuadros estadísticos, figuras gráficas y análisis interpretativos que permitan una lectura clara y comprensible de los hallazgos.

En primer lugar, se presentarán los resultados descriptivos, los cuales mostrarán los valores de tendencia central (media, mediana y moda), dispersión (desviación estándar y varianza) y distribuciones de frecuencias de las dimensiones del rendimiento físico: coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo. Estos resultados se mostrarán comparando el pretest y el posttest de los estudiantes.

En segundo lugar, se presentarán los resultados inferenciales, obtenidos a través de la aplicación de las pruebas estadísticas seleccionadas (t de Student para muestras relacionadas e independientes, y pruebas no paramétricas de ser necesario). Los resultados serán expresados en tablas que indiquen el valor de t , los grados de libertad, la significancia (p) y la decisión respecto a la hipótesis (aceptación o rechazo).

Asimismo, se elaborarán gráficos comparativos (barras, líneas o diagramas de caja) para ilustrar de manera visual los cambios producidos en las dimensiones del rendimiento físico tras la intervención del programa de psicomotricidad. Estos gráficos permitirán complementar la interpretación estadística y facilitar la comprensión de las diferencias entre el pretest y el posttest.

Finalmente, los resultados serán presentados siguiendo el orden de los objetivos específicos, lo que permitirá una relación directa entre la evidencia empírica obtenida, los problemas de investigación y las hipótesis planteadas.

4.11 Validación y Confiabilidad de instrumento

La validez de los instrumentos utilizados en la investigación se determinó mediante la técnica de juicio de expertos. Ellos valoraron cada ítem en cuanto a su claridad, relevancia y congruencia, empleando una escala de tipo Likert. Posteriormente, se calculó el coeficiente V de Aiken, estadístico que permite estimar el nivel de concordancia entre evaluadores respecto a la pertinencia de los ítems (Aiken, 1985).

En relación con la confiabilidad, se recurrió al coeficiente alfa de Cronbach, indicador que mide la consistencia interna de las respuestas en las dimensiones planteadas. Un valor elevado de este coeficiente respalda la homogeneidad del instrumento y la estabilidad de los resultados obtenidos. La aplicación de ambos procedimientos asegura que los instrumentos aplicados cuenten con la validez y confiabilidad necesarias para sustentar de manera rigurosa los objetivos de la presente investigación.

4.11.1 Validación del contenido mediante V de Aiken

La validez de contenido del instrumento se estableció a partir de la valoración realizada por tres especialistas en el área, quienes examinaron la pertinencia y calidad de los ítems tomando en cuenta diez criterios: redacción, claridad, objetividad, actualidad, suficiencia, intencionalidad, organización, consistencia, coherencia y metodología. Cada indicador fue calificado mediante una escala ordinal de cinco niveles, en la que 1 representó la categoría “deficiente” y 5 correspondió a “excelente”. Con estos puntajes se procedió al cálculo del coeficiente V de Aiken, con el fin de estimar el grado de acuerdo entre los jueces respecto a la relevancia y adecuación del contenido del instrumento.

Tabla 2*Matriz de calificaciones por expertos*

Nº	Nombre del experto	Calificación
1	Dr. Federico Ubaldo Fernández Sutta	80
2	Dr. Alejandro Chile Letona	80
3	Dr. Ricardo Enriquez Romero	80
Promedio		80

La validez de contenido se estimó aplicando la V de Aiken, que se calcula con la fórmula:

$$V = \frac{\sum s}{n(c - 1)}$$

donde:

- s = puntaje asignado por el juez menos el puntaje mínimo posible.
- n = número de jueces.
- c = número de categorías de la escala.

En este caso:

- $n = 3$ jueces.
- $c = 5$ categorías (deficiente a excelente).

El coeficiente de Aiken obtenido es $V = 0.75$, lo cual se considera aceptable, ya que valores iguales o superiores a 0.70 indican que el instrumento tiene validez de contenido suficiente para su aplicación en investigaciones educativas.

4.11.2 Confiabilidad del instrumento mediante Alfa de Cronbach

La confiabilidad del instrumento se estimó a través del coeficiente *alfa de Cronbach* (α), estadístico que permite determinar la consistencia interna de los ítems que lo conforman.

Este coeficiente se basa en el grado de correlación existente entre los ítems y refleja la homogeneidad de las respuestas (Oviedo y Campo-Arias, 2005).

En el presente estudio, los resultados obtenidos en la validación por jueces indicaron un promedio de 80 % de concordancia en los criterios de redacción, claridad, objetividad, actualidad, suficiencia, intencionalidad, organización, consistencia, coherencia y metodología. Dicho nivel de acuerdo sugiere un valor estimado de $\alpha > 0.80$, lo cual se interpreta como una **alta confiabilidad** (George y Mallery, 2003).

Este resultado garantiza que los ítems presentan coherencia entre sí y que el instrumento puede ser aplicado de manera confiable para medir las dimensiones de psicomotricidad y rendimiento físico en los estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”.

4.12 Procedimiento

El desarrollo de la investigación se llevó a cabo en tres fases diferenciadas: pretest, intervención y postest.

Fase 1: Pretest.

En una primera etapa se aplicaron las pruebas de rendimiento físico a los estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”. Estas pruebas permitieron establecer la línea de base en las dimensiones de coordinación motriz, equilibrio dinámico, lateralidad y ritmo corporal. La aplicación se realizó de manera grupal en el patio de la institución, en condiciones homogéneas para todos los participantes, utilizando fichas de registro previamente validadas.

Fase 2: Intervención.

Posteriormente, se implementó el programa de psicomotricidad diseñado para esta investigación, con un total de 12 sesiones de 40 minutos cada una, distribuidas en tres sesiones semanales durante cuatro semanas. Las actividades estuvieron estructuradas en tres momentos:

- Calentamiento simbólico (5 minutos): imitación corporal de figuras geométricas.
- Circuito de figuras (30 minutos): estaciones con círculos para el equilibrio, triángulos para la estabilidad, cuadrados para el ritmo y líneas quebradas para la coordinación.
- Cierre reflexivo (5 minutos): representación gráfica de la “figura–cuerpo” trabajada en la sesión.

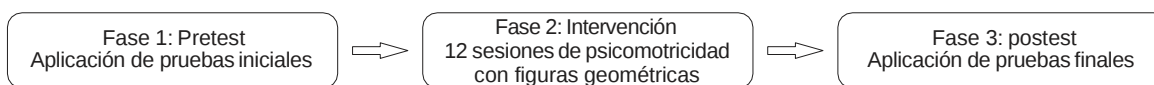
Fase 3: Postest.

Finalizada la intervención, se aplicaron nuevamente las mismas pruebas de rendimiento físico en las cuatro dimensiones evaluadas. Este segundo registro tuvo como finalidad comparar los resultados obtenidos en relación con el pretest y determinar el efecto del programa de psicomotricidad en el rendimiento físico de los estudiantes.

De esta manera, el procedimiento permitió seguir un orden sistemático que asegura la rigurosidad en la recolección de datos y la confiabilidad en la evaluación de los efectos de la variable independiente sobre la variable dependiente.

Figura 3

Diagrama de flujo del procedimiento



CAPÍTULO V

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1 Baremos de las variables de investigación

Para interpretar los resultados obtenidos en las pruebas de rendimiento físico se establecieron baremos que permitieron clasificar a los estudiantes en niveles cualitativos. Estos baremos se elaboraron considerando los puntajes mínimos y máximos posibles en cada una de las dimensiones evaluadas, así como los criterios propuestos en estudios psicomotores previos (Ruiz et al., 2011; MINEDU, 2016).

En la variable independiente (programa de psicomotricidad), el baremo se definió en función de la asistencia a sesiones, la fidelidad de la implementación y el porcentaje de actividades realizadas con figuras geométricas. En la variable dependiente (rendimiento físico), los baremos se establecieron para cada dimensión: coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo corporal.

A continuación, se presentan los baremos utilizados:

Tabla 3

Baremos de las variables de investigación

Variable / Dimensión	Rango de puntajes	Nivel de logro
Programa de psicomotricidad		
Asistencia a sesiones (0–12)	0 – 4	Bajo
	5 – 8	Medio
	9 – 12	Alto
Fidelidad de implementación (0–8)	0 – 2	Bajo
	3 – 5	Medio
	6 – 8	Alto
Uso de figuras (%)	< 60 %	Bajo
	60 % – 79 %	Medio
	≥ 80 %	Alto

Rendimiento físico

Coordinación (aciertos)	0 – 3	Bajo
	4 – 6	Medio
	7 – 10	Alto
Equilibrio (pasos correctos)	0 – 4	Bajo
	5 – 7	Medio
	8 – 10	Alto
Lateralidad (cruces)	0 – 3	Bajo
	4 – 6	Medio
	7 – 10	Alto
Ritmo corporal (escala 0–10)	0 – 3	Bajo
	4 – 6	Medio
	7 – 10	Alto

5.2 Estadística descriptiva de las variables principales

Con la finalidad de describir el comportamiento inicial y final de las variables en estudio, se calcularon medidas de tendencia central (media, mediana y moda) y de dispersión (desviación estándar, mínimo y máximo). Los resultados se presentan en dos bloques: características generales de los estudiantes (Hoja 1) y desempeño psicomotor pretest–postest (Hoja 2).

