ANÁLISIS CUALITATIVO Y CUANTITAVO DE LOS DEPORTISTAS DE LA PROVINCIA DE ORIENTE.

HUGO ARIEL TORRES RAMÍREZ

INDEPORTES -CUNDINAMARCA
SUBGERENCIA TECNICA.
COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO
QUETAME (PUENTE QUETAME)
2022

ANALISIS CUALITATIVO Y CUANTITAVO DE LOS DEPORTISTAS DE LA PROVINCIA DE ORIENTE.

HUGO ARIEL TORRES RAMÍREZ

CPS – 1353

FUTBOL SALA

COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES -CUNDINAMARCA
SUBGERENCIA TECNICA.
COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO
QUETAME (PUENTE QUETAME)
2022

Índice.

1. INTRODUCCIÓN	**4**
2. ANTECENDENTES	**6**
3. JUSTIFICACION	**7**
4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	**8**
5. OBJETIVO GENERAL	**10**
5.1 OBJETIVO ESPECIFICO	**10**
6. DISEÑO METODOLOGICO	**11**
6.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	**11**
6.2 PARADIGMA DE INVESTIGACION	**11**
6.3 ALCANCE	**12**
6.4 POBLACION MUESTRA	**12**
6.5 CONSEIDERACIONES ETNICAS	**13**
7. MARCO TEORICO	**14**
8. INTERPRETACION DE DATOS	**16**
8.1 ANALISIS DE TEST DE FUNDAMENTACION	**17**
8.2 ANALISIS DE TEST DE PERFECCIONAMIENTO	**18**
9. ANEXOS	**23**
9.1 EVIDENCIA FOTOGRAFICA	**25**
10. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	**36**

Introducción.

El programa de escuelas de formación de Indeportes Cundinamarca tiene como objetivo la formación integral para la vida a través procesos deportivos, y plantea dentro de sus propósitos el seguimiento, control y mejoramiento a partir de la evaluación del acervo motor, utilizando como herramienta de medición los diferentes test avalados por el área metodológica de Indeportes Cundinamarca. Dentro de lo que se busca evaluar en el proceso de entrenamiento y formación deportiva, es indispensable determinar el estado inicial en el que se encuentran los deportistas a través de la aplicación de test que permiten conocer las características de la población y de cada uno de los individuos, lo cual garantizara la debida planificación y elaboración de un programa de entrenamiento que tiene como fin la mejora constante de las habilidades físicas, motrices, socio afectivas, volitivas y axiológicas del deportistas.

La evaluación por competencias nos exige la construcción de unos indicadores que previamente fueron diseñados por el componente de deporte formativo de la provincia del oriente cundinamarqués estructurados en las mallas y planes pedagógicos, desempeños tales como; la exploración de pruebas de medición de las capacidades físicas y llevar un adecuado registro de ellas, comprender los conceptos de las pruebas que miden la capacidad física y la aplicación de las mismas, buscar la preparación previa del deportista para la ejecución de las pruebas de forma natural mediante la práctica de juegos pre deportivos y las formas jugadas.

Se busca que el deportista comprenda los conceptos que miden con el fin de observar y evaluar el estado de desarrollo de una competencia que construye unidades de aprendizaje, que posibilitaran la formación y adecuada evaluación del mismo para satisfacer las necesidades y exigencias de cada una de las disciplinas deportivas ,la realización de test, pruebas antropométricas, físicas y técnicas al inicio del programa son la base, para controlar, evaluar y dosificar de acuerdo al nivel de formación en el que se encuentra el deportista, componentes tales como; condición física, técnicas del cuerpo y desarrollo motor.

Por ello, el presente documento desarrolla lo anteriormente mencionado a partir de un estudio cualitativo y cuantitativo de los resultados obtenidos de los test de valoración físicos y antropométricos, de manera que en la provincia de oriente se realice un registro que perdure con el tiempo y sirva de base para la detección de presentes o futuros talentos deportivos en el departamento de Cundinamarca.

Antecedentes.

La provincia del oriente cundinamarqués está formada por 12 municipios (Cáqueza, Choachí, Guayabetal, Fomeque, Ubaque, Chipaque, Une, Fosca, Gutiérrez, Paratebueno, Medina y Quetame),los cuales están integrados por población que en su gran mayoría se dedica a las labores del campo y la ganadería, desde la gobernación de Cundinamarca y su plan de desarrollo “REGION QUE PROGRESA” y el Instituto departamental para la recreación y el deporte de Cundinamarca INDEPORTES Cundinamarca en la vigencia 2020-2023, se ha buscado llevar el deporte formativo para la vida con altos estándares de calidad a los 116 municipios del departamento y los municipios del oriente del mismo no fueron la excepción, se iniciaron procesos de formación en deportes en los 12 municipios de la provincia principalmente impactando poblaciones nunca antes intervenidas con estos tipos de programas, víctimas del conflicto, campesinado y demás población descentralizada históricamente de los centros poblados de los municipios.

