



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

TÍTULO DE ARTÍCULO

**MOVIMIENTOS GIMNÁSTICOS COMO HERRAMIENTA PARA
MEJORAR LOS GESTOS TÉCNICOS EN EL SALTO CON
GARROCHA**

AUTOR

Lcdo. DYANDER RODOLFO PACHO VÉLEZ

TRABAJO DE TITULACIÓN

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

TUTOR (A)

PhD. AGUILAR MOROCHO ELVA KATHERINE

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.



Firmado digitalmente por:
DANIELA THALIA
MANRIQUE MUNOZ

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

Katherine
Aguilar
Morocho

Firmado digitalmente
por Katherine Aguilar
Morocho
Fecha: 2024.04.17
11:32:15 -05'00'

**Katherine Aguilar Morocho PhD.
TUTORA**



Firmado digitalmente por:
MARITZA GISELLA
PAULA CHICA

**Gisella Paula Chica PhD.
ESPECIALISTA 1**



Firmado digitalmente por:
CARLOS MARCELO
ÁVILA MEDIAVILLA

**Marcelo Ávila Mediavilla Mgtr.
ESPECIALISTA 2**



Firmado digitalmente por:
MARÍA MARGARITA
RIVERA GONZÁLEZ

**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 Dyander Rodolfo Pacho Vélez, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

**Katherine
Aguilar
Morocho** Firmado digitalmente
por Katherine Aguilar
Morocho
Fecha: 2024.04.17
11:32:15 -05'00'

Elva Aguilar Morocho PhD.
C.I. 0703737981
TUTOR (A)



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

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Dyander Rodolfo Pacho Vélez

DECLARO QUE:

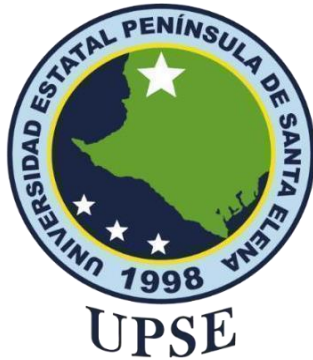
El trabajo de Titulación: Movimientos gimnásticos como herramienta para mejorar los Gestos técnicos en el salto con garrocha, previo a la obtención del título en Magíster en Entrenamiento Deportivo., ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias bibliográficas. 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, 8 de abril de año 2024



Lcdo. Dyander Pacho
C.I. 1350885131
AUTOR



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

AUTORIZACIÓN

Yo, Dyander Rodolfo Pacho Vélez

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 movimientos gimnásticos como herramienta para mejorar los gestos técnicos en el salto con garrocha 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, 8 del mes de abril del año 2024



DYANDER RODOLFO
PACHO VELEZ

Lcdo. Dyander Rodolfo Pacho Vélez
C.I. 1350885131
AUTOR



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

TEMA

**MOVIMIENTOS GIMNÁSTICOS COMO HERRAMIENTA PARA
MEJORAR LOS GESTOS TÉCNICOS EN EL SALTO CON GARROCHA**

AUTOR

Lcdo. Dyander Rodolfo Pacho Vélez

TUTOR

PhD. Elva Katherine Aguilar Morocho

RESUMEN

El salto con pértiga es considerado una de las pruebas más difíciles del atletismo esto debido a la complejidad de sus movimientos y la utilización de un péndulo móvil al igual de las diferentes capacidades y habilidades que son necesarias para llevar cabo la prueba, entre estas encontramos la velocidad la flexibilidad y la fuerza. Al estar implicadas tantas capacidades y habilidades esto la hace una prueba muy exigente tanto en la enseñanza como en el aprendizaje. Cuando nos referimos a la enseñanza del salto con garrocha debemos tener en cuenta varios factores entre los más mencionados están la edad de los deportistas y si las bases que estos tengan establecida según su formación deportiva, teniendo claro esto nace la problemática según su edad ¿Cómo mejorar los gestos técnicos de los saltadores en etapa formativa ?; para lo cual llevo a cabo una investigación tipo mixta con 10 atletas que comprenden edades entre 13 a 15 años, con enfoque de tipo descriptiva-analítica y de campo, aplicando un test para determinar de esta manera si al aplicar el sistema de ejercicios para los atletas con bajo nivel técnico, genera una mejora en el nivel técnico y a su vez en su rendimiento deportivo, obteniendo como resultado que a través de la aplicación de las fases de evaluación inicia, fase de aplicación y fase de evaluación final, cabe recalcar que en la fase de aplicación se aplicó el ya mencionado sistema de ejercicios, los atletas mejoraron en un periodo de 36 clases, donde obtuvieron un rendimiento óptimo hasta el doble de su nivel técnico al igual que en su salud física y psicológica, cabe recalcar que tampoco se generaron patologías derivadas de la aplicación ni práctica del sistema, quedando así como principal conclusión que el objetivo de la presente investigación fue efectivo.

Palabras claves: Movimientos gimnásticos, gestos técnicos, salto con garrocha



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

TEMA

**GYMNASTIC MOVEMENTS ASA TOOL TO IMPROVE TECHNICAL GESTURES
IN POLE VAULTING.**

AUTOR

Lcdo. Dyander Rodolfo Pacho Vélez

TUTORA

PhD. Elva Katherine Morocho Aguilar

ABSTRACT

The pole vault is considered one of the most difficult tests in athletics, due to the complexity of its movements and the use of a mobile pendulum as well as the different capacities and skills that are necessary to carry out the test, among these we find the speed, flexibility and strength. As so many capacities and skills are involved, this makes it a very demanding test in both teaching and learning. When we refer to the teaching of pole-vault we must take into account several factors among the most mentioned are the age of the athletes and whether the bases that they have established according to their sports training, with this being clear, the problem arises according to their age. How improve the technical gestures of jumpers in the training stage?; for which I carried out a mixed type investigation with 10 athletes ranging in age from 13 to 15 years, with a descriptive-analytical and field approach, applying a test to determine in this way if when applying the exercise system for the athletes with a low technical level, generates an improvement in the technical level and in turn in their sports performance, resulting in that through the application of the initial evaluation phases, application phase and final evaluation phase, it is worth emphasizing that in In the application phase, the aforementioned exercise system was applied, the athletes improved in a period of 36 classes, where they obtained optimal performance up to double their technical level as well as their physical and psychological health, it should be noted that neither generated pathologies derived from the application or practice of the system, thus leaving as the main conclusion that the objective of this investigation was effective.

Keywords: Gymnastic movements, technical gestures, pole vault



UPSE

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

TEMA

**MOVIMIENTOS GIMNÁSTICOS COMO HERRAMIENTA PARA
MEJORAR LOS GESTOS TÉCNICOS EN EL SALTO CON
GARROCHA**

**CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA
PUBLICACIÓN**
(Colocar carta)

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



ATENA JOURNALS

<https://www.atenajournals.com>

CERTIFICATE OF ACCEPTANCE

Dear authors: **Dyander Rodolfo Pacho Vélez, Elva Katherine Aguilar Morocho**

We certify that your manuscript with title “**MOVIMIENTOS GIMNÁSTICOS COMO HERRAMIENTA PARA MEJORAR LOS GESTOS TÉCNICOS EN EL SALTO CON GARROCHA**” has been accepted to be published in the *Vol. 8 (2026)* of **Atena Journal of Sports Sciences** (ISSN: 2695-4486). The article will be published after final quality checks.

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 black ink, appearing to read 'G. López', written in a cursive style.

Editor Atena Journal of Sports Sciences
Dr. Guillermo Felipe López Sánchez