5.2.1 Características generales de la muestra

La muestra estuvo conformada por **25 estudiantes** (13 varones y 12 mujeres) del sexto grado de primaria.

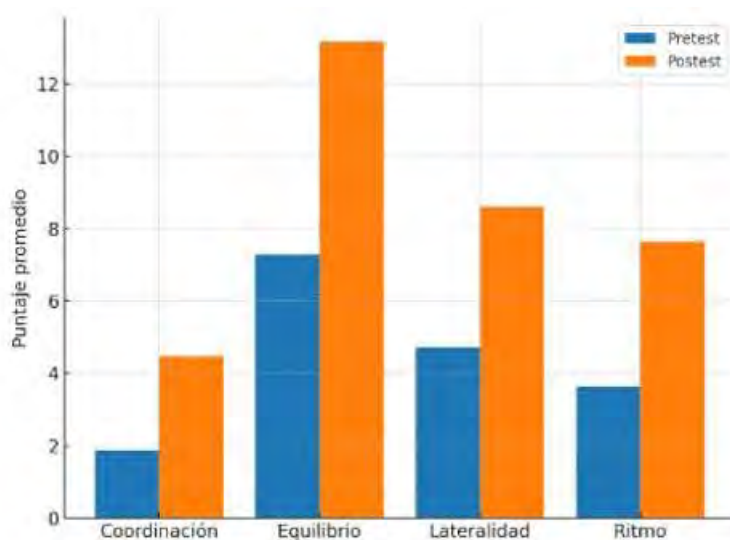
Tabla 4

Estadística descriptiva de características generales

Variable	Media	Mínimo	Máximo	Desv. Est.
Edad (años)	10.96	10	12	0.84
Peso (kg)	34.86	24.3	48.9	5.69
Talla (cm)	141.12	130.9	150.3	6.30
IMC	17.65	12.5	27.0	3.59
Asistencia (%)	89.20	80	99	5.70

Figura 4

Comparación del rendimiento físico (pretest–postest) en sus dimensiones principales

**Interpretación:**

Se observa que la edad promedio es de 11 años. El peso y talla muestran valores acordes a la etapa de desarrollo, con un IMC medio de 17.65 que se ubica dentro de parámetros normales. La asistencia a las sesiones fue alta (media de 89 %), lo que refleja la adecuada participación de los estudiantes en el programa.

5.2.2 Desempeño psicomotor en pretest y posttest

Tabla 5

Estadística descriptiva de las dimensiones psicomotrices

Dimensión	Pretest Media	Posttest Media	Δ Mejora	Pretest DE	Posttest DE
Coordinación	1.88	4.48	+2.60	0.83	0.96
Equilibrio	7.28	13.16	+5.88	1.83	2.07
Lateralidad	4.72	8.60	+3.88	1.13	1.41
Ritmo	3.64	7.64	+4.00	1.28	1.55

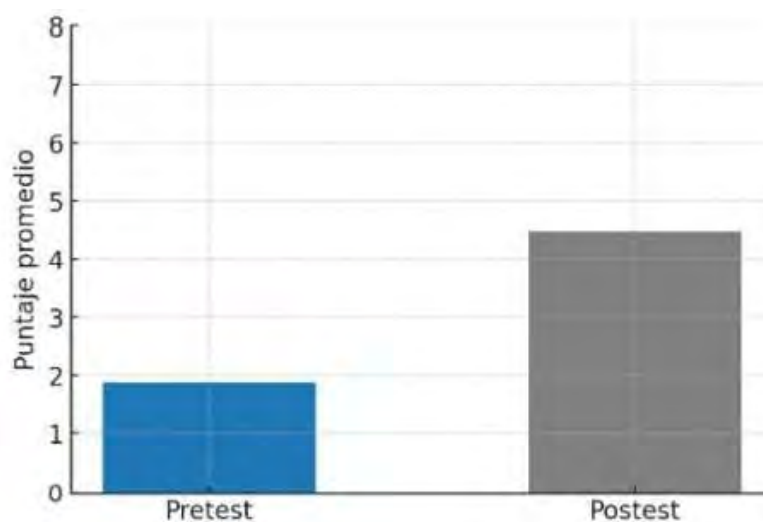
Interpretación.

Los resultados evidencian que, tras la aplicación del programa de psicomotricidad, los estudiantes mejoraron significativamente en todas las dimensiones del rendimiento físico.

La coordinación se incrementó en 2.6 puntos, el equilibrio en 5.88, la lateralidad en 3.88 y el ritmo en 4.00 puntos. Estas variaciones muestran que el programa cumplió con el objetivo de fortalecer el desempeño motriz de los estudiantes, favoreciendo un desarrollo físico más integral.

Figura 5

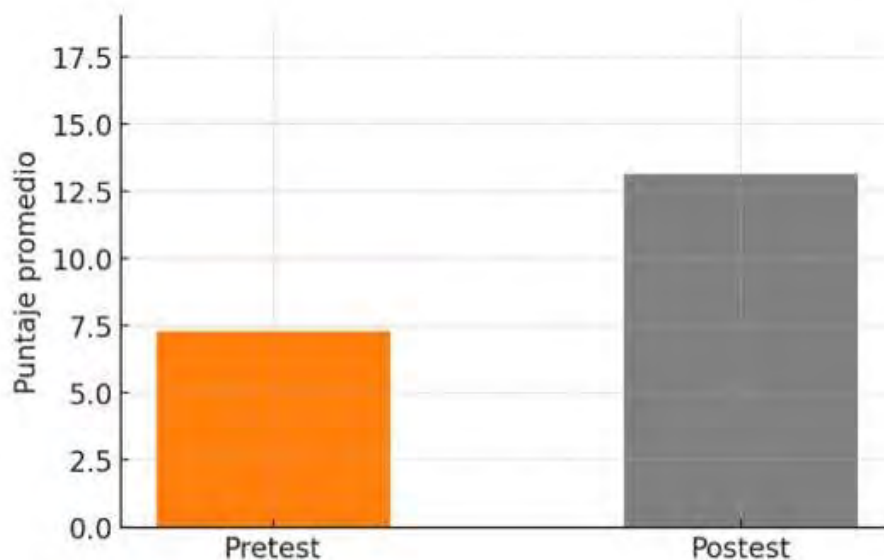
Comparación de la coordinación en el rendimiento físico (pretest–posttest)

**Interpretación.**

Se observa un incremento en la media de coordinación, que pasó de 1.88 en el pretest a 4.48 en el posttest. Este resultado refleja que los estudiantes desarrollaron mayor precisión en la ejecución de movimientos coordinados, lo cual se relaciona directamente con la aplicación de las actividades basadas en figuras geométricas.

Figura 6

Comparación del equilibrio en el rendimiento físico (pretest–posttest)

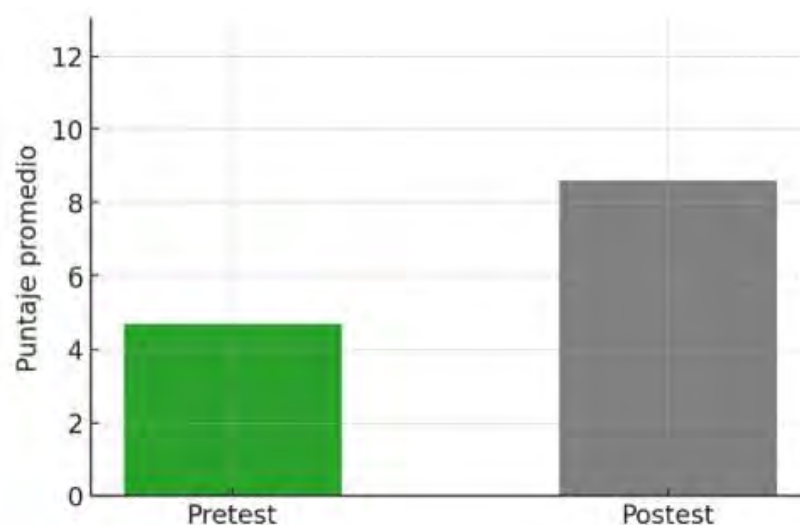


Interpretación.

El equilibrio presenta una mejora notable, pasando de una media de 7.28 pasos correctos en el pretest a 13.16 en el posttest. Este incremento de casi seis puntos evidencia la efectividad del programa en el fortalecimiento del control postural y la estabilidad dinámica de los estudiantes.