Resaltamos como eje de investigación, evaluación y análisis, una temática primordial para el desarrollo deportivo y de gran alcance para nuestros factores de rendimiento, índices que focalizan habilidades y destrezas en unos test antropométricos y físicos, fundamentales en la estructuración a nuestro sistema del deporte de la región y el departamento. Se enmarca como test antropométricos los siguientes parámetros (estatura de pie, peso corporal, estatura sentada, envergadura y perímetro de cintura) y físicos (20 mts lisos, salto largo sin impulso, salto vertical, shutter run 4x10, agarre de bastón, 300 mts planos, course navette 20 mts). Dichas pruebas se han ejecutado trimestrales durante el periodo del año en aras de analizar, observar, planear y evaluar el progreso deportivo de cada deportista perteneciente a estas escuelas de formación deportiva de la región del oriente cundinamarqués.

Justificación

Dentro el proceso evaluativo de los test de valoración aplicados en los deportistas de la zona del oriente de Cundinamarca, tiene como finalidad conocer el desarrollo motriz, la capacidades y habilidades básicas motrices en las que se encuentran estos deportistas, teniendo en cuenta cada etapa de formación, y así poder indagar a profundidad los procesos de formación deportiva de cada uno de los instructores en cada una de las disciplinas integradas en estos municipios.

La aplicación de los test evaluativos ayuda a encontrar y descubrir talentos deportivos, los cuales pueden ser llevados a un nivel más alto y ser representantes del municipio, departamento y por qué no de nuestro país, en la disciplina deportiva que se destaca este. Esto se logrará con el seguimiento y apoyo del componente

de alto rendimiento deportivo del Instituto de Recreación y Deporte de Cundinamarca. (INDEPORTES).

Planteamiento del problema

Indeportes Cundinamarca trata todo lo referente al deporte de nuestro departamento. En lo que concierne al deporte formativo de reviso en la página web y no se encuentra hallazgo ninguno sobre registro de datos sobre test de valoración para los integrantes que conforman este programa que está direccionado hacia niños, niñas y jóvenes de 6 a 17 años de edad de todos los municipios de Cundinamarca, aunque si se encuentra un par de capacitaciones que han Sido dirigidas hacia los formadores para que apliquen estás pruebas en cada uno de sus procesos deportivos.

Surge la necesidad de planear, proyectar e implementar un registro con datos exactos transcritos y aplicados por profesionales en el deporte que sirvan de medición y evaluación de los distintos procesos deportivos que se desarrollan en la provincia de oriente en sus distintas disciplinas tanto individuales como de conjunto.

No hay una articulación entre deporte de altos logros y deporte formativo lo cual no permite la trascendencia y evolución del deportista amateur a una posible competitividad a nivel de alto rendimiento.

Urge la necesidad de procesos comunicativos, inclusivos y promovidos dónde todos los actores y entes deportivos del departamento tengan acceso a la información de los test de valoración de cada uno de los deportistas Cundinamarqueses para de está manera descentralizar apoyos e incentivos que lleguen a todos los rincones del departamento y de esta manera no haya fuga de capital y talento humano hacia otras ligas del país.

No hay una eficiente articulación institucional y una promoción con la suficiente cobertura de un programa como el Plan Estrellas liderado por Indeportes que pareciera dirigido solo a municipios de primera categoría y no a los de sexta cómo los de oriente de Cundinamarca, claro está que para potencializar el talento se necesita por ejemplo de una infraestructura adecuada para cada disciplina deportiva pero en nuestra provincia partiendo de ese principio llevamos desventaja ya que nuestros deportistas no cuentan con las garantías necesarias para desarrollarse en el mejor nivel posible.

Tal vez, si los deportistas se enteraran de los incentivos que existen por destacarse a nivel deportivo en el departamento se motivarían un poco más y se exigirían cada vez más por ser la mejor versión como deportistas. Una manera de hacer visible a esta población es precisamente la Inter institucionalidad de los datos de los test de valoración en dónde quizá aparezca una promesa deportiva que estaba escondida en lo más recóndito del departamento.

Ahora bien, se necesita del compromiso real y profesional de cada uno de los docentes vinculados al programa de deporte formativo para la promoción de las

posibles estrellas del deporte a nivel departamental con proyección nacional y por qué no internacional.

En años anteriores se escogía una sede de la provincia de oriente para realizar los test a los muchachos más avanzados pero los resultados ni siquiera fueron compartidos con los deportistas ni con la oficina de deportes, y es que, desafortunadamente cada vez que cambia el gobernador de turno llega con su nuevo gabinete y los procesos se cambian o se da una continuidad de manera que beneficie a los deportistas, sino que muchas veces, es como si el deportista iniciará nuevamente de cero sin las bases lo suficientemente fuerte que le permitan desarrollar su verdadero potencial y en dónde al no existir sistematización e información interinstitucional articulara, clara y veraz se genera un retroceso en la visualización y detección del talento deportivo en el departamento.

