



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**PROGRAMA DE MAESTRÍA EN ENTRENAMIENTO
DEPORTIVO**

TÍTULO DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

**INFLUENCIA DEL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES
MOTRICES Y COORDINATIVA EN EL RENDIMIENTO TÉCNICO DEL
DEPORTE DE ORIENTACIÓN**

AUTOR:

GUACHI IZA ENRIQUE MANUEL

**TRABAJO DE TITULACIÓN EN MODALIDAD DE
ARTÍCULO PROFESIONAL DE ALTO NIVEL**

**Previo a la obtención del grado académico en
MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

TUTOR:

PhD. MANANGÓN PESANTES RICHARD

Santa Elena, Ecuador

2026



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E
IDIOMAS INSTITUTO DE POSTGRADO**

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

**PhD. William González Panchana
COORDINADOR DEL PROGRAMA**

**PhD. Manangón Pesantes Richard
DOCENTE TUTOR**

**PhD. Taro Joseph
DOCENTE ESPECIALISTA 1**

**PhD. Paula Chica Gisella
DOCENTE ESPECIALISTA 2**

**Ab. María Rivera González, Mgtr.
SECRETARIA GENERAL
UPSE**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E
IDIOMAS INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por ENRIQUE MANUEL GUACHI IZA, como requerimiento para la obtención del título de MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TUTOR

Manangón Pesantes Richard PhD.
CI. 1704438082

25 días del mes de marzo del año 2026



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E
IDIOMAS INSTITUTO DE POSTGRADO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Enrique Manuel Guachi Iza

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES MOTRICES Y COORDINATIVAS EN EL RENDIMIENTO TÉCNICO DEL DEPORTE DE ORIENTACIÓN previo a la obtención del título en Magister en ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 25 días del mes de marzo del año 2026

EL TUTOR

Enrique Manuel Guachi Iza
CI. 1802496172



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E
IDIOMAS INSTITUTO DE POSTGRADO**

AUTORIZACIÓN

Yo, ENRIQUE MANUEL GUACHI IZA

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de artículo profesional de alto nivel con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 25 días del mes de marzo del año 2026

EI AUTOR

Enrique Manuel Guachi Iza
CI. 1802496172

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo determinar los efectos de la mejora de las habilidades motoras y coordinativas en el rendimiento técnico en orientación entre los atletas de la Fuerza Aérea durante un curso de ocho semanas. Los hallazgos atestiguan que, mediante la utilización de ejercicios físicos y cognitivos enfocados, se pueden lograr mejoras considerables en las habilidades técnicas y motoras de los atletas. Se encontró que los atletas del grupo experimental reducían los errores de navegación, mejoraban tanto la lectura de mapas como el uso de la brújula, y tomaban decisiones de ruta igualmente buenas a niveles de habilidad similares a los de atletas de élite. El entrenamiento en fuerza y resistencia, velocidad y agilidad, así como los programas deportivos de orientación, aseguraron mejoras en habilidades motoras como la capacidad aeróbica, la fuerza explosiva, la velocidad, la orientación espacial y la técnica. Las evaluaciones físicas y técnicas aplicadas a intervalos regulares demostraron un aumento en el rendimiento técnico y en las variables motoras, probando la relación entre el refuerzo físico y la mejora en la técnica deportiva. Además, se observó que la mejora en las habilidades motoras lleva a un aumento de la autoconfianza, el autoaprendizaje y la toma de decisiones bajo presión, siendo componentes importantes de la orientación. La intervención fue favorable para el desarrollo general del atleta, logrando más confianza al realizar tareas cognitivas y motoras fuera de la carretera. Finalmente, los resultados respaldan la propuesta de que mejorar las habilidades motoras y coordinativas es esencial para maximizar el rendimiento técnico en orientación, con una progresión favorable hacia el estándar internacional de alto nivel.

Palabras clave: *Capacidades motrices, Capacidades coordinativas, Técnica de orientación, Entrenamiento físico y cognitivo, Rendimiento deportivo.*

ABSTRACT

This research aimed to determine the effects of improving motor and coordination skills on technical performance in orienteering among Air Force athletes during an 8-week course. The findings attest that, using focused physical and cognitive exercises, considerable improvements in athletes technical and motor skills can be achieved. It was found that athletes in the experimental group reduced navigation errors, improved both map reading and compass use, and made equally good route decisions at skill levels like those of elite athletes. Strength and endurance training, speed and agility training, and sports orientation programs ensured improvements in motor skills such as aerobic capacity, explosive strength, speed, spatial orientation, and technique. Physical and technical assessments applied at regular intervals demonstrated an increase in technical performance and motor variables, proving the relationship between physical reinforcement and improvement in sports technique. In addition, it was observed that improved motor skills lead to increased self-confidence, self-learning, and decision-making under pressure, which are important components of orienteering. The intervention was beneficial for the athlete's overall development, achieving greater confidence when performing cognitive and motor tasks off-road. Finally, the results support the proposal that improving motor and coordination skills is essential to maximize technical performance in orienteering, with a favourable progression towards the high international standard.

Keywords: *Motor skills, Coordination skills, Orienteering technique, Physical and cognitive training, Sports performance.*

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN



Ciencia Latina
Revista Multidisciplinar

Fecha: 22/10/2025

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar

ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea)

Asociación Latinoamericana para el Avance de las Ciencias, ALAC

Editorial

Ciudad de México, México

Código postal 06000

CERTIFICADO DE APROBACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Por la presente se certifica que el artículo titulado:

**Influencia del fortalecimiento de las capacidades motrices y coordinativas en el
rendimiento técnico del deporte de orientación**

corresponde la autoría a:

**Enrique Manuel Guachi Iza
Richard Manuel Manangón Pesantes**

Ha sido

Arbitrado y evaluado por pares Académicos mediante el sistema doble ciego y aprobado
para su publicación.

El artículo será publicado en la edición Septiembre-Octubre, 2025,

Volumen 9, Número 5.

Verificable en nuestra plataforma: <http://ciencialatina.org/>

Dr. Francisco Hernández García,
Editor en Jefe

Para consultas puede contactar directamente al editor de la revista editor@ciencialatina.org
o al correo: postulaciones@ciencialatina.org



Nombre de la revista

Ciencia Latina Revista Multidisciplinar. ISSN2707-2207/ISSN2707-2215(en línea)
Para consultas puede contactar directamente al editor de la revista
editor@ciencialatina.org o al correo:
postulaciones@ciencialatina.org