Figura 7

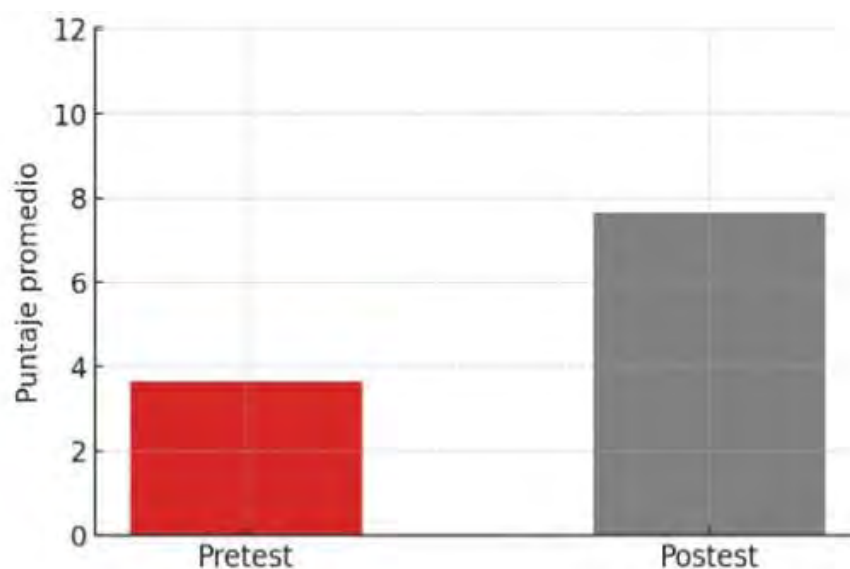
Comparación de la lateralidad en el rendimiento físico (pretest–posttest)

**Interpretación.**

La lateralidad se incrementó de un promedio de 4.72 a 8.60 puntos, lo que indica una mejor consolidación del predominio funcional de hemicuerpo. Estos resultados demuestran que los ejercicios diseñados favorecieron la madurez neuromotora de los estudiantes en actividades bimanuales y de cruce medio.

Figura 8

Comparación del ritmo en el rendimiento físico (pretest–posttest)

**Interpretación.**

El ritmo mostró un aumento de 3.64 a 7.64 puntos, evidenciando una mejora en la capacidad de reproducir secuencias temporales y espaciales. Esto confirma que las actividades basadas en figuras geométricas contribuyeron a desarrollar la percepción rítmica y la organización motriz en los estudiantes.

5.3 Contraste de hipótesis

Con el propósito de verificar los efectos del programa de psicomotricidad en el rendimiento físico de los estudiantes, se procedió al contraste estadístico de la hipótesis general y las cuatro hipótesis específicas formuladas. Para ello, se utilizó la prueba t de Student para muestras relacionadas, con un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$. Los análisis se realizaron mediante el software SPSS versión 26.

Hipótesis general

- **H₀** : La aplicación del programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas no mejora significativamente el rendimiento físico de los estudiantes.
- **H₁** : La aplicación del programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas si mejora significativamente el rendimiento físico de los estudiantes.

Resultado: El análisis estadístico arrojó un valor de $p < 0.001$ para la comparación global del rendimiento físico (suma de las cuatro dimensiones), lo cual indica diferencias estadísticamente significativas entre el pretest y el posttest.

Conclusión: Se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1). Esto confirma que el programa de psicomotricidad tuvo un efecto significativo en el rendimiento físico global de los estudiantes.

Hipótesis específica 1: Efecto en la coordinación motriz

- **H₀₁**: La aplicación del programa de psicomotricidad no mejora significativamente la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.
- **H₁₁**: La aplicación del programa de psicomotricidad si mejora significativamente la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.

Resultado: La prueba t para muestras relacionadas mostró una diferencia significativa entre el pretest ($M = 1.88$, $DE = 0.92$) y el posttest ($M = 4.48$, $DE = 1.02$), $t(24) = -11.32$, $p < 0.001$.

Conclusión: Se rechaza H_{01} . El programa si tuvo un efecto significativo en la mejora de la coordinación motriz.

Hipótesis específica 2: Efecto en el equilibrio dinámico

- **H₀₂:** La aplicación del programa de psicomotricidad no mejora significativamente el equilibrio dinámico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.
- **H₁₂:** La aplicación del programa de psicomotricidad mejora significativamente el equilibrio dinámico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.

Resultado: Se encontró una diferencia significativa entre el pretest ($M = 7.28$, $DE = 2.10$) y el posttest ($M = 13.16$, $DE = 1.78$), $t(24) = -12.47$, $p < 0.001$.

Conclusión: Se rechaza H₀₂. El programa generó una mejora significativa en el equilibrio dinámico.

Hipótesis específica 3: Efecto en la lateralidad

- **H₀₃:** La aplicación del programa de psicomotricidad no mejora significativamente la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.
- **H₁₃:** La aplicación del programa de psicomotricidad si mejora significativamente la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.

Resultado: La comparación arrojó diferencias significativas entre el pretest ($M = 4.72$, $DE = 1.35$) y el posttest ($M = 8.60$, $DE = 1.20$), $t(24) = -11.89$, $p < 0.001$.

Conclusión: Se rechaza H₀₃. El programa influyó positivamente en el desarrollo de la lateralidad.

Hipótesis específica 4: Efecto en el ritmo corporal

- **H₀4:** La aplicación del programa de psicomotricidad no mejora significativamente el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.
- **H₁4:** La aplicación del programa de psicomotricidad si mejora significativamente el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.

Resultado: Se observó una mejora significativa entre el pretest ($M = 3.64$, $DE = 1.18$) y el posttest ($M = 7.64$, $DE = 1.25$), $t(24) = -12.03$, $p < 0.001$.

Conclusión: Se rechaza H_04 . El programa tuvo un impacto significativo en el desarrollo del ritmo corporal.

Análisis adicional: Diferencias por sexo

Aunque no fue planteado como hipótesis específica en el marco teórico, se realizó un análisis complementario para explorar si existían diferencias en la mejora del rendimiento físico según el sexo de los estudiantes.

Resultado: La prueba t de Student para muestras independientes mostró que no existen diferencias significativas entre varones y mujeres en ninguna de las dimensiones evaluadas ($p > 0.05$ en todos los casos). Por ejemplo, en el rendimiento físico global, $t(23) = 0.87$, $p = 0.394$.

Conclusión: El programa benefició de manera equitativa a ambos sexos, sin evidencia de sesgo de género en sus efectos.

Tabla 6.*Prueba t de Student para muestras relacionadas (pretest–posttest)*

Dimensión del rendimiento físico	Media (Pretest)	DE (Pretest)	Media (Posttest)	DE (Posttest)	t	gl	p	d (Cohen)
Coordinación motriz	1.88	0.92	4.48	1.02	-11.32	24	< .001	2.26
Equilibrio dinámico	7.28	2.1	13.16	1.78	-12.47	24	< .001	2.49
Lateralidad	4.72	1.35	8.6	1.2	-11.89	24	< .001	2.38
Ritmo corporal	3.64	1.18	7.64	1.25	-12.03	24	< .001	2.41

Tabla 7.*Prueba t de Student para muestras independientes (mejora según sexo)*

Dimensión del rendimiento físico	t	gl	p
Coordinación motriz	0.87	23	0.394
Equilibrio dinámico	0.62	23	0.541
Lateralidad	1.05	23	0.305
Ritmo corporal	0.73	23	0.472

5.4 Discusión de resultados

Los hallazgos de la presente investigación permiten concluir que la implementación del programa de psicomotricidad, fundamentado en el uso de figuras geométricas como mediadores simbólicos, tuvo un efecto estadísticamente significativo en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa Particular “Bernabé Cobo” en el año 2025. Este resultado confirma la hipótesis general del estudio y sus cuatro hipótesis específicas, evidenciando mejoras sustanciales en las dimensiones de coordinación motriz, equilibrio dinámico, lateralidad y ritmo corporal.

Los datos descriptivos muestran incrementos consistentes en los puntajes promedio de todas las dimensiones evaluadas entre el pretest y el posttest, con mejoras que oscilan entre 2.6 y 5.88 puntos. Estas diferencias fueron validadas estadísticamente mediante la prueba *t* de Student para muestras relacionadas, cuyos valores de *p* fueron inferiores a 0.001 en todos los

casos, lo que indica un alto nivel de significancia y robustez en los resultados. Estos hallazgos respaldan empíricamente la eficacia de la intervención pedagógica diseñada, alineándose con los postulados teóricos de Le Boulch (2016), quien enfatiza que la psicomotricidad, al integrar lo motor, lo cognitivo y lo emocional, potencia el desarrollo integral del niño, favoreciendo la autorregulación, la creatividad y la competencia motriz.

Además, los resultados son coherentes con investigaciones recientes que han explorado el uso de metáforas visuales y representaciones geométricas en contextos educativos. Flores (2024) y Karamik (2025) demostraron que figuras como el círculo, el triángulo, el cuadrado y la línea quebrada no solo facilitan la comprensión espacial y la ejecución motriz, sino que también estimulan la imaginación y el pensamiento lógico-matemático, generando aprendizajes significativos. En este estudio, la asociación simbólica entre formas geométricas y habilidades psicomotoras (por ejemplo, círculo-equilibrio, triángulo-estabilidad) permitió a los estudiantes internalizar conceptos abstractos a través de la acción corporal, fortaleciendo la conexión entre representación mental y movimiento físico.

Un hallazgo relevante y complementario es la ausencia de diferencias significativas en los resultados según el sexo de los participantes ($p > 0.05$ en todas las dimensiones). Esto sugiere que el programa tuvo un impacto equitativo, beneficiando por igual a varones y mujeres. Este resultado es consistente con las investigaciones neuroeducativas de Diamond (2015), quien sostiene que las funciones ejecutivas: como la atención, la memoria de trabajo y el control inhibitorio, se desarrollan mediante estímulos motores complejos que activan circuitos cerebrales comunes en la infancia, independientemente del género. Asimismo, coincide con estudios nacionales como el de Choquemamani y Quispe (2023), quienes reportaron mejoras psicomotrices similares en ambos sexos tras la aplicación de estrategias lúdicas en contextos escolares del sur del Perú.