Objetivo General.

Realizar la toma de medidas antropométricas y test de valoración con el fin de conocer el estado de los deportistas de la provincia del Oriente Cundinamarqués.

Objetivos Específicos.

1. Evaluar la composición corporal de los deportistas del programa de deporte formativo de las escuelas deportivas del oriente Cundinamarqués en cuanto a factores tales como estatura de pie y sentado, peso en kg y demás datos requeridos para obtener el IMC de los deportistas.

2. Evaluar las capacidades físicas y motrices de los deportistas del oriente mediante la aplicación de test de valoración tales como; course navette, shuttle run, entre otros.
3. Obtener resultados medibles desde lo cuantitativo y que desde lo cualitativo aporten datos y conceptos que contribuyan a la formación de los deportistas y a someter al respectivo ajuste los procesos dentro de la provincia.
4. Identificar falencias en cada uno de los deportistas de los programas de escuelas de formación, y establecer una hoja de ruta pedagógica para re ajustar y optimizar los procesos.

Diseño metodológico

Este trabajo, está enfocado en la aplicación de unos test, el cual busca mediante el desarrollo de estas herramientas servir para mejorar los procesos deportivos de los deportistas pertenecientes a las escuelas de formación deportiva de Indeportes Cundinamarca provincia del oriente. A continuación, se describe de manera detallada, el enfoque, el paradigma y las particularidades metodológicas que caracterizan este proyecto.

Enfoque de investigación

Para Lincoln y Denzin (1994) La investigación cualitativa es un campo interdisciplinar, transdisciplinar y en muchas ocasiones contra disciplinar. atraviesa las humanidades, las ciencias sociales y las físicas. La investigación cualitativa es muchas cosas al mismo tiempo. Es multiparadigmática en su enfoque.

"El enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para

contestar preguntas de investigación y probar hipótesis previamente hechas, confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento enuna población" (Hernández, Fernández y Baptista, 2003, p. 5)

Paradigma de investigación

El presente trabajo de investigación se enmarca en un paradigma metodológico:

Según Restrepo, "La investigación-acción es un instrumento que permite al maestro comportarse como aprendiz de largo alcance, aprendiz de por vida, ya que le enseña como aprender a aprender, cómo comprender la estructura de su propia práctica y cómo transformar permanente y sistemáticamente su práctica pedagógica" (2003, p. 7).

A partir de la aplicación de los test en las diferentes Escuelas de Formación el cual se ejecutará en tres tomas una inicial una intermedia y una final, con lapso de distancia entre cada toma de 3 meses, donde se podrá determinar y evaluar y así atender las particularidades y las características funcionales de los deportistas.

Alcance

Este trabajo es de alcance descriptivo; basado en lo propuesto por Ponce, Domínguez y Arriaga, (2014), quienes manifiestan que los estudios de alcance descriptivo buscan caracterizar, presentar, resultados de conductas o de aspectos generales; específicamente hablando para este trabajo de investigación, consiste en lo que se encontró tanto en la evaluación de las diferentes tomas de los test.

De igual manera, Ortiz (2004), indica que la investigación descriptiva, consiste en medir un grupo de personas u objetos variables y proporcionar su descripción, indagando la incidencia y los valores en que se manifiestan en las mismas. En el caso particular de esta investigación la propuesta dentro de los planes

y mallas pedagógicos con la aplicación de los test, pretende ser la base para el trabajo de intervención en cada una de las escuelas de formación, permitiendo a los formadores deportivos planificar las diferentes sesiones de clase basado en las necesidades particulares del grupo a intervenir.

Población y Muestra

La población, es definida como "el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones" (Lepkowski, 2008b) lo que indica que para el presente proyecto de investigación la población son los deportistas de las Escuelas de Formación deportiva de la provincia de oriente, que reciben como herramienta la aplicación de los diferentes test lo cual permite evaluar y tener una propuesta clara sobre la evolución de cada niño.

"La muestra representa el comportamiento de algunas variables o fenómenos de la población" (Rojas, 2006. p.181). Para este caso, se realizó una la aplicación de los test a los niños que hacen parte de la población ya mencionada.

Consideraciones éticas

Dentro de las consideraciones éticas se tuvieron en cuenta los aspectos científicos en la construcción de la investigación la cual se basó en la protección, en el ejercicio y la influencia de los participantes, evitando la vulneración de sus derechos y su relación con la ética (Colciencias, 2014).

MARCO TEORICO

Las Orientaciones para la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física, Recreación y Deporte ofrecen una fundamentación conceptual, pedagógica y didáctica de las competencias específicas que posibilitan los procesos formativos en esta área obligatoria y fundamental del currículo. A su vez, contribuyen al desarrollo de las competencias básicas.

