

## **RESUMEN**

El centro educativo cuenta con más de ochocientos alumnos de diferentes sexos, el mismo que atiende a la parroquia de Conocoto del Cantón Quito y sirve en el desarrollo educativo durante más de treinta años de vida institucional, la institución educativa Abelardo Flores es una institución del Gobierno ecuatoriano y que durante su tiempo de formación ha querido desarrollar con la formación integral con una propuesta incluyente y de gran desarrollo para el proceso del país. El centro educativo cuenta con más de 45 profesores en las diferentes áreas y en el área de la educación física trabajan dos especialistas que buscan mejorar las diferentes cualidades a habilidades motrices de los infantes integrándoles en diferentes actividades de la educación física, el deporte y la recreación. El centro educativo ha participado en diferentes modelos educativos y ha participado en diferentes áreas investigativas como en el área educativa como también deportiva, esta ocasión quiere desarrollar las diferentes cualidades físicas, sobre todo la cualidad física de la fuerza y su funcionalidad en las actividades deportivas extracurriculares las mismas que la institución educativa las trabajo con todos los niños de la institución, es por eso que ha tomado a un grupo selecto para trabajar en su investigación que es los niños de la escuela de 6to y 7mo año de educación básica las cuales mediante un estudio cuasi experimental se comprueba el mejoramiento de resultados en las diferentes disciplina el mejoramiento son con los deportes de menor practica verificando lo positivo de la investigación.

### **CLAVES PALABRAS.**

- **FUERZA**
- **EDUCATIVO**
- **CUALIDADES FÍSICAS**
- **DISCIPLINAS DEPORTIVAS**
- **EXTRACURRICULAR**

## **SUMMARY**

The school has more than eight hundred students of different sexes, the same that attends the parish of Conocoto del Cantón Quito and serves in the educational development during more than thirty years of institutional life, the educational institution Abelardo Flores is a government institution Ecuadorian and that during his time of formation he wanted to develop with the integral formation with an inclusive proposal and of great development for the process of the country. The educational center has more than 45 teachers in different areas and in the area of physical education two specialists work to improve the different qualities of the motor skills of children by integrating them in different activities of physical education, sport and recreation. The educational center has participated in different educational models and has participated in different research areas such as in the educational area as well as sports, this occasion wants to develop the different physical qualities, especially the physical quality of the force and its functionality in extracurricular sports activities The same that the educational institution works with all the children of the institution, that is why it has taken a select group to work on their research that is the children of the school in 6th and 7th year of basic education which through a Quasi experimental study is checked the improvement of results in the different discipline the improvement are with the sports of less practice checking the positive of the research.

### **KEY WORDS.**

- **FORCE**
- **EDUCATIONAL**
- **PHYSICAL QUALITIES**
- **SPORTS DISCIPLINES**
- **EXTRACURRICULAR**