



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE

Título:

El mini atletismo en la selección de talentos en niños

Trabajo de Titulación para obtener el título de Licenciado en la
Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Autor:

Jonathan Alexander Parra García

Tutor:

MSc. Isaac Pérez


Riobamba, Ecuador. 2024

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, Jonathan Alexander Parra García, con cédula de ciudadanía 060502552-7, autor del trabajo de investigación titulado: El mini atletismo en la selección de talentos en niños, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, a la fecha de su presentación.



Jonathan Alexander Parra García

C.I:060502552-7



DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, Mgs. Isaac Pérez, catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas Y tecnologías por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: **“El miniatletismo en la selección de talentos en niños”**, bajo la autoría de **PARRA GARCIA JONATHAN ALEXANDER** con CC: **0605025527**; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, 24 de octubre del 2024

Mgs. Isaac Pérez
C.I: 0603880824



CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Titulación para la evaluación del trabajo de investigación titulado “**El mini atletismo en la selección de talentos en niños**”, presentado por **PARRA GARCIA JONATHAN ALEXANDER** con CC: **0605025527**, bajo la tutoría de Mgs. Isaac Pérez; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 29 de noviembre del 2024

Mgs. Susana Paz V.
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

FIRMA

Mgs. Henry Gutiérrez C.
MIEMBROS DEL TRIBUNAL

FIRMA

Mgs. Vinicio Sandoval
MIEMBROS DEL TRIBUNAL

FIRMA

Mgs, Isaac Pérez
TUTOR

FIRMA

CERTIFICADO ANTIPLAGIO



Dirección
Académica
VICERRECTORADO ACADÉMICO



UNACH-RGF-01-04-08.15
VERSIÓN 01: 06-09-2021

CERTIFICACIÓN

Que, **PARRA GARCIA JONATHAN ALEXANDER** con CC: **0605025527**, estudiante de la Carrera **Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, Facultad de Ciencias de Educación, Humanas y Tecnologías; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado " **El miniatletismo en la selección de talentos en niños**", cumple con el 10%, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio Turnitin porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el *proceso*.

Riobamba, 18 de noviembre de 2024

Mgs. Isaac Pérez
TUTOR(A)

DEDICATORIA

Dedicó este trabajo a mi padre Héctor Parra y a mi madre Lourdes García, por ser mi inspiración, mis pilares y mis dos grandes ejemplos de vida. Agradezco siempre su apoyo, cariño y amor incondicional; los dos con su trabajo, sabiduría y sacrificio me ayudaron a culminar una de mis más anheladas metas, gracias por permitirme llegar hasta aquí y convertirme en un hombre responsable y capaz de conseguir siempre lo que quiero, es muy grato y de un gran privilegio tenerlos como padres.

A mis hermanas Melany Parra, Lizbeth Parra, mis sobrinos Maykel y Aitana y a mis abuelitos Mercedes, Cristóbal, Inés y Rubén por ser los mejores por estar siempre conmigo dándome la fortaleza y la inspiración a lo largo de este camino demostrándome siempre su comprensión, apoyo y cariño incondicional.

Al igual como mención especial y honorífica a mi novia Isabelita que siempre ha estado a mi lado a pesar de todo, demostrando su constante apoyo, aprecio y lealtad, gracias por ser una verdadera líder y demostrar siempre su interés en mi bienestar.

A todas las personas nombradas han sido y serán mi motor y motivo para ser mejor todos días ellos han demostrado ser la luz más radiante de mi camino, este trabajo es gracias a ellos.

Jonathan Alexander Parra García

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional de Chimborazo por ser parte de ella y permitirme convertir en una persona de bien y preparada para la sociedad.

A mis profesores y a mi tutor Mgs. Issac Pérez quienes han demostrado su interés y dedicación para formarme como ser humano de bien y profesional con valores, ética y moral.

Jonathan Alexander Parra García

ÍNDICE GENERAL

PORTADA

DECLARATORIA DE AUTORÍA

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TABLAS

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I..... 16

1. INTRODUCCION..... 16

1.1 Antecedentes de la investigación..... 17

1.2 Problema de investigación..... 18

1.3 Formulación del problema..... 18

1.4	Justificación	19
1.5	Objetivos	20
1.5.1	Objetivo general	20
1.5.2	Objetivos específicos	20
CAPÍTULO II.....		21
2.	MARCO TEÓRICO	21
2.1	Fundamentación teórica.....	21
2.1.1	Mini-Atletismo de la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo IAAF	21
2.1.2	El Mini atletismo en el contexto de la IAAF.....	21
2.1.3	Importancia del mini atletismo	22
2.1.4	Atletismo escolar	22
2.1.5	Características del mini atletismo.....	22
2.1.6	Ventajas del mini atletismo	23
2.1.7	Las habilidades básicas en el mini atletismo	24
2.1.8	El Mini atletismo y su aplicación en clases de Educación Física.....	24
2.1.9	Aplicación de la fase de giro para el mejoramiento de la distancia en el lanzamiento del disco.....	25

2.1.10	Incidencia de un programa de ejercicios de flexibilidad sobre la velocidad en atletas de 100 metros planos.	25
2.2	Selección de talentos.....	26
2.2.1	Definición según la RAE.....	26
2.2.2	Tipos de selección	26
2.2.3	Concepto de talentos.....	26
2.2.4	Importancia.....	27
2.2.5	Concepto de selección de talentos deportivos	27
2.2.6	Cuáles son los tipos de selección.....	27
2.2.7	Modelos de selección de los talentos deportivos.....	28
2.3	Selección de talentos a través del Test Físico.....	28
2.3.1	Definición.....	28
2.3.2	Utilización	29
CAPÍTULO III		30
3.	METODOLOGIA	30
3.1	Diseño de la investigación	30
3.2	Tipos de investigación	30
3.3	Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	30
3.3.1	Técnica.....	30

3.3.2	Instrumento de recolección de Datos	30
3.4	Población de estudio y tamaño de muestra	35
3.4.1	Población	35
3.4.2	Muestra	35
3.5	Hipótesis	36
3.6	Análisis de la interpretación de la información	36
CAPÍTULO IV		36
4.	RESULTADOS Y DISCUSIÓN	37
4.1	Resultados	37
4.2	Discusión	40
CAPÍTULO V		41
5.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	41
5.1	Conclusiones	41
5.2	Recomendaciones	41
CAPÍTULO VI		42
6.	INTERVENCIÓN	42
6.1	PLANIFICACIÓN DEL MINI ATLETISMO PARA LA SELECCIÓN DE TALENTOS EN NIÑOS	42
6.2	Objetivo general	42

6.3	Justificación	42
6.4	Planificaciones	43
	BIBLIOGRAFÍA	55
	ANEXOS	57

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Baremos del Test Morfológico	35
Tabla 2	Tamaño de la muestra.....	35
Tabla 3	Datos y cálculo estadístico del peso de los niños	37
Tabla 4	Datos y cálculo estadístico de la estatura de los niños	37
Tabla 5	Datos y cálculo estadístico de la estatura sentado	37
Tabla 6	Datos y cálculo estadístico envergadura de brazos	38
Tabla 7	Datos y cálculo estadístico abdominales	38
Tabla 8	Datos y cálculo estadísticoflexiones.....	38
Tabla 9	Datos y cálculo estadístico del salto	39
Tabla 10	Datos y cálculo estadístico de la velocidad	39
Tabla 11	Datos y cálculo estadístico de resistencia.....	39

RESUMEN

Esta investigación analiza el impacto del mini atletismo en la selección de talentos deportivos en estudiantes de séptimo de básica, en la Unidad Educativa Penipe, durante el periodo 2024. El mini atletismo es una adaptación del atletismo tradicional que busca desarrollar habilidades motrices básicas en los niños de forma lúdica y educativa, ayudando a identificar talentos deportivos a temprana edad.

Se utilizó una metodología cuasi-experimental con un enfoque cuantitativo, evaluando a 30 estudiantes mediante pruebas físicas y morfológicas, como velocidad, resistencia, fuerza, entre otras. El objetivo fue identificar las habilidades deportivas más destacadas en los niños y niñas, a través de la implementación de sesiones de entrenamiento y test específicos.

Los resultados obtenidos muestran una mejora significativa en las habilidades físicas de los participantes, evidenciando el potencial del mini atletismo para contribuir a la selección de futuros talentos en el atletismo. La investigación concluye con recomendaciones para implementar este modelo de selección en otras instituciones, proponiendo estrategias para mejorar el desarrollo deportivo dentro de la educación.

Palabras clave: Mini atletismo, selección de talentos, habilidades motrices, educación física, desarrollo deportivo.

ABSTRACT

This study examines the impact of mini athletics as a tool for talent selection in seventh-grade students at *Unidad Educativa Penipe* during the 2024 academic year. Mini athletics, an adaptation of traditional athletics, aims to develop basic motor skills in children through playful and educational activities, facilitating the early identification of athletic talents. The research employed an exploratory methodology with a quantitative approach, evaluating 30 students through physical and morphological tests, including speed, endurance, and strength. The objective was to identify boys' and girls' most prominent athletic abilities by implementing specific training sessions and tests. The results reveal significant improvements in the participant's physical abilities, highlighting the potential of mini athletics to contribute to selecting future athletic talents. The study concludes with recommendations for implementing this selection model in other institutions and proposes strategies to enhance athletic development within education.

Keywords: Mini athletics, talent selection, motor skills, physical education, athletic development.



JENNY ALEXANDRA
FREIRE RIVERA

Reviewed by:
Mgs. Jenny Alexandra Freire Rivera
ENGLISH PROFESSOR
C.C. 0604235036

CAPÍTULO I

1. INTRODUCCION

El mini atletismo es una adaptación del atletismo tradicional, diseñada específicamente para niños. Su principal objetivo es desarrollar habilidades físicas fundamentales de manera lúdica y educativa. A través de actividades adaptadas, como correr, saltar y lanzar, los niños no solo se introducen en el deporte, sino que también fortalecen su capacidad de trabajo en equipo, autodisciplina y una atracción por la actividad física desde una edad temprana.

Por otro lado, la selección de talentos deportivos es un proceso crucial para identificar a aquellos niños que tienen el potencial de destacar en el deporte, permitiéndoles ser parte de programas especializados que fomenten su desarrollo. En este contexto, el mini atletismo se presenta como una herramienta valiosa, ya que, a través de diversas pruebas y juegos, los docentes del área pueden observar las capacidades físicas y emocionales de los niños, contribuyendo así a una identificación más precisa de talentos.