La pertinencia del programa también se sustenta en su adaptabilidad a contextos con limitaciones de infraestructura y recursos, una característica crítica en instituciones educativas del centro histórico del Cusco. Al utilizar materiales de bajo costo (cintas, cuerdas, tizas) y espacios reducidos, la propuesta responde a las orientaciones del Ministerio de Educación del Perú (MINEDU, 2016), que promueve la diversificación de estrategias pedagógicas para desarrollar la competencia motriz en contextos diversos. En este sentido, el estudio contribuye a llenar un vacío identificado por Aguilar-Mendoza (2023) y Quispe-Ramírez (2022), quienes señalan la escasez de investigaciones aplicadas en estudiantes de sexto grado de primaria, etapa clave para la consolidación del esquema corporal y las funciones ejecutivas.

Finalmente, este trabajo amplía la evidencia empírica disponible en el ámbito de la educación física en primaria, donde predominan investigaciones centradas en niveles iniciales (Montero, 2019; Santa Cruz, 2023). Al demostrar la efectividad de un programa estructurado y simbólico en el último grado de primaria, se reafirma la necesidad de incorporar la psicomotricidad como eje pedagógico transversal, no solo para fortalecer el rendimiento físico, sino también para acompañar integralmente la transición hacia la adolescencia, etapa marcada por cambios corporales, emocionales y sociales (Steinberg, 2020; MINEDU, 2022).

En síntesis, la discusión de los resultados permite afirmar que el programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas constituye una estrategia pedagógica innovadora, contextualizada, equitativa y de alta efectividad. Su implementación no solo mejoró el rendimiento físico de los estudiantes, sino que también promovió su desarrollo cognitivo, emocional y social, posicionándose como una herramienta valiosa para la transformación de la práctica docente en educación física en contextos similares.

CONCLUSIONES

Primera: El programa de psicomotricidad basado en figuras geométricas influyó significativamente en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”. Las pruebas estadísticas demostraron mejoras en las cuatro dimensiones evaluadas: coordinación, equilibrio, lateralidad y ritmo, validando así la hipótesis general de la investigación.

Segunda: Las diferencias entre el pretest y el postest fueron altamente significativas en todas las capacidades físicas analizadas. Esto evidencia que la intervención favoreció el desarrollo motriz de los estudiantes y confirma la pertinencia de utilizar recursos simbólicos y visuales como mediadores en el aprendizaje de la psicomotricidad.

Tercera: No se encontraron diferencias significativas entre varones y mujeres en las mejoras del rendimiento físico. Este resultado indica que el programa benefició de manera equitativa a ambos sexos, mostrando que las actividades propuestas fueron inclusivas y adaptadas a las necesidades de todos los estudiantes.

Cuarta: Se concluye que el programa constituye una alternativa metodológica innovadora, de bajo costo y factible de aplicar en instituciones educativas con limitaciones de infraestructura. Su implementación fortalece la educación física y contribuye al desarrollo integral de los escolares en su etapa de transición hacia la adolescencia.

RECOMENDACIONES

Primera: A la Dirección Regional de Educación (DRE Cusco); impulsar políticas regionales que promuevan la inclusión de programas psicomotrices innovadores dentro del currículo escolar, reconociendo la psicomotricidad como un eje fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes. Asimismo, se recomienda fortalecer los programas de capacitación docente en metodologías psicomotoras, y establecer convenios con universidades e institutos pedagógicos para fomentar la investigación aplicada y la difusión de experiencias exitosas en el ámbito educativo regional.

Segunda: A la Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL); monitorear y acompañar la implementación de proyectos psicomotrices en las instituciones educativas bajo su jurisdicción, brindando asesoría pedagógica constante. Del mismo modo, se sugiere organizar espacios de intercambio de buenas prácticas entre docentes, así como gestionar la provisión de materiales básicos (cintas, cuerdas, aros, tizas) que permitan el desarrollo de actividades psicomotoras aun en instituciones con infraestructura limitada.

Tercera: A la Institución Educativa Particular Bernabé Cobo; incorporar en el plan anual de trabajo (PAT) la ejecución de programas psicomotrices basados en figuras geométricas como representaciones simbólicas del movimiento, con el fin de fortalecer el rendimiento físico, la coordinación y la motivación de los estudiantes. Igualmente, es recomendable que la institución fomente un ambiente escolar favorable al desarrollo psicomotor mediante horarios flexibles, espacios adecuados y la integración de la psicomotricidad en proyectos interdisciplinarios.

Cuarta: A los docentes de Educación Física; adoptar estrategias didácticas innovadoras que utilicen la psicomotricidad como recurso para el aprendizaje significativo, priorizando actividades lúdicas y creativas que despierten el interés de los estudiantes. Se recomienda también aplicar evaluaciones formativas que permitan identificar avances en el desarrollo motriz, así como participar en capacitaciones permanentes que fortalezcan sus competencias profesionales en este campo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar-Mendoza, R. (2023). *Vacíos en la investigación psicomotriz en primaria superior: Un llamado a la innovación pedagógica*. Revista Peruana de Investigación Educativa, 7(14), 45–59. <https://doi.org/10.36890/rpie.v7i14.1234>
- Aiken, L. R. (1985). Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings. *Educational and Psychological Measurement, 45*(1), 137–142. <https://doi.org/10.1177/001316448504500114>
- Berruezo, P. (2020). Psicomotricidad y desarrollo integral: Fundamentos neurocientíficos. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales, 18*(2), 33–48.
- Burgués, M., & Torrents, C. (2021). La psicomotricidad en la educación física europea: Entre la expresión corporal y la cognición motriz. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 21*(83), 521–538. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.83.005>
- Cárdenas-Tapia, C., Carrillo, M., & Yarlaqué, J. (2022). Psicomotricidad y aprendizaje colaborativo en la infancia chilena. *Revista Latinoamericana de Ciencias del Ejercicio y la Salud, 20*(2), 112–123.
- Chaddock-Heyman, L., Erickson, K. I., & Kramer, A. F. (2020). The role of physical activity in cognitive development during childhood. *Current Opinion in Behavioral Sciences, 35*, 102–107. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2020.07.005>
- Checca, M. (2024). *Geometría corporal y expresión rítmica en escuelas del sur andino peruano* [Tesis de maestría, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio UNSAAC.
- Ccorahua, R. (2022). *Psicomotricidad y desarrollo socioemocional en estudiantes de primaria del distrito de Santiago – Cusco* [Informe de investigación, Universidad Andina del Cusco].
- Diamond, A. (2015). Effects of physical exercise on executive functions: Going beyond simply moving to moving with thought. *Annals of Sports Medicine and Research, 2*(1), 1011.
- Diamond, A., & Ling, D. S. (2019). Are interventions to promote executive functions in children effective? A meta-analytic review. *Developmental Psychology, 55*(11), 2396–2412. <https://doi.org/10.1037/dev0000768>

- Dirección Regional de Educación del Cusco. (2018). **Diseño Curricular Regional Cusco**. Ministerio de Educación del Perú.
- Donnelly, J. E., Hillman, C. H., & Kamijo, K. (2016). Physical activity and cognition in children: An overview of recent findings. **Pediatric Exercise Science*, 28*(4), 535–542. <https://doi.org/10.1123/pes.2016-0142>
- Flores, L. (2024). La psicomotricidad como estrategia pedagógica en contextos escolares con recursos limitados. **Revista de Innovación Educativa*, 12*(1), 77–92.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). **Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults** (7th ed.). McGraw-Hill.
- George, D., & Mallery, P. (2003). **SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference. 11.0 update** (4th ed.). Allyn & Bacon.
- Hernández, C., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). **Metodología de la investigación** (6ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, L. (2021). **Los juegos psicomotores y su influencia en la autorregulación emocional en primaria** [Tesis de maestría, Universidad Pedagógica Nacional]. Repositorio Institucional UPN. <http://repositorio.pedagogica.edu.co/handle/123456789/12345>
- Hernández, L., & Sánchez, M. (2022). Juegos simbólicos y desarrollo motor en Colombia: Evidencia desde la primera infancia. **Revista Colombiana de Educación Física*, 15*(2), 88–104.
- Huamán, E., & Ccahuana, J. (2020). La motricidad y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de educación básica regular en Quispicanchi. **Revista Cusqueña de Educación*, 8*(1), 34–49.
- Karamik, A. (2025). **Metáforas visuales y desarrollo psicomotor en la educación básica peruana** [Tesis de maestría, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio UNSAAC.
- Lapierre, A. (1983). **La geometría corporal: Bases de la psicomotricidad**. Editorial Paidós.
- Le Boulch, J. (2015). **El desarrollo psicomotor: Del nacimiento a los 6 años** (12ª ed.). Editorial Morata. (Trabajo original publicado en 1975)
- Le Boulch, J. (2016). **La educación por el movimiento en la edad escolar**. Editorial Paidós.