Son definitorios de las competencias, su intrínseca exigencia de flexibilidad conceptual demanda reconocer que no existe una concepción única de competencia, sino varias y diversas, relacionadas con las exigencias para el trabajo -para la educación o para la vida.

Por ejemplo, Chomsky expone que la competencia:

1. Es específica del dominio, es decir, aplica a un área de actividad particular.

2. Se expresa en un “saber hacer” o saber cómo conocimiento implícito en la actuación misma.

3. No es producto de un aprendizaje en sentido estricto.

Meinel (1977) plantea, desde una perspectiva pedagógica, que el movimiento humano debe ser visto como una acción que conduce siempre a la realización de una tarea cinética concreta, determinada por la relación dialéctica del ser humano con el medio. Toda acción

humana, y por ende deportiva y educativa, está determinada por relaciones propias del hombre con los otros hombres y con el mundo de las cosas, como una forma de comportamiento orientada a una finalidad. Estas finalidades se dirigen hacia la utilización pedagógica del movimiento, como medio formativo y educativo de conservación de la salud, de trabajo físico, de creación artística, de comunicación humana y de adquisición de conocimientos. En este planteamiento se destaca el sentido de la acción, en tensión constante con las exigencias cambiantes del entorno en la que se realiza.

Cagigal (1979), los enunciados sobre el ser humano dueño y señor de su cuerpo, y el ser humano adaptado al entorno a través de su cuerpo, producto de la reflexión antropo-filosófica, condensan la aspiración de un ser humano educado para actuar. Tal actuación implica la formación personal en relación con un contexto social y ambiental. El cuerpo y el movimiento son los fundamentos desde los cuales se alcanzan los niveles de implicación o enriquecimiento personal, como por ejemplo, inteligencia motriz, eficiencia física, vivencia integral y comunicación del movimiento y disfrute o placer funcional del mismo.

El documento de Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte (MEN, 2000) ofrece una aproximación al concepto de competencia en el contexto de la educación física. En particular, indica que “la competencia praxeológica permite interpretar las diferentes formas de establecer las relaciones teoría–práctica–contexto en la educación física” (p. 91).

Parlebas (2001) centra la Educación Física no en el movimiento sino en el sujeto que se mueve, que halla en sus acciones una organización significativa. Esto implica la presencia de un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido, que es vivido de forma consciente o inconsciente por la persona que actúa. Esta conducta motriz permite considerar, en el desarrollo mismo de la acción, los elementos de tipo cognitivo, relacional, afectivo y significativo motor. Las conductas motrices implican procesos cognitivos, entendidos no como conocimientos declarativos sino como habilidades y destrezas, procedimientos comportamentales, formas de reacción, pre-actuar y actuar que desarrollan las competencias adaptativas del individuo. Es en la conducta motriz, y no en el ejercicio, donde la Educación Física debe buscar un reconocimiento a la participación del sujeto en su totalidad y no como una parte de él.

•La competencia motriz, entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos de claridad y de orientación didáctica es necesario utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias.

•La competencia expresiva corporal, debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades.

•La competencia axiológica corporal, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades

físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente.

Interpretación datos:

Cualitativa:

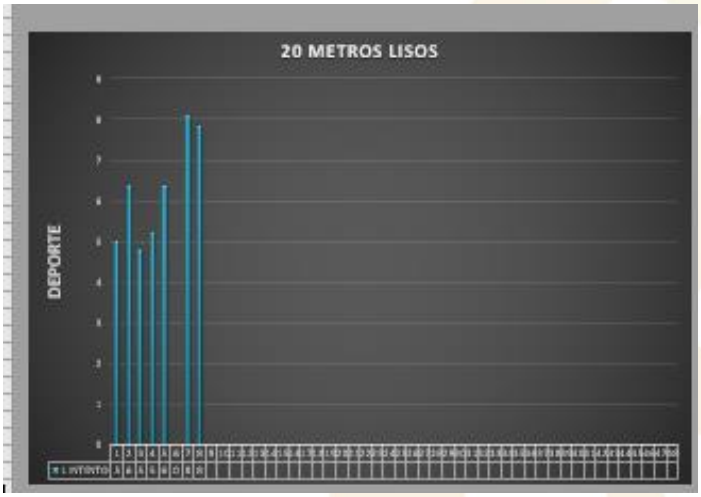
Conclusiones tentativas y revisiones que se van dando sobre la marcha del estudio, generalizaciones especulativas o no se producen generalizaciones. El análisis de la información es no estadístico.