Por lo tanto, las pruebas morfológicas se centran en la medición de características físicas como la estatura, el peso, la envergadura, y la composición corporal. Estos parámetros pueden ofrecer información valiosa sobre el crecimiento y desarrollo del niño, así como su predisposición genética para ciertos deportes. Además, las pruebas físicas miden la aptitud y las habilidades motoras, tales como la potencia, la rapidez, la capacidad de resistencia, la agilidad y la coordinación. Estas pruebas ayudan a identificar las capacidades físicas innatas de los niños y su potencial para sobresalir en la selección de talentos dentro del mini atletismo.

La combinación de estas pruebas permite una evaluación integral del potencial deportivo de los niños, facilitando la identificación temprana de talentos y la orientación adecuada hacia deportes en los que puedan destacar.

En Ecuador, y particularmente en el cantón Penipe, existe la necesidad de mejorar el proceso de elección de talentos en el ámbito del atletismo. Las instituciones educativas juegan un papel clave en este proceso, ya que es en las clases de educación física donde se puede detectar el potencial de los estudiantes. Sin embargo, muchas veces los docentes no cuentan con las herramientas o formación adecuada para llevar a cabo este proceso de manera efectiva.

El presente trabajo busca analizar cómo el mini atletismo puede contribuir a la selección de talentos en niños, proporcionando una base sólida para su futuro desarrollo deportivo. A través de la implementación de test físicos y un enfoque estructurado, se espera optimizar la detección de talentos en la institución educativas de Penipe, ayudando a formar a los futuros deportistas de élite para el país.

La estructura de la investigación se divide en varias secciones para facilitar la comprensión del proyecto:

Capítulo I. Introducción: En esta parte se presenta el tema central, proporcionando información fundamental que va de lo general a lo más específico. Se exponen los antecedentes del estudio, se define el problema de investigación, se justifica su relevancia y se establecen los objetivos tanto generales como específicos.

Capítulo II. Marco Teórico: Este capítulo recopila y analiza las teorías pertinentes al tema de estudio. Se emplean fuentes como revistas electrónicas y trabajos de investigación para examinar las variables dependientes e independientes.

Capítulo III. Metodología: Aquí se detalla el tipo de investigación realizada, el diseño empleado, las técnicas utilizadas para la recolección de datos, la población objetivo, el tamaño de la muestra y los métodos aplicados para el análisis y procesamientos de la información.

Capítulo IV. Resultados y Discusión: En esta sección se presentan los resultados obtenidos de la investigación llevada a cabo en la Unidad Educativa Penipe, que incluyó a un total de 30 estudiantes de séptimo grado de básica, con edades comprendidas entre 10 y 12 años.

Capítulo V. Conclusiones y Recomendaciones: En este capítulo se expone las conclusiones derivadas de la investigación y ofrece recomendaciones basadas en los hallazgos.

Capítulo VI. Propuesta: Se detalla la propuesta de investigación, incluyéndola descripción de las secciones de entrenamiento planificadas.

Además, se incluyen citas bibliográficas utilizadas a lo largo de la investigación y anexos.

1.1 Antecedentes de la investigación

Durante la exploración de varios repositorios digitales, se encontraron investigaciones que ofrecieron contribuciones significativas al estudio actual:

Es evidente que la corriente mundial en la actualidad se ha convertido en un semillero deportivo, basado en el mini atletismo en la categoría infantil, que sirva luego para sostener una base en niños y así poder estar preparados para un mejor desenvolvimiento en un futuro (Save the children, 2024).

Esto quiere decir que el mini atletismo ha ganado relevancia a nivel mundial como una herramienta educativa y deportiva fundamental para el desarrollo físico y social de los niños.

Por otra parte, a nivel de Ecuador gran parte de los deportistas de un nivel elite, son seleccionados desde sus formativas en sus diferentes escuelas, mayormente en competencias entre las instituciones del distrito a donde pertenezcan y desde ahí se puede notar la falta de responsabilidad de maestros, autoridades en los diferentes colegios por la falta de predisposición para poder sacar a la luz en este caso sus deportistas que tienen en su institución (vLex, 2010).

Este fragmento señala que en Ecuador muchos deportistas de élite son identificados y seleccionados desde sus etapas formativas, principalmente en las escuelas. Esto suele ocurrir a través de competencias entre instituciones educativas

En el cantón Penipe la necesidad de tener una selección de mini atletismo institucional es muy importante para poder contribuir a las federaciones deportivas en este caso con los deportistas que tengan un mejor rendimiento dentro de las pruebas atléticas y a la vez poder identificar para que son aptos cada uno de los deportistas destacados para esto se debería aplicar test físicos para ir ya seleccionando los nuevos talentos y poder ya empezar a tener una base y partir desde ese punto para ya mantener una base en esta disciplina.

Muchas de las veces por la falta de interés de los docentes no se han podido permitir tener unas buenas bases para poder partir desde ahí y poder sacar unos buenos deportistas en esta disciplina de atletismo y así poder contribuir en este caso con los mejores deportistas a las federaciones más cercanas y realmente ellos se encarguen de mirar y al mismo tiempo explotar su potencial de la mejor manera para poder tener éxitos en un futuro.

1.2 Problema de investigación

¿Cómo identificar los talentos deportivos a través del mini atletismo en niños?

1.3 Formulación del problema

El mini atletismo en los niños es fundamental para el desarrollo integral ,ayudándolos no solo a mejorar sus habilidades físicas, sino también a crecer emocional y socialmente, mientras se promueve un estilo de vida saludable y activo, impactando tanto su bienestar físico como su desempeño académico y social, Sin embargo, a nivel global, existe una creciente preocupación por la falta de apoyo por parte de los docentes del área de actividad física, lo que podría afectar negativamente su desarrollo físico, emocional y social.

A nivel internacional, estas investigaciones respaldan la efectividad del mini atletismo como una herramienta inclusiva para el desarrollo físico, social y deportivo. Además, el papel fundamental en la detección de talentos a temprana edad provee una base sólida para el desarrollo de futuros atletas.

En Ecuador, y más específicamente en el Cantón Penipe, se ha observado una falta de programas estructurados que integren el mini atletismo, lo que podría estar limitando el desarrollo integral de cada uno de los niños.

Esto plantea la necesidad de explorar cómo la incorporación del mini atletismo puede influir en la selección de talentos en los niños.

1.4 Justificación

El mini atletismo es una disciplina fundamental para el desarrollo integral de los niños, ya que promueve habilidades motrices básicas como la velocidad, la coordinación, el equilibrio y la resistencia. Estas habilidades no solo son cruciales para el rendimiento deportivo, sino también para el desarrollo físico y mental general de los niños. Además, el mini atletismo, adaptado a las capacidades y características de los niños, es una herramienta valiosa para la detección temprana de talentos deportivos, contribuyendo al fortalecimiento de la base deportiva de un país.

El interés en este estudio radica en la necesidad de establecer estrategias eficientes y sistemáticas para la identificación de talentos deportivos a una edad temprana. Dado que los primeros años de vida son fundamentales para el desarrollo físico, psicológico y social, la implementación del mini atletismo en esta etapa garantiza una mejor selección y formación de futuros atletas. Al contar con criterios bien definidos para la detección de talentos, se mejora el proceso de selección y se potencializan las habilidades de los niños con aptitudes deportivas excepcionales.

Los principales beneficiarios de esta investigación serán los niños, quienes podrán verse favorecidos por programas de mini atletismo que les permitan desarrollar sus capacidades desde edades tempranas. Adicionalmente, las instituciones educativas y deportivas tendrán a su disposición una herramienta eficiente para la selección de talentos, lo que a su vez beneficiará a los entrenadores y preparadores físicos en su labor de formación deportiva. Finalmente, las familias también se verán beneficiadas al observar un desarrollo integral en sus hijos, no solo en el ámbito deportivo sino también en el personal y social.

Este estudio es factible debido a la disponibilidad de programas de mini atletismo ya implementados en diversas instituciones educativas y deportivas, así como la existencia de metodologías validadas para la detección de talentos en niños. Además, no requiere de grandes recursos económicos ni materiales complejos, ya que el mini atletismo se puede practicar con herramientas sencillas adaptadas a las necesidades infantiles.

Aunque existen estudios sobre la identificación de talentos en el deporte, pocos han centrado su atención en el mini atletismo como herramienta para este fin en edades tempranas. Este trabajo propone una nueva perspectiva al estudiar el potencial del mini atletismo como un medio integral para identificar y desarrollar talentos desde los primeros años de vida, estableciendo criterios específicos y novedosos para su implementación.

El enfoque del mini atletismo aplicado a la selección de talentos en niños es una propuesta innovadora, ya que combina aspectos educativos, recreativos y de detección temprana en un solo programa. Esta investigación aportará nuevos conocimientos sobre cómo estructurar actividades lúdicas y adaptadas que permitan a los niños expresar su potencial deportivo de manera natural y sin la presión de la competencia formal.

El impacto de esta investigación será significativo tanto a nivel local como nacional, ya que proporcionará una herramienta valiosa para la detección de futuros atletas desde una edad temprana. Además, al establecer un enfoque de mini atletismo basado en el juego y la recreación, se fomentará un ambiente positivo y motivador que impactará en la vida de los niños, promoviendo hábitos de vida saludables y una relación positiva con el deporte. A

largo plazo, el país podría beneficiarse de una mayor y mejor calidad de atletas que hayan sido seleccionados desde etapas tempranas bajo este enfoque.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

- Identificar los talentos deportivos a través del mini atletismo en niños.

1.5.2 Objetivos específicos

- Seleccionar los instrumentos de valoración del mini atletismo según IAAF para la selección de talentos.
- Aplicar pruebas de mini atletismo para la selección de talentos deportivos en niños.
- Identificar estadísticamente a los niños y niñas sobresalientes en el mini atletismo.

CAPÍTULO II.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Fundamentación teórica

2.1.1 Mini-Atletismo de la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo IAAF

En el verano de 2001, el Grupo de trabajo del "Mini-Atletismo de la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo IAAF" desarrolló un concepto de programa para niños que determina una separación diferente del modelo adulto del Atletismo. El concepto fue a partir de ahí titulado "Mini-Atletismo de la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo IAAF".

Entonces, en 2005, la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo IAAF creó la política de Atletismo global para Menores de 7 a 15 años de edad. Esta política tiene dos objetivos:

- Hacer el Atletismo el deporte individual más practicado en las escuelas en todo el mundo.
- Dar oportunidad a los niños de las federaciones y otras a prepararse para el futuro en el Atletismo de manera mucho más eficiente (Martínez & Medina, 2022).

Por lo tanto, el mini atletismo fue creado con el fin de preparar a los niños desde las instituciones educativas para que en un futuro tengan énfasis en practicar el atletismo, este modelo se tomó con referencia del deporte atletismo y desde ahí surge la idea del mini atletismo en niños.