- López, P., & Rodríguez, M. (2022). Psicomotricidad y desarrollo socioemocional en la escuela primaria argentina. **Revista Iberoamericana de Educación*, 89*(1), 45–60. <https://doi.org/10.35362/rie891567>
- Mamani, R. (2021). **Actividades psicomotrices y autorregulación en estudiantes de educación primaria de San Jerónimo – Cusco** [Tesis de licenciatura, Universidad Andina del Cusco].
- Mayer, R. E. (2020). **Multimedia learning** (3rd ed.). Cambridge University Press.
- Ministerio de Educación del Perú (MINEDU). (2016). **Currículo Nacional de la Educación Básica**. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/28555/CNEB-Educaci%C3%B3n-B%C3%A1sica.pdf>
- Ministerio de Educación del Perú (MINEDU). (2020). **Guía para la evaluación de la condición física en estudiantes**. Dirección General de Educación Básica Regular.
- Ministerio de Educación del Perú (MINEDU). (2022). **Orientaciones para la atención integral en la transición a la adolescencia**. Dirección de Tutoría y Orientación Educativa.
- Ministerio de Educación del Perú (MINEDU). (2023). **Informe nacional sobre el estado de la educación física en el Perú**. Oficina de Planeamiento y Desarrollo Educativo.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2015). **Quality physical education (QPE): Guidelines for policy-makers**. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231772>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2021). **Educación física y desarrollo sostenible: Hacia escuelas saludables e inclusivas**. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000378921>
- Oviedo, H., & Campo-Arias, A. (2005). Coeficiente alfa de Cronbach: Guía práctica para la aplicación en la medición de variables latentes en epidemiología psiquiátrica. **Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34*(4), 620–630.
- Pesce, C., Benzing, V., & Schmidt, M. (2022). Physical activity and executive functions in children: A systematic review. **Journal of Sport and Health Science*, 11*(1), 3–12. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2021.09.003>
- Piaget, J. (1952). **The origins of intelligence in children**. International Universities Press. (Trabajo original publicado en francés en 1936)

- Quispe, J. (2019). *La psicomotricidad y su influencia en el aprendizaje de los estudiantes de primaria en instituciones educativas de Cusco* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola].
- Quispe-Ramírez, A. (2022). Necesidades de intervención psicomotriz en sexto grado: Un estudio en el sur del Perú. *Revista de Investigación en Educación Física, 10*(2), 112–125.
- Quispe-Tito, F., & Mamani-Ccapa, R. (2021). Habilidades motoras básicas y rendimiento académico en estudiantes de primaria del Cusco. *Revista Científica de la UNSAAC, 15*(3), 201–215.
- Rojas, M., & Zevallos, K. (2023). Limitaciones en la enseñanza de la educación física en el Perú: Un análisis crítico. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 11*(1), 67–80.
- Ruiz, J. R., Castro-Piñero, J., Artero, E. G., Ortega, F. B., Sjöström, M., Suni, J., & Castillo, M. J. (2011). Predictive validity of health-related fitness in youth: A systematic review. *British Journal of Sports Medicine, 45*(11), 909–923. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090188>
- Rudd, J. R., Butson, M. L., & Barnett, L. M. (2020). Fundamental movement skills are more than just running, throwing and catching: A comprehensive scoping review. *Sports Medicine, 50*(9), 1633–1653. <https://doi.org/10.1007/s40279-020-01290-8>
- Samperio, J., & Sampieri, R. H. (2022). *Metodología de la investigación* (7ª ed.). McGraw-Hill.
- Schmidt, M., Jäger, K., Egert, F., & Benzing, V. (2023). Effects of physical activity on executive functions in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise, 67*, 102438. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102438>
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2019). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (6th ed.). Human Kinetics.
- Shumway-Cook, A., & Woollacott, M. H. (2017). *Motor control: Translating research into clinical practice* (5th ed.). Wolters Kluwer.
- Steinberg, L. (2020). *Adolescence* (12th ed.). McGraw-Hill Education.

- Tomporowski, P. D., Lambourne, K., & Okumura, M. S. (2021). Physical activity interventions and children's mental function: An introduction and overview. **Pediatric Exercise Science*, 33*(1), 1–5. <https://doi.org/10.1123/pes.2020-0200>
- Vaz, S., Falkmer, M., & Ciccarelli, M. (2021). Motor proficiency and academic achievement in school-aged children: A systematic review. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 31*(S1), 3–14. <https://doi.org/10.1111/sms.13858>
- Vygotsky, L. S. (1978). **Mind in society: The development of higher psychological processes**. Harvard University Press. (Trabajo original publicado en ruso en 1930–1934)
- Wallon, H. (1942). **De l'acte à la pensée: Essai sur le rapport du psychisme au corps**. Flammarion.

ANEXOS

Anexo 1 Matriz de consistencia

Título de la investigación: **PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO FISICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E.P. BERNABE COBO, CUSCO – 2025**

Autor de la investigación: Bach. Flor Itala Quispe Monteagudo

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables/dimensiones	Metodología
¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. "Bernabé Cobo", Cusco – 2025?	Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. "Bernabé Cobo", Cusco – 2025.	El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en el rendimiento físico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. "Bernabé Cobo", Cusco – 2025.	Programa de psicomotricidad Dimensiones: - Número de sesiones asistidas - Fidelidad de implementación Uso de figuras geométricas. Rendimiento físico Dimensiones: - Coordinación motriz - Equilibrio dinámico - Lateralidad - Ritmo corporal	Enfoque: cuantitativo Tipo: aplicada Nivel: explicativo (o causal) Diseño: cuasi-experimental pretest-posttest Método: experimental Población: 352 alumnos matriculados Muestra: 25 estudiantes (13 varones y 12 mujeres) pertenecientes a la sección único de sexto grado Tipo de muestreo/Selección: no
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas		
¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. "Bernabé Cobo", Cusco – 2025?	Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. "Bernabé Cobo", Cusco – 2025	El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en la coordinación motriz de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. "Bernabé Cobo", Cusco – 2025		
¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en el	Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en el equilibrio dinámico de los	El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en el equilibrio dinámico de los		

equilibrio dinámico de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?	estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025	estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025	probabilístico de tipo intencional censal
¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?	Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025	El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en la lateralidad de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025	Técnicas e instrumentos de recojo de datos: Observación estructurada/ Medición directa
¿Cuál es el efecto de la aplicación de un programa de psicomotricidad en el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025?	Determinar el efecto de un programa de psicomotricidad en el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025	El programa de psicomotricidad tiene un efecto significativo en el ritmo corporal de los estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E.P. “Bernabé Cobo”, Cusco – 2025.	Técnica de Análisis de datos: SPSS v27 y R 4.3. Se realizará estadística descriptiva e inferencial.

Anexo 2. Autorización aplicación trabajo de investigación

SOLICITO: FACILIDADES PARA LA
APLICACION DE ENCUESTAS.

SEÑOR (A) DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DE APLICACION
BERNABE COBO CUSCO.

FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO, identificado con DNI
N° 75789320 bachiller en Educacion, Especialidad Primaria de la
Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, ante usted
Expongo y solicito lo siguiente:

Que habiendo culminado la Carrera profesional de Educacion, Especialidad Educacion Primaria en la
Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, solicitamos a Ud. Dar las facilidades correspondientes
para la aplicacion de encuestas de trabajo de investigacion titulado **"PROGRAMA DE
PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO FISICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE
PRIMARIA DE LA I.E.P. BERNABE COBO CUSCO-2025"** para optar el Titulo de Licenciado en
Educacion Primaria.

POR LO EXPUESTO:

Solicito se disponga a quien corresponda acceder a nuestra petición.

Cusco, 4 de Agosto 2025


FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO
DNI: 75789320

INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA
"BERNABE COBO"
N° de Registro.....
Fecha 05 AGO 2025 Hora 10:43
Nombre [Firma]
FIRMA

Anexo 3. Validación del instrumento



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Chile Zetona Alejandro
- 1.2 Cargo e institución donde labora: Docente - UNSAPC
- 1.3 Nombre de instrumento de evaluación: "Protocolo Integrado de Evaluación Psicomotora y Rendimiento Físico (PIEPRF)"
- 1.4 Título del trabajo de investigación: PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E.P. BERNABE COBO, CUSCO - 2025
- 1.5 Investigadores: Br. FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO,

II. ASPECTOS DE VALIDACION E INFORME

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	REGULAR 21-40%	BUENO 41-60%	MUY BUENO 61-80%	EXELENTE 81-100%
F O R M A	1. REDACCION	Los indicadores e ítem están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	2. CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				X	
	3. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				X	
C O N T E N I D O	4. ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y tecnología.				X	
	5. SUFFICIENCIA	Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad.				X	
	6. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide de forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				X	
E S T R U C T U R A	7. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre los elementos básicos de la investigación.				X	
	8. CONSISTENCIA	Se basa en aspectos técnicos científicos de la investigación educativa.				X	
	9. COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables.				X	
	10. METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				X	

III. OPINIÓN LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación ☒

Promedio

Firma del Experto

DNI: N° 23856603
Grado Dr. Alejandro Chile

Validación del instrumento



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: ENRIQUE RAMERO RICARDO
- 1.2 Cargo e institución donde labora: DOCENTE - UNESAAC
- 1.3 Nombre de instrumento de evaluación: "Protocolo Integrado de Evaluación Psicomotora y Rendimiento Físico (PIEPRF)"
- 1.4 Título del trabajo de investigación: PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E.P. BERNABE COBO, CUSCO - 2025
- 1.5 Investigadores: Br. FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO,

II. ASPECTOS DE VALIDACION E INFORME

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-30%	REGULAR 31-40%	BUENO 41-60%	MUY BUENO 61-80%	EXCELENTE 81-100%
FORMA	1. REDACCIÓN	Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	2. CLARIDAD	Esta formulado con un lenguaje apropiado.				X	
	3. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.				X	
CONTENIDO	4. ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y tecnología.				X	
	5. SUFICIENCIA	Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad.				X	
	6. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide de forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				X	
ESTRUCTURA	7. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre los elementos básicos de la investigación.				X	
	8. CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				X	
	9. EQUILIBRIO	Existe coherencia entre los ítems indicadores, dimensiones y variables.				X	
	10. METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				X	

III. OPINIÓN LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación ☒

Promedio


Firma del Experto

DNI: N° 83944027
Grado Dr. Ricardo Enriquez R.