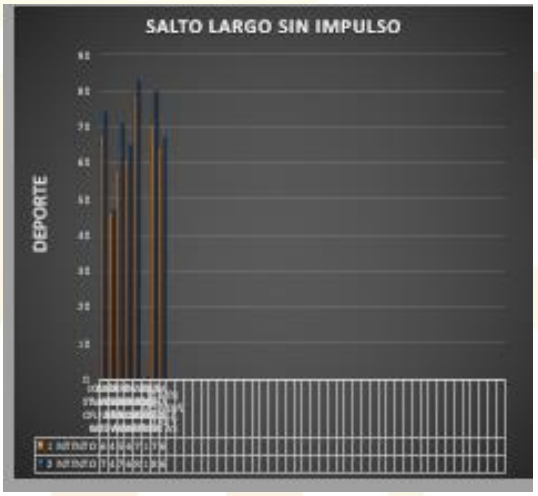
Cuantitativo:

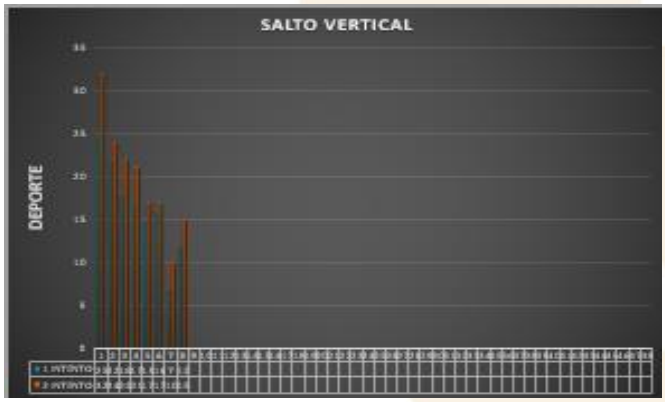
Las conclusiones y generalizaciones se formulan al concluir el estudio y se expresan con un grado predeterminado de certeza. El análisis de la información es estadístico. (en esta sección ubican las gráficas y sus conclusiones cuantitativas)

análisis de cada uno de los test por nivel.