2.1.2 El Mini atletismo en el contexto de la IAAF

Según Miranda (2018), el mini atletismo se basa en la idea de la IAAF que buscaba una forma de incentivar, promover y direccionar la práctica del atletismo en niños de 7 a 12 años, pero con una mirada alejada de la competición de alto rendimiento, que tradicionalmente ha destacado en muchos enfoques y que se ha orientado hacia la detección de talentos. Se trata de una búsqueda por una concepción distinta de la práctica del atletismo en las escuelas que privilegie las distintas competencias que se han mencionado en los apartados anteriores y que se orientan hacia un trabajo más completo que integre las actividades clásicas de correr, saltar y lanzar.

Esto quiere decir que la práctica del mini atletismo se debería dar más en instituciones educativas desde una temprana iniciación para así poder formar al niño y con trabajo de actividades como el saltar, correr y lanzar ir viendo el interés del niño para el mini atletismo en el área que mejor se desempeñe.

2.1.3 Importancia del mini atletismo

El Mini Atletismo tiene por objetivo proporcionar a los niños la oportunidad de lograr el máximo beneficio, en términos de salud, educación, autorrealización, fortaleza interior e interacción sana entre pares (Litardo & Suntaxi, 2024). Con esta práctica, los estudiantes tienen la oportunidad de desarrollar durante las clases de Educación Física, sus habilidades básicas mediante juegos como: carreras de velocidad, relevos, saltos y lanzamientos.

En base a lo anterior podemos mencionar que el mini atletismo ayuda al niño a tener la oportunidad de desarrollar a una edad temprana el máximo beneficio de inclinarse sobre un deporte específico y así poder demostrar su esfuerzo y perseverancia en la disciplina que más se acorde a su gusto.

2.1.4 Atletismo escolar

El atletismo es un deporte que está compuesto por diversas disciplinas, lo que lo hace un deporte con sus características únicas, más allá de que hay autores que sostienen que el correr, saltar y lanzar están presentes en todos los deportes. El atletismo por sus características particulares tiene sus formas de correr, saltar y lanzar, las cuales están dadas por cuestiones técnicas y reglamentarias, condicionando y dando forma al deporte del atletismo (Rodríguez, 2023).

Esto nos manifiesta que el atletismo escolar desempeña un papel importante en la educación integral de los estudiantes, promoviendo tanto su desarrollo físico como sus habilidades sociales y emocionales.

2.1.5 Características del mini atletismo

Según Martínez y Medina (2022) el mini atletismo posee diversas características las cuales son:

- Permitir los acercamientos de los mayores números de niños a las prácticas deportivas, haciendo que estas sean, variadas y entretenidas.
- Formar la base sólida para el futuro proyecto atlético ya que, las diversas actividades son las que provee grandes variedades del movimiento básico para los desarrollos multilaterales, que son fundamentales en estas etapas de los atletas.
- Establecer a los estudiantes más fuertes y veloces con el resto de los participantes para dar una proposición de las formaciones del equipo donde todos deben dar aportaciones para poseer buenos resultados.
- Establecer el logro grupal, primero el atleta luego el ganar.
- Lograr motivaciones duraderas al presentar las actividades desde estos enfoques para lograr disminuir los porcentajes de defecciones.
- Promover la salud de los niños, que son acompañadas de las prácticas deportivas, donde se crea modos, hábitos y costumbres de vida.
- Obtener los diversos datos estadísticos de diversos parámetros para las evaluaciones de los crecimientos de las poblaciones infantiles en particular.

Fomentar las interacciones sociales gracias a los intercambios de la experiencia en los diferentes eventos concretados.

Esto nos quiere decir que las diversas características nos pueden permitir el acercamiento a los niños para la práctica deportiva haciendo que sean variadas y entretenidas y así de a poco ir consolidando un desarrollo atlético ya que las diversas actividades proporcionan una amplia gama de movimientos fundamentales para el desarrollo de los diferentes niños en las primeras etapas de los atletas.

2.1.6 Ventajas del mini atletismo

Cardozo (2023) manifiesta que el mini atletismo ofrece varias ventajas importantes para el desarrollo físico y emocional de los niños, los mismos que son:

- **Desarrollo de Habilidades Motrices Básicas:** Fomenta el desarrollo de habilidades fundamentales como correr, saltar, lanzar y mantener el equilibrio, que son cruciales para el desarrollo motor general.
- **Mejora de la Coordinación y el Equilibrio:** A través de diversas actividades, los niños mejoran su coordinación y equilibrio, habilidades esenciales para la realización de otras actividades físicas y deportivas.
- **Fomento de la Salud Física:** Promueve un estilo de vida activo, ayudando a los niños a desarrollar hábitos saludables desde una edad temprana, lo que puede reducir el riesgo de problemas de salud en el futuro.
- **Estimulación del Desarrollo Cognitivo:** Las actividades físicas en el mini atletismo ayudan a mejorar la concentración, la memoria y la capacidad para seguir instrucciones, contribuyendo al desarrollo cognitivo general.
- **Fomento del Trabajo en Equipo:** A través de juegos y competiciones grupales, los niños aprenden a trabajar en equipo, desarrollar habilidades sociales y aprender el valor de la cooperación y el respeto.
- **Aumento de la Confianza y Autoestima:** Superar desafíos y mejorar en diversas actividades deportivas ayuda a los niños a aumentar su confianza en sí mismos y su autoestima.
- **Estimulación de la Motivación y el Interés por el Deporte:** Introduce a los niños al mundo del deporte de manera divertida y accesible, fomentando un interés duradero por la actividad física y el ejercicio.
- **Desarrollo de la Disciplina y la Responsabilidad:** Participar regularmente en actividades de mini atletismo enseña a los niños la importancia de la disciplina, el esfuerzo constante y la responsabilidad.
- **Integración de la Diversión con el Aprendizaje:** Las actividades de mini atletismo se diseñan para ser divertidas y atractivas, lo que facilita el aprendizaje de habilidades motrices en un entorno lúdico.
- **Facilita la Inclusión:** Al adaptarse a diferentes niveles de habilidad, el mini atletismo puede ser inclusivo y accesible para todos los niños, independientemente de sus capacidades físicas.

- **Promoción de la Socialización:** Ofrece oportunidades para que los niños interactúen con sus compañeros en un entorno positivo, fortaleciendo sus habilidades sociales y creando amistades.

Estas ventajas hacen del mini atletismo una herramienta valiosa en el desarrollo integral de cada uno de los niños, proporcionando una base sólida para su crecimiento físico, emocional, psicológico y social lo cual, ellos puedan mejorar se desempeñó dentro de la área del mini atletismo y ellos sean los que de a poco sientan un gusto por esta disciplina.

2.1.7 Las habilidades básicas en el mini atletismo

Una de las fortalezas del mini atletismo es las capacidades motrices básicas que son la parte especial en tempranas edades ya que el desenvolvimiento de muchos deportes a futuro viene de cómo se formó en sus habilidades básicas, son gestos que se practica de manera general pero que conllevan ciertos movimientos corporales que demuestran su rendimiento deportivo.

Mantener el equilibrio andar, correr, girar, caer, tirarse, en plancha, nadar y saltar con algunas de las habilidades básicas que realizan los deportistas que aplican una manera de relacionarse con su base de sustentación. A las habilidades para relacionarse con el medio las denominamos básicas porque sobre ellas se construye las restantes habilidades deportivas: No obstante, la importancia de las habilidades básicas en el rendimiento depende de la modalidad deportiva (Riera, 2020).

Por lo tanto, una de las principales ventajas del mini atletismo es que se enfocan en desarrollar las capacidades motrices básicas fundamentales durante las primeras fases de vida, el éxito en muchos deportes futuros depende de cómo se hayan formado estas habilidades esenciales, sin embargo, la relevancia de las habilidades básicas en el rendimiento varía según la modalidad deportiva.

2.1.8 El Mini atletismo y su aplicación en clases de Educación Física

Se toma el Mini atletismo como una nueva herramienta que permite optar por una variación en el aprendizaje motor escolar, en la cual se practican una multiplicidad de actividades, mismas que, aportan en el disfrute, así, como un acercamiento al deporte, ya que por ser el atletismo un deporte completo permite al niño ejercer diferentes actividades que contribuyen al desenvolvimiento de este al realizar amplios movimientos mediante la dinámica proporcionada por el docente (Rodriguez & Lesslay, 2023).

Añadir los juegos en los diferentes bloques curriculares, permitirá una variación de ejercicios en las que permita individualizar las pruebas (carreras, lanzamientos, saltos) para a futuro aplicarlas de manera globalizada y alternadamente. Esto ayudará al niño en la familiarización con las actividades y puedan trabajar en las horas respectivas de Educación Física bajo control de tiempo, ya que, a estas edades se realizan actividades por tiempos y no en repeticiones.

En el Curriculum de Educación Física publicada por el Ministerio de Educación (2016) nos menciona que:

Los juegos poseen estructuras, lógicas y objetivos que en la enseñanza de la educación física escolar deben hacerse explícitos para asegurar su comprensión y asimilación. Esto facilita que niños, niñas y jóvenes participen en los juegos establezcan relaciones con otros y se conecten con la cultura del movimiento, además de fomentar procesos creativos.

Para recalcar, es importante que el docente planifique adecuadamente la clase usando las herramientas y lenguaje adecuado a estas edades, en la que exista el cuidado entre sus pares ya que son actividades que se trabajan grupalmente y se manifiestan las habilidades motrices de manera individual.

Las habilidades motrices básicas pueden mostrarse con déficit en ejecución de movimientos, para esto el docente debe basarse en aquellas complicaciones que presentan los estudiantes para posteriormente adaptar retos motrices con variación de los movimientos que les contribuya la búsqueda de soluciones a diferentes desafíos, sin la necesidad de obligar al estudiante a imitar un movimiento realizado por el docente, esto contribuye a la formación del niño.

Es decir, el mini atletismo es una herramienta que permite optar por una variación en el aprendizaje escolar, en la cual se practican una multiplicidad de actividades, mismas que, se aportan en el disfrute, así, como un acercamiento al deporte ya que por el atletismo un deporte completo permite al niño ejercer diferentes actividades que contribuyen al desenvolvimiento de realizar amplios movimientos mediante la dinámica proporcionada por el docente.