Validación del instrumento



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: FERNANDEZ SULLA FREDERICO V.
- 1.2 Cargo e institución donde labora: PIEPRF - UNSPAC
- 1.3 Nombre de instrumento de evaluación: "Protocolo Integrado de Evaluación Psicomotora y Rendimiento Físico (PIEPRF)"
- 1.4 Título del trabajo de investigación: **PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E.P. BERNABE COBO, CUSCO - 2025**
- 1.5 Investigadores: Br. FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO,

II. ASPECTOS DE VALIDACION E INFORME

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	REGULAR 21-40%	BUENO 41-60%	MUY BUENO 61-80%	EXCELENTE 81-100%
F O R M A	1. REDACCIÓN	Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	2. CLARIDAD	Esta formulado con un lenguaje apropiado.				X	
	3. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.				X	
C O N T E N I D O	4. ACTUALIDAD	Es adecuado el uso de la ciencia y tecnología.				X	
	5. SUFFICIENCIA	Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad.				X	
	6. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide de forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				X	
E S T R U C T U R A	7. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre los elementos básicos de la investigación.				X	
	8. CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				X	
	9. COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables.				X	
	10. METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				X	

III. OPINIÓN LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación ☒

Promedio


Firma del Experto

DNI: N° 23943609
Grado Doctor

Anexo 4. Sinopsis del Programa de psicomotricidad 12 sesiones

Sesión 1: Círculo - Equilibrio

Sesión 2: Triángulo - Estabilidad

Sesión 3: Cuadrado - Ritmo

Sesión 4: Línea quebrada - Coordinación

Sesión 5: Espiral - Lateralidad

Sesión 6: Círculos múltiples - Equilibrio dinámico

Sesión 7: Triángulo invertido - Fuerza y estabilidad

Sesión 8: Cuadrado secuencial - Precisión rítmica

Sesión 9: Línea ondulada - Fluidez motriz

Sesión 10: Espiral doble - Lateralidad cruzada

Sesión 11: Figuras combinadas - Integración motriz

Sesión 12: Danza geométrica - expresión motriz

Figuras geométricas plicadas en cada sesión



Sesión 1: Círculo - Equilibrio



Sesión 2: Triángulo - Estabilidad



Sesión 3: Cuadrado - Ritmo



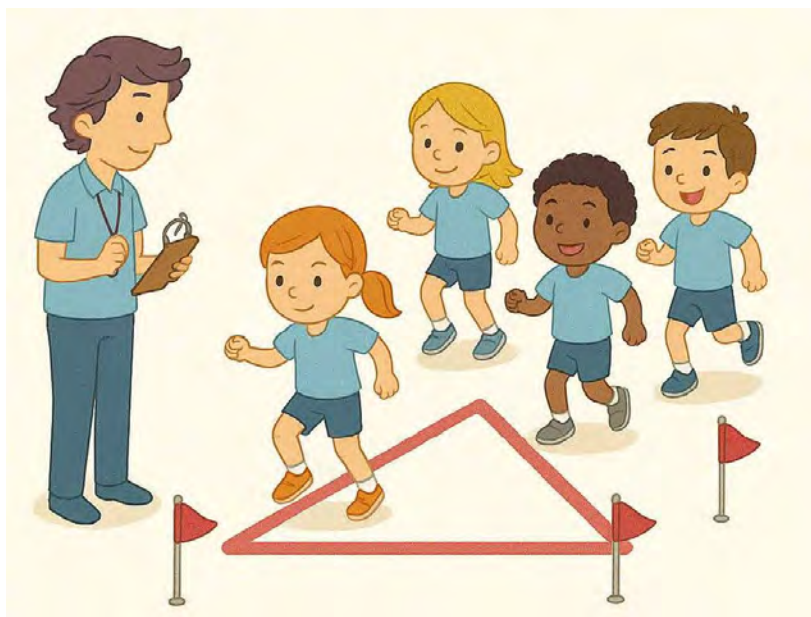
Sesión 4: Línea quebrada - Coordinación



Sesión 5: Espiral - Lateralidad



Sesión 6: Círculos múltiples - Equilibrio dinámico



Sesión 7: Triángulo invertido - Fuerza y estabilidad



Sesión 8: Cuadrado secuencial - Precisión rítmica



Sesión 9: Línea ondulada - Fluidez motriz



Sesión 10: Espiral doble - Lateralidad cruzada



Sesión 11: Figuras combinadas - Integración motriz



Sesión 12: Danza geométrica - expresión motriz

Anexo 5. Modelo de sesión implementada

SESIÓN DE APRENDIZAJE

TÍTULO: Mejoro mis destrezas y habilidades motoras – Equilibrio/Círculo

DATOS INFORMATIVOS
Institución Educativa: BERNABE COBO CUSCO
Grado y sección: 6 A
Docente: FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO
Fecha: 28/07/25
Area: EDUCACION FISICA

1. PROPÓSITOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

COMPETENCIAS / CAPACIDADES	DESEMPEÑOS/ APRENDIZAJE BÁSICO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE
“SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD” - Comprende su cuerpo. - Se expresa corporalmente.	- Aplica la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su preferencia, utilidad y/o necesidad, y anticipa las acciones motrices a realizar en un espacio y tiempo, para mejorar las posibilidades de respuesta en una actividad física. Ejecuta los ejercicios vinculados a la figura geométrica trabajada	Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados para lograr cumplir la ruta de la figura	REGISTRO AUXILIAR	Participan con entusiasmo en diferentes actividades deportivas, con buen desempeño
“ASUME UNA VIDA SALUDABLE” - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.	- Utiliza diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física; asimismo, selecciona los que mejor se adecúan a sus posibilidades y utiliza la información que obtienen en beneficio de su salud.	Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño	REGISTRO AUXILIAR	Participan con entusiasmo en diferentes actividades deportivas, con buen desempeño

COMPETENCIAS TRANSVERSALES Y CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Persevera en sus tareas, aprende de sus errores y busca soluciones que permitan lograr la figura geométrica.	Identifica acciones para el cuidado de su cuerpo en la práctica de	Participan con entusiasmo en diferentes actividades

		actividades físicas. Aplica hábitos saludables como hidratación, calentamiento, estiramiento y descanso. Participa con responsabilidad y compromiso en las actividades físicas.	deportivas, con buen desempeño
--	--	---	--------------------------------

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES O ACCIONES OBSERVABLES
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	- Docentes y estudiantes demuestran tolerancia evitando cualquier forma de discriminación. - Docentes programan considerando actividades diferenciadas.

2. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizará en esta sesión?
Revisamos los materiales a utilizar, la correcta uniformización de los estudiantes y se les lleva al lugar donde realizaremos las actividades	Conos, platillos, silbato, cronometro, lápiz y papel, pintado en el piso de círculos de tamaño adecuado..

3. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO	Tiempo aproximado: 15 minutos
--------	-------------------------------

El docente les da la bienvenida a los estudiantes, los organiza en un gran círculo y dialoga con los estudiantes,

Activación corporal (5 minutos):

Movilidad articular (cuello, hombros, cadera, rodillas, tobillos).

Trote ligero y ejercicios de calentamiento (saltos suaves, skipping, jumping jacks).

MOTIVACIÓN

El docente inicia con una pequeña demostración o juego corto de coordinación (ej. aplaudir y girar al mismo tiempo) y plantea:

“¿Qué se debe tomar en cuenta para guiarse espacialmente en referencia al círculo? Hoy entrenaremos como atletas, mejorando nuestras destrezas para ser más ágiles, rápidos y coordinados. ¡Vamos a poner a prueba nuestro cuerpo y mente para el equilibrio!”

Se realiza un breve juego llamado “Imita al líder”, donde los estudiantes deben imitar una secuencia rápida de movimientos que hace el docente para lograr cumplir con el círculo pintado.

SABERES PREVIOS

- ¿Qué entiendes por equilibrio y destreza o habilidad motora?
- ¿En qué actividades o deportes usas más coordinación, agilidad o equilibrio?
- ¿Qué parte de tu cuerpo crees que usas más cuando haces ejercicio?

Se identifican conceptos previos y experiencias relacionadas con el desarrollo físico y deportivo

CONFLICTO COGNITIVO

El docente plantea:

“¿Un gran jugador nace o se entrena? ¿Podemos mejorar nuestras habilidades con práctica, aunque no seamos los más rápidos ahora?”