INICIACIÓN: 8 años



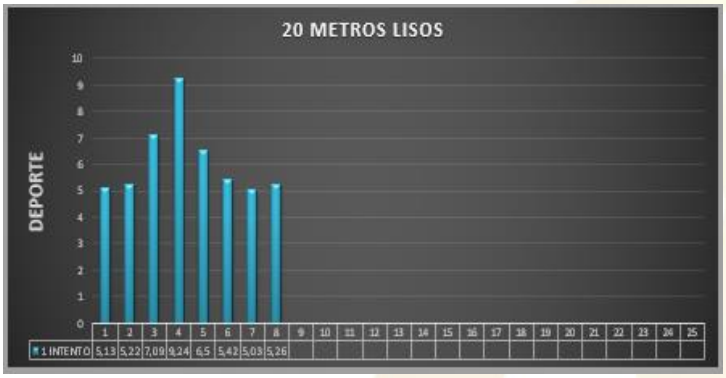




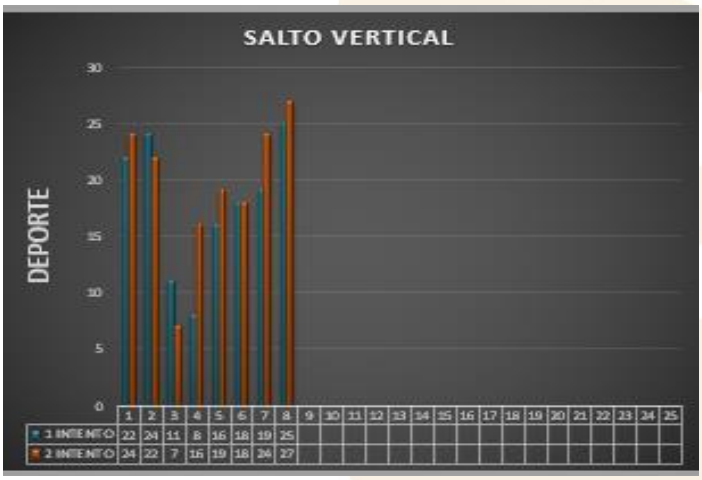




9 a 10 años


20 METROS LISOS
DEPORTE
1 INTENTO 5,13 5,22 7,09 9,24 6,5 5,42 5,03 5,26


SALTO LARGO SIN IMPULSO
DEPORTE
1 INTENTO 63 1 1 64 90 1 1 65
2 INTENTO 65 1 88 50 99 1 1 67


SALTO VERTICAL
DEPORTE
1 INTENTO 22 24 11 8 16 18 19 25
2 INTENTO 24 22 7 16 19 18 24 27

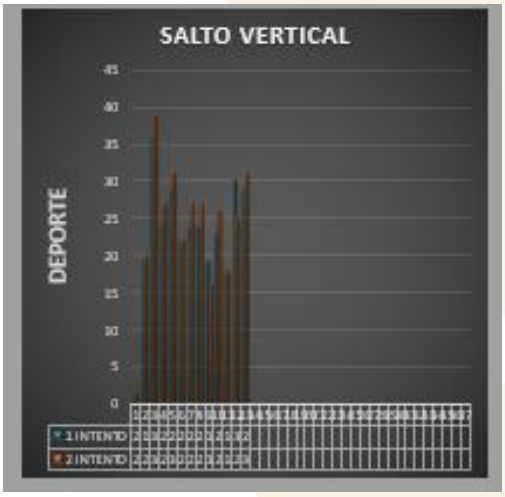

SHUTTER RUN 4X10
DEPORTES
1 INTENTO 16,2 13,9 17,3 23,3 15 14 13,7 18,1


AGARRE DE BASTON
DEPORTE
1 INTENTO 31 31 30 31 39 25 49 32
2 INTENTO 28 18 34 31 45 34 32 29

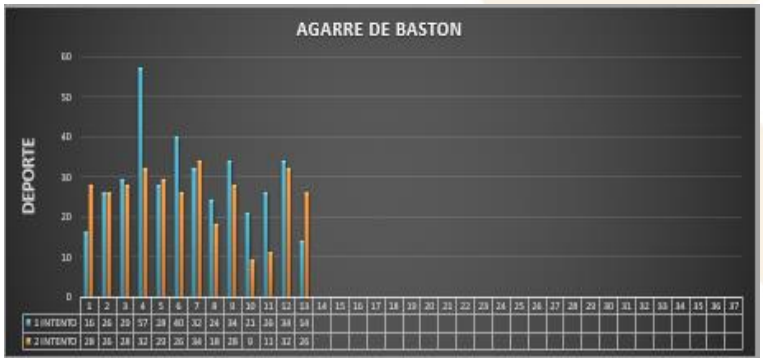
11 a 13 años

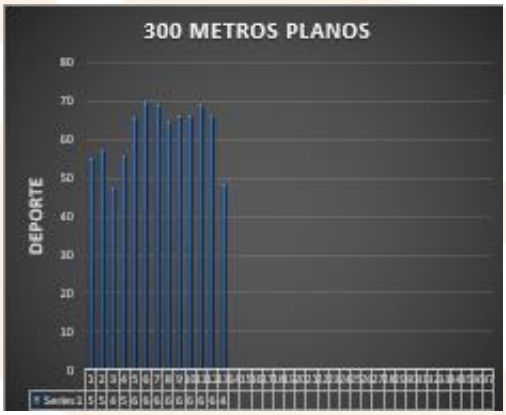

20 METROS LISOS
DEPORTE
1 INTENTO


SALTO LARGO SIN IMPULSO
DEPORTEE
1 INTENTO

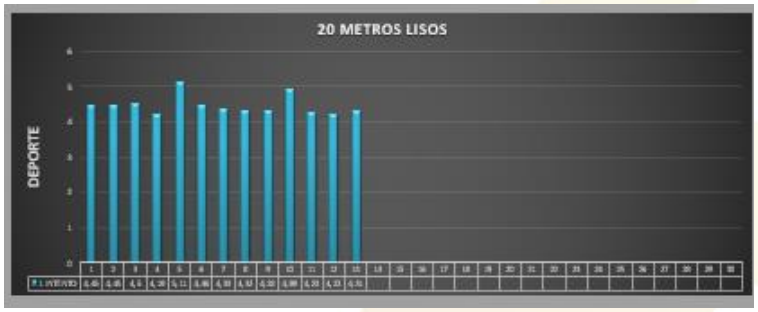

SALTO VERTICAL
DEPORTE
1 INTENTO
2 INTENTO


SHUTTER RUN 4X10
DEPORTE
1 INTENTO

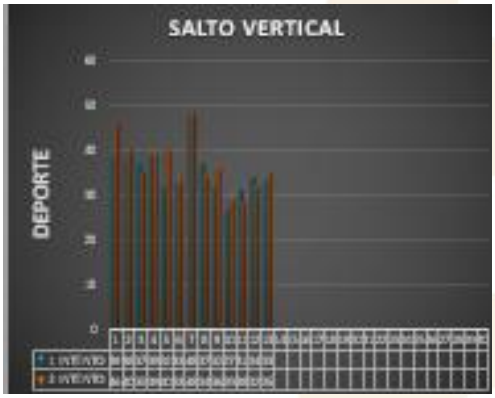

AGARRE DE BASTON
DEPORTE
1 INTENTO
2 INTENTO


300 METROS PLANOS
DEPORTE

14 a 17 años


20 METROS LISOS
DEPORTE


SALTO LARGO SIN IMPULSO
DEPORTE


SALTO VERTICAL
DEPORTE


SHUTTER RUN 4X10
DEPORTE


AGARRE DE BASTON
DEPORTE


COURSE NAVETTE 20 METROS / DISTANCIA POR TIEMPO
DEPORTE


COURSE NAVETTE 20 METROS / RECTAS
DEPORTE

Peso: Se observó en la medición que los deportistas no presentan alteraciones en su peso ni muestras de obesidad, ni desnutrición de acuerdo a la edad que estos presentan.