2.1.9 Aplicación de la fase de giro para el mejoramiento de la distancia en el lanzamiento del disco.

La fase de giro en el lanzamiento de disco es crucial para maximizar la distancia alcanzada. Este estudio se centra en la aplicación técnica del giro y su impacto en el rendimiento de los atletas, analizando cómo una correcta ejecución de esta fase puede contribuir significativamente al aumento de la velocidad angular y, por ende, a la proyección del disco. Mediante la revisión de la biomecánica de esta fase y la implementación de ejercicios específicos, se busca optimizar el equilibrio, la postura y la transferencia de fuerza en los lanzadores. Los resultados sugieren que la mejora en la fase de giro permite una mayor distancia de lanzamiento, lo cual es fundamental para el desarrollo de atletas de alto rendimiento en esta disciplina. (Lorenzo, 2022)

Esto nos quiere decir como la fase de giro en el lanzamiento de disco es esencial para que los atletas puedan lanzar el disco lo mas lejos posible por el motivo que, el giro ayuda a mejorar la distancia del lanzamiento siempre y cuando se ejecute de la mejor manera, lo cual es bastabte fundamental para el desarrollo de atletas de alto rendimiento en esta disciplina .

2.1.10 Incidencia de un programa de ejercicios de flexibilidad sobre la velocidad en atletas de 100 metros planos.

La flexibilidad es un componente clave para optimizar la técnica de carrera y mejorar la amplitud de movimiento en cada zancada, lo cual se traduce en un mayor impulso y eficiencia al correr. Se aplicó un programa de ejercicios de flexibilidad a un grupo

de velocistas, evaluando su desempeño antes y después de la intervención. Los resultados indican que el aumento de la flexibilidad contribuye positivamente a la velocidad en los atletas, permitiéndoles alcanzar tiempos más rápidos al mejorar la técnica y reducir la rigidez muscular. Este hallazgo sugiere que integrar ejercicios de flexibilidad en el entrenamiento de velocistas puede ser una estrategia efectiva para maximizar su rendimiento en competiciones de corta distancia. (Sandoval, 2023).

En otras palabras esto explica como un programa de ejercicios de flexibilidad puede ayudar a los corredores a mejorar su velocidad, la idea principal de todo esto es trabajar en la flexibilidad lo cual los atletas pueden mover sus piernas con mayor amplitud y suavidad en lo cual les permite correr de manera más eficiente y sobre todo rápido.

2.2 Selección de talentos

2.2.1 Definición según la RAE

Desde una perspectiva genérica, el diccionario de la Real Academia Española (1984) define al talento como “el conjunto de dones naturales como sobrenaturales, con los que Dios dota a las personas puede incluir cualidades como el ingenio, la capacidad y la prudencia, que destacan en un individuo, Según el diccionario de la Real Academia Española, el talento es la inteligencia o la capacidad intelectual, así como la aptitud y habilidad para desempeñar una actividad. La selección de niños con estas características es un aspecto presente en muchas áreas de la vida cotidiana. En el deporte, este proceso de evaluación de aptitudes, capacidades y habilidades se orienta tanto hacia la preparación futura como las exigencias de la actividad competitiva.

En tal sentido, la selección constituye un proceso sistemático, a través del cual se identifican las capacidades, habilidades, disposición psicológica y factores sociales que constituyen condiciones necesarias para asimilar las cargas de entrenamiento, afines a los objetivos correspondientes a la etapa de formación en que se encuentre el deportista (Leyva, 2003).

En otras palabras, la selección de talentos nos ayuda a identificar nuevas cualidades a cualquier niño y así poder identificar el gusto por un deporte en específico y desde un principio ir formando al deportista y que el mismo vea el interés por practicar algo que realmente sea de su agrado y el niño pueda dar todo de sí.

2.2.2 Tipos de selección

Leyva (2003) menciona que existen tres niveles, muchos de ellos van de desde el resultado hasta el tiempo de competencia que en este caso cada uno de los deportistas deseen:

- Selección para el resultado a largo plazo.
- Selección para el resultado a mediano plazo.
- Selección para el resultado a corto plazo.

2.2.3 Concepto de talentos

Según Guterman (2024) la palabra “Talento” del latín “taléntum”, gr “tálaton”, se plantea que es la capacidad para obtener resultados notables con el ejercicio de la

inteligencia, Habilidad o aptitud para una cosa determinada. Al recorrer todos los diccionarios encontrando definiciones y conceptos, donde siempre prima una aptitud sobresaliente del ser humano. Así se conoce que Beethoven fue un talento en la música, Picasso lo fue en la pintura y se puede citar en cada una de las manifestaciones de la cultura y de las ciencias, muchos que ilustran el concepto.

Esto nos quiere decir que el talento son las habilidades que poseen cada uno de los humanos y esto es integro de cada persona por el motivo que se tiene diferentes capacidades y gustos de cada persona.

2.2.4 Importancia

La importancia de la selección de talentos en su aplicación radica en el conocimiento que se logra del grado de correspondencia entre las aspiraciones de los deportistas y/o entrenadores, y las posibilidades reales de lograrlas además, en la comprensión sobre las características de los propios sujetos que recibirán las cargas de entrenamiento y finalmente en el grado de maduración general del alumno, en dependencia de la lógica de la etapa en la que le corresponda desenvolverse (Guterman, 2024).

La importancia va a la mano en este caso de los deportistas y los entrenadores los dos se juegan un rol muy importante, el entrenador por identificar y ayudar a crecer en la etapa de formación y en el caso de deportista mejorar cada día más para mantenerse en un buen nivel siempre.

2.2.5 Concepto de selección de talentos deportivos

Según Perez (2008) el talento deportivo abarca la inteligencia, la capacidad intelectual, las aptitudes y la habilidad para realizar una actividad. La selección de individuos con estas cualidades es un proceso que se aplica en muchos aspectos de la vida cotidiana. En el ámbito deportivo, este proceso de evaluación integral de aptitudes, capacidades y habilidades se ajusta tanto a las exigencias de la preparación futura como a las particularidades de la competencia.

En tal sentido se puede decir que la selección constituye un proceso a largo tiempo, a través del cual se identifican las capacidades, habilidades, disposición psicológica y factores sociales que constituyen condiciones necesarias para asimilar las cargas de entrenamiento, afines a los objetivos correspondientes a la etapa de formación en que se encuentre el deportista.

2.2.6 Cuáles son los tipos de selección

Para Hormillos (2013) la identificación de talentos tiene varios aspectos, estos consisten:

1. La identificación de niños y adolescentes con potencial para destacar en un deporte específico se realiza a través de una serie de pruebas que evalúan cualidades físicas, fisiológicas y de habilidad.
2. Selección de talentos: consiste en la búsqueda de jóvenes atletas, que en la actualidad practican un deporte, utilizando entrenadores de gran experiencia y pruebas físicas,

fisiológicas y de habilidad, para identificar a aquellos que tienen más posibilidades de triunfar en ese deporte.

3. Desarrollo de talentos: una vez completados los procesos de identificación y selección de talentos, es fundamental proporcionar al atleta la infraestructura necesaria para que pueda alcanzar su máximo potencial. Esto implica una preparación adecuada, programas de entrenamiento y competición, acceso a instalaciones y equipos, y asistencia médica, entre otros recursos.

Esto quiere manifestar que mediante los diferentes tipos de selección se puede identificar de una mejor manera más eficaz los tipos de habilidades por los diferentes deportistas sean ya niños o adultos siempre y cuando se maneje los procesos correctamente.

2.2.7 Modelos de selección de los talentos deportivos

Desde el punto de vista de Hormillos (2013) la perspectiva de gestionar los recursos económicos y humanos de la manera más eficaz, con respecto a las formas en que un deportista puede llegar a su máximo nivel, existen dos interpretaciones extremas.

- Disponer de una gran masa de participantes.
- Distribución de medios de financiación con la orientación de incluir gran cantidad de deportistas
- Selección por eliminación natural. Al final, como resultado de estos procesos, surge la élite deportiva.

Con lo anterior puedo manifestar que los recursos económicos que se emplean en la selección de talentos deben ser bien empleada para todos aquellos deportistas que destaquen en la disciplina de igual manera que los seleccionados sean por méritos propios y que todo el proceso sea parcial.

2.3 Selección de talentos a través del Test Físico

2.3.1 Definición

Una prueba psicológica, prueba psicométrica o reactivo psicológico es un instrumento experimental con una sólida base científica y amplia validez estadística, cuyo propósito es medir y/o evaluar ciertas características psicológicas, específicas o generales de un determinado sujeto.

Son pruebas que realizamos para medir y evaluar las diferentes características físicas de cada uno de los niños en diferentes maneras.

La medición y evaluación de estas características informa sobre el estado actual del atleta. Este dato es fundamental para la programación del entrenamiento, porque nos indica si necesitamos trabajar en concreto, algunos de los cuales dependen del objetivo a conseguir, o por el contrario trabajar en general, por ejemplo, personas sedentarias.

2.3.2 Utilización

La práctica profesional (organizacional, clínica, educativa o de otro tipo) implica probar o clasificar ciertas funciones, para garantizar, ambas pruebas deben ser confiables y válidas a nivel individual.

En un entorno de investigación, las pruebas no siempre tienen que seguirlos; hay varias razones para la mayor tolerancia de las normas técnicas de inspección en un entorno de investigación.

En primer lugar, se pueden crear y utilizar pruebas de hipótesis innovadoras y explorar estructuras no probadas en una u otra Investigación suficiente para garantizar que se obtengan modelos de medición verídicos.

En segundo lugar, es posible que las pruebas utilizadas en los estudios no estén estandarizadas, y las características demográficas y psicométricas pueden ser antes de la investigación.

Muchas de las veces se utilizan en la práctica una versión de encuesta de la prueba. Profesional sin previo aviso de limitaciones. El autor de la prueba es responsable del uso de instrumentos de investigación en la investigación.

2.3.3 Requisitos para la aplicación de la selección de talentos

- Determinar el objetivo que persigue el entrenador al aplicar la prueba.
- Asegurar una estandarización adecuada en la aplicación de las pruebas, manteniendo constantes las condiciones en cada ejecución.
- Escoger pruebas que sean confiables y ofrecerán información relevante sobre el objetivo a medir, considerando que algunas pruebas pueden ser más útiles para ciertos grupos de deportistas que para otros.
- Al seleccionar las pruebas se debe tener en cuenta que el nivel técnico no influya en los resultados de la misma.
- Asegurarse que los atletas comprendan y dominen la metodología de la prueba antes de realizarla.
- Fomentar que los atletas alcancen su máximo rendimiento, apoyándose en una motivación adecuada por parte del entrenador.
- Contar con un sistema de evaluación estructurado, que puede incluir escalas o normas de evaluación (Revista Digital, 2008)

Estos son algunos de los requisitos que deben ser tomados en cuenta por el entrenador siempre y cuando siga el parámetro establecido y así se puede desarrollar de mejor manera lo planteado por las pruebas físicas que se van a dar para poder así tener una mejor perspectiva de los test que se van a realizar y así poder identificar de menor manera lo propuesto.