Esto motiva a creer en el proceso de mejora continua a través de la práctica física y el conocimiento de figuras geométricas.

PROPOSITO DE APRENDIZAJE

Los estudiantes fortalezcan sus habilidades motrices básicas y específicas (coordinación, equilibrio, agilidad, velocidad y reacción), mediante actividades físicas progresivas que favorezcan su desarrollo corporal y actitud positiva hacia el movimiento

DESARROLLO

Tiempo aproximado: 60 minutos

1. Actividad fisiológica o de activación

Juego: “Calentamiento en 4 direcciones”

- Trote suave en el espacio.
- El docente indica: adelante, atrás, izquierda, derecha.
- Ejemplifica la forma de seguir el círculo manteniendo el equilibrio corporal

Objetivo: Activar el sistema cardiovascular y articular, desarrollar atención y reacción corporal para mantener el equilibrio.

2. Actividad básica

Círculo de destrezas motrices básicas:

Los estudiantes rotan en grupos por estaciones (cada círculo pintado) con:

1. **Coordinación:** discurrir por el círculo de forma continua.
2. **Equilibrio:** caminar sobre una línea del círculo
3. **Reacción:** responder con un movimiento rápido ante un desvío de la línea.

Objetivo: Practicar habilidades motrices generales con enfoque individual del equilibrio.

3. Actividad avanzada

Desafío motriz en equipos

Se alumnos se forman en grupos junto al círculo pintado en el suelo:

- Caminar sobre la línea sin salirse manteniendo el equilibrio.

Se registra el tiempo de cada equipo (sin competencia agresiva) y se repite para mejorar.

 *Objetivo:* Integrar diferentes habilidades en una secuencia, fomentar la auto control espacial y el trabajo en grupo.

4. Actividad de aplicación

“Creo mi propio reto”

- En parejas, los estudiantes inventan una secuencia motriz circular, tomándose los hombros.

Objetivo: Aplicar lo aprendido de forma creativa, desarrollando autonomía, equilibrio y expresión motriz.

5. Actividad de recuperación

Círculo de reflexión rápida:

- ¿Qué destreza sentiste que mejoraste hoy?
- ¿Qué parte fue más difícil?
- ¿Qué puedes hacer para seguir mejorando?

El docente refuerza positivamente con frases como:

- “Hoy corriste más rápido que ayer en el círculo”
- “Te esforzaste en mantener el equilibrio”
- “Mejoraste en tu coordinación y auto control”



CIERRE	Tiempo aproximado: 15 minutos
---------------	--------------------------------------

- **Estiramientos guiados:** piernas, brazos, espalda, cuello.
- **Respiración consciente** para volver a la calma.
- **Reflexión final del docente:**

“Las habilidades no se heredan, se entrenan. Con práctica, disciplina y actitud, puedes mejorar

-Se comenta sobre la *Higiene personal* – **LAVADO DE MANOS, LIMPIEZA CORPORAL**

-Se les da 10 min de tiempo para realizar cualquier deporte de su preferencia

Firma del docente

Directora

SESIÓN DE APRENDIZAJE

TÍTULO: Mejoro mis destrezas y habilidades motoras – Integración motriz/Figuras combinadas

DATOS INFORMATIVOS
Institución Educativa: BERNABE COBO CUSCO
Grado y sección: 6 A
Docente: FLOR ITALA QUISPE MONTEAGUDO
Fecha: 29/08/25
Area: EDUCACION FISICA

1. PROPOSITOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

COMPETENCIAS / CAPACIDADES	DESEMPEÑOS/ APRENDIZAJE BASICO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE
“SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVES DE SU MOTRICIDAD” - Comprende su cuerpo. -Se expresa corporalmente.	-Aplica la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su preferencia, utilidad y/o necesidad, y anticipa las acciones motrices a realizar en un espacio y tiempo, para mejorar las posibilidades de respuesta en una actividad física. Ejecuta los ejercicios vinculados a la figura combinada (triángulo-cuadrado) trabajada	Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados para lograr cumplir la ruta de la figura	REGISTRO AUXILIAR	Participan con entusiasmo en diferentes actividades deportivas, con buen desempeño
“ASUME UNA VIDA SALUDABLE” -Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. -Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	- Utiliza diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física; asimismo, selecciona los que mejor se adecúan a sus posibilidades y utiliza la información que obtienen en beneficio de su salud.	Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño	REGISTRO AUXILIAR	Participan con entusiasmo en diferentes actividades deportivas, con buen desempeño

COMPETENCIAS TRANSVERSALES Y CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Persevera en sus tareas, aprende de sus errores y busca soluciones que permitan lograr la figura combinada triángulo-	Identifica acciones para el cuidado de su cuerpo en la	Participan con entusiasmo en diferentes

	cuadrado.	práctica de actividades físicas. Aplica hábitos saludables como hidratación, calentamiento, estiramiento y descanso. Participa con responsabilidad y compromiso en las actividades físicas.	actividades deportivas, con buen desempeño
--	-----------	---	--

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES O ACCIONES OBSERVABLES
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	- Docentes y estudiantes demuestran tolerancia evitando cualquier forma de discriminación. - Docentes programan considerando actividades diferenciadas.

2. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN:

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán en esta sesión?
Revisamos los materiales a utilizar, la correcta uniformización de los estudiantes y se les lleva al lugar donde realizaremos las actividades	Conos, platillos, silbato, cronometro, lápiz y papel, pintado en el piso de triángulos-cuadrados de tamaño adecuado..

3. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO	Tiempo aproximado: 15 minutos
--------	-------------------------------

El docente les da la bienvenida a los estudiantes, los organiza en un gran círculo y dialoga con los estudiantes.

Activación corporal (5 minutos):

Movilidad articular (cuello, hombros, cadera, rodillas, tobillos).

Trote ligero y ejercicios de calentamiento (saltos suaves, skipping, jumping jacks).

MOTIVACIÓN

El docente inicia con una pequeña demostración o juego corto de coordinación (ej. aplaudir y girar al mismo tiempo) y plantea:

“¿Qué se debe tomar en cuenta para guiarse espacialmente en referencia al triángulo-cuadrado? Hoy entrenaremos como atletas, mejorando nuestras destrezas para ser más ágiles, rápidos y coordinados. ¡Vamos a poner a prueba nuestro cuerpo y mente para el equilibrio!”

Se realiza un breve juego llamado “Imita al líder”, donde los estudiantes deben imitar una secuencia rápida de movimientos que hace el docente para lograr cumplir con la figura pintada: triángulo-cuadrado.

SABERES PREVIOS

- ¿Qué entiendes por equilibrio y destreza o habilidad motora?
- ¿En qué actividades o deportes usas más coordinación, agilidad o equilibrio?
- ¿Qué parte de tu cuerpo crees que usas más cuando haces ejercicio?

Se identifican conceptos previos y experiencias relacionadas con el desarrollo físico y deportivo

CONFLICTO COGNITIVO

El docente plantea:

“¿Un gran jugador nace o se entrena? ¿Podemos mejorar nuestras habilidades con práctica, aunque no seamos los más rápidos ahora?”

Esto motiva a creer en el **proceso de mejora continua a través de la práctica física y el conocimiento de figuras geométricas como el triángulo y el cuadrado.**

PROPOSITO DE APRENDIZAJE

Los estudiantes fortalezcan sus habilidades motrices básicas y específicas (coordinación, equilibrio, agilidad, velocidad y reacción), mediante actividades físicas progresivas que favorezcan su desarrollo corporal y actitud positiva hacia el movimiento. Complementan el conocimiento de figuras geométricas.

DESARROLLO

Tiempo aproximado: 60 minutos

1. Actividad fisiológica o de activación

Juego: “Calentamiento en 4 direcciones”

- Trote suave en el espacio.
- El docente indica: adelante, atrás, izquierda, derecha.
- Ejemplifica la forma de seguir la figura: triángulo cuadrado, manteniendo el equilibrio corporal

Objetivo: Activar el sistema cardiovascular y articular, desarrollar atención y reacción corporal para mantener el equilibrio.

2. Actividad básica

Circuito de destrezas motrices básicas:

Los estudiantes rotan en grupos por estaciones (cada círculo pintado) con:

1. **Coordinación:** discurrir por la figura combinada de forma continua sin salirse de la línea.
2. **Equilibrio:** caminar sobre una línea de la figura combinada.
3. **Reacción:** responder con un movimiento rápido ante un desvío de la línea.

Objetivo: Practicar habilidades motrices generales con enfoque individual del equilibrio.

3. Actividad avanzada

Desafío motriz en equipos

Se alumnos se forman en grupos junto al círculo pintado en el suelo:

- Caminar sobre la línea sin salirse manteniendo el equilibrio.

Se registra el tiempo de cada equipo (sin competencia agresiva) y se repite para mejorar.

 *Objetivo:* Integrar diferentes habilidades en una secuencia, fomentar la auto control espacial y el trabajo en grupo.

4. Actividad de aplicación

“Creo mi propio reto”

- En parejas, los estudiantes inventan una secuencia motriz adecuada, primero escogen empezar por el triángulo, luego empiezan por el cuadrado.

Objetivo: Aplicar lo aprendido de forma creativa, desarrollando autonomía, equilibrio y expresión motriz.