Estatura: Se evidencia una estatura promedio de acuerdo a la edad sin demasiadas alteraciones en casos de baja estatura.

Estatura sentada: Los resultados encontrados no se evidencia ninguna alteración en sus mediciones de acuerdo a los estándares.

Perímetro de cintura: Su medición se encuentra en los estándares establecidos lo cual nos da un buen índice de masa corporal en todos los estudiantes.

Envergadura: La medición de esta nos evidencia una similitud con los datos de toma de estatura ya que la mayoría de deportistas su envergadura es igual a la su estatura.

20 metros lanzados: Se evidencia una técnica normal de carrera en los deportistas estableciendo tiempos de acuerdo a la edad y nivel en que se encuentran estos.

Salto sin impulso: Encontramos buenos registros de esta prueba en los deportistas de nivel de perfeccionamiento superando en algunos casos específicos los dos metros de longitud en sus saltos.

Salto vertical: Los deportistas evaluados en este test la mayoría no sobrepasan los 45 cm en su salto evidenciando muy pocos casos que logren pasarlos y aún más escasos los que estén sobre los 40cm.

Shutter run 4x10: Los deportistas de fundamentación obtuvieron tiempos sobre los 14 segundos evidenciando una mejora en su técnica de carrera, pero aun falta de agilidad a la hora de tomar la esponjilla en este test y los deportistas perfeccionamiento vimos agilidad y versatilidad en su zancada para una mejora sustancial en el test obteniendo resultados sobre los 10 y 11 segundos en el test.

Agarre de bastón: la coordinación y la agilidad que aplica el test vimos mejora con la medición anterior, pero siendo esta un punto débil de los deportistas y en muy pocos se observaron mejoras sustanciales en sus test.

300 metros planos: Este test se aplicó a los deportistas de fundamentación y vimos buenos tiempos en un porcentaje amplio de los deportistas por debajo del minuto viendo buena técnica de carrera, un buen braceo y zancada que les ha permitido obtener buenos registros.

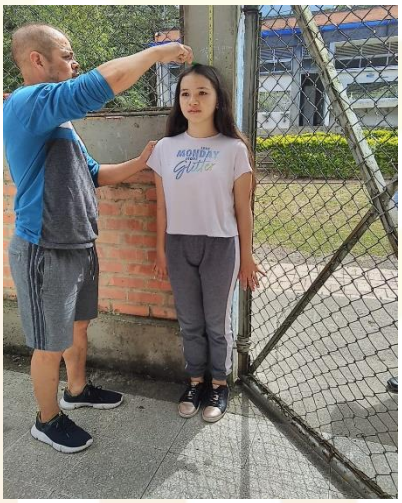
Course navette 20 metros: El test se aplicó al grupo de perfeccionamiento observando una mejora de acuerdo al test anterior pero aun faltando un porcentaje amplio de deportistas que aún no alcanza el kilómetro de distancia de recorrido en este test, pero si una mejora sustancial en alcanzar nuevas etapas que no se lograron en los resultados del test anterior.

Referencias

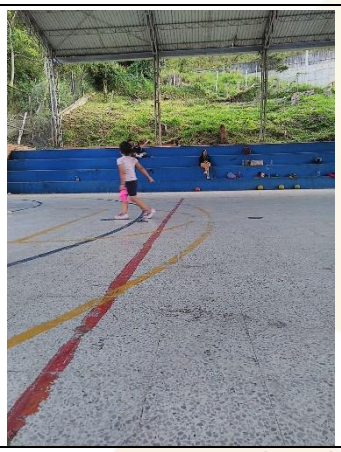
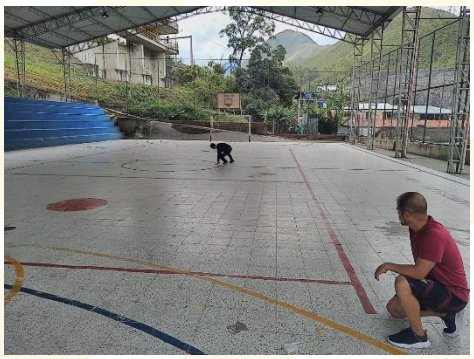
Las referencias bibliográficas sirven para que nuestros lectores puedan identificar y localizar los recursos que hemos citado en nuestro escrito. Las mismas se colocan en la lista de referencias incluida al final de un trabajo, y las veremos también en las bibliografías.