CAPÍTULO III

3. METODOLOGIA

3.1 Diseño de la investigación

En la investigación se trabajó bajo el enfoque cuantitativo ya que se realizó la recolección de datos mediante un “Test fisiológico” donde se evaluó el nivel de habilidades motrices de diferentes niños de centros deportivos y educativos dentro del rango de edad de 10 a 12 años.

3.2 Tipos de investigación

En la presente investigación se desarrolló el diseño exploratorio ya que no se manipulan variables (Cordova,2006).

3.3 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

3.3.1 Técnica

- Test

3.3.2 Instrumento de recolección de Datos

El instrumento que se utilizó en la investigación es el “Test fisiológico” el cual nos permite medir y valorar diferentes cualidades físicas básicas en distintas facetas para informar el estado del deportista (González & Ramírez, 2018).

A continuación, están los detalles de cada componente del test:

- Recepción de estatura de pie (talla)
- Estatura sentada (E.S)
- Peso
- Envergadura (ENV.)
- Velocidad (V.)
- Fuerza en abdomen (abdominales, F.A.)
- Fuerza en brazos (flexiones)
- Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCI)
- Resistencia

a) Salto garrocha

- **Velocidad (V.):** La velocidad es fundamental en el salto con garrocha, ya que los atletas deben correr rápidamente hacia la barra antes de impulsarse. Una mayor velocidad en la carrera ayuda a generar el impulso necesario para lograr altura y distancia en el salto.
- **Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCI):** La fuerza en las piernas es crucial, ya que permite a los atletas realizar

un impulso efectivo en el momento de la elevación. Un buen salto inicial contribuye a una mayor altura y a un mejor uso de la garrocha para elevarse.

- **Envergadura (ENV.):** Una mayor envergadura puede ayudar en la fase de impulso y equilibrio durante el salto. Los atletas con una envergadura amplia suelen tener una ventaja en el manejo de la garrocha y en la estabilización del salto en el aire.
- **Fuerza en brazos (flexiones):** La fuerza en los brazos es esencial para sostener la garrocha y controlar el cuerpo durante el ascenso. Ayuda a los atletas a mantener estabilidad y control mientras se elevan.
- **Fuerza en abdomen (F.A.):** Un abdomen fuerte contribuye al control del core durante el salto, ayudando al atleta a mantener una postura adecuada y facilitando el movimiento coordinado necesario para pasar la barra con éxito. (Universidad de Sevilla, 2023)

b) Relevos

- **Estatura:** La estatura juega un papel relevante en los relevos del mini atletismo, ya que influye en aspectos como la velocidad, la eficiencia en los cambios de testigo y la longitud de zancada.
- **Velocidad (V.):** La velocidad es fundamental en los relevos, ya que cada niño debe correr rápidamente en su tramo para entregar el testigo lo antes posible al siguiente corredor. La velocidad máxima y la aceleración rápida son claves para completar la carrera en el menor tiempo posible.
- **Resistencia:** Aunque la prueba de relevos es de corta duración, los niños necesitan suficiente resistencia para mantener la velocidad a lo largo de su tramo y realizar una entrega de testigo efectiva, especialmente en relevos más largos (como el 4x400 m).
- **Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCI):** La fuerza en las piernas es importante, ya que ayuda a los niños a iniciar la carrera con rapidez desde el arranque y a mantener un buen ritmo de carrera, lo que impacta directamente en la velocidad y eficiencia durante su tramo del relevo.
- **Fuerza en abdomen (F.A.):** La fuerza abdominal es clave para el control del core y la postura durante la carrera, lo que contribuye a una mayor estabilidad y eficiencia en los movimientos. Esto es especialmente útil para sostener la posición y mejorar la transferencia del testigo.
- **Envergadura (ENV.):** Aunque no es esencial, una mayor envergadura puede ayudar en la entrega y recepción del testigo, haciendo que el intercambio entre compañeros sea más rápido y fluido. (Universidad de Granma, Cuba, 2022)

c) Velocidad

- **Velocidad (V.):** Esta es la capacidad principal en la prueba de velocidad. La habilidad para alcanzar una alta velocidad en el menor tiempo posible es crucial, ya que el objetivo es recorrer la distancia en el menor tiempo.
- **Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCI):** La fuerza en las piernas es vital, ya que proporciona la explosividad y potencia necesarias para arrancar rápidamente y mantener una buena aceleración en la carrera.
- **Fuerza en abdomen (F.A.):** Un core fuerte permite una postura estable y equilibrada durante la carrera, lo cual ayuda a los niños a controlar su cuerpo y a mantener una técnica eficiente, evitando desvíos o pérdidas de velocidad.
- **Resistencia:** Aunque la prueba de velocidad es corta, una mínima resistencia permite a los niños mantener la velocidad alcanzada hasta el final de la carrera sin disminuir el ritmo.
- **Envergadura (ENV.):** Si bien no es determinante, una envergadura mayor puede proporcionar una zancada un poco más amplia, lo cual puede contribuir a una mayor velocidad, especialmente si se combina con una buena técnica de carrera. (Universidad de Granma, Cuba, 2022).

d) Vallas

- **Estatura sentado:** La **estatura sentado** (o la altura de un niño cuando está sentado) en mini atletismo puede tener una relevancia directa, ya que está relacionada con la flexibilidad y el desarrollo de la movilidad en las piernas.
- **Velocidad (V.):** La velocidad es fundamental, ya que los niños deben correr rápidamente entre cada valla. Mantener una alta velocidad les permite cubrir la distancia entre las vallas de manera eficiente.
- **Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCI):** La fuerza en las piernas es clave para poder despegar y superar las vallas con facilidad. Una buena potencia en las piernas permite a los niños saltar las vallas sin perder la velocidad y el ritmo en la carrera.
- **Envergadura (ENV.):** Una mayor envergadura ayuda en la longitud de la zancada y en la amplitud del salto, lo cual es beneficioso para pasar las vallas manteniendo el equilibrio y la velocidad.
- **Fuerza en abdomen (F.A.):** Un core fuerte es importante para la estabilidad y control durante el salto, facilitando el movimiento de las piernas para superar las vallas sin perder la alineación ni la velocidad.
- **Resistencia:** En pruebas de vallas más largas (por ejemplo, 400 m), la resistencia es relevante para mantener la energía y la técnica a lo largo de toda la carrera, permitiendo que los niños mantengan el ritmo y la precisión en cada salto. (Universidad de Granma, Cuba, 2022)

e) Lanzamiento de jabalina y el lanzamiento de pelota medicinal.

- **Fuerza en brazos (flexiones):** En ambos lanzamientos, la fuerza en los brazos es esencial para proporcionar el impulso necesario al momento del lanzamiento. Un buen nivel de fuerza en los brazos permite realizar un lanzamiento más potente.
- **Fuerza en abdomen (F.A.):** La fuerza del core es clave para estabilizar el cuerpo durante el lanzamiento y permitir una adecuada transferencia de fuerza desde las piernas y el torso hacia los brazos. Esto facilita un lanzamiento controlado y más efectivo.
- **Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCD):** La fuerza en las piernas es importante, ya que los lanzamientos de jabalina y pelota medicinal requieren un impulso inicial desde el suelo. La potencia en las piernas permite un mejor impulso y ayuda a coordinar el cuerpo para un lanzamiento más largo.
- **Envergadura (ENV.):** Una mayor envergadura puede ayudar a los niños en el lanzamiento, dándoles una ventaja en la amplitud del movimiento y en el alcance del lanzamiento.
- **Peso:** El peso también influye en la estabilidad y potencia del lanzamiento, especialmente en el caso de la pelota medicinal, donde un peso adecuado puede ayudar a generar mayor impulso al lanzar. (efdeportes, 2024)

f) **Salto**

- **Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCD):** La fuerza en las piernas es fundamental, ya que proporciona el impulso necesario para alcanzar una buena altura o distancia. Esta fuerza permite a los niños despegar con potencia al momento del salto.
- **Velocidad (V.):** La velocidad es clave en el salto de longitud, ya que permite a los niños generar un impulso mayor en la fase de carrera antes del despegue. Una buena aceleración hacia el área de despegue contribuye a una mayor distancia en el salto.
- **Fuerza en abdomen (F.A.):** La fuerza abdominal ayuda a los niños a mantener una postura estable en el aire y controlar el cuerpo durante el salto. Un core fuerte facilita una mejor coordinación en el movimiento de piernas y brazos durante el vuelo y el aterrizaje.
- **Envergadura (ENV.):** Una mayor envergadura puede ofrecer una ligera ventaja en el salto de longitud, ya que permite a los niños alargar su alcance y extender el cuerpo al máximo, lo cual contribuye a sumar unos centímetros adicionales en la distancia.
- **Resistencia:** Aunque la resistencia no es tan crucial en pruebas de salto, tener un nivel básico de resistencia ayuda a los niños a mantener su energía y concentración, especialmente en competiciones que involucran varios intentos. (Universidad de Sevilla, 2023)

g) **Resistencia**

- **Resistencia:** La capacidad de resistencia en sí misma es fundamental, ya que permite a los niños sostener el esfuerzo físico por períodos más largos, sin

fatigarse rápidamente. Entrenar y mejorar la resistencia es clave para pruebas de fondo o ejercicios prolongados.

- **Fuerza en abdomen (F.A.):** Un core fuerte ayuda a mantener la postura y la estabilidad corporal durante actividades de larga duración, lo cual es esencial para optimizar la eficiencia en el movimiento y reducir la fatiga. Esto es especialmente útil en actividades de resistencia, ya que una postura controlada puede disminuir el gasto energético.
- **Velocidad (V.):** Aunque no es un factor principal en actividades de resistencia, desarrollar la velocidad en los entrenamientos de resistencia (como en intervalos) ayuda a mejorar la capacidad aeróbica y la capacidad para mantener un ritmo rápido en pruebas de mayor duración.
- **Peso:** Un peso adecuado influye en la eficiencia del movimiento en actividades de resistencia. Un peso equilibrado para la estructura del niño favorece el rendimiento, ya que ayuda a reducir el gasto de energía y a sostener el esfuerzo por más tiempo.
- **Envergadura (ENV.):** En pruebas como natación o ciclismo, una mayor envergadura puede ofrecer una ventaja, ya que ayuda a mejorar la amplitud del movimiento, permitiendo cubrir más distancia por zancada o brazada, lo cual contribuye a una mejor eficiencia en el rendimiento de resistencia. (Conader, 2015)

h) Carrera con obstáculos

- **Velocidad (V.):** La velocidad es esencial en la carrera con obstáculos, ya que los niños necesitan correr rápidamente entre cada obstáculo y mantener un ritmo elevado durante toda la carrera.
- **Fuerza en extremidades inferiores (salto de longitud sin carrera de impulso, SLSCI):** La fuerza en las piernas es clave para poder impulsarse sobre los obstáculos. Una buena potencia en las piernas permite a los niños despegar de manera rápida y eficiente para superar cada obstáculo sin perder velocidad.
- **Fuerza en abdomen (F.A.):** Un core fuerte proporciona estabilidad y equilibrio al saltar y aterrizar después de cada obstáculo. Además, el control del core ayuda a mantener una postura adecuada durante la carrera, facilitando movimientos coordinados y fluidos.
- **Envergadura (ENV.):** Una mayor envergadura puede facilitar el paso sobre los obstáculos, ya que les permite a los niños extenderse con mayor facilidad y controlar mejor la fase de vuelo.
- **Resistencia:** La resistencia es importante en la carrera con obstáculos, especialmente en distancias más largas. Una buena capacidad de resistencia permite a los niños mantener la energía y la velocidad en cada tramo de la carrera, incluso hacia el final, cuando la fatiga podría afectar el rendimiento. (Universidad de Granma, Cuba, 2022).

