



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

TÍTULO DE ARTÍCULO

**ENTRENAMIENTO PROPIOCEPTIVO PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN
ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA SUPERIOR.**

AUTOR

Hurtado Sánchez Santiago Fabricio

TRABAJO DE TITULACIÓN

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

TUTORA

GISELLA PAULA CHICA, PhD.

Santa Elena, Ecuador

Año 2024



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

TRIBUNAL DE GRADO

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

**Lic. Daniela Manrique Muñoz, Mgtr.
COORDINADORA DEL
PROGRAMA**

**Gisella Paula Chica PhD.
TUTORA**

**Geoconda Herdoiza Morán Mgtr.
ESPECIALISTA 1**

**Joseph Taro PhD.
ESPECIALISTA 2**

**Abg. 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 LIC. SANTIAGO FABRICIO HURTADO SÁNCHEZ, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

Maritza Gisella Paula Chica, PhD.
C.I. 0910610682
TUTORA



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

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Santiago Fabricio Hurtado Sánchez

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, “Entrenamiento propioceptivo para mejorar la coordinación en estudiantes de educación básica superior”, previo a la obtención del título en Magíster 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 4 días del mes de abril de año 2024

Santiago Fabricio Hurtado Sánchez
C.I. 0909760373
AUTOR



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

AUTORIZACIÓN

Yo, Santiago Fabricio Hurtado Sánchez

DERECHOS DE AUTOR

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 “entrenamiento propioceptivo para mejorar la coordinación en estudiantes de educación básica superior”, 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 4 días del mes de abril de año 2024

SANTIAGO FABRICIO HURTADO SÁNCHEZ
C.I. 0909760373
AUTOR



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

TEMA

**ENTRENAMIENTO PROPIOCEPTIVO PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN
ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA SUPERIOR.**

Autor: Santiago Fabricio Hurtado Sánchez

Tutor: Gisella Paula Chica

RESUMEN

En la actualidad desarrollar la coordinación de los estudiantes en las instituciones educativas, depende del deporte que se practica, esta investigación tuvo como objetivo la aplicación de un programa de entrenamiento propioceptivo para mejorar la coordinación en alumnos de educación básica superior, es ahí que mediante esta búsqueda se determinó una muestra de 25 participantes del total de matriculados de la Escuela de Educación Básica “Francisco Huerta Redón”, con el entrenamiento propioceptivo se logró fortalecer la capacidad coordinativa de mencionados estudiantes de educación básica superior, cuyas edades fueron de 12 a 15 años; para lo cual se realizó primero un Pre Test con la prueba coordinación motriz 3JS, luego ocho semanas de trabajo que duró el entrenamiento, participaron en diferentes ejercicios propioceptivos (ejercicios con escalera coordinativa, saltar la cuerda, saltar vallas pequeñas, slalom con conos) que les ayudó a mejorar sus habilidades y destrezas, por último se ejecutó el Post Test de coordinación motriz 3JS, cuyos resultados demostraron la eficiencia del entrenamiento propioceptivo. concluyendo que al ser efectivo el entrenamiento se puede replicar a todos los estudiantes de la institución educativa, como parte del currículo de educación física, teniendo un papel fundamental, tanto en la prevención de futuras lesiones y como en el enriquecimiento de las actividades físicas y deportivas.

Palabras Clave: *Coordinación, Entrenamiento, Estudiantes, Propioceptivo.*



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

TEMA

**ENTRENAMIENTO PROPIOCEPTIVO PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN
ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA SUPERIOR.**

Autor: Santiago Fabricio Hurtado Sánchez

Tutor: Gisella Paula Chica

ABSTRACT

Currently, developing student coordination in educational institutions depends on the type of sport practiced. This research aimed to implement a proprioceptive training program to enhance coordination in students in higher basic education. A sample of twenty-five participants was determined from the total enrollment of the "Francisco Huerta Rendón" Basic Education School. Through proprioceptive training, the coordinative ability of these higher basic education students, aged 12 to 15, was strengthened. The study began with a Pre-Test using the 3JS motor coordination test. Subsequently, an eight-week training program was conducted, involving various proprioceptive exercises such as coordination ladder exercises, jump rope, small hurdle jumps, and slalom with cones. These exercises contributed to improving their skills and abilities. Finally, a Post-Test using the 3JS motor coordination test was administered, revealing the effectiveness of proprioceptive training. In conclusion, the study suggests that effective proprioceptive training can be applied to all students in the educational institution as part of the physical education curriculum. This training plays a crucial role in preventing future injuries and enriching physical and sports activities.

Key words: Coordination, Training, Students, Proprioceptive.



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

TEMA

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN
(Colocar carta)

Nombre de la revista	Nombre y URL que avale la pertenencia de la revista, ejemplo: Atena Journals: https://atenajournals.com/
----------------------	--



ATENA JOURNALS

<https://www.atenajournals.com>

CERTIFICATE OF ACCEPTANCE

Dear authors: **Santiago Fabricio Hurtado Sánchez, Maritza Gisella Paula Chica**

We certify that your manuscript with title **“ENTRENAMIENTO PROPIOCEPTIVO PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA SUPERIOR”** has been accepted to be published in the *Vol. 7 (2025)* of **Atena Journal of Public Health** (ISSN: 2695-5911).

The journal is indexed/abstracted in: Google Scholar, Latindex, Dialnet, Redib, ERIH PLUS, MIAR, Publons, Index Copernicus, CiteFactor, Library of Science.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'G. López'.

Editor-in-Chief Atena Journal of Public Health
Dr. Guillermo Felipe López Sánchez