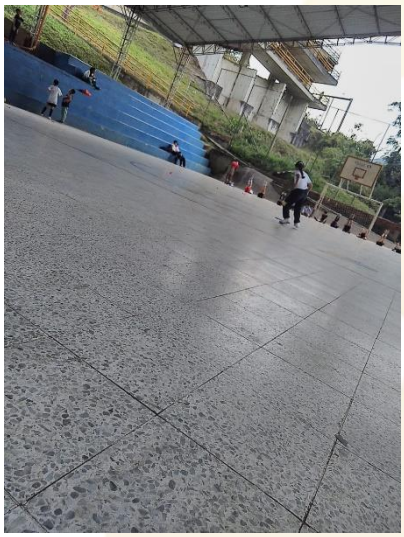
Anexos

Los anexos son elementos opcionales dentro del Trabajo de investigación, son materiales complementarios, relevantes, pero demasiado extensos para ser incluidos en el cuerpo del documento. (Planillas Excel, planilla en físico, registro fotográfico (una fotografía por cada prueba aplicada)).

EVIDENCIA FOTOGRAFICA (se sugiere realizar un collas por cada test (3-6) fotos y ubicar evidencias por cada Nivel.	
PESO	**TALLA DE PIE**
	
TALLA SENTADO	**PERÍMETRO ABDOMINAL**
	

Envergadura	Salto largo sin impulso
	
Test de 20 metros	Salto vertical
	

Test de Shutte run 4*10	Test course navette
	
Test de Bastón métrico	Salto sin impulso
	
Salto sin impulso	Test métrico
< 	

Test de Shutte run 4*10	Test 20 metros
	
300 metros	300 metros
	

Referencias Bibliográficas.

Instituto Departamental Para La Recreación y el Deporte de Cundinamarca. http://www.indeportescundinamarca.gov.co

La investigación-acción: una propuesta para la formación y titulación en las carreras de Educación Inicial y Primaria de una institución de educación superior privada de Lima (LIZA CABRERA MORGAN, 12-06-2017). http://www.scielo.org.pe/pdf/educ/v26n51/a07v26n51.pdf

Metodología de la investigación [Archivo PDF]. http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/blanco_s_nl/capitulo3.pdf

Metodología de investigación, enfoque cualitativo (3 Sep 2014. https://sites.google.com/site/metodologiadeinvestigaciontese/enfoque-cualitativo

Castán, Y. (2014). Introducción al método científico y sus etapas. Metodología en Salud Pública España.haykhuyay.com. http://www.haykhuyay.com/A1/Generic/ECO1/U1U2/metodoCientifico.pdf

Cauas, D. (2015). Definiciones de las variables, enfoque, y tipo de investigación. Academia.edu. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/36805674/I-Variables-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1630695989&Signature=WFyEiyXsGaGzVLU8dmL0JXsYjD0eJi5~yKlwpbEAYWSSXxgkwhoybe8OQ-4W5syzRfOB6qAJipdJwCLBZBmPAwfXGYCdnDkupHmPRO6Ib0JBSPeRDbm59UM4IZZvx hobP1J7zLQgWEBYu9JmRF4wvMtF6HqJBvTlnbehZ8o7b~2WUHNE9i~flSFGmoQC9fCu2T NTgIstdVUzqEvfHSPvBeRbAr5USDjiVcGNo16P0hRf~1L1WP6rZBw8xWqLmLeFG

koXkOfx~ 5Jx9qsxdKtPNoNDEz5rEB4oSAFHpAdgFk~Ec6ZimhLJ-ZJ3aQehCtqIXPfLoFEDR6pzOMHlAOo00Q__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Facal Fondo, T. (2015). Guía para elaborar proyecto de investigación social. Ediciones Paraninfo. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=LULUBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=conceptos+de+que+es+un+Proyecto+de+investigaci%C3%B3n&ots=oLJgSvMEjW&sig=Myb3W3whfHYw7bZt1nJT4-vheJA#v=onepage&q=conceptos%20de%20que%20es%20un%20Proyecto%20de%20investigaci%C3%B3n&f=false

Funandi.edu. (s.f.). El proyecto de investigación. Google-Sites https://sites.google.com/a/funandi.edu.co/investigacion/planteamiento-del-problema-1

Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la investigación (6.ª). McGraw-Hill.

Quecedo Lecanda, R. y Castaño Garrido, C. (2003). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. Revista de Psicodidáctica, 14. https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/48130/142-203-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rivera-García, P. (1998). Marco teórico, elemento fundamental en el proceso de investigación científica. AUCJ. https://bivir.uacj.mx/Reserva/Documentos/rva200334.pdf

Tesis y Master Colombia (2019, 20 de noviembre). ¿Qué es un anteproyecto?

https://tesisymasters.com.co/que-es-un-anteproyecto/

Universidad Internacional Iberoamericana. (2021). La importancia de definir los objetivos en un proyecto.Unini. https://blogs.unini.edu.mx/proyectos/2021/03/20/uninimx-importancia-definir-objetivos-proyecto

Organización Panamericana de la Salud (s.f.). Educación en inocuidad de alimentos: Clasificación de la investigación.[OPS]. https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10484:educacion-inocuidad-alimentos-clasificacion-de-investigacion&Itemid=41279&lang=es#gsc.tab=0