El test fue desarrollado por la Comisión técnica Interinstitucional de Guatemala, bajo la coordinación del Consejo Nacional del Deporte, la educación física y la recreación

(CONADER). Los integrantes incluyen representantes de diversas entidades, como el Ministerio de Cultura y Deportes (MICUDE), la Dirección General de Educación Física (DIGEF), la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala (CDAG), y el Comité Guatemalteco (COG). El objetivo del test es comparar los niveles de eficiencia física en la población infantil.

Evalúa la condición física de los niños mediante nueve pruebas. Cada prueba se valora en escala de 1 a 4 niveles, donde 1 (Muy bien) es superior a la media y 4 (Baja) deficiente.

El test fisiológico busca evaluar el desarrollo físico y las capacidades motoras de los niños, proporcionando una idea del estado de su condición física.

Tabla 1

Baremos del Test Morfológico

Niveles	Escala de calificación	Tabla de Desición Zatziorski, V.M (1989)
Nivel 1	Muy bien	Superior a la Media
Nivel 2	Bien	Media
Nivel 3	Regular	Inferior a la Media
Nivel 4	Deficiente	Baja

Fuente: Elaboración propia.

3.4 Población de estudio y tamaño de muestra

3.4.1 Población

La población de estudio para esta investigación fue de 30 estudiantes de la Unidad Educativa Penipe 2023 - 2024.

3.4.2 Muestra

Para el desarrollo de esta investigación, los estudiantes de séptimo de La Unidad Educativa Penipe cuentan con una población total de 30 estudiantes, por este motivo se procedió a trabajar con la población total sin haber la necesidad de seleccionar una muestra.

Tabla 2

Tamaño de la muestra

Alumnos	Porcentaje
----------------	-------------------

Niños	20	67%
Niñas	10	33%
Total	30	100%

Fuente: Elaboración propia.

Para la presente investigación, se eligió una muestra de 30 estudiantes, puesto que elegir un grupo reducido permite una observación más detallada y personalizada, facilitando el análisis profundo de las interacciones y progresos individuales en respuesta a las actividades propuestas. Además, este tamaño de muestra asegura una gestión efectiva de los recursos y tiempos de la intervención, optimizando la calidad de la información recogida y permitiendo una evaluación más precisa de los efectos del mini atletismo en la selección de talentos.

En esta investigación se trabajó con todos los estudiantes comprendidos entre las edades de 10 a 12 años quienes fueron seleccionados para realizar la investigación.

3.5 Hipótesis

Los niños que presenten un rendimiento superior en pruebas físicas específicas del mini atletismo, como velocidad, resistencia y agilidad, mostrarán una mayor predisposición y potencial para destacar en disciplinas deportivas a nivel competitivo.

3.6 Análisis de la interpretación de la información

En esta investigación, se utilizó el Software Excel 365 ya que, es una herramienta de hojas de cálculo que proporciona una amplia variedad de funciones, incluyendo la organización de datos, cálculos matemáticos, creación de gráficos y análisis eficiente de información. Además, sirve para la creación y el análisis de los datos. Finalmente se aplicaron medidas de tendencia central para interpretar los resultados del test.

CAPÍTULO IV

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados

Tabla 3

Datos y cálculo estadístico del peso de los niños

		Frecuencia	Porcentaje	Media
25,90	31,67	3	10%	Aritmética = 41,66
31,67	37,43	2	7%	
37,43	43,20	17	57%	
43,20	48,97	4	13%	
48,97	54,73	1	3%	
54,73	60,50	3	10%	
Total		30	100%	

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 4

Datos y cálculo estadístico de la estura de los niños

		Frecuencia	Porcentaje	Media
1,30	1,35	11	37%	Aritmética = 1,40
1,35	1,41	10	33%	
1,41	1,46	2	7%	
1,46	1,51	2	7%	
1,51	1,57	4	13%	
1,57	1,62	1	3%	
Total		30	100%	

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 5

Datos y cálculo estadístico de la estatura sentado en centímetros

		Frecuencia	Porcentaje	Media
54	58	1	3%	Aritmética = 69,63
58	61	2	7%	
61	65	5	17%	
65	68	5	17%	
68	72	9	30%	
72	75	8	27%	
Total		30	100%	

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 6*Datos y cálculo estadístico de la envergadura de brazos en centímetros*

	Frecuencia	Porcentaje	Media
1,59 - 1,65	8	27%	Aritmética = 1,71
1,65 - 1,70	11	37%	
1,70 - 1,76	2	7%	
1,76 - 1,82	2	7%	
1,82 - 1,87	6	20%	
1,87 - 1,93	1	3%	
Total	30	100	

Fuente: Elaboración propia.**Tabla 7***Datos y cálculo estadístico abdominales en repeticiones*

	Frecuencia	Porcentaje	Media
3 - 6	6	19%	Aritmética = 9
6 - 9	11	37%	
9 - 12	5	17%	
12 - 14	5	17%	
14 - 17	1	3%	
17 - 20	2	7%	
	30	100%	

Fuente: Elaboración propia.**Tabla 8***Datos y cálculo estadístico flexiones por repeticiones*

	Frecuencia	Porcentaje	Media
4 - 7	7	23%	Aritmética = 9
7 - 9	13	43%	
9 - 12	4	14%	
12 - 15	3	10%	
15 - 17	2	7%	
17 - 20	1	3%	
Total	30	100%	

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 9*Datos y cálculo estadístico del Salto de longitud sin carrera de impulso en m-cm*

		Frecuencia	Porcentaje	Media
10	20	8	26%	Aritmética = 36
20	30	6	20%	
30	40	2	7%	
40	50	3	10%	
50	60	5	17%	
60	70	6	20%	
Total		30	100%	

Fuente: Elaboración propia.**Tabla 10***Datos y cálculo estadístico de la velocidad en 30m valoración tiempo*

		Frecuencia	Porcentaje	Media
5,90	7,92	8	27%	Aritmética = 12,15
7,92	9,93	3	10%	
9,93	11,95	2	7%	
11,95	13,97	4	13%	
13,97	15,98	6	20%	
15,98	18,00	7	23%	
Total		30	100%	

Fuente: Elaboración propia.**Tabla 11***Datos y cálculo estadístico de Resistencia valorado en min-s*

		Frecuencia	Porcentaje	Media
3,00	3,83	7	23%	Aritmética = 5,50
3,83	4,67	8	27%	
4,67	5,50	6	20%	
5,50	6,33	6	20%	
6,33	7,17	1	3%	
7,17	8,00	2	7%	
Total		30	100%	

Fuente: Elaboración propia.

4.2 Discusión

Los resultados obtenidos en esta investigación permitieron realizar una discusión fundamentada en las pruebas de aptitudes físicas, apoyándose en estudios previos sobre el tema. A través de estas pruebas, centradas en habilidades como la velocidad, la fuerza y la resistencia, se evaluaron las aptitudes de los niños mediante dos enfoques complementarios: el mini atletismo y las pruebas específicas de velocidad.

La investigación centrada en el mini atletismo revela que esta metodología, adaptada a las necesidades y capacidades de los niños, permite una evaluación integral de las habilidades físicas y motrices en un ambiente lúdico y menos competitivo. Actividades como correr, saltar y lanzar, diseñadas para ser accesibles y motivadoras, crean un entorno de observación natural en el que los niños pueden demostrar sus habilidades sin la presión común de las pruebas atléticas tradicionales. Este enfoque no solo evalúa la capacidad física, sino que también impacta positivamente en el desarrollo social y emocional de los niños, fomentando su integración, motivación y compromiso hacia el deporte, estos resultados concuerdan con Cardozo (2023) en su estudio denominado “Mini atletismo en niños”.

Por otro lado, Gutierrez (2012) manifiesta que: la investigación sobre los indicadores de talento en pruebas de velocidad enfatiza el uso de parámetros específicos, como tiempos de carrera en distancias cortas y pruebas antropométricas, que permiten identificar de manera objetiva y rápida a niños con potencial en velocidad. Este método, centrado en evaluar aspectos físicos puntuales, resulta eficaz para detectar aptitudes específicas en niños que puedan sobresalir en disciplinas atléticas de velocidad. La precisión de estos indicadores facilita a los entrenadores la selección de talentos, proporcionando una herramienta objetiva para enfocarse en el desarrollo de habilidades específicas en una categoría particular del atletismo.

A pesar de las diferencias en sus enfoques, ambas investigaciones coinciden en la importancia de un enfoque estructurado y sistemático en la educación física como pilar esencial para la identificación de talentos deportivos. La falta de formación especializada en muchos docentes de educación física, así como la carencia de recursos específicos para realizar evaluaciones detalladas, son limitaciones señaladas en ambos estudios. Estos desafíos resaltan la necesidad de capacitar adecuadamente a los docentes y dotar a las instituciones de herramientas y recursos necesarios para llevar a cabo estos programas de selección de manera efectiva y equitativa.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Los instrumentos de valoración del mini atletismo establecidos por la IAAF se han demostrado útiles y adaptados para evaluar aptitudes específicas en niños, facilitando la identificación de habilidades físicas en etapas tempranas. Estos instrumentos permiten una evaluación integral de capacidades motoras esenciales en el rendimiento deportivo.
- La aplicación de pruebas de mini atletismo proporciona datos objetivos que permiten detectar de manera precisa el potencial atlético en niños y niñas. Estas pruebas han facilitado un proceso estandarizado para identificar a aquellos niños que destacan en habilidades como velocidad, coordinación, fuerza y resistencia, necesarias para su desarrollo en deportes de mayor rendimiento.
- A través de un análisis estadístico, fue posible determinar a los niños y niñas con un rendimiento superior en el mini atletismo. Este análisis permite seleccionar de manera objetiva a los talentos deportivos, estableciendo una base sólida para su desarrollo en programas especializados de entrenamiento, maximizando así su potencial atlético desde una edad temprana.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda que las instituciones y organizaciones deportivas utilicen los instrumentos de valoración del mini atletismo de la IAAF como parte de un proceso estandarizado de selección de talentos. Esto garantizará que los resultados sean comparables y confiables, facilitando la identificación de habilidades atléticas específicas en niños de diferentes contextos.
- Para identificar el talento deportivo a edades tempranas, se sugiere implementar programas de mini atletismo en entornos escolares y comunitarios. Estas iniciativas permitirán que un mayor número de niños participen en pruebas deportivas estructuradas, aumentando así la posibilidad de detectar talento atlético en una población amplia y diversa.
- Se recomienda implementar un sistema de seguimiento que permita monitorizar el progreso de los niños identificados como sobresalientes en las pruebas de mini atletismo. Este sistema debería incluir evaluaciones periódicas y el apoyo de entrenadores especializados, asegurando que los niños desarrollen sus habilidades de manera adecuada y sostenible a lo largo del tiempo.