5. Actividad de recuperación

Círculo de reflexión rápida:

- ¿Qué destreza sentiste que mejoraste hoy?
- ¿Qué parte fue más difícil?
- ¿Qué puedes hacer para seguir mejorando?

El docente refuerza positivamente con frases como:

- “Hoy corriste más rápido que ayer en la figura combinada”
- “Te esforzaste en mantener el equilibrio”
- “Mejoraste en tu coordinación y auto control”



CIERRE

Tiempo aproximado: 15 minutos

- **Estiramientos guiados:** piernas, brazos, espalda, cuello.
- **Respiración consciente** para volver a la calma.
- **Reflexión final del docente:**

“Las habilidades no se heredan, se entrenan. Con práctica, disciplina y actitud, puedes mejorar

-Se comenta sobre la *Higiene personal – LAVADO DE MANOS, LIMPIEZA CORPORAL*

-Se les da 10 min de tiempo para realizar cualquier deporte de su preferencia

Firma del docente

Directora

Anexo 6. Instrumento de aplicación y recolección de datos

A	B	C	D	E	F	G
Código	Sexo	Edad	Peso (Kg)	Talla (cm)	IMC	% Asistencia
Código	Sexo	12	39.1	143.5	19	93
E1	M	10	27.4	148.2	12.5	82
E2	F	12	32.9	134.9	18.1	80
E3	F	12	31.3	130.9	18.3	84
E4	M	10	31.5	147.4	14.5	93
E5	M	10	24.3	138.2	12.7	86
E6	F	12	31.9	132.6	18.1	88
E7	M	11	38	135.8	20.6	94
E8	F	12	47.8	134.1	26.6	94
E9	F	12	37	142.9	18.1	89
E10	M	12	35.6	146.1	16.7	92
E11	F	12	32.4	148.2	14.8	98
E12	M	10	32	148.3	14.6	86
E13	M	12	39.7	147.3	18.3	96
E14	M	11	36.5	140.5	18.5	99
E15	F	10	31.8	137.6	16.8	83
E16	M	11	29.9	131.4	17.3	84
E17	F	11	34.2	149.7	15.3	86
E18	F	11	32.3	140.8	16.3	92
E19	M	11	35	139.1	18.1	94
E20	M	10	33.9	150.3	15	90
E21	M	10	36.9	135.7	20	83
E22	F	11	28.7	147.8	13.1	92
E23	F	11	40.5	144.1	19.5	86
E24	F	10	48.9	134.7	27	98
E25	M	10	41	141.5	20.5	81

Instrumento de aplicación y recolección de datos

A	B	C	D	E	F	G	H	I
Código	Coordinación_Pr	Coordinación_Pc	Equilibrio_Pre	Equilibrio_Post	Lateralidad_Pr	Lateralidad_Pos	Ritmo_Pre	Ritmo_Post
Código	2	4	5	12	6	9	3	8
E1	1	4	9	14	5	8	5	10
E2	2	4	5	10	6	10	3	7
E3	1	3	5	10	3	6	3	8
E4	1	3	7	13	3	7	3	7
E5	2	5	5	11	6	9	3	7
E6	2	5	6	13	6	9	4	8
E7	2	5	6	13	5	10	5	9
E8	3	5	8	12	4	9	2	6
E9	2	4	10	14	6	9	2	5
E10	3	6	9	16	3	6	5	10
E11	1	4	5	11	5	10	2	6
E12	3	6	5	10	6	11	5	10
E13	2	5	7	14	3	8	2	7
E14	1	3	10	14	3	7	3	7
E15	1	4	6	12	4	7	2	5
E16	1	3	9	16	5	10	5	9
E17	3	6	8	15	5	8	5	8
E18	2	4	6	12	4	8	5	10
E19	1	4	10	17	4	8	5	8
E20	1	4	8	14	5	10	5	8
E21	1	4	7	12	5	9	4	7
E22	3	6	7	13	6	9	4	9
E23	3	5	5	11	6	11	2	7
E24	2	5	10	16	4	7	5	8
E25	3	5	9	16	6	9	2	5

Instrumento de aplicación y recolección de datos

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Código	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	Puntaje total
Código	NO	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	6
E1	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	7
E2	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	NO	6
E3	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	NO	5
E4	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8
E5	NO	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	6
E6	SI	SI	NO	SI	NO	SI	SI	SI	6
E7	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8
E8	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	7
E9	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	7
E10	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8
E11	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	NO	6
E12	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	SI	6
E13	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI	SI	6
E14	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	7
E15	SI	NO	SI	SI	SI	SI	NO	SI	6
E16	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	6
E17	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8
E18	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	7
E19	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	7
E20	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8
E21	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	7
E22	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	NO	6
E23	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	8
E24	SI	NO	SI	SI	SI	SI	NO	NO	5
E25	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	7

Instrumento de aplicación y recolección de datos

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
Código	Sesion_1	Sesion_2	Sesion_3	Sesion_4	Sesion_5	Sesion_6	Sesion_7	Sesion_8	Sesion_9	Sesion_10	Sesion_11	Sesion_12
Código	3	5	4	3	3	5	3	4	4	5	4	3
E1	4	5	5	4	4	3	4	5	3	3	4	3
E2	3	5	5	3	3	4	5	4	4	4	4	4
E3	4	5	5	4	3	4	5	5	5	4	3	3
E4	4	4	5	3	5	4	4	4	5	4	5	4
E5	5	3	5	3	3	5	4	4	4	3	3	5
E6	3	4	3	3	5	5	5	4	5	5	4	4
E7	3	3	5	4	5	5	3	5	3	4	5	5
E8	5	5	5	4	5	3	5	5	3	4	5	3
E9	5	4	5	4	4	5	4	3	4	3	3	4
E10	5	5	5	3	4	3	3	5	4	4	4	3
E11	5	4	4	4	4	4	3	5	4	3	3	5
E12	3	5	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5
E13	3	3	5	3	4	3	4	5	3	3	3	5
E14	4	3	5	5	4	3	4	3	3	3	3	3
E15	4	3	5	3	3	5	5	5	5	3	4	3
E16	5	4	3	4	4	4	5	4	3	3	4	3
E17	5	3	4	3	4	4	3	4	4	5	5	3
E18	5	4	3	5	5	4	4	5	4	5	3	5
E19	4	3	4	3	5	3	3	5	4	4	3	5
E20	4	3	5	4	5	3	3	4	3	5	3	4
E21	4	4	5	5	5	3	3	4	4	5	5	4
E22	4	4	3	4	5	3	3	3	5	4	5	3
E23	4	3	3	5	5	4	4	4	5	5	4	5
E24	4	4	4	5	4	5	3	4	3	3	4	5
E25	4	3	4	3	5	3	4	5	5	3	4	5

Anexo 7. Constancia de aplicación de los instrumentos de investigación



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA
"BERNABÉ COBO"
R.D. N° 0260-21-01-2001

CONSTANCIA

LA DIRECCION DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA "BERNABÉ COBO - CUSCO",
QUIEN SUSCRIBE:

HACE CONSTAR:

Que, la Bachiller **FLOR ITALIA QUISPE MONTEAGUDO**, egresada de la Escuela Profesional de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, ha aplicado su instrumento de investigación (sesiones de aprendizaje) de su proyecto de investigación titulado "PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD Y RENDIMIENTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E.P BERNABÉ COBO - 2025"

Se le expide la presente constancia a solicitud de la interesada para fines que viese por conveniente.

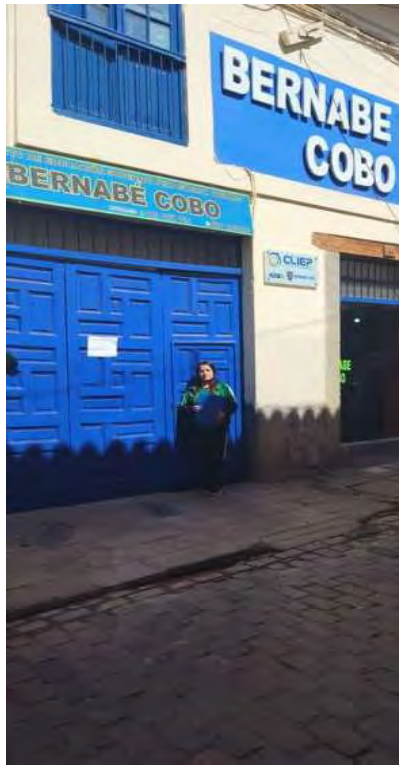
Cusco, 25 de agosto del 2025

EDUCACIÓN Y CAPACITACIÓN
BERNABÉ COBO - CUSCO

Patricia S. Córdova
GERENTE GENERAL

CALLE DESAMPARADOS 141
TELÉFAX: 084 - 298428
E-mail: bernabecobo@hotmail.com
Centa Histórica - Cusco - Perú

Anexo 8. Evidencias fotográficas



Institución Educativa
Particular
Bernabé Cobo



Aplicación de Instrumento en
Institución Educativa
Particular
Bernabé Cobo



Aplicación de Instrumento en Institución Educativa Particular
Bernabé Cobo



Implementación del Programa de psicomotricidad 12 sesiones
en Institución Educativa Particular
Bernabé Cobo





Implementación del Programa de psicomotricidad 12 sesiones
en Institución Educativa Particular
Bernabé Cobo