CAPÍTULO VI

6. INTERVENCIÓN

6.1 PLANIFICACIÓN DEL MINI ATLETISMO PARA LA SELECCIÓN DE TALENTOS EN NIÑOS

6.2 Objetivo general

Diseñar e implementar un plan de mini atletismo orientado a la selección de talentos deportivos en niños, basado en el desarrollo de habilidades físicas y motoras, para identificar a los futuros atletas con mayor potencial.

6.3 Justificación

La presente intervención busca dar respuesta a la necesidad de identificar y seleccionar talentos deportivos en la niñez del cantón Penipe mediante la implementación del mini atletismo. Esta disciplina, adaptada a las capacidades motrices y cognitivas de los niños, permite un desarrollo integral de las habilidades físicas, favoreciendo el descubrimiento temprano de aptitudes deportivas.

El mini atletismo es una herramienta eficaz para evaluar de manera lúdica y didáctica la capacidad de los niños en diferentes áreas como la velocidad, la fuerza, la coordinación y la resistencia, lo que lo convierte en un método idóneo para la detección de talentos. La identificación temprana de niños con potencial deportivo permitirá una orientación adecuada hacia el deporte competitivo, optimizando el proceso formativo y contribuyendo al desarrollo de futuros atletas para el cantón y el país.

Además, esta intervención beneficiará no solo a los niños seleccionados, sino también al entorno educativo y deportivo local, fomentando hábitos de vida saludable y una cultura deportiva desde edades tempranas.

6.4 Planificaciones

Semana 1

Socialización y Velocidad

Partes	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> • Socialización del tema el mini atletismo • Trote suave: Realizar trote continuo para activar la musculatura. • Movilidad articular: Enfocarse en tobillos, rodillas, caderas y hombros. • Aceleraciones cortas (10-20 metros): Ejecuciones controladas, manteniendo una postura correcta. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Carreras de velocidad de 20-30 metros. <ul style="list-style-type: none"> • 4 series de 30 segundos de descanso. • Ejercicio 2: Salidas en aceleración (postura baja). <ul style="list-style-type: none"> • 3 repeticiones, corrigiendo la postura inicial. • Ejercicio 3: Relevos cortos con conos. <ul style="list-style-type: none"> • 4 veces cada uno. 	30 min	4 a 5 RepC/u	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar una salida explosiva desde la posición inicial. • Supervisar la técnica de zancada y la colocación de los pies al correr. • Asegurarse de que mantengan un ritmo uniforme durante los relevos.
FINAL	<p>Estiramientos dinámicos y estáticos: Estiramientos de cuádriceps, isquiotibiales y gemelos.</p>	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia

Semana 2

Salto de longitud

Partes	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Trote suave, ejercicios de tobillos y rodillas. • Saltos pequeños para activar los músculos de las piernas. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Saltos horizontales desde posición estática. • Ejercicio 2: Ejercicios de impulso con una pierna. • Ejercicio 3: Saltos combinados (saltos de rana). 	30 min 4 a 5 RepC/u		<ul style="list-style-type: none"> • Enfatizar la posición de despegue y la extensión de las piernas. • Supervisar la coordinación de brazos y piernas durante el salto. • Fomentar la práctica de saltos en progresión para mejorar la técnica.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de cuádriceps, gemelos y cadera. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 3

Resistencia

Partes	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento general con trote y estiramientos dinámicos. • Movilidad articular de caderas y rodillas. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Carrera continua de 3 a 5 minutos. • Ejercicio 2: Series de 200 metros a ritmo moderado. • Ejercicio 3: Carrera en zigzag entre conos para mejorar resistencia. 	30 min 4 a 5 RepC/u		<ul style="list-style-type: none"> • Mantener un ritmo constante y controlado en las series. • Supervisar la postura de la cabeza y la alineación del cuerpo al correr. • Corregir la respiración para que sea profunda y rítmica.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de todo el cuerpo, en especial piernas y espalda. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 4

Coordinación y fuerza

Partes	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Trote suave y ejercicios de saltos cortos. • Ejercicios de brazos y tobillos para la coordinación. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Salto de tijera (sobre una cuerda o barra baja). • Ejercicio 2: Saltos verticales para mejorar la explosión. • Ejercicio 3: Ejercicio de impulso con una pierna en bloques. 	30 min 4 a 5 RepC/u		<ul style="list-style-type: none"> • Enfatizar la técnica de carrera hacia el salto y el despegue. • Supervisar el uso adecuado de los brazos para generar impulso. • Asegurarse de que se realicen saltos desde diferentes ángulos.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de piernas y caderas. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 5

Fuerza

Partes	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Movilidad articular y ejercicios de activación de hombros y brazos. • Movimientos de balanceo con balones ligeros. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Lanzamientos por encima de la cabeza. • Ejercicio 2: Lanzamientos con torsión del tronco (de lado). • Ejercicio 3: Lanzamiento frontal con dos manos. 	30 min	4 a 5 RepC/u	<ul style="list-style-type: none"> • Enfatizar la técnica de carrera hacia el salto y el despegue. • Supervisar el uso adecuado de los brazos para generar impulso. • Asegurarse de que se realicen saltos desde diferentes ángulos.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de brazos, hombros y espalda. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 6

Relevos

	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento con trote y movilidad de brazos. • Ejercicios de aceleración con cambios de dirección. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Carreras de relevos con testigo en distancias cortas (30 metros). • Ejercicio 2: Cambio de testigo con diferentes técnicas. • Ejercicio 3: Relevos en zigzag entre conos. 	30 min 4 a 5 RepC/u		<ul style="list-style-type: none"> • Supervisar las posiciones de los corredores antes del relevo. • Asegurarse de que el intercambio de testigo sea fluido y rápido. • Fomentar la comunicación entre los integrantes del equipo durante los relevos.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de piernas y hombros. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 7

Carrera con obstáculos

	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Movilidad articular y ejercicios de trote con saltos. • Activación de piernas y tobillos. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Carrera con mini obstáculos (10-15 metros). • Ejercicio 2: Saltos laterales sobre obstáculos bajos. • Ejercicio 3: Carrera de coordinación (paso lateral sobre conos). 	30 min	4 a 5 RepC/u	<ul style="list-style-type: none"> • Supervisar la técnica de salto y la colocación de los pies al aterrizar. • Fomentar una carrera rápida y fluida entre los obstáculos. • Asegurarse de que los niños mantengan una buena coordinación en el paso lateral.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de caderas, cuádriceps y gemelos. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 8

Lanzamiento de Jabalinas

	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento de brazos y hombros. • Movilidad articular del tren superior. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Lanzamientos con técnica básica (paso y lanzado). • Ejercicio 2: Lanzamientos con un pie adelantado. • Ejercicio 3: Lanzamiento en carrera corta. 	30 min	4 a 5 RepC/u	<ul style="list-style-type: none"> • Asegurarse de que la postura sea correcta durante el lanzamiento. • Supervisar la técnica de agarre y el movimiento del brazo al lanzar. • Fomentar el uso de la pierna contraria para un impulso efectivo.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de brazos, hombros y espalda. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 9

Técnica Salto triple

	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento con trote y ejercicios de tobillos. • Ejercicios de saltos con una pierna. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Saltos triples en espacio corto. • Ejercicio 2: Saltos combinados en secuencia (hop, step, jump). • Ejercicio 3: Saltos con cambio de pierna en impulso. 	30 min	4 a 5 RepC/u	<ul style="list-style-type: none"> • Supervisar la secuencia de saltos (hop, step, jump) para asegurar fluidez. • Enfatizar la importancia del equilibrio y la postura en cada salto. • Asegurarse de que los cambios de pierna se realicen de forma controlada.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de piernas y cadera. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 10

Velocidad de reacción

	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Movilidad articular general. • Trote suave y ejercicios de reacción (salidas rápidas). 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Carreras de 10 metros con reacción a estímulos. • Ejercicio 2: Salidas con señales auditivas. • Ejercicio 3: Carreras con respuesta a señales visuales. 	30 min 4 a 5 RepC/u		<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la rapidez y la precisión en las salidas a estímulos. • Supervisar la técnica de carrera al reaccionar ante señales visuales y auditivas. • Asegurarse de que mantengan la concentración y estén atentos a los estímulos.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de piernas y brazos. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 11

Flexibilidad y agilidad

	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento general con movilidad articular. • Ejercicios de agilidad en espacio reducido. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. • Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. • Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 1: Carrera en zigzag entre conos. • Ejercicio 2: Saltos laterales con obstáculos bajos. • Ejercicio 3: Ejercicios de flexibilidad dinámica (lunges, torsiones). 	30 min	4 a 5 RepC/u	<ul style="list-style-type: none"> • Supervisar la correcta ejecución de ejercicios de agilidad y su ritmo. • Asegurarse de que los saltos laterales se realicen de manera controlada. • Fomentar ejercicios de flexibilidad dinámica para mejorar la movilidad.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos de todo el cuerpo. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. • Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

Semana 12

Evaluación de habilidades

	Contenido	Dosificación		Indicaciones Metodológicas
		T	R	
I N I C I A L	<ul style="list-style-type: none"> Calentamiento general y específico. 	15 min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> Motivar al grupo para que realice el calentamiento adecuadamente. Asegurarse de que mantengan la técnica adecuada durante las aceleraciones. Supervisar que todos participen activamente.
P R I N C I P A L	<ul style="list-style-type: none"> Competencia de velocidad, saltos y lanzamientos para evaluar los avances. 	30 min		<ul style="list-style-type: none"> Fomentar un ambiente de apoyo y compañerismo durante las competencias. Asegurarse de que los niños apliquen lo aprendido en cada disciplina. Supervisar el desarrollo de las habilidades de manera justa y objetiva.
F I N A L	<ul style="list-style-type: none"> Estiramientos y reflexión grupal sobre el progreso. 	15 Min	1 rep	<ul style="list-style-type: none"> Verificar que realicen correctamente los estiramientos para evitar lesiones. Asegurarse de que mantengan una respiración adecuada durante los estiramientos.

Fuente: Elaboración propia.

BIBLIOGRAFÍA

- Cardozo, J. (30 de Junio de 2023). *Ventajas para la mejora de la competencia motriz en el mini atletismo*. Obtenido de <https://repositorio.unicordoba.edu.co/server/api/core/bitstreams/6f610a78-b8f7-4497-ab04-0694cc49e48c/content>
- Conader. (2015). *Resistencia en niños*. Obtenido de <http://conader.com.gt/wp-content/uploads/2016/03/Conader-tabla-de-baremos-2015.pdf>
- Cordova, J. (2006). *Tipos de investigacion*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4762/476259067004.pdf>
- efdeportes. (2024). *Programa para detectar talentos*. Obtenido de <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes>
- EFDeportes.com. (14 de Febrero de 2014). *Detección de talentos deportivos*. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/>
- Guterman. (Junio de 2024). *La importancia del talento deportivos*. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/>
- Gutierrez, H. (2012). *Indicadores para la seleccion de talentos deportivos en el atletismo,pruebas de velocidad en la categoria infantil de 8 -10 años,federacion deportiva de Chimborazo*. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/906/1/UNACH-EC-ISC-2012-0004.pdf>
- Hornillos, I. (2013). *tipos de selección talentos*. Obtenido de <https://isidoro-hornillos.webnode.es/products/deteccion-y-seleccion-de-talentos-deportivos-conferencia-/>
- Leyva Infante, R. (Junio de 2003). *efdeportes.com*. Obtenido de La selección de talentos deportivos.: <https://www.efdeportes.com/efd61/talento.htm>
- Lorenzo, E. (2022). *Aplicación de la fase de giro para el mejoramiento de la distancia en el lanzamiento del disco*. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/9161>
- MURCIA, U. D. (16 de Julio de 2012). *Centro de Medicina del Deporte*. Obtenido de <https://www.um.es/web/medicinadeportiva/contenido/planificacion/pruebas#:~:text=Son%20las%20pruebas%20que%20realizamos,del%20estado%20actual%20del%20deportista.>
- NICK, J. (8 de Septiembre de 2023). *IDEASCALE*. Obtenido de Qué es un diseño de investigación: <https://ideascale.com/es/blogs/que-es-el-diseno-de-la-investigacion/>
- Piñero, C. D. (10 de Febrero de 2023). *Atletismo escolar*. Obtenido de https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/160793/Documento_completo.pdf?sequence=1
- Revista Digital. (Noviembre de 2008). *Requisitos para la aplicación de las pruebas físicas*. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd126/las-pruebas-o-tests-en-el-deporte.htm>
- Riera, J. (2020). *Las habilidades básicas en el mini atletismo*. Inde.
- Rodríguez, A., & Lesslay, A. (22 de Mayo de 2023). *El Miniatletismo y su aplicación en clases de Educación Física*. Obtenido de

- <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e295f821-7259-4d7d-b20f-abb2309de734/content>
- Rodríguez, M., & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de corte transversal. *Revista médica sanitas*, 141-146. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Fredy-Mendivelso/publication/329051321_Disenio_de_investigacion_de_Corte_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseno-de-investigacion-de-Corte-Transversal.pdf
- Sandoval, V. (2023). *Incidencia de un programa de ejercicios de flexibilidad*. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/11272>
- Save the children. (24 de Julio de 2024). *EL DEPORTE ES CLAVE PARA EL DESARROLLO DE LA NIÑEZ” - OLÍMPICOS, NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES PIDEN MÁS ACCESO AL DEPORTE*. Obtenido de <https://lac.savethechildren.net/es/%E2%80%9Cdeporte-es-clave-para-el-desarrollo-de-la-ni%C3%B1ez%E2%80%9D-ol%C3%ADmpicos-ni%C3%B1os-y-adolescentes-piden-m%C3%A1s>
- Torres, Martínez, Medina . (20 de Junio de 2022). *Juegos de mini atletismo para las habilidades deportivas en la asignatura atletismo (Original)*. Obtenido de <http://portal.amelica.org/ameli/journal/429/4293350002/>
- Unidad Educativa Tomás Moro. (s.f.). *Importancia del mini atletimo*. Obtenido de <https://www.tomasmoro.ec/mini-atletismo-en-primaria/#:~:text=El%20Mini%20Atletismo%20tiene%20por,e%20interacci%C3%B3n%20sana%20entre%20pares.>
- Universidad de Granma, Cuba. (20 de Junio de 2022). *EL mini atletismo* . Obtenido de <http://portal.amelica.org/ameli/journal/429/4293350002/>
- Universidad de Granma, Cuba. (2022). *Indicadores para la selección de talentos en el Atletismo*. Obtenido de <https://portal.amelica.org/ameli/journal/429/4292710037/4292710037.pdf>
- Universidad de Sevilla. (17 de Abril de 2023). *¿Qué son las pruebas de salto en atletismo?* Obtenido de <https://www.lausinyvicente.com/blog/atletismo/pruebas-salto-atletismo#:~:text=Los%20pilares%20fundamentales%20de%20un,como%20resulta%20de%20la%20prueba.>
- Vargas, J. R. (2018). *El Miniatletismo en el contexto de la IAAF*. Obtenido de <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/server/api/core/bitstreams/d90d23ac-ebdf-4838-978e-1ccfb16c3b52/content#:~:text=El%20miniatletismo%20es%20un%20conjunto,lanzamientos%20y%20acciones%20de%20correr.>
- vLex. (2024). *Ley del deporte, educación física y recreación*. Obtenido de <https://vlex.ec/vid/ley-deporte-educacion-fisica-643461449>

ANEXOS

Certificado de intervención



Ministerio de Educación

Oficio Nro. MINEDUC-CZ3-06D05-2024-0414-O

Guano, 22 de mayo de 2024

Asunto: RESPUESTA AUTORICE EL ACCESO A LA U.E DEL MILENIO PENIPE
PARA DESARROLLAR EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN DEL 23 DE ABRIL
DEL 2024 AL 09 DE JULIO DE 2024.
Señor Ingeniero
Eduardo Daniel Haro Mendoza
En su Despacho

De mi consideración:

En respuesta al Documento No. 0126-DP-UNACH-2024, mediante el cual EL ING. DANIEL HARO MENDOZA, DIRECTOR DE POSGRADO, SOLICITA SE AUTORICE AL SEÑOR-PARRA GARLA JONATHAN ALEXANDER PORTADOR DE LA C.I. 0605025527 EL ACCESO A LA U.E DEL MILENIO PENIPE PARA QUE PUEDAN DESARROLLAR EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN TITULADO "EL MINI ATLETISMO EN LA SELECCION DE TALENTOS" DEL 23 DE ABRIL AL 09 DE JULIO DEL 2024 CON UN TOTAL DE 12 SEMANAS DE INTERVENCION . En atención al pedido se autoriza el ingreso a la UE "Millenio Penipe", evitando la interrupción de actividades académicas por cuanto se encuentran en proceso de cierre del período lectivo 2023-2024, en caso de trabajar con estudiantes máximo se autoriza utilizar una hora, para lo cual deberá coordinar con el Rector de la institución educativa, quienes ingresen a la institución educativa deberá recibir las Rutas y Protocolos de Violencia con PsCI Nataly Galarza DECE Distrital contacto 0969494349.

Documento firmado electrónicamente

Mgs. Mario Lider Barrigas Garcia
**DIRECTORA DISTRITAL 06D05 GUANO-PENIPE á EDUCACIÓN,
SUBROGANTE**

Referencia:
- MINEDUC-CZ3-06D05-UDAC-2024-0455-E

Anexos:
- 5190672174001716302761.pdf



Ministerio de Educación

Oficio Nro. MINEDUC-CZ3-06D05-2024-0414-0

Chunchi, 22 de mayo de 2024

Copia:

Señora Licenciada
María Margoth Soto Bejarano
Analista Distrital de Atención Ciudadana (r)

ag/ed



Dirección: Av. Amazonas N34-451 y Av. Alahualpa
Código Postal: 170507 | Quito - Ecuador
Telf.: (+593) 21 02-396-7300
www.mineduc.gob.ec



Datos Estadísticos

Tabla 12 Datos y cálculo estadístico del peso de los niños

DATOS									
46,70	40,90	45,30	48,74	56,40	38,20	36,40	38,50	37,50	41,60
39,70	25,90	43,10	49,73	40,70	35,30	42,50	38,00	39,40	60,50
42,80	39,90	47,80	59,38	40,10	42,10	31,10	30,30	40,30	38,40

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 13 Datos y cálculo estadístico de la estura de los niños

DATOS									
1,36	1,56	1,38	1,39	1,32	1,31	1,35	1,33	1,35	1,36
1,33	1,52	1,47	1,38	1,34	1,30	1,30	1,52	1,40	1,62
1,45	1,49	1,38	1,36	1,40	1,35	1,32	1,52	1,39	1,44

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 14 Datos y cálculo estadístico de la estatura sentado

DATOS									
69	72	65	70	69	75	69	70	56	65
62	73	61	72	73	73	71	67	58	64
71	70	71	72	64	75	67	63	54	67

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 15 Datos y cálculo estadístico de la envergadura de brazos

DATOS ENVERGADURA DE BRAZOS									
1,66	1,86	1,68	1,68	1,62	1,60	1,66	1,63	1,64	1,67
1,63	1,82	1,77	1,67	1,65	1,59	1,59	1,83	1,84	1,93
1,87	1,80	1,66	1,65	1,71	1,66	1,62	1,82	1,68	1,74

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 16 Datos y cálculo estadístico flexiones

DATOS									
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
8	10	12	13	9	12	13	14	13	4
3	5	3	1	3	20	11	15	8	4

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 17 Datos y cálculo estadístico del Salto

DATOS									
55	52	70	50	17	12	19	69	16	25
21	63	15	18	54	24	40	50	34	11
27	58	64	17	51	19	20	60	10	65

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 18 Datos y cálculo estadístico de la velocidad

TOTAL DATOS										
17	10	16	8,1	13,5	17,5	12,6	15,9	5,9	6	
13	14,5	9	6,86	11,54	8	7	12,5	6	18	
17	14	15	7,35	18	15	16	6,03	7	14,5	

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 19 Datos y cálculo estadístico de Resistencia

DATOS										
4	3	6	6	4,5	3	4	4	5	5	
3	3,5	6	5	5	4	3	6	4,5	4,5	
4,5	7,5	5,5	4	6	5	8	3,5	6,5	3	

Fuente: Elaboración propia.

Galería